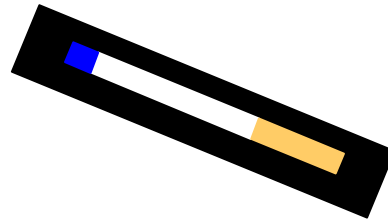


Hoja Informativa Sobre Los Cigarrillos Electrónicos (E-Cigarrillos)

Respuestas a Algunas Preguntas Frecuentes



¿Qué Son? - Los cigarrillos electrónicos (también se conocen como vaporizadores o 'e-cigarrillos') tienen la apariencia de un cigarrillo tradicional. Son aparatos que funcionan con baterías y que se utilizan para calentar un cartucho que generalmente contiene nicotina. Este proceso genera un vapor que transporta nicotina, además de aditivos con sabores y otros químicos, a los pulmones y al cerebro y otras partes del cuerpo.

¿Son Peligrosos? - La respuesta más directa es que los cigarrillos electrónicos pueden ser peligrosos y probablemente lo sean. El departamento de Administración de Drogas y Alimentos de Estados Unidos (que también se conoce como la FDA) NO ha regulado los cigarrillos electrónicos, no los ha sometido a pruebas de control de calidad, no los ha aprobado y no los ha puesto a prueba de manera adecuada para investigar su seguridad. La FDA encontró que los niveles de nicotina en algunos de los cartuchos variaban de manera importante. Las pruebas preliminares encontraron niveles detectables de carcinógenos conocidos en el vapor de algunos cigarrillos electrónicos (los carcinógenos son químicos que causan cáncer tales como las nitrosaminas y otros químicos que se utilizan en los líquidos anticongelantes de los motores de carros). La cantidad de nicotina que se encuentra en el líquido de los cartuchos de repuesto podría causar la muerte al ser ingerido por un niño o por un adulto. Los cigarrillos electrónicos necesitan someterse a muchas más pruebas de investigación.

¿Son Legales? - Aún no se ha determinado la legalidad de los cigarrillos electrónicos. La FDA ya ha sido enfrentada sobre su jurisdicción o capacidad legal ante el tema de los cigarrillos electrónicos. Los países de Canadá y Australia han prohibido los cigarrillos electrónicos, además de que es ilegal vendérselos a los menores en el estado de California.

¿Quién Los Vende? - Al principio los cigarrillos electrónicos fueron creados y distribuidos por fabricantes Chinos a través de Estados Unidos y los mercados del mundo. Los productos variaban mucho en cuanto a la calidad, el precio y el contenido de nicotina. Sin embargo, durante los últimos 18 meses las 3 compañías más importantes de tabaco en Estados Unidos, y por lo menos una compañía que se dedica a fabricar puros, han adquirido a otras compañías que fabrican cigarrillos electrónicos o ya inclusive están fabricando sus propios cigarrillos electrónicos. Estas compañías actualmente se dedican a modificar los diseños para que éstos sean más 'modernos y llamativos' y además están trabajando para mejorar el control de calidad. Como algunas personas están dejando de fumar tabaco, las compañías tabacaleras ven a los cigarrillos electrónicos como una nueva manera de ganar dinero y también de mantener a las personas adictas a la nicotina al normalizar el fumar tabaco de nuevo.

¿Le Podrían Ayudar a Las Personas a Dejar de Fumar? - Los fabricantes de los cigarrillos electrónicos y la industria del tabaco le quieren hacer creer a las personas que esto es cierto, pero hasta el momento no hay evidencia científica confiable que recomiende el uso de los cigarrillos electrónicos como una manera de dejar de fumar. Algunos estudios pequeños han mostrado que algunas personas han dejado de fumar tabaco al usar los cigarrillos electrónicos, pero la mayoría continúan usando los cigarrillos electrónicos porque siguen estando adictos a la nicotina. Los cigarrillos electrónicos podrían satisfacer el acto de fumar (el movimiento de las manos y la boca que es un hábito que se disfruta al fumar) y también podrían tener menos químicos dañinos que los cigarrillos tradicionales, pero esto no quiere decir que sean una opción segura y efectiva para dejar de fumar. Además, el usuario sigue dependiendo de la nicotina para ayudarle a enfrentar la vida. Si alguien quiere dejar su adicción a la nicotina, lo más probable es que los cigarrillos electrónicos no le ayuden. Actualmente hay 7 medicamentos seguros, bajo control de calidad y aprobados por la FDA – lo que

incluye 5 productos para reemplazar la nicotina y 2 medicamentos sin nicotina – que han sido científicamente comprobados para ayudar a los fumadores a dejar de fumar tabaco. Se recomienda que se usen estos productos para dejar de fumar y desintoxicarse de la adicción a la nicotina de manera segura.

¿Qué Pasa al Exponerse al Vapor de Segunda Mano? - Una de las cosas que les llama la atención a los usuarios de los cigarrillos electrónicos es que sienten que pueden “prender” el cigarrillo en los lugares donde se ha prohibido el uso de los cigarrillos tradicionales de tabaco – en el trabajo, en los edificios públicos, en las tiendas, en las salas de cine, etc. Nuevamente, no han habido suficientes estudios de investigación de parte de la FDA para averiguar si es seguro exponerse a estos vapores de segunda mano. Las organizaciones que abogan en contra del tabaco, tales como la Asociación Americana del Corazón, la Sociedad Americana del Cáncer y la Asociación Americana del Pulmón, todas están a favor de las leyes que prohíben el uso de los cigarrillos electrónicos en los lugares donde se ha prohibido fumar cigarrillos tradicionales. El estado de Nueva Jersey ha aprobado estas leyes. El estado de California todavía no ha aprobado una ley estatal similar, pero algunas ciudades y condados en California ya lo han hecho con el fin de proteger nuestro aire limpio y también para no volver a normalizar el fumar en la sociedad.

¿Qué Pasa Con Los Cigarrillos Electrónicos y Los Adolescentes?

- Los cigarrillos electrónicos tienen el mayor atractivo entre los adolescentes y los adultos jóvenes porque son vistos como algo ‘cool’ (chido, chévere, de moda), además de que los cigarrillos electrónicos se venden con diferentes sabores y algunos tienen puntas o tapas que brillan. A los adolescentes también les podrían gustar a la hora de socializar con sus amistades. La Encuesta Nacional de Tabaco Entre Los Jóvenes reveló que el uso se duplicó entre los estudiantes de secundaria (6° a 8° grado) y preparatoria (9° a 12° grado) entre los años 2011-2012 – el 20% de los estudiantes de secundaria que nunca habían fumado un cigarrillo regular SI HABIAN usado un cigarrillo electrónicos. Estos adolescentes tan jóvenes tienen un mayor riesgo de volverse adictos a la nicotina. A muchos funcionarios en salud pública les preocupa que los cigarrillos electrónicos vayan a incrementar la adicción a la nicotina entre la juventud y que, cuando los cigarrillos electrónicos no estén disponibles, los jóvenes van a recurrir a fumar cigarrillos tradicionales de tabaco.

¿Qué Es Lo Que SI FUNCIONA Si Alguien Quiere Dejar De Fumar?

- La manera más efectiva de dejar de fumar es conseguir buen apoyo y preparación, además de usar los productos para reemplazar la nicotina que han sido aprobados por la FDA (los parches, los chicles o goma de mascar, y las pastillas), o los medicamentos con receta: *Zyban* ó *Chantix*. La Línea de Ayuda para Fumadores de California ha ayudado a 600,000 Californianos a dejar de fumar. Cualquier persona puede conseguir ayuda *GRATIS* al llamar al teléfono 1-800-NO-BUTTS (1-800-662-8887). También puede visitar la página de internet <http://smokefree.gov/smokefreetxt> para obtener apoyo gratis y motivación por medio de mensajes de texto para ayudarlo a intentar dejar de fumar. Asegúrese de hablar con su doctor sobre los medicamentos para ayudarlo a dejar de fumar, o compre en cualquier farmacia sin necesidad de receta el parche, el chicle o la goma de mascar o las pastillas. Lo más importante al dejar de fumar es seguirlo intentando – un día a la vez.

La información contenida en este documento fue consolidada y editada de la hoja informativa *American Legacy Foundation Electronic Cigarette Fact Sheet*, (2009). Para mayor información - <http://www.legacyforhealth.org/> - y también del documento debajo:

Alameda County Behavioral Health Care Services Informational Document on Electronic Cigarettes (2013). Para leer el documento completo - <http://www.acbhcs.org/>.

Esta hoja informativa fue preparada por el programa “ATOD Network tobacco dependence clinical training program” localizado en Thunder Road, Oakland, California, Octubre de 2013.