

“NUEVAS FORMAS” DE CONSUMO DEL TABACO

“NUEVAS FORMAS” DE CONSUMO DEL TABACO

En los últimos años, la industria tabaquera ha creado “nuevas formas para el consumo del tabaco”, a través de dispositivos muy llamativos como los son cigarrillos electrónicos o los productos para calentar el tabaco, con la idea de reemplazar el cigarrillo convencional.

La aparente inocuidad de estos dispositivos y el deseo de vivir nuevas sensaciones, principalmente en más jóvenes, convierten a estos dispositivos en verdaderos peligros para la salud, siendo muchas veces el paso previo al consumo de cigarrillos convencionales u otras drogas.

CIGARRILLOS ELECTRÓNICOS:

¿QUÉ SON LOS CIGARRILLOS ELECTRÓNICOS?

Son pequeños dispositivos, con un depósito que contiene un líquido con diversos compuestos químicos, saborizantes, que pueden tener o no nicotina. Mediante una batería y un atomizador esta “mezcla” se vaporiza y es inhalada (“vapear”), simulando fumar un cigarrillo convencional. Existen múltiples modelos de cigarrillos electrónicos, que pueden ser recargables o de un solo uso.



¿QUÉ EFECTOS SOBRE LA SALUD PRODUCEN LOS CIGARRILLOS ELECTRÓNICOS?

Los cigarrillos electrónicos no son inocuos, pues suponen un riesgo para la salud.

El líquido de los cigarrillos electrónicos contiene principalmente propilenglicol y glicerina. Al ser vapori-

zado produce sustancias tóxicas que irritan las vías respiratorias, agravando enfermedades respiratorias, pero también emite sustancias cancerígenas. Los que contengan nicotina producen adicción, problemas cardiacos y también efectos carcinógenos.

Existen riesgos de “intoxicaciones graves” o “daños pulmonares severos” por su uso, como las muertes de jóvenes en Estados Unidos en el 2019.

No está demostrado que sea menos nocivo que el cigarrillo convencional, ni que sirva para ayudar a dejar de fumar.

CIGARRILLOS ELECTRÓNICOS Y JÓVENES

El cigarrillo electrónico tiene variedad de aromas y sabores y con una gran campaña de marketing lo que hace un producto muy atractivo para los jóvenes.

Según últimos datos, la mitad de los jóvenes de nuestro país ha consumido al menos en una ocasión cigarrillos electrónicos.

En ellos preocupa además que muchos se “inician” con el cigarrillo electrónico, y luego pasan al cigarrillo convencional o al cannabis.

¿QUÉ RECORDAR DE LOS CIGARRILLOS ELECTRÓNICOS?

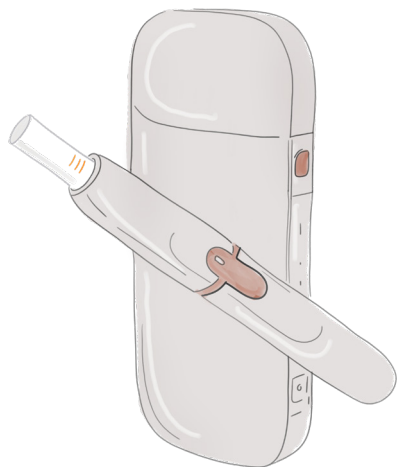
- No es vapor de agua! A pesar de su diseño y aroma atractivo, el “vapor” producido contiene sustancias tóxicas y carcinogénicas para quien lo inhala como para quien esté expuesto.
- No ayuda a dejar de fumar a los fumadores, y por el contrario en jóvenes que nunca han fumado puede ser la forma de inicio al tabaquismo.
- Tienen una campaña publicitaria intensa, no te dejes engañar, no son saludables, ni “naturales”.

DISPOSITIVOS “CALENTADORES” DEL TABACO SIN COMBUSTIÓN (IQOS, PLOOM, GLO):

¿QUÉ SON LOS DISPOSITIVOS PARA CALENTAR EL TABACO?

Son dispositivos que “calientan” tabaco procesado a una temperatura elevada, sin combustión. El calentamiento del tabaco procesado produce aerosoles

que contienen nicotina y otras sustancias químicas, que son inhalados, imitando a los cigarrillos convencionales de combustión.



¿QUÉ PARTES TIENEN LOS DISPOSITIVOS CALENTADORES DE TABACO?

Todos los modelos tienen 3 partes:

1. El producto del tabaco: Tabaco procesado y empapado en propilenglicol y glicerina con la forma de “cigarrillos cortos” (llamados Heets, en el caso de los IQOS), que son insertados en el dispositivo de calentamiento.
2. Dispositivo electrónico de calentamiento: Compuesto principalmente por una batería y una fuente de calor (laminas metálicas o cámaras selladas que se calientan y aerolizan el tabaco). Estos dispositivos están preparados para “calentar” las unidades de tabaco procesado a una temperatura inferior a 400°C, evitando así la combustión, que sí se produce en los cigarrillos convencionales (800-1000°C).
3. Dispositivo de carga de batería.

¿LOS “CIGARRILLOS CORTOS” DE LOS DISPOSITIVOS CALENTADORES DEL TABACO SON SIMILARES A LOS CIGARRILLOS CONVENCIONALES?

La composición de los “cigarrillos cortos” (tabaco procesado) de los dispositivos calentadores es similar a los de un cigarrillo convencional: h. Hojas de tabaco que contienen nicotina y cientos de aditivos. Sin embargo, a los primeros se añade propilenglicol y glicerina, que forman el aerosol similar a los cigarrillos electrónicos (que no contienen el cigarrillo convencional).

¿QUÉ EFECTOS SOBRE LA SALUD PRODUCEN LOS DISPOSITIVOS CALENTADORES DEL TABACO?

Al consumir estos dispositivos, se ha comprobado la emisión de sustancias tóxicas y cancerígenas como nitrosaminas, benzopirenos, alquitrán, hidrocarburos cíclicos, monóxido de carbono, etc. en cantidades muy importantes, aunque algo menor que los cigarrillos convencionales, pero lo suficiente para producir daños en la salud.

¿SON LO MISMO LOS DISPOSITIVOS CALENTADORES DEL TABACO Y LOS CIGARRILLOS ELECTRÓNICOS?

No debemos confundir los dispositivos calentadores de tabaco con los cigarrillos electrónicos, ya que los primeros contienen tabaco y los segundos un cartucho con líquido que puede contener o no nicotina, pero no tabaco.

¿SE LES APLICA LA MISMA NORMATIVA QUE A LOS CIGARRILLOS CONVENCIONALES?

Al tratarse de un “producto del tabaco”, se le aplica la normativa vigente Ley 28/2005 de medidas sanitarias frente al tabaquismo y reguladora de la venta, el suministro y la publicidad de los productos del tabaco, igual que a los cigarrillos convencionales.

¿QUÉ RECORDAR DE LOS DISPOSITIVOS CALENTADORES DEL TABACO?

- No es un cigarrillo electrónico.
- A pesar de ser un dispositivo de “calentamiento” y no de combustión, se producen emisiones de sustancias tóxicas y cancerígenas, como el cigarrillo convencional, aunque en menor cantidad, pero lo suficientemente nocivos.

	CIGARRILLO CONVENCIONAL	CIGARRILLO ELECTRÓNICO	DISPOSITIVOS CALENTADORES DE TABACO
SUSTANCIAS	TABACO	PROPILENGLICOL, GLICERINA, SABORIZANTES, (CON Y SIN NICOTINA)	TABACO PROCESADO (IMPREGNADO EN PROPILENGLICOL Y GLICERINA)
FORMATO	CIGARRILLO CONVENCIONAL	CILINDRO DE ACERO + LÍQUIDO	DISPOSITIVO CALENTADOR + CIGARRILLO “CORTO”
MÉTODO	COMBUSTIÓN DEL TABACO (800-1000°C)	INHALACION DE VAPOR (“VAPEO”)	CALENTAMIENTO DEL TABACO (350-400°C)
EFFECTOS SOBRE LA SALUD	NOCIVO	NOCIVO	NOCIVO

REFERENCIAS BIBLIOGRÁFICAS

- Informe de Sanidad, Consumo y Bienestar Social. Cigarrillo electrónico (2022) y de Productos de Tabaco por calentamiento (2019). <https://www.sanidad.gob.es/ciudadanos/proteccionSalud/tabaco/InformesTabaco.htm>
- Jiménez C, et al. El cigarrillo electrónico. Declaración oficial de la Sociedad Española de Neumología y Cirugía Torácica (SEPAR) sobre la eficacia, seguridad y regulación de los cigarrillos electrónicos. Arch Bronconeumol. 2014; 50(8) :362–367 <http://dx.doi.org/10.1016/j.arbres.2014.02.006> <https://www.archbronconeumol.org/es-el-cigarrillo-electronico-declaracion-oficial-articulo-S0300289614000799>

MATERIAL EDUCATIVO

SEPAR

- Te ayudamos a dejar de fumar (castellano). Sociedad Española de Neumología y Cirugía Torácica (SEPAR): <https://www.separ.es/node/690>
- Retos SEPAR: Tabaquismo Reto 05: <https://www.separ.es/?q=node/882>
- Documentos ERS/ELF Cigarrillos electrónicos, productos sin combustión y tabaco sin humo (castellano) European Lung Foundation (ELF) <https://europeanlung.org/es/information-hub/factsheets/cigarrillos-electronicos-productos-sin-combustion-y-tabaco-sin-humo/>

Nota

La información que se facilita en este documento ha sido realizada por profesionales especialistas en salud respiratoria de la Sociedad Española de Neumología y Cirugía Torácica (SEPAR).

La información proporcionada se basa en las mejores prácticas clínicas disponibles.

La información proporcionada ha sido consensuada con las asociaciones de pacientes que constan al final de la página.

La información que se le proporciona le ayudará a complementar la ofrecida por el equipo que le atiende y será una guía para poder “saber más”.

Puede que tenga que leerlo varias veces y/o necesite más información. En este caso, puede acceder a las diferentes fuentes de información que le presentamos al final de la página.

Esta información no sustituye a la información del profesional de la salud.

La información proporcionada puede ser útil para todos los profesionales de la salud que cuidan a los pacientes con enfermedades respiratorias.

Los patrocinadores que puedan figurar al final del documento, externos a SEPAR, no han influido en los contenidos.

Autores:

Área de Tabaquismo SEPAR: Raúl Sandoval y Gloria Francisco.

SeparPacientes: Eusebi Chiner y Carme Hernández

Con el apoyo de:

