

# CIGARRILLOS ELECTRÓNICOS

accions  
xarxa

*En los últimos años en varios países, y más recientemente en Cataluña, la comercialización de cigarrillos electrónicos ha crecido muy rápidamente, doblando o triplicando cada año el número de usuarios. A pesar de la popularidad de estos aparatos, aún existen muchas dudas entre los consumidores y los profesionales sanitarios.*

## ¿Qué es el cigarrillo electrónico?

Se trata de un aparato electrónico con forma de cigarrillo (también hay dispositivos con forma de puro o pipa) que vaporiza una mezcla de nicotina, propilenglicol y otros compuestos químicos. Se utiliza inhalando el vapor producido simulando el uso de las cigarrillos convencionales. El aparato consta de una batería recargable, un atomizador y un depósito o cartucho que contiene el líquido a vaporizar.

## ¿Qué contiene el líquido recargable?

El líquido recargable contiene nicotina (habitualmente entre 6 y 24 mg), propilenglicol (un alcohol usado como aditivo en alimentos y en algunos fármacos en forma de nebulizadores o inhaladores) y aditivos alimentarios que dan diferentes sabores.

Sin embargo, debido a la falta de regulación y controles de calidad, la composición puede variar entre diferentes marcas y dentro de una misma marca, y pueden contener otros tóxicos que no aparezcan en el etiquetado.

## ¿Son eficaces para dejar de fumar?

La eficacia de los cigarrillos electrónicos para dejar de fumar no ha sido científicamente demostrada. No hay ensayos clínicos controlados sobre la eficacia de estos aparatos ni para dejar de fumar ni como estrategia de reducción de daños.

## ¿Es seguro su uso?

No hay estudios que demuestren la seguridad en el consumo de los cigarrillos electrónicos, especialmente en su uso a largo plazo. Los principales posibles efectos secundarios son la sequedad de boca y la irritación de boca y garganta, por el efecto irritante del propilenglicol al ser inhalado. Es necesario, además, tener en cuenta las contraindicaciones propias de la nicotina.

Estudios preliminares muestran que los cigarrillos electrónicos son menos tóxicos que los cigarrillos convencionales. Como los cigarrillos electrónicos no generan humo al no quemar tabaco sino vapor, se ha extendido la creencia de que su uso es inocuo. Hasta el momento no hay estudios que demuestren la seguridad de estos aparatos. Sin embargo, no hay estudios sobre los potenciales efectos de la exposición pasiva al vapor exhalado.

*Estudios preliminares parecen indicar que son útiles para aliviar el craving o ansia de fumar, principalmente debido a que la inhalación del vapor caliente da una sensación similar a la del humo del tabaco.*



## ¿Dónde se pueden utilizar?

El uso de cigarrillos electrónicos no está regulado en la actualidad por la legislación de control del tabaco (ley 42/2010). Este vacío legal está siendo aprovechado por las empresas que los comercializan como alternativa a fumar tabaco en los lugares donde está prohibido. Esto está comprometiendo la “desnormalización” del tabaco en la sociedad alcanzada durante la última década. Por eso la Red Catalana de Hospitales sin Humo y la Red de Atención Primaria sin Humo recomiendan aplicar la misma normativa a los cigarrillos electrónicos, prohibiendo por normativa propia su uso, venta, promoción y publicidad en el interior o exterior de los centros sanitarios.

## ¿Podemos recomendarlos en nuestros centros sanitarios?

Actualmente, los cigarrillos electrónicos no se consideran fármacos para dejar de fumar o de reducción de daños. En la atención sanitaria pública no se puede recomendar su uso, al igual que sucede con las terapias alternativas que no tienen probadas su eficacia y seguridad.

Los únicos fármacos de primera línea con indicación para dejar de fumar son los sustitutivos de nicotina (parches, chicles y comprimidos de nicotina), el bupropión y la vareniclina. Hasta el momento, estos son los fármacos que podemos aconsejar como profesionales sanitarios. Hay que animar a los pacientes a intentar dejar de fumar con los fármacos indicados cuando nos manifiesten querer probar los cigarrillos electrónicos.

En caso de que un paciente haya decidido probarlos, tanto porque no quiera dejar de fumar, porque haya probado todos los fármacos aprobados para dejar de fumar con varios intentos sin éxito, o por otras razones, se aconseja informar del conocimiento que se tiene actualmente de estos aparatos a fin de que el paciente pueda decidir con más información y responsabilidad.



**Xarxa Catalana  
d'Hospitals sense fum**



Programa  
Atenció Primària  
sense fum  
[www.papsf.cat](http://www.papsf.cat)

*La publicación de estudios sobre los cigarrillos electrónicos es reciente pero de crecimiento rápido y continuo. Esta hoja informativa está realizada en base a las evidencias científicas disponibles hasta la fecha de elaboración del documento.*

Con la colaboración de



Generalitat de Catalunya  
**Agència de Salut Pública  
de Catalunya**



Generalitat de Catalunya  
**Departament de Salut**



Institut Català d'Oncologia