

# Nos venden humo

Mientras desciende el consumo de tabaco, aumenta el de e-cigarrillos, sin que todavía se haya demostrado que son inocuos para la salud.

Los españoles cada vez somos más conscientes de los riesgos que entraña el tabaco para nuestra salud y fumamos menos. Según los datos del Instituto Nacional de Estadística (INE), en las últimas dos décadas se ha reducido en un 8 % la cifra de fumadores, bajando del 32 % de 1993 al 24 % de 2012.

Sin embargo, destaca el aumento exponencial de la venta y consumo de cigarrillos electrónicos o e-cigarrillos. La Federación de Distribuidores Farmacéuticos calculó unas ventas de más de 230.000 unidades en 2011, que suponían el doble

**Los únicos medicamentos autorizados para dejar el tabaco son los parches, los chicles y las pastillas**

del año anterior. Y eso sin contar las ventas en los establecimientos especializados, en las grandes superficies o en internet (donde existe una gran oferta).

## Precaución sanitaria

El boom del “vaporeo” (término que en el argot de los cigarrillos electrónicos equivale a “fumar”) se observa a través de las ventas y de la proliferación de tiendas específicas en las grandes ciudades. Pero, al mismo tiempo, crece también la preocupación de los profesionales de la salud ya que a día de hoy



### VARIEDAD Y PRECIOS

### EL COSTE DE VAPOREAR: A PARTIR DE 20 €

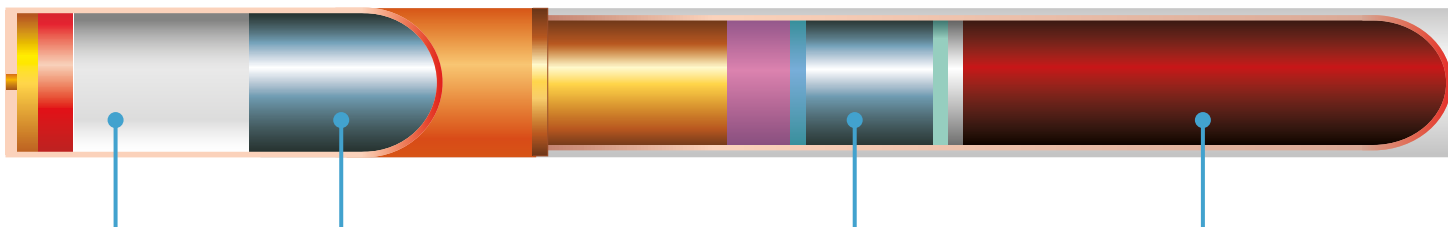
- ◆ Los cigarrillos electrónicos pueden ser recargables o desechables. Los recargables, que son los más comunes, pueden incluir cartuchos, tanques o claromizadores (que son atomizadores con resistencia desechable).
- ◆ La mezcla que se vaporea puede estar exenta de nicotina o incluirla en grado bajo (6 mg), medio (12 mg) o alto (de 18 a 24 mg).
- ◆ Hay muchos sabores disponibles: vainilla, menta, fresa, chocolate...
- ◆ La sensación al vapear un e-cigarrillo se asemeja más a fumar una pipa de agua o cachimba que a un cigarro convencional.
- ◆ En muchos casos, la publicidad de los cigarrillos electrónicos juega a transmitir la idea de que son útiles para dejar de fumar, a pesar de no haber suficientes estudios científicos que avalen dichas afirmaciones.
- ◆ Los cigarrillos electrónicos desechables (no tienen relación con las pipas de mentol de las farmacias) tienen un coste de entre 6 y 12 €. Los recargables se pueden adquirir en forma de kit de inicio, con todos los componentes, a partir de 20 euros (en internet).
- ◆ Las recargas suelen oscilar entre 3,50 y 6 €.
- ◆ En las farmacias solo se venden recargas que no tienen nicotina.
- ◆ Casi todas las marcas hablan de una supuesta prohibición de venta a menores de 18 años. Sin embargo, como existe un vacío legal, a la hora de la verdad todo depende de cada vendedor.

**Los e-cigarrillos que contienen nicotina pueden crear adicción en los no fumadores**

➤ carecemos de informes científicos independientes sobre los posibles efectos que este hábito puede tener en los usuarios a largo plazo. En este sentido, la Organización Mundial de la Salud (OMS) ha advertido sobre la necesidad de realizar ensayos clínicos y toxicológicos para determinar con mayor precisión cuál es el grado de seguridad y eficacia de estos productos. Además, distintas organizaciones sanitarias nacionales desaconsejan a día de hoy los cigarrillos electrónicos como método sustitutivo del tabaco. Es el caso de la Sociedad Española de Neumología y Cirugía Torácica SEPAR, que ha

## El mecanismo de un e-cigarrillo

Los cigarrillos electrónicos son dispositivos que tratan de imitar a los cigarrillos convencionales. No obstante, en su interior no hay tabaco sino una batería y un cartucho con la mezcla. Al aspirar, el usuario activa un vaporizador que calienta y hace evaporar una solución acuosa.



### Cartucho

Contiene el producto que se vaporiza y se inhala.

### Cámara

Aquí se vaporiza el contenido del cartucho para permitir la inhalación. En la cámara es donde se calienta la sustancia que origina el vapor, sin necesidad de combustión.

### Chip de control

Activa el proceso de vaporización cada vez que el usuario aspira.

### Batería de litio

Es la fuente de energía para que funcionen todos los componentes.

señalado que los e-cigarrillos pueden ocasionar cambios en los pulmones a corto plazo, muy similares a los provocados por los cigarrillos convencionales.

Por el momento, la Agencia Española de Medicamentos y Productos Sanitarios (AEMPS) no cataloga los cigarrillos electrónicos como medicamento ni como producto sanitario. Ahora mismo, en España son considerados, simplemente, un producto de consumo recreativo, ya que no han probado su utilidad para dejar de fumar.

### Seguridad en entredicho

Según los pocos estudios disponibles, que lógicamente abarcan un intervalo temporal pequeño, el consumo de cigarrillos electrónicos es menos nocivo que el tabaco. Sin embargo, esto no implica que los e-cigarrillos sean inocuos. Lo cierto es que los efectos a largo plazo de inhalar propilenglicol y glicerina,

*Todavía se desconocen cuáles son sus efectos a largo plazo*

los componentes más habituales de los cigarrillos electrónicos, aún se desconocen. Algunas mezclas incorporan también nicotina, una sustancia altamente adictiva, por lo que los no fumadores no deberían escoger estos productos si no quieren engancharse.

Los grupos de defensores de los e-cigarrillos, muy activos en internet, argumentan que hay otros productos de consumo habitual en los que se puede detectar una presencia de componentes potencialmente tóxicos (y algunos adictivos) similar a la que contiene la mezcla que se vaporea, tratando de justificar un hecho cuestionable con otro que también lo es.

Si a pesar de todo está decidido a comprar este dispositivo, antes de lanzarse a adquirirlo en internet sepa que algunos establecimientos físicos le permitirán probar los diferentes sabores e intensidades. Tras el reciente visto bueno de la Administración, los estancos también pasan a ser un punto de venta autorizado de e-cigarrillos.

### Vacío legal en España

A diferencia del tabaco, que cuenta con una normativa que regula su venta y su consumo, en el caso de los cigarrillos electrónicos nos encontramos con un vacío legal. En Australia y Canadá, por ejemplo, se ha prohibido su venta y en Bélgica no se permite su consumo en los espacios de no fumadores.

Nosotros hemos querido conocer hasta qué punto se puede hacer uso de estos dispositivos en lugares públicos en nuestro país. Tras investigar y comprobar dónde se puede vaporear, la conclusión es que, a día de hoy, prácticamente no hay restricciones de consumo en España. Aunque lo desaconsejan, se permite usar el e-cigarrillo en los trenes de Renfe, en los aeropuertos y hasta en los aviones de Iberia. En bares, restaurantes y otros locales de ocio, también se puede vaporear siempre y cuando sus propietarios o responsables no manifiesten expresamente lo contrario. ❤

## LA VOZ DE OCU

### Cigarrillos electrónicos con nicotina: una regulación permisiva

La Eurocámara acaba de aprobar una propuesta de directiva que busca reducir el atractivo de los productos del tabaco para los jóvenes. Esta normativa, también regulará los e-cigarrillos con nicotina.

➤ El parlamento plantea que solo los que se atribuyan “propiedades curativas o preventivas” para dejar de fumar deban seguir el procedimiento para ser considerados medicamentos, el resto no. Ello consolida legalmente la comercialización de e-cigarrillos con nicotina, con finalidad recreativa, fijando además un límite de 30 mg/ml. Una decisión con la que OCU no está de acuerdo y que ha sido adoptada por la Eurocámara contra el criterio de la Comisión de Salud Pública.

➤ Sí compartimos con la directiva la prohibición de su venta a menores de 18 años, así como la obligación de advertir a los no fumadores contra su uso, avisos sanitarios, contraindicaciones e instrucciones para comunicar reacciones adversas, entre otros datos.

### Indicador

Se ilumina el led cuando se aspira. No siempre está en el extremo. En muchos modelos se aprieta un botón en el centro del dispositivo y se ilumina al inhalar.