

Documento de FAECAP sobre los cigarrillos electrónicos

¿Qué son los cigarrillos electrónicos?

Los cigarrillos electrónicos, también conocidos como vaporizadores, e-cigarrillos o e-cigs, son dispositivos compuestos por una batería de litio recargable, un atomizador y un cartucho que puede rellenarse con un líquido compuesto normalmente por nicotina, propilenglicol y otros productos químicos. Su función es vaporizar las sustancias contenidas en el cartucho para que puedan alcanzar los pulmones mediante inhalación. Además de con sabor a tabaco, los e-cigs se ofertan en otros sabores que pueden ser particularmente atractivos para los adolescentes como menta, chocolate, café, cola, etc¹.

La mayoría de los e-cigs están diseñados para parecerse a los productos de tabaco convencionales (cigarrillos, pipas, puros, etc.), aunque a veces también se fabrican en forma de objetos de uso cotidiano, como bolígrafos y memorias USB.

¿Son seguros los cigarrillos electrónicos?

Actualmente no existen evidencias científicas disponibles sobre la seguridad de los e-cigs. Según han evidenciado análisis independientes realizados por instituciones tan prestigiosas como la Food and Drug Administration (FDA) el humo que exhala contiene sustancias potencialmente nocivas.

La nicotina es una sustancia adictiva que, en cantidades excesivas (> 60mg) puede ser letal². Además, inhalada, ingerida o en contacto directo con la piel, la nicotina puede ser particularmente peligrosa para la salud en ciertos segmentos de la población (niños/as, jóvenes, mujeres embarazadas, madres lactantes, personas enfermas del corazón y ancianos/as).

Se ha probado que el uso de los e-cigs provoca en los pulmones de los usuarios efectos a corto plazo similar a los observados en los fumadores de tabaco, desconociendo los efectos a largo plazo en las personas que lo usan³ y en la que están expuestas al vapor que emiten.

Por otra parte, en un estudio llevado a cabo por la FDA, se detectaron niveles de nicotina distintos a los que figuraban en las etiquetas del producto. Además se encontraron niveles de propilenglicol y glicerina cinco veces superiores a las indicadas por el fabricante⁴. Estas diferencias unidas a la gran variedad de dosis de nicotina y otros productos añadidos al líquido de los cartuchos (muchos de los cuales no aparecen en el etiquetado del producto) hace que sea imposible que la persona que lo consume sepa lo que contiene realmente el producto que ha adquirido, por lo que los riesgos potenciales que plantean para la salud son desconocidos.

A la dificultad para saber la dosis de nicotina que se está suministrando, se le suma el que a veces falla el mecanismo que produce el vapor durante la inhalación, lo que no es sorprendente ya que para la fabricación de estos productos no se exigen los mismos criterios de calidad que con los productos farmacéuticos como pueden ser los inhaladores⁵.

Como los e-cigs no producen el humo asociado a la combustión del tabaco, muchas personas creen que su uso es más seguro que el tabaco. Esta “seguridad” ilusoria que produce en los consumidores el uso de e-cig recuerda a la producida en su día por la incorporación del filtro a los cigarrillos y a la producida por el uso de los cigarrillos ligh. Sin embargo, dado que no conocemos plenamente el tipo y cantidad de los productos químicos que contiene el líquido de los cartuchos y tampoco disponemos de datos sobre las emisiones al medio ambiente de estos productos, no se puede confirmar que sean seguros.

Dado que el vapor de los cigarrillos electrónicos puede contener sustancias tóxicas y nocivas para la salud, no deberían utilizarse en espacios públicos cerrados⁶.

¿Los e-cigs son un método eficaz para dejar de fumar?

Los e-cigs se publicitan a menudo como sustitutos del tabaco, como alternativa para fumar o como ayuda para dejar de fumar, obviándose los efectos nocivos para la salud pública.

Para poder afirmar que un producto es eficaz para dejar de fumar debe superar una serie de estudios clínicos en los que se determinará la dosis óptima, forma de uso y nivel de seguridad, y ser aprobados como medicamento por una agencia competente. Ninguno de esos estudios se ha realizado con los e-cigs, por lo que no se puede afirmar que sean eficaces para ayudar a dejar de fumar. La FDA no ha aprobado estos productos como métodos para dejar de fumar. Muchos de los estudios publicados sobre la posible eficacia de los e-cigs para dejar de fumar y como método de reducción de daños son metodológicamente limitados⁷.

Los e-cigs, suministran nicotina directamente a los pulmones. Sin embargo el resto de los métodos que han demostrado eficacia y de los que se dispone evidencia científica no proporcionan la nicotina por esta vía. De hecho la terapia sustitutiva de nicotina (TSN) consiste en la administración de nicotina por vía distinta a la del cigarrillo en sus diversas presentaciones: parches transdérmicos, chicles, comprimidos. Incluso los inhaladores de nicotina, que no se comercializan en nuestro país, depositan la nicotina en la boca para que se absorba a través de la mucosa oral, en vez de hacerlo en los pulmones

Por lo tanto, el mecanismo biológico por el cual se pueda dejar de fumar mediante el suministro de nicotina a los pulmones y sus efectos son desconocidos y no se puede afirmar que no sea peligroso sin antes estudiar científicamente los efectos del suministro directo de nicotina a los pulmones.

La Organización Mundial de la Salud (OMS) recomienda que no se promueva el uso de los e-cigs, hasta que un organismo regulador competente establezca que el cigarrillo electrónico sea seguro y eficaz y su calidad aceptable⁸.

Implicación en la prevención y control del tabaquismo

El consumo de e-cigs puede ejercer un efecto sobre el mantenimiento de la dependencia gestual del cigarrillo.

El uso de los e-cigs en los lugares públicos donde no se permite fumar, no está contribuyendo a la consolidación de la desnormalización de la conducta que se había logrado con la Ley de tabaco actual. Además el hecho de ver a personas usando los e-cigs en espacios públicos puede interferir en el cumplimiento de la Ley de tabaco.

Estudios recientes refieren que el uso de e-cigs entre la juventud crean nuevos adictos a la nicotina y les incita al consumo de tabaco⁹.

Se desconoce si el uso de los e-cigs podría ser un método de reducción de daños dado que no tenemos evidencias de sus efectos a largo plazo.

¿Cuál es la situación legislativa?

Actualmente los e-cigs no están regulados por ninguna normativa en España. Sin embargo en Europa existen diversas medidas legislativas que van desde la prohibición total de la venta de los e-cigs, la prohibición del uso en determinados espacios, la prohibición de la publicidad, o la regulación bien como medicamentos o bien como productos del tabaco. En estos momentos el Parlamento Europeo está estudiando una propuesta de Directiva que considera que los cigarrillos electrónicos han de tratarse como productos de tabaco y no como medicamentos.

Conclusión:

Ante la falta de evidencia científica que demuestre la eficacia de los e-cigs como método de deshabituación tabáquica así como su seguridad, apoyándonos en los argumentos de FDA y siguiendo las recomendaciones de la OMS y del CNPT, los profesionales de enfermería, hoy por hoy, no debemos de recomendar su uso como método eficaz en el proceso de dejar de fumar.

Y a la vista de la información disponible, y como sociedad científica de profesionales sanitarios abogamos por:

- Prohibir del uso de los e-cigs en los centros sanitarios, porque esta medida despejaría cualquier duda en relación al mantenimiento de los centros sanitarios como lugares libres de humo
- Limitar el consumo en los lugares públicos que contempla la Ley 42/2010, de 30 de diciembre de 2010 de medidas sanitarias frente al tabaquismo y reguladora de la venta, el suministro, el consumo y la publicidad de los productos del tabaco.
- Restringir el acceso a los menores a los e-cigs
- Prohibir la publicidad, la promoción y publicidad de los e-cigs

Fecha última actualización 11/12/13

Autores: Grupo de tabaquismo de FAECAP

Josep Sanchez Monfort

Adelaida Lozano Polo

M^a Ángeles López Valverde

Concepción López Navarro

Carmen González Carreño

Referencias bibliográficas:

¹ Páginas web: <http://www.ecigs.com> y <http://www.e-cigs.com> Consultado el 23/11/2013

² Hayes WJ (1982) Pesticides studied in man. Lippincott Williams & Wilkins, Baltimore, pp 86–91

³ Constantine I (2012) Short-term Pulmonary Effects of Using an Electronic Cigarette. CHEST 2012; 141(6):1400–1406

⁴ Public Health Service. Food and Drug Administration. Warning Letter to Mr. Sihui Han. <http://www.fda.gov/ICECI/EnforcementActions/WarningLetters/ucm225187.htm>

⁵ Bullen C, McRobbie H, Thornley S, Glover M, Lin R, Laugesen M. Effect of an electronic nicotine delivery device (e cigarette) on desire to smoke and withdrawal, user preferences and nicotine delivery: randomised cross-over trial. Tob Control. 2010 Apr;19(2):98-103

⁶ CNPT. Informe del CNPT sobre los cigarrillos electrónicos. Disponible en: <http://www.cnpt.es/documentacion/publicaciones/89f9fc695301707b7d2f9e2c40b34a3dd1377c9eb122751a317da18dff3d7db2.pdf> Consultado 30/11/13

⁷ Cordoba R (2013) Novedades en...Cigarrillo electrónico. AMF 2013;9(11):622-625

⁸ World Health Organization. Tobacco Free Initiative (TFI) Questions and answers on electronic cigarettes or electronic nicotine delivery systems (ENDS) Documento de internet: http://www.who.int/tobacco/communications/statements/electronic_cigarettes/en/# Consultado el 23/11/2013

⁹ Sungkyu Lee , Rachel A. Grana , Stanton A. Glantz. Electronic Cigarette Use Among Korean Adolescents: A Cross-Sectional Study of Market Penetration, Dual Use, and Relationship to Quit Attempts and Former Smoking. Journal of Adolescent Health.