

## Vapeadores: ¿Cuáles son los riesgos en la salud de los cigarrillos eléctricos? | Vanguardia.com

- Hay preocupación por creciente uso de vapeadores como un potencial riesgo de salud pública.



Varios estudios científicos comprueban que estos cigarrillos pueden tener ingredientes desconocidos, sin embargo han hallado en el vapor trazas de cancerígenos que también se encuentran en el **tabaco**. Pixabay / VANGUARDIA

videos

<https://www.vanguardia.com/entretenimiento/salud/vapeadores-en-la-mira-por-los-riesgos-en-la-salud-FK6729...>

Sábado, 27 mayo 2023

Viene en aumento la 'moda' juvenil del vapeo. Los llamados cigarrillos electrónicos o vapeadores se venden como una opción más 'sana' para fumar, pero no son tan 'saludables' como se piensa.

Además: ABC del Síndrome del Túnel Carpiano

Los especialistas y asociaciones de prevención del tabaquismo ya han encendido la voz de alarma por este tipo de dispositivos que están lejos de ser inofensivos e inocuos, y que se comercializan en muchas formas y tamaños.

En el mercado los cigarrillos electrónicos pueden lucir como cigarrillos, cigarros (puros), pipas, bolígrafos, dispositivos de memoria USB o puede que estén disponibles en otras presentaciones.

Especialistas del grupo de cardiología del Instituto del Corazón de Sao Paulo (Brasil) aseguran que este producto tiene un índice de nicotina equivalente al consumo de más de 20 cigarrillos al día.

Tenga en cuenta que la obesidad se puede prevenir desde recién nacidos. Pixabay / VANGUARDIA  
Nutrición y alimentación, ¿es lo mismo?: Nueve recomendaciones para llevar una vida sana

Recientemente, el video que se volvió viral de una niña que recibe un surtido de vapeadores como regalo de primera comunión ha reabierto el debate sobre el uso de estos artículos por parte de menores de edad.

Si bien estos cigarrillos electrónicos no contienen **tabaco**, muchos de ellos sí contienen nicotina, la cual se origina del **tabaco**. Además, también tienen saborizantes y otros productos químicos como el propilenglicol y el glicerol vegetal, e incluso metales como el cromo o el níquel, que pueden afectar a la salud.

Vea esto: Nutrición y alimentación, ¿es lo mismo?: Nueve recomendaciones para llevar una vida sana

En Colombia, por ejemplo, se consumen más de un millón de vapes al año y el 5 % de ellos son jóvenes. Igualmente la encuesta de consumo realizada por el Dane en 2020, aproximadamente 1,1 millones de personas afirmaron haber usado un vapeador alguna vez, convirtiéndolo en la tercera sustancia legal más consumida en Colombia después del **tabaco** y el **alcohol**.

Ante estas cifras expertos concuerdan en que los fumadores de **tabaco** pasaron al uso de los vapeadores en un intento de minimizar riesgos para su salud, pero aclaran que esto sigue siendo contraproducente.

Los efectos en la salud

Juan Eduardo Guerrero Espinel, presidente de la Asociación Colombiana de Salud Pública, le explica a *Vanguardia* los riesgos y los efectos perjudiciales en la salud por el consumo de vapeadores.

Le aquí: Las enfermedades cardiovasculares son la principal causa de muerte en el mundo, según OMS

En primer lugar, advierte que los sistemas electrónicos de suministro de nicotina son indudablemente dañinos y deben estar estrictamente regulados. Además, deben mantenerse fuera del alcance de los adolescentes y de los niños.

“La nicotina es altamente adictiva y se encuentra en los cigarrillos electrónicos. Tanto los productos de **tabaco** como los vapeadores presentan riesgos para la salud y el enfoque más seguro es no consumirlos, es alejarlos de la adolescencia y de la niñez”, alerta el especialista.

Aunque es difícil identificar qué hay realmente en un líquido para vapear, uno de los más usados es el propilenglicol, capaz de diluir y transportar la nicotina por el organismo.

Por su parte, Miguel Ángel Zuleta, hemodinamista y coordinador de la Unidad Cardiovascular de la Clínica del Occidente, alerta que los vapeadores contienen unas sustancias aceitosas que al momento de calentarse estimulan el humo, concentrándose en los pulmones y produciendo alteraciones tanto en el sistema respiratorio como en otros órganos.

Se recomienda: Lanza fundación global para transformar y mejorar los sistemas de salud

Aunque hasta el momento no hay evidencia de que las enfermedades cardiovasculares hayan aumentado como consecuencia del uso de los vapeadores, el especialista reconoce que pueden generar el riesgo de padecer enfermedad coronaria, eventos cerebrovasculares y aneurismas, entre otras.

De hecho, un estudio llevado a cabo por la revista de la Asociación Americana del Corazón comprobó que vapear tiene un impacto más negativo para el sistema cardiovascular de los adolescentes hombres que el de las mujeres.

¿Cómo funcionan?

Los cigarrillos electrónicos calientan un líquido (referido como e-liquid o e-juice), para convertirlo en aerosol (lo cual es referido como el 'vapor'). Los usuarios de cigarrillos electrónicos inhalan esta sustancia que llega a sus pulmones.

¿Qué produce el humo del cigarrillo?

Deteriora todos los mecanismos de defensa del aparato respiratorio y por lo tanto generan inflamación y daños crónicos a la población, incluyendo problemas de neoplasias. Los aerosoles contienen productos químicos tóxicos, incluida la nicotina y otro tipo de sustancias que pueden causar cáncer. Además, generan enfermedades cardiovasculares, trastornos pulmonares y pueden llegar hasta el enfisema pulmonar.

Los líquidos más usados para vapear son:

El propilenglicol, que es capaz de diluir y transportar la nicotina por el organismo.

La nicotina, que es una sustancia psicoactiva que se encuentra originalmente en el **tabaco** y que provoca dependencia.

Sustancias aromáticas que imitan los más diversos olores como la menta.

Acciones de prevención

Juan Eduardo Guerrero Espinel, presidente de la Asociación Colombiana de Salud Pública, hace las siguientes recomendaciones sobre los vapeadores:

1. Medidas públicas para reducir el consumo de **tabaco**, además de aumentar el precio de los cigarrillos, se debe restringir el acceso.
2. Aumentar las advertencias explicando qué es lo que significa el consumo del cigarrillo y los vapeadores y todo el consumo de cigarrillos electrónicos.
3. Limitar la publicidad de este tipo de productos y realizar campañas en los medios de comunicación.
4. Tener programas de apoyo a la población que de una u otra forma ya es adicta, tiene dificultades y quiere dejar el **tabaco**.