



Cigarrillos electrónicos, “vaporizadores” y JUUL Lo que las escuelas deberían saber

¿Qué son estos productos?

- Los cigarrillos electrónicos son dispositivos alimentados por baterías que usan un elemento calentador para calentar un líquido electrónico, que generalmente contienen nicotina, a partir de un cartucho que produce un aerosol lleno de sustancias químicas.
- Muchos líquidos electrónicos o “jugos electrónicos” vienen con sabores frutales, lo que los hace atractivos para los niños.

Los cigarrillos electrónicos vienen en muchas formas y pueden parecerse a productos cotidianos, como plumas, unidades flash USB, teléfonos y lápices labiales.

- Actualmente, el cigarrillo electrónico más popular entre los adolescentes es el JUUL, que luce como una unidad flash USB y produce un aerosol apenas visible cuando se lo usa. Muchos cartuchos de JUUL contienen altos niveles de nicotina; se declara que un solo cartucho de JUUL contiene aproximadamente la misma cantidad de nicotina que un paquete de cigarrillos.

Las siguientes son algunas de las razones más comunes por las que los niños usan los cigarrillos electrónicos:²



39%

Lo usa un “amigo o un familiar”



31%

Disponibilidad de “sabores, como menta, caramelo, fruta o chocolate”



17%

Creen que “son menos dañinos que otras formas de tabaco, como los cigarrillos”

¿Los cigarrillos electrónicos son menos dañinos que los cigarrillos?

- El director general de sanidad de los Estados Unidos (U.S. Surgeon General) llegó a la conclusión de que el aerosol del cigarrillo electrónico no es seguro.
- Los cigarrillos electrónicos contienen ingredientes dañinos y potencialmente dañinos que incluyen formaldehído y acroleína, que pueden provocar daños irreversibles en los pulmones. También contienen nicotina.
- Los cigarrillos electrónicos se pueden usar para distribuir marihuana y otras drogas ilegales.
- La Administración de Medicamentos y Alimentos (Food and Drug Administration, FDA) no ha encontrado ningún cigarrillo electrónico que sea seguro y efectivo en ayudar a dejar de fumar; de hecho, más de la mitad de los consumidores adultos de cigarrillos electrónicos siguen consumiendo cigarrillos comunes.

¿El uso del cigarrillo electrónico por parte de los jóvenes es realmente una epidemia?

Para la FDA, el uso del cigarrillo electrónico entre los adolescentes es una epidemia que no da señales de ceder.

- Los cigarrillos electrónicos son los productos de tabaco más comúnmente usados entre los menores, casi el 12 por ciento de los estudiantes de secundaria de todo el país usan cigarrillos electrónicos y cerca del 20 por ciento usan, por lo menos, un producto de tabaco.¹

¹ Wang TW, Gentzke A, Sharapova S, Cullen KA, Ambrose BK, Jamal A. Tobacco Product Use Among Middle and High School Students — United States, 2011–2017. MMWR Morb Mortal Wkly Rep 2018;67:629–633. DOI: <http://dx.doi.org/10.15585/mmwr.mm6722a3>

² Tsai J, Walton K, Coleman BN, et al. Reasons for Electronic Cigarette Use Among Middle and High School Students — National Youth Tobacco Survey, United States, 2016. MMWR Morb Mortal Wkly Rep 2018;67:196–200. DOI: <http://dx.doi.org/10.15585/mmwr.mm6706a5>

Impacto del cigarrillo electrónico entre los adolescentes

En síntesis, no es seguro usar cigarrillos electrónicos, especialmente para los jóvenes.

- Las escuelas deben trabajar con sus estudiantes para ayudarles a aprender acerca de las consecuencias potenciales a largo plazo de usar cigarrillos electrónicos.
 - Los menores, a menudo, no se dan cuenta de que, al usar cigarrillos electrónicos, se están dañando los pulmones y el cerebro.
 - Los menores pueden no darse cuenta de que los productos que usan contienen nicotina, que es altamente adictiva y puede perjudicar el desarrollo del cerebro adolescente.
- No es solo un inofensivo vapor de agua: las emisiones de segunda mano de los cigarrillos electrónicos contienen nicotina, partículas ultrafinas, saborizantes como diacetil, un producto químico relacionado con la enfermedad pulmonar severa, compuestos orgánicos volátiles, como benceno, que se encuentra en los escapes de los automóviles, y metales pesados, como níquel, estaño y plomo.
- En la actualidad, la industria del cigarrillo electrónico aplica muchas de las mismas tácticas que funcionaron para vender los cigarrillos tradicionales durante décadas.
- Estos productos están diseñados para que los adolescentes los encuentren atractivos y que los adultos no los puedan detectar.

¿Qué deberían hacer las escuelas para proteger a sus estudiantes de estos productos?

- Instituir y aplicar políticas integrales de campus libres de tabaco, incluidos todos los cigarrillos electrónicos. Las políticas punitivas no son efectivas. Una gran parte de nuestros jóvenes ya se han vuelto adictos a la nicotina a través de estos productos de tabaco y, por lo tanto, se necesitan esfuerzos para ayudar a que los menores los abandonen. Las escuelas deben ofrecer programas en el sitio para ayudar a los estudiantes a abandonar el hábito o ponerlos en contacto con recursos de apoyo para liberarse de su adicción.

- Asegurarse de que todos los docentes, administradores y el resto del personal conozcan las diferentes clases de cigarrillos electrónicos que hay en el mercado y los peligros que significan para los jóvenes.
- Participar de la campaña de prevención “The Real Cost”. La campaña de prevención del tabaquismo de la FDA ahora presenta anuncios para informar a los adolescentes acerca de los peligros de los cigarrillos electrónicos. Las escuelas pueden aprovechar los materiales impresos gratuitos y el contenido de la campaña disponible en Internet.

¿Cuáles son los recursos que la American Lung Association ofrece para abordar este problema?

- El programa Not on Tobacco (N-O-T) es el programa para dejar de fumar de la American Lung Association y ayuda a los adolescentes que quieren dejar de fumar aportando herramientas, información y apoyo para dejar de fumar definitivamente.
- Se ofrece el programa Alternative to Suspension como una opción para los estudiantes que se enfrentan a una suspensión por violar la política de consumo de tabaco de la escuela; lo administra un facilitador adulto en un formato personalizado o grupal dentro de un entorno escolar o comunitario.

Contacto

La línea de ayuda Lung Helpline y Tobacco Quitline es una línea de apoyo telefónico disponible en más de 200 idiomas, es un servicio gratuito que permite al usuario comunicarse con personal experto, incluidos enfermeros diplomados, fisioterapeutas respiratorios, farmacéuticos y especialistas certificados en dejar de fumar.



1-800-LUNG-USA (1-800-586-4872) or www.Lung.org/helpline.



Obtenga más información acerca de este y otros programas en Lung.org.

Comuníquese con su oficina local de la American Lung Association para obtener información acerca de sus grupos de liderazgo y otras iniciativas relacionadas con el consumo juvenil de tabaco. **1-800-LUNGUSA**