

Cigarrillos Electrónicos



- Los cigarrillos electrónicos son dispositivos de batería diseñados para expender la nicotina con saborizantes y otros productos químicos para los usuarios en forma de vapor en lugar de humo
- Aunque no lo hacen producir humo de tabaco, los cigarrillos electrónicos todavía contienen nicotina y otros químicos potencialmente peligrosos
- La evidencia temprana sugiere que el uso de cigarrillos electrónicos puede servir como un producto introductorio para jóvenes que luego usan otros productos de tabaco

Los cigarrillos electrónicos (también llamados e-cigret o expendedor electrónico de nicotina) son dispositivos que funcionan con baterías diseñados para expender la nicotina al usuario con saborizantes y otras sustancias químicas en vapor en lugar de humo. Se pueden fabricar para parecerse a los cigarrillos de tabaco tradicional, cigarros o pipas, o incluso artículos cotidianos como bolígrafos o memorias portátiles USB; los dispositivos más nuevos, como los que tienen tanques rellenables, se pueden ver diferentes. Actualmente hay más de 250 marcas diferentes de cigarrillos electrónicos en el mercado, incluyendo los JUUL, un elegante y pequeño cigarrillo electrónico que se asemeja a un aparato de memoria externa. A diferencia de otros tipos de cigarrillos electrónicos, JUUL no parece un cigarrillo tradicional y, por lo tanto, puede que no sea inmediatamente identificable como un dispositivo de vapeo. Debido a su tamaño, los dispositivos JUUL son discretos y se pueden ocultar fácilmente en un puño o en un bolsillo.

¿Cómo Funcionan Los Cigarrillos Electrónicos?

La mayoría de los cigarrillos electrónicos constan de tres componentes diferentes, que incluyen:

- Un cartucho, que contiene una solución líquida que contiene diferentes cantidades de nicotina, saborizantes y otros químicos
- Un dispositivo de calentamiento (vaporizador)
- Una fuente de alimentación (generalmente una batería)

En muchos cigarrillos electrónicos, la inhalación activa el dispositivo que se calienta con baterías, lo cual vaporiza el líquido en el cartucho. El aerosol o vapor resultante se inhala (llamado "vapeo").

¿Cómo Afectan Los Cigarrillos Electrónicos Al Cerebro?

La nicotina en los líquidos electrónicos se absorbe fácilmente de los pulmones al torrente sanguíneo cuando una persona usa un cigarrillo electrónico. Al ingresar a la sangre, la nicotina estimula las glándulas suprarrenales para liberar la hormona epinefrina (adrenalina). La epinefrina estimula el sistema nervioso central y aumenta la presión arterial, la respiración y el ritmo cardíaco. Como con la mayoría de las sustancias adictivas, la nicotina activa los circuitos de recompensa del cerebro y también aumenta los niveles de un mensajero químico en el cerebro llamado dopamina, que refuerza los comportamientos de la recompensa. El placer causado por la interacción de la nicotina con el circuito de recompensa motiva a algunas personas a usar nicotina una y otra vez, a pesar de los riesgos para su salud y bienestar.



**CONNECTICUT
Clearinghouse**
a program of the Connecticut Center
for Prevention, Wellness and Recovery

800.232.4424 (phone)
860.793.9813 (fax)
www.ctclearinghouse.org

Una biblioteca y centro de recursos sobre el alcohol, tabaco, otras drogas, la salud mental y el bienestar

Uso De Los Cigarrillos Electrónicos Por Los Jóvenes

Los cigarrillos electrónicos son populares entre los adolescentes y ahora son la forma de uso de tabaco más común utilizada entre los jóvenes en los Estados Unidos. Su fácil disponibilidad, atractivas publicidades, varios sabores de líquido y la creencia de que son más seguros que los cigarrillos ha ayudado a que sean más atractivos para este grupo de edad.

Además de los efectos desconocidos para la salud, la evidencia preliminar sugiere que el uso de cigarrillos electrónicos puede servir como un producto introductorio para jóvenes que luego siguen utilizando otros productos de tabaco, incluidos los cigarrillos convencionales, que se sabe que causan enfermedades y conducen a la muerte prematura. Un reciente estudio demostró que los estudiantes que han usado cigarrillos electrónicos al haber comenzado el noveno grado tienen más probabilidades que otros de comenzar a fumar tradicionalmente cigarrillos y otros productos de tabaco.

Otro estudio apoya estos hallazgos, mostrando que los estudiantes de escuela secundaria que usaron cigarrillos electrónicos en el último mes fueron aproximadamente 7 veces más probables que reporten que fumaron cigarrillos cuando se les preguntó aproximadamente 6 meses después, en comparación con los estudiantes que dijeron que no usaron cigarrillos electrónicos. Notablemente, lo contrario no fue cierto, los estudiantes que dijeron que fumaron cigarrillos ya no tenían más probabilidades de reportar el uso de cigarrillos electrónicos cuando se le preguntó aproximadamente 6 meses después.

Efectos Sobre La Salud De Los Adolescentes

Los años de la adolescencia son críticos para el desarrollo del cerebro, que continúa hasta la edad adulta. Los jóvenes que usan productos de nicotina en cualquier forma, incluidos los cigarrillos electrónicos, tienen un riesgo único de sufrir efectos duraderos. Ya que la nicotina afecta el desarrollo del sistema de recompensa del cerebro, el uso continuo de cigarrillos electrónicos no solo puede conducir a la adicción a la nicotina, pero también puede hacer que otras drogas como la cocaína y la metanfetamina sean más placenteras al cerebro en desarrollo de un adolescente. La nicotina también afecta el desarrollo de circuitos cerebrales que controlan la atención y el aprendizaje. Otros riesgos incluyen trastornos del estado de ánimo y problemas permanentes con el control de los impulsos: incapacidad para combatir un impulso o impulso que puede hacerse daño a sí mismo o a otros

¿Pueden Los Cigarrillos Electrónicos Ayudar A Una Persona A Dejar De Fumar?

Algunas personas creen que los cigarrillos electrónicos pueden ayudar a reducir los antojos de nicotina en aquellos que intentan dejar de fumar. Sin embargo, los cigarrillos electrónicos no son una ayuda para dejar de fumar aprobada por la FDA, y no hay evidencia científica concluyente sobre la efectividad de los cigarrillos electrónicos para dejar de fumar a largo plazo. Cabe señalar que hay siete cosas aprobadas por la FDA para dejar de fumar que han demostrado ser seguras y pueden ser efectivas cuando se usan según las indicaciones.

Los cigarrillos electrónicos no se han evaluado exhaustivamente en estudios científicos. Por ahora, no hay suficientes datos sobre la seguridad de los cigarrillos electrónicos, cómo se comparan esos efectos sobre la salud con los cigarrillos tradicionales y si son útiles para personas que intentan dejar de fumar.

Recursos de Connecticut

Departamento de Servicios de Salud
Mental y Adicción

Programa Educativo de Prevención
del tabaco www.ct.gov/dmhas/

Departamento de Salud Pública

CT Quitline

www.ct.gov/dph1.800.QUIT-NOW

Recursos Nacionales

Asociación Americana del Pulmón

www.lung.org

Centros para el Control y la
Prevención de Enfermedades

www.smokefree.gov

www.SurgeonGeneral.gov

Administración de Alimentos y Drogas

www.fda.gov



CONNECTICUT
Mental Health & Addiction Services