

Cigarrillos electrónicos

¿SON SEGUROS?

Los cigarrillos electrónicos también se conocen como e-cigs, JUULs, vaporizadores o vapeadores. Su aspecto puede ser similar al de los cigarrillos o pueden parecerse a una pluma o un dispositivo de memoria USB. Los usuarios de este tipo de cigarrillos inhalan un aerosol de nicotina líquida que está disponible con muchos sabores distintos. Estos saborizantes pueden ser tóxicos al inhalarse.

Los cigarrillos electrónicos no son seguros para los niños y los adolescentes.

El consumo de nicotina antes de los 25 años puede dañar las partes del cerebro que controlan la atención, el aprendizaje, el estado de ánimo y la impulsividad. JUUL, una marca popular entre los adolescentes, vende cartuchos que tienen la misma cantidad de nicotina que un paquete de cigarrillos.



No se ha demostrado que los cigarrillos electrónicos sean una alternativa segura a fumar tabaco.

El aerosol producido por los cigarrillos electrónicos contiene las mismas toxinas perjudiciales que se encuentran en el pegamento y la pintura, incluso si el líquido está etiquetado como "sin nicotina". No es vapor de agua solamente. También pueden causar problemas similares a los producidos al fumar cigarrillos, como tos, dolor de pecho y una frecuencia cardíaca elevada.

No se ha demostrado que los cigarrillos electrónicos sean una forma segura y efectiva de ayudar a los fumadores a dejar de fumar.

La mejor forma de dejar de fumar es con un programa que incluya medicamentos, métodos de reemplazo de la nicotina, como parches o chicles, y asesoramiento.



Otros productos con nicotina peligrosos



Cigarrillos mentolados

El mentol es un sabor agregado que refresca y alivia la garganta. Puede enmascarar el fuerte sabor del tabaco al quemarse y hacer que sea más fácil fumar más.

Peligros: cáncer de pulmón, leucemia mieloide aguda y cánceres de hígado, colon, recto, cavidad oral, garganta, esófago, laringe, estómago, páncreas, vejiga, riñón y cuello uterino



Cigarros con sabores

Hay cigarros con sabores, como de cereza y vainilla. Normalmente se venden en tiendas de conveniencia y gasolineras por un precio muy bajo.

Peligros: cánceres de la cavidad oral, laringe, esófago y pulmón



Hookahs (pipas de agua)

Las *hookahs* son pipas de agua que crean humo de tabaco de sabores. La mayoría de las personas las consumen en bares y cafeterías como actividad para socializar.

Peligros: los usuarios pueden inhalar más humo que los fumadores de cigarrillos porque las sesiones de *hookah* suelen durar una hora o más. Esto significa que tienen una mayor exposición a la nicotina y a los productos químicos que causan cáncer.

Tabaco sin humo

El rapé o tabaco en polvo son productos de tabaco sin humo que se venden en pequeños sobres. El tabaco de mascar está disponible en hojas sueltas, rollos o trenzados. Los usuarios se ponen estos productos entre la mejilla y las encías. Pueden ser una forma discreta de consumir tabaco para los menores.

Peligros: cánceres de la boca, garganta, esófago, estómago y páncreas

