

DIEZ COSAS QUE DEBERÍAS SABER SOBRE EL CIGARRILLO ELECTRÓNICO

Mónica Álvarez

Lunes, 16 de Noviembre de 2015



El cigarrillo electrónico se introdujo en China en 2003 y desde entonces no ha dejado de extenderse.

¿Es igual de adictivo que el cigarro convencional? ¿Provoca cáncer? ¿Es capaz de calmar la ansiedad del fumador? ¿Ayuda a dejar el tabaco? Cinco años después de la expansión del cigarrillo electrónico a nivel mundial todavía son muchas las dudas que planean sobre esta nueva forma de fumar. Eduardo Calvo Corbella, miembro del Grupo de Respiratorio de la Sociedad Española de Medicina de Familia y Comunitaria (semFYC) y profesor asociado de la Facultad de Medicina de la Universidad Autónoma de Madrid despeja en DMedicina algunas de las más importantes.

1. ¿Es menos nocivo que el tabaco convencional?

Los expertos especulan que pudiera producir menor toxicidad que el cigarro convencional, pero no hay estudios que lo demuestren. No se conocen los efectos a largo plazo del uso del cigarro electrónico. Sí se sabe que produce menos sustancias carcinogénicas que el cigarro convencional. A altas temperaturas el propilenglicol se descompone y puede producir óxido de propileno, probable carcinogénico. El glicerol produce acroleína, aunque en menor proporción que el pitillo tradicional. Propilenglicol y glicerol producen carcinógenos como formaldehído y acetaldehído. También se han hallado trazas de carcinógenos propios del tabaco clásico, como nitrosaminas, metales, compuestos fenólicos y orgánicos volátiles. Los niveles de níquel detectados son mayores que los hallados en el tabaco clásico.

Por su parte, los cigarrillos electrónicos que inducen nicotina aumentan la frecuencia cardíaca y los niveles de cotinina en sangre. Esto varía en función de la experiencia del fumador y la técnica de inhalación ovapeo. Puede haber riesgo de intoxicación por nicotina si se ingiere por vía oral al manipular el cartucho, por lo que es peligroso dejar un cigarrillo electrónico al alcance de los niños.

2. ¿Qué efectos causa en los pulmones?

El cigarrillo electrónico produce alteraciones en la función pulmonar. Los cambios agudos hallados en la función respiratoria, como broncoconstricción, son menores a los que produce el cigarrillo convencional. Hay algún estudio que demuestra que provoca asma en niños, además de irritación en los ojos, garganta y vías aéreas. No existen datos de seguridad a largo plazo. Este nuevo modo de fumar también causa neumonía lipoidea; se han descrito casos aislados en grandes consumidores, relacionados con el depósito de glicerol en el pulmón.

3. ¿Y sobre el cerebro?

La acción sobre el cerebro sólo sería producida por los cigarrillos electrónicos que tienen nicotina en el líquido del contenedor para vapeo. Hay dos ensayos clínicos (Caponnetto y Bullen) que demuestran su eficacia para calmar los síntomas del síndrome de abstinencia, pero no permiten establecer conclusiones definitivas, dada la metodología empleada (no tenían brazo “ciego”). Existen estudios observacionales, de menor valor, que evidencian una ayuda para reducir los síntomas de abstinencia. Las autoridades sanitarias Internacionales (FDA americana y EMEA europea) sólo reconocen nicotina, bupropion y varenidina como los únicos fármacos para tratar la dependencia al tabaco.

4. Ventajas del cigarrillo electrónico frente al tabaco normal

El cigarrillo electrónico no produce alquitranes o monóxido de carbono como el tabaco convencional. Algunos cigarrillos electrónicos no tienen nicotina y, en cambio, introducen sustancias saborizantes de efecto desconocido a largo plazo (algún estudio valora su posible toxicidad). Además, se especula que el uso del cigarrillo electrónico a corto plazo pudiera servir para reducir el uso del tabaco tradicional o, en algunos casos, conseguir el abandono del tabaco.

5. Desventajas

El principal inconveniente del cigarrillo electrónico es que no se conocen sus efectos a largo plazo. Sí se conoce el efecto del tabaco convencional: cáncer, cardiopatía isquémica, Enfermedad Pulmonar Obstructiva Crónica (EPOC), bronquitis crónica, enfisema, etcétera. Algunos expertos consideran que los efectos a largo plazo no pueden ser peores que los ya conocidos y causados por el tabaco tradicional.

6. Con qué enfermedades se relaciona el cigarrillo electrónico

No se conocen efectos a largo plazo debido, principalmente, a la falta de estudios. Los cigarrillos electrónicos se introducen en el mercado chino en 2003 y su uso se ha incrementado a nivel

mundial desde el año 2010. En los últimos años, las autoridades sanitarias y los profesionales de la salud comienzan a ver su uso como un verdadero problema de salud pública. A corto plazo hay descrito algún caso de neumonía lipoidea.

7. Consecuencias para un fumador pasivo de cigarrillos electrónicos

Se estima que el efecto sea menor que el asociado al cigarrillo convencional. Se han detectado elevaciones de cotinina en la sangre en no vapeadores expuestos al cigarro electrónico. También se ha demostrado la presencia de sustancias volátiles de 2,5 micras de diámetro que pueden depositarse en el pulmón de fumadores pasivos de cigarrillos electrónicos.

8. ¿Es igual de adictivo el cigarrillo electrónico que el tradicional?

Si no tienen nicotina, los cigarrillos electrónicos no producen adicción física. El riesgo de engancharse depende de si se usa para sustituir el tabaco, para reducir su consumo o, simplemente, de forma recreativa por parte de personas que nunca han fumado. Pero es importante saber que los cigarrillos electrónicos pueden mantener la adicción psicológica a la nicotina.

La adicción tiene un componente físico, de corta duración, y uno psicológico, más duradero en el tiempo. El cigarrillo electrónico dificulta romper la conducta con el cigarro, dada la similitud con el cigarrillo convencional.

Por el motivo anterior se considera que, aunque ayudaran a reducir la abstinencia física, los cigarrillos electrónicos limitarían el abandono del tabaco. Por eso muchos consumidores cronifican su uso o lo combinan con el cigarro tradicional, dificultando el acceso voluntario a la ayuda farmacológica convencional y con una falsa sensación de seguridad de que sufren menor daño por consumir menos pitillos.

Por último, el efecto sobre futuros fumadores es pernicioso, dado que relajan la prevención sobre la conducta de fumar y perjudican lo conseguido hasta el presente en las campañas antitabaco. El cigarrillo electrónico podría aumentar el consumo de tabaco en jóvenes y “normalizar” el consumo de tabaco.

9. ¿Puede ser de ayuda para dejar el tabaco?

Algunos expertos consideran que sí, pero reclaman que sea considerado como un producto sanitario y continúe la investigación controlada sobre este campo. Los expertos siguen aconsejando los métodos farmacológicos tradicionales (nicotina, bupropion y vareniclina). Si un paciente opta por el cigarro electrónico, se le debería informar sobre el estado de la ciencia en este momento, sobre su eficacia y seguridad.

10. ¿Está prohibido en los mismos espacios que el tabaco convencional?

No. La legislación española permite el uso del cigarro electrónico en centros de trabajo no sanitarios, bares y restaurantes. Y se pueden publicitar. Su consumo está regulado por la Ley

3/2014, de 27 de marzo, por la que se modifica el texto refundido de la Ley General para la Defensa de los Consumidores y Usuarios y otras leyes complementarias. De forma resumida, se establece su prohibición en los siguientes espacios:

Centros y dependencias de las Administraciones públicas y entidades de derecho público.

Centros, servicios y establecimientos sanitarios, así como los espacios al aire libre o cubiertos, comprendidos en sus recintos.

Centros docentes y formativos, salvo los espacios al aire libre de los centros universitarios y de los exclusivamente dedicados a la formación de adultos, siempre que no sean accesos inmediatos a los edificios y aceras circundantes.

Medios de transporte público urbano e interurbano, medios de transporte ferroviario y marítimo, así como aeronaves de compañías españolas o vuelos compartidos con compañías extranjeras.

Recintos de los parques infantiles y áreas o zonas de juego para la infancia, entendiéndose por tales los espacios al aire libre acotados que contengan equipamiento o acondicionamiento destinados específicamente para el juego y esparcimiento de menores”.