



# Cigarrillos electrónicos

Los cigarrillos electrónicos son dispositivos que permiten a las personas inhalar nicotina. Debido a que estos productos son relativamente nuevos, los estudios a largo plazo que evalúan sus ventajas y sus riesgos son limitados. Esta hoja informativa explica qué son, cómo se utilizan y por qué existe actualmente un debate sobre su uso.

Fumar es un hábito muy adictivo y dejarlo no es fácil. Además de crear adicción a la nicotina, una droga que se encuentra de forma natural en el tabaco, también provoca que las personas se vuelvan dependientes del hábito físico y social que supone fumar.

Los profesionales sanitarios desempeñan un papel fundamental a la hora de ayudar a la gente a dejar de fumar y elegir el método más adecuado entre una gama de productos y estrategias diferentes. Estos incluyen la prescripción de medicamentos y productos sustitutivos de la nicotina, como parches o pastillas, así como el asesoramiento.

Los cigarrillos electrónicos han adquirido una gran popularidad durante la última década. Aunque tienen el potencial de reducir el daño provocado por los cigarrillos, no se han evaluado científicamente y, por tanto, todavía se desconoce su seguridad y utilidad para dejar de fumar. A diferencia de otros productos de uso común, las autoridades sanitarias europeas todavía no han aprobado los cigarrillos electrónicos como una herramienta eficaz para ayudar a los fumadores a dejar este hábito.

## ¿Qué son los cigarrillos electrónicos?

Los cigarrillos electrónicos están diseñados para que parezcan cigarros normales. Se componen de tres partes: una batería, un vaporizador y un cartucho. El dispositivo funciona vaporizando el líquido en el cartucho. De este modo, se crea un vaho que el usuario puede inhalar y que le produce la sensación de exhalar humo.



Reimpreso con la autorización de la American Thoracic Society (Sociedad Torácica Americana). Copyright © 2013 American Thoracic Society

A diferencia de los cigarrillos normales, estos dispositivos no contienen tabaco, sino que contienen nicotina en el líquido dentro del cartucho. El líquido puede tener diferentes sabores y cantidades de nicotina, que pueden ser seleccionados por el usuario.

## ¿Por qué algunas personas deciden utilizarlos?

Se cree que los cigarrillos electrónicos provocan menos daño que un cigarro normal y algunas personas deciden utilizarlos para seguir manteniendo su hábito de una forma más segura. Algunos estudios sobre las opiniones de los usuarios de cigarrillos electrónicos sugieren que una de las ventajas clave del producto es que satisfacen la necesidad de fumar.

Un consumidor de cigarrillos electrónicos nos explica por qué eligió utilizar estos productos:

“Empecé a consumir cigarrillos electrónicos, aunque realmente no tenía intención de dejar de fumar. Un día me di cuenta de que fumaba exclusivamente estos cigarrillos y de que no había vuelto a fumar cigarros normales desde entonces. Al principio, puede que resulte difícil acostumbrarse, pero una vez que recuperas el sentido del gusto y del olfato, después de años fumando, empiezas a preferir los sabores disponibles de los cigarrillos electrónicos al sabor a “hoguera” de los cigarros normales. Creo que utilizo una alternativa más segura, aunque todavía me considero fumador. Si de repente no pudiera disponer de estos cigarrillos, volvería a fumar cigarros normales.”

## ¿Por qué a algunos profesionales sanitarios les preocupa el uso de los cigarrillos electrónicos?

Los cigarrillos electrónicos han sido objeto de un intenso debate en los medios de comunicación europeos, ya que a algunos profesionales sanitarios les preocupa la promoción y el uso de estos productos.

## Entre estas preocupaciones se incluyen:

**Los productos se regulan de forma diferente:** en la actualidad, los cigarrillos electrónicos se regulan de manera distinta en Europa. Esto significa que no existen restricciones en cuanto a las sustancias químicas que se pueden añadir a los cartuchos. También implica que no están sujetos a un control de calidad estricto y que los productos pueden presentar las mismas etiquetas pero poseer cantidades distintas de sustancias químicas y nicotina.

**Comportamiento adictivo continuado:** puesto que los cigarrillos electrónicos tienen el mismo aspecto que un cigarro normal, los usuarios no se sienten animados a cambiar su comportamiento. Su adicción a los elementos físicos y emocionales que suponen fumar continúa.

**Visibilidad para otras personas que lo han dejado:** no existen restricciones para fumar cigarrillos electrónicos en oficinas u otros lugares públicos, donde sí está prohibido fumar tabaco normal. La legislación sobre espacios libres de humo, que prohíbe fumar en lugares públicos, ha contribuido a cambiar la percepción del hábito de fumar y ha logrado hacer que parezca algo anormal e inaceptable. Algunos expertos creen que ver a personas fumando cigarrillos electrónicos podría hacer que el hábito de fumar pareciera de nuevo aceptable y podría incitar a las personas que lo han dejado, o que están intentando dejarlo, a volver al hábito.

**Exposición de los niños al tabaco:** los niños que crecen en zonas donde la legislación sobre espacios libres de humo ha sido habitual desde su infancia están expuestos al hábito de fumar cuando ven a usuarios de cigarrillos electrónicos. Algunos expertos creen que esto hace retroceder los avances realizados por la legislación sobre espacios libres de humo al cambiar las percepciones sobre el hábito de fumar. Les preocupa que el hábito de fumar, ya sea un cigarrillo electrónico o un cigarro normal, se vuelva a fomentar una vez más entre los niños y los jóvenes.

**Falta de evidencia:** actualmente, una de las preocupaciones clave entre los profesionales sanitarios es la falta de evidencias sobre el daño potencial para el usuario. Aunque se cree que estos productos son menos nocivos que los cigarrillos normales, los dispositivos incluyen distintas sustancias químicas y todavía no se han realizado estudios a largo plazo sobre los efectos de estas sustancias sobre la salud. Es necesario realizar más investigaciones sobre el daño que provoca el vaho, el vapor, los sabores y los aditivos que emiten nicotina.

La European Lung Foundation (Fundación Europea del Pulmón) y la European Respiratory Society (Sociedad Europea de Enfermedades Respiratorias) han dado respuesta a la incertidumbre sobre estos productos y realizarán un estudio para averiguar los efectos de estos productos a corto y a largo plazo.

## ¿Por qué es necesaria una regulación del producto?

Los productos sustitutos de la nicotina y los dispositivos que se utilizan para ayudar a los fumadores a dejar el hábito se regulan como si fuesen medicamentos. Esto supone que Agencia Europea de Medicamentos asegurará de que los medicamentos y dispositivos médicos funcionan y de que su uso es seguro.

Si el producto estuviera regulado, se controlarían las sustancias químicas y las cantidades de nicotina presentes en los cigarrillos electrónicos. Los fumadores podrían hacer una elección equilibrada entre los cigarrillos electrónicos y otros tratamientos de sustitución de nicotina para ayudarles a dejarlo. También proporcionaría a los usuarios la tranquilidad de que los productos pasan por controles de calidad y que contienen las sustancias químicas indicadas en la etiqueta.

## Situación actual en Europa

Las restricciones y regulaciones sobre los cigarrillos electrónicos varían según el lugar del mundo. Australia, Brasil, China, Singapur, Tailandia y Uruguay han prohibido terminantemente el uso de estos cigarrillos. En Nueva Zelanda, estos productos se regulan como medicamentos y solo pueden adquirirse en farmacias. Cada Estado miembro los regula de manera distinta: como productos para fumar o productos farmacéuticos, o como productos de consumo conforme a la Directiva de Seguridad General de los Productos. La Comisión Europea ha propuesto regularlos como medicamentos en su revisión de la Directiva sobre Productos del Tabaco.

La ELF ha sido fundada por la Sociedad Europea de Neumología (European Respiratory Society, ERS) con el objetivo de reunir a los pacientes, al público y a los profesionales de la neumología para influir positivamente en la medicina respiratoria. La ELF está volcada en la salud pulmonar de toda Europa y a los especialistas sanitarios europeos más importantes con el fin de proporcionar información a los pacientes y concienciar al público acerca de las enfermedades respiratorias.

