

Los hechos: cigarrillos electrónicos



Por qué es importante la intervención del médico

- Los cigarrillos electrónicos—también conocidos como e-cigarrillos, plumas de vapor y vaporizadores—no han existido durante suficiente tiempo como para determinar los efectos que tengan sobre la salud a largo plazo.
- Algunos estudios han encontrado químicos nocivos en algunos cigarrillos electrónicos. Estas sustancias incluyen rastros de metales, compuestos orgánicos volátiles y nitrosaminas, que son cancerígenas.^[1]

No son un recurso comprobado para ayudar a dejar de fumar

- La Administración de Alimentos y Medicamentos (FDA, por sus siglas en inglés) no ha aprobado a los cigarrillos electrónicos como un recurso de ayuda para dejar de fumar. Existen siete recursos y medicamentos aprobados por la FDA que contribuyen a dejar de fumar cuya seguridad y eficacia está comprobada cuando se usan como corresponde.^[2]
- Tobacco Free Florida ofrece servicios gratuitos para ayudar a dejar el tabaco que pueden aumentar cinco veces la posibilidad de que los pacientes tengan éxito en el intento de dejar de fumar.^[3]
 - Estos servicios ofrecen de manera gratuita terapia de reemplazo de nicotina (NRT, siglas en inglés) aprobada por la FDA, si es adecuado a nivel médico y mientras duren los suministros.
 - Los habitantes de la Florida que quieran dejar de fumar pueden encontrar los servicios para dejar de consumir tabaco que funcionen mejor para cada uno de ellos en www.tobaccofreeflorida.com.

Uso dual junto a los cigarrillos convencionales

- Aproximadamente tres de cada cuatro usuarios de cigarrillos electrónicos también siguen fumando cigarrillos comunes, lo que se llama “uso dual”.^[4]
- El uso dual no es una manera efectiva de proteger tu salud.^[5] Incluso las personas que fuman menos de cinco cigarrillos al día pueden presentar síntomas tempranos de enfermedades cardíacas.^[6]

Los cigarrillos electrónicos y los jóvenes

- Las llamadas mensuales a los centros de control de intoxicaciones con respecto a la exposición a la nicotina líquida han aumentado de manera considerable. En tan solo algunos años, las consultas por mes aumentaron de 1 a 215.^[7]
- En la Florida, la cantidad de alumnos de escuela secundaria que eran usuarios actuales de cigarrillos electrónicos se triplicó, de 5,4 por ciento en 2013 a 15,8 por ciento en 2015.^[8]
- Existe evidencia de que es más probable que los adolescentes que usan cigarrillos electrónicos empiecen a fumar cigarrillos comunes.^{[9][10]}
- Los cuerpos de los adolescentes son más sensibles a la nicotina, y los jóvenes se hacen adictos con mayor facilidad que los adultos.^[11] Debido a que el cerebro de los adolescentes todavía se está desarrollando, el consumo de nicotina durante la adolescencia puede afectar la formación de los circuitos cerebrales que controlan la susceptibilidad a la adicción.^[12]

Para obtener más información sobre cómo ayudar a sus pacientes a dejar de fumar, visite tobaccofreeflorida.com/healthcare-provider.

1. Cheng T. Chemical Evaluation of Electronic Cigarettes. *Nicotine & Tobacco Research* 2014;23(1):1–7. 23 de mayo de 2014. <http://www.ncbi.nlm.nih.gov/pubmed/24732157>.
2. "Five Keys for Quitting Smoking." Centers for Disease Control and Prevention. Centers for Disease Control and Prevention, n.d. Web.
3. Professional Data Analysts. "BTFF Tobacco Cessation Evaluation FY15 Synthesis Report." 15 de febrero de 2015.
4. King, Patel, Nguyen, and Dube. Trends in Awareness and Use of Electronic Cigarettes among U.S. Adults, 2010–2013. *Nicotine Tob Res* ntr191 publicado originalmente online el 19 de septiembre de 2014 doi:10.1093/ntr/ntu.191.
5. Centers for Disease Control and Prevention. "Transcript for CDC press briefing: CDC launches powerful new ads in "Tips From Former Smokers" campaign." 26 de marzo de 2015. Web. Evaluado por última vez el 24 de julio de 2015. <http://www.cdc.gov/media/releases/2015/10326-tips.html>.
6. U.S. Department of Health and Human Services. *The Health Consequences of Smoking—50 Years of Progress: A Report of the Surgeon General*. Atlanta: U.S. Department of Health and Human Services, Centers for Disease Control and Prevention, National Center for Chronic Disease Prevention and Health Promotion, Office on Smoking and Health, 2014.
7. Chatham-Stephens, Kevin, et al. "Notes from the Field: Calls to Poison Centers for Exposures to Electronic Cigarettes—United States, September 2010–February 2014." *Morbidity and Mortality Weekly Report*. Centers for Disease Control and Prevention, 4 de abril de 2014. http://www.cdc.gov/mmwr/preview/mmwrhtml/mm6313a4.htm?s_cid=mm6313a4_w.
8. Florida Youth Tobacco Survey (FYTS), Florida Department of Health, Bureau of Epidemiology, 2015.
9. Thomas A Wills, Rebecca Knight, James D Sargent, Frederick X Gibbons, Ian Pagano, Rebecca J Williams Longitudinal study of e-cigarette use and onset of cigarette smoking among high school students in Hawaii. *Tob Control* doi:10.1136/tobaccocontrol-2015-052705.
10. Coleman BN, Apelberg BJ, Ambrose BK, et al. Association between electronic cigarette use and openness to cigarette smoking among US young adults. *Nicotine Tob Res*. 2015; 17(2):212-218.
11. U.S. Department of Health and Human Services. *How Tobacco Smoke Causes Disease: The Biology and Behavioral Basis for Smoking-Attributable Disease: A Report of the Surgeon General*. Atlanta, GA: U.S. Department of Health and Human Services, Centers for Disease Control and Prevention, National Center for Chronic Disease Prevention and Health Promotion, Office on Smoking and Health, 2010.
12. England, L. et al. Nicotine and the Developing Human: A Neglected Element of the E-cigarette Debate. *Am J Prev Med*. 2015 Mar 7. [Publicado en internet antes que en forma impresa].