

Javier Nieto, nefrólogo: "Los cigarrillos electrónicos sin combustión tienen hasta un 95% menos de compuestos perjudiciales" - Faro de Vigo

- El presidente de la Sociedad Castellanomanchega de Riesgo Cardiovascular defiende el uso de vapeadores para ayudar a abandonar el **tabaco** tradicional a los fumadores que no pueden dejarlo



Javier Nieto, presidente de la Sociedad Castellano Manchega de Riesgo Cardiovascular.

cigarrillos electrónicos, Tabaco, fumar

</sociedad/2024/06/22/javier-nieto-nefrologo-cigarrillos-electronicos-104140596.html>

Patricia Martín

Sábado, 22 junio 2024

La Sociedad Española de Hipertensión y Riesgo Vascular (SEHLELHA) y las sociedades autonómicas han presentado recientemente un posicionamiento destinado a defender que los productos sin humo, como los **cigarrillos electrónicos** sin combustión, pueden ser una alternativa para los **fumadores** que no logran dejarlo, para ayudarles a abandonar el **hábito nocivo**. Una postura alejada del planteamiento gubernamental de equiparar los vapeadores a los cigarrillos tradicionales, que se ha plasmado en el plan antitabaco.

Javier Nieto, nefrólogo, presidente de la sociedad castellanomanchega y jefe de la unidad de Hipertensión y Riesgo Vascular del Hospital Universitario de Ciudad Real, explica en esta entrevista cuál es la postura que defienden y cuáles sus evidencias.

-El problema del **tabaco** es perenne. Pese a las campañas y las advertencias, apenas disminuye el número de fumadores. ¿Por qué cree que sucede?

-La tasa de fumadores en España está ligeramente por encima de la media europea, con un 22%. Aunque ha disminuido el número de fumadores en las últimas décadas, existe una tendencia al estancamiento, sin que se hayan cumplido las expectativas previstas. Retrasos en la aparición y aplicación de las leyes, falta de concienciación social o atajos que con frecuencia utilizan los

fumadores frente a las prohibiciones pueden ser algunas de las causas. Quizás sea el momento para cambiar de estrategia. Es posible que una gestión del riesgo por tabaquismo se pueda ir abriendo camino para que, con todos los medios a nuestro alcance, podamos impedir que la gente se inicie en el hábito, consigamos la mayor deshabituación y en los casos en que no lo consigamos, reduzcamos su riesgo de enfermedad.

-¿Están funcionando los fármacos que financia Sanidad para dejar de fumar?

-Actualmente sólo se financia la citisina o citisiniclina, un medicamento que sustituye a la nicotina para unirse a los receptores cerebrales y ayuda al fumador a pasar el síndrome de abstinencia. Esta financiación permite un sólo intento al año y su eficacia se estima alta, con cerca del 20% de pacientes que lo consiguen durante al menos seis meses. Si bien algunos de ellos recaen pasado un año. Aunque sólo 20 de cada 100 lo consiguen, debe considerarse un buen resultado. Otros medicamentos como la vareniclina o el bupropión se retiraron del mercado por problemas de contaminación, si bien la vareniclina volverá a comercializarse en breve como genérico.

Recientemente, en una prestigiosa publicación, se asevera que existe una alta certeza de que los cigarrillos electrónicos con nicotina aumentan la tasa de abandono del hábito tabáquico cuando se compara con los parches de nicotina (sin efectos adversos relevantes), una tasa de éxito comparable a la obtenida con la vareniclina o la citisina. Lo que podría ser una ayuda para retirar a más fumadores del **tabaco** convencional, si bien habría que saber cuántos de ellos se mantendrán usando vapeadores y si sería más fácil deshabituarse de estos. Algunos estudios intentan demostrar que el abandono del **tabaco** puede aumentar si se utilizan dos técnicas al mismo tiempo. El Gobierno británico acaba de dispensar un millón de cigarrillos electrónicos gratuitamente entre aquellos pacientes que han mostrado su intención de dejar de fumar, acompañado de un kit para la deshabituación.

-Precisamente, SEHLELHA defiende el uso del cigarrillo electrónico para ayudar a las personas que no puede dejar de fumar. ¿Cuáles son las evidencias que sostienen este posicionamiento?

-La combustión del cigarrillo convencional genera humo que contiene muchas sustancias tóxicas o potencialmente tóxicas, capaces de producir enfermedades y la muerte. Los productos que no generan humo (sin combustión) tienen hasta un 95% menos compuestos perjudiciales, con lo que cabría esperar que su efecto fuera menos nocivo. A corto plazo se ha demostrado una clara reducción de marcadores de exposición a las sustancias tóxicas, que se traduce en una disminución de otros marcadores, estos biológicos en el cuerpo, causantes de enfermedades como el cáncer o las cardiovasculares. A medio plazo comienzan a publicarse mejoras en cardiopatía isquémica y EPOC cuando los pacientes se pasan a productos sin humo exclusivamente, ya que el consumo de estos, junto al cigarrillo convencional, no produce ningún beneficio. Aún no tenemos evidencia a largo plazo.

Un caso especial es el de Suecia, donde además de tener liberalizado por completo el mercado para productos derivados del **tabaco** y de nicotina, es muy popular desde los años 70 el uso del snus (prohibido en el resto de la Unión Europea), que son bolsitas que contienen **tabaco** con nicotina o esta última sólo, que se colocan entre la encía y la mejilla y van liberando su contenido lentamente, sin humo. En este país se ha observado una reducción muy significativa de los casos de cáncer de

pulmón, infarto de miocardio y EPOC. Además, será el único país 'libre de humo', es decir, menos de un 5% de fumadores de **tabaco**, en 2025.

Además, la FDA, la Administración estadounidense que regula la comercialización de productos del **tabaco**, teniendo en cuenta la reducción del riesgo potencial, valora la calificación de 'productos del **tabaco** de riesgo modificado' para aquellos con reducción del riesgo, como los snus, o disminución significativa de la exposición a sustancias tóxicas, como el **tabaco** calentado y los cigarrillos con menos de un 95% de nicotina. Con esto se permite añadir en su etiquetado frases como 'si usted fuma, considere esto: cambiando completamente los cigarrillos por este producto reduce el riesgo de padecer cáncer de pulmón'.

-Como plantea su uso para los pacientes que no pueden dejar de fumar ¿sería partidario de que los cigarrillos electrónicos se vendieran en farmacia y bajo prescripción médica, para evitar así su consumo por el resto de población, especialmente los jóvenes y menores?

-Australia es de los pocos países donde el acceso a los cigarrillos electrónicos con nicotina sólo se realiza mediante prescripción. Pero si estos productos se medicalizan, se podría impedir el acceso a los fumadores adultos que estén dispuestos a cambiar. Por el contrario, si su acceso se liberaliza, puede resultar demasiado fácil para los consumidores menores experimentar y que se inicien en su uso. Un planteamiento mixto quizás sea el apropiado.

-¿Qué opina del plan antitabaco que ha aprobado el Gobierno, que prevé equiparar los cigarrillos electrónicos con el **tabaco convencional?**

-Los cigarrillos electrónicos confieren un riesgo mayor a quien no fuma, si bien menor que al que fuma cigarrillos por combustión. Esto no quiere decir que el cigarrillo electrónico sea un sustitutivo del cigarrillo convencional en cualquier circunstancia. Sobre todo cuando, en los últimos años, vemos cómo los jóvenes se inician en este mal hábito utilizándolos, incluso en mayor medida que los convencionales. Algo que no es deseable bajo ningún concepto. Aunque no exentos de riesgo, podrían tener una indicación exclusivamente para aquellos fumadores que no quieren o no pueden dejar de fumar, asumiendo que correrán menos riesgo si se pasan a productos sin humo completamente.

Quizás los productos de gestión del riesgo por tabaquismo deberían regularse de acuerdo con su relación al riesgo potencial y a sus atributos específicos, siendo más restrictivos para aquellos capaces de producir más lesiones. Asegurando tanto a los organismos reguladores como a los consumidores que estos productos cumplen con estrictos criterios apropiados de calidad y seguridad, estando muy atentos a la aparición de productos ilícitos, que al carecer de supervisión serían menos seguros. En cualquier caso hay que proteger a los jóvenes en la iniciación o el uso de cualquier producto de **tabaco** o nicotina, utilizando todos los medios a nuestro alcance; sobre todo con una concienciación social y aprendizaje desde la familia y los colegios, además de otras regulaciones, que sin entrar en el ámbito de la vida privada, pueden ser eficaces como, por ejemplo, prohibir la venta de **tabaco** de por vida a partir de una fecha como en Nueva Zelanda, espacios sin humo, empaquetado neutro, eliminación de saborizantes, restricciones de ventas, prohibición de vapeadores desechables, etc.

-Recientemente, con motivo del Día mundial sin [Tabaco](#), la Sociedad Española de Oncología ha avisado de que el vapeo puede causar cáncer "incluso en menor tiempo de exposición que el [tabaco](#)". ¿Qué opina?

-Los cigarrillos electrónicos no son inocuos, los aerosoles de estos dispositivos contienen sustancias que, aunque en su mayoría se consideran seguras, su inhalación podría incrementar el riesgo de una posible afectación pulmonar crónica, si bien en mucho menor grado que con el humo proveniente del cigarrillo convencional. Recientemente, se han asociado los vapeadores con la aparición de cáncer de pulmón. En unos casos fueron pacientes que hacían un uso dual del vapeador junto con el cigarrillo por combustión y en estas circunstancias ya es sabido que no producen beneficio alguno. En otros el aerosol del vapeador produce unos cambios en algunas células (no en todas como hace el humo del [tabaco](#)) que se consideran marcadores potenciales de la aparición de cáncer en el futuro. De ser así, el tiempo y nuevas investigaciones podrían corroborarlo. En cualquier caso, la exposición a otros tóxicos cancerígenos o potencialmente cancerígenos del humo del [tabaco](#) se reduce en un 95% en los productos sin humo, con lo que cabe esperar una disminución en la aparición de estos tumores.