

## ¿Fumar Cigarrillos Electrónicos es Más Seguro que el Tabaco?

¿Cree que los Cigarrillos Electrónicos son saludables? Pueden parecer muy geniales y modernos, lo que ocurre con la más reciente generación de dispositivos ¡que parecen memorias USB! Juul, Logic, myBlu, MYLE, PHIX, etcétera, todos realmente parecen de alta tecnología ¿pero son seguros? Juul ha sido calificado como el iPhone de los cigarrillos electrónicos y su aceptación es en parte por su aspecto. El uso de los cigarrillos electrónicos se ha incrementado en un 78% en sólo un año en las escuelas superiores donde 3 millones de niños ahora los fuman; ¡lo que significa uno de cada cinco adolescentes! La Administración de Alimentos y Medicamentos de los EUA ha declarado “epidémico” el fumar cigarrillos electrónicos y amenazó con fuertes sanciones contra las empresas de cigarrillos electrónicos especialmente a Juul.

Las empresas de cigarrillos electrónicos saben como aprovechar la cultural juvenil: Juul promovió fuertemente su producto en las redes sociales usando la mismas imágenes de las empresas de tabaco para atrapar a una nueva generación de fumadores a través del atractivo sexual, la rebeldía y la independencia. Este mercadeo promueve el mensaje que los cigarrillos electrónicos son geniales, divertidos, incluso una



necesidad y seguros. La agencia británica, Public Health England, ayudó a promover los cigarrillos electrónicos al máximo al declarar que éstos son 95% más seguros que el tabaco. ¿Pero lo son realmente?

Casi todos los cigarrillos electrónicos contienen nicotina, la cual es una droga extremadamente adictiva; la nicotina es tan adictiva como la heroína. En los adolescentes, se ha comprobado que la nicotina altera la función normal del cerebro. La nicotina también incrementa el riesgo de enfermedades pulmonares y cardíacas, trastornos gastrointestinales, disminuye la respuesta inmune y reduce la salud reproductiva. La nicotina perjudica el desarrollo normal de los fetos y puede causar que los bebés posnatales sufran síntomas por la abstinencia de nicotina. La nicotina también desencadena que la células de cáncer se conviertan en más agresivas.

Los cigarrillos electrónicos con sabores de algodón de azúcar, osos de gominola, chicle, frutas son altamente atractivos para los adolescentes y niños. Una vez que usted empieza a fumar cigarrillos electrónicos, disfruta de estos sabores dulces y quiere más, pero esa ansia por más también es impulsada por la nicotina a la que se convirtió en adicto. Se ha demostrado una y otra vez que los sabores enganchan a los niños y a los jóvenes a fumar, al punto que esos sabores fueron prohibidos.

## ¿Los Cigarrillos Electrónicos Contienen Algo Perjudicial?

El vapor del cigarrillo electrónico contiene una mezcla de peligrosos carcinógenos y toxinas tales como acroleína, arsénico, benceno, cadmio, diacetilo, formaldehído, plomo y tolueno. La nicotina en su forma química es letal si es ingerida y, desafortunadamente, niños y mascotas ya han resultado muertos por comer o beber el líquido. Está demostrado que fumar cigarrillos electrónicos causa signos tempranos de enfermedad cardiovascular, enfermedades pulmonares incluyendo enfisema y EPOC, enfermedades de las encías, cáncer oral y en los fetos, fuerza cambios en la expresión genética del cerebro que pueden llevar a enfermedad mental y problemas de desarrollo. El vapor del cigarrillo electrónico causa necrosis del tejido dérmico alrededor de la heridas haciendo que la curación sea más prolongada. Todos estos efectos a la salud son similares a los efectos de fumar algún tabaco. ¡Las sales de nicotina usadas en los nuevos dispositivos fueron

Ingrediente	Efecto
Acroleína (aldehído)	Fuertemente ligada a cáncer pulmonar
Acetaldehído	Cancerígeno de Clase 1; deteriora el ADN
Nicotina	Extremadamente adictiva; puede desencadenar cáncer
Propilenglicol (anticongelante)	Asma, irritación de ojos, garganta y vías respiratorias
Tolueno	Daños renales y de las capacidades reproductivas

*Tabla 1: Los cigarrillos electrónicos contienen muchas de las mismas sustancias perjudiciales de los cigarrillos de tabaco.*

originalmente desarrolladas en la década de 1940 como insecticidas!

Los cigarrillos electrónicos también se convirtieron en una manera popular de la gente fumar cannabis. Es una realidad que el cannabis puede dañar permanentemente el desarrollo cerebral de los jóvenes. El cannabis tiene muchos otros efectos negativos para la salud incluyendo adicción, neurosis y problemas de salud física. Eche una mirada a nuestro folleto del cannabis para más información.

## ¿Los Cigarrillos Electrónicos Ayudan a la Gente a Dejar de Fumar o Actúan como una Puerta de Entrada para Fumar.?

¡La evidencia demuestra que los fumadores que se cambian a los cigarrillos electrónicos son hasta un 28% menos propensos a dejar de fumar! Alrededor del 85% de los fumadores que adoptan los cigarrillos electrónicos con el fin de dejar de fumar no tienen éxito y continúan fumando. ¡Los cigarrillos electrónicos son sólo una forma diferente de obtener un golpe de nicotina! Los fumadores que usan cigarrillos electrónicos toman la oportunidad para fumarlos en los lugares donde no está permitido fumar sin embargo continúan fumando en los lugares donde pueden.

Una vez que empieza a fumar cigarrillos electrónicos es más propenso a probar los cigarrillos de tabaco. Reiterados estudios en los EUA y el Reino Unido demuestran que los niños y adolescentes que comienzan a fumar

cigarrillos electrónicos son de 4 a 6 veces más propensos a probar el cigarrillo de tabaco que aquellos que nunca fumaron cigarrillos electrónicos. ¡Incluso se ha encontrado que los adultos jóvenes (18- 30 años) quienes nunca fumaron tabaco pero comenzaron con cigarrillos electrónicos son casi 7 veces más propensos a llegar a probar los cigarrillos de tabaco! ¡No existe duda de que fumar cigarrillos electrónicos actúa como la puerta de entrada para fumar!

### Fumar Cigarrillos Electrónicos en Forma Pasiva

Cuando alguien exhala una nube de vapor cerca suyo, usted respirará partículas ultrafinas de nicotina, cancerígenos y otras toxinas, especialmente en espacios interiores. Los padres que fuman alrededor de sus hijos deberían pensarlo dos veces y deben abstenerse de fumar cigarrillos electrónicos en un automóvil puesto que esto puede ser muy perjudicial para sus niños y mascotas. Incluso se ha identificado que la exposición de tercera mano por fumar cigarrillos electrónicos es un hecho. Partículas ultrafinas de nicotina se encuentran en las superficies que el vapor ha impregnado las cuales pueden ser absorbidas por la piel si hay contacto.

### ¿Existen Beneficios a Largo Plazo por Fumar Cigarrillos Electrónicos, Llamado Popularmente “Reducción de Daños”?

La Academia Nacional de Ciencias de los EUA dirigió un revisión de 800 estudios publicados sobre los cigarrillos electrónicos. Aunque es difícil hablar de los efectos a largo plazo puesto que fumar cigarrillos electrónicos es nuevo, la Academia concluyó que debido al masivo inicio a los cigarrillos electrónicos de los niños y los jóvenes, la situación a largo plazo (en 50 años cuando los niños que ahora los fuman tengan en promedio 60 años) indica que la salud de la mayoría probablemente será peor. Dado que fumar cigarrillos electrónicos es una comprobada puerta de entrada para fumar tabaco, es lógico concluir esto. Fumar cigarrillos electrónicos causará problemas masivos de salud en los años venideros de la misma forma que el tabaco continúa haciéndolo puesto que las evidencias señalan efectos similarmente negativos para la salud. Siete (7) millones de personas mueren anualmente alrededor del mundo por fumar tabaco. ¡Pronto a esta cifra se sumará la de los usuarios de cigarrillos electrónicos!

### ¿Qué Puede Hacer?

1. De un buen ejemplo, a su familia y amigos al no fumar cigarrillos electrónicos, tabaco o ingerir cualquier droga.
2. Infórmese y luego a su familia, amigos y escuela respecto al perjuicio por fumar cigarrillos electrónicos. Eche una mirada a nuestro Hoja Informativa para información más detallada.
3. Escriba a sus concejos municipales y exija especialmente que los niños tengan áreas exteriores e interiores libres de humo y de cigarrillos electrónicos y una erradicación de todo líquido electrónico con sabor a frutas en las tiendas y una erradicación de las tiendas de cigarrillos electrónicos.
4. Escriba a su políticos para presentar la realidad respecto a fumar cigarrillos electrónicos y exigir que éstos sean tratados como el tabaco—Ocultos de la vista del público en las tiendas y estaciones de combustible, con prohibición de fumar cigarrillos electrónicos en espacios públicos, incluyendo los parques y parques infantiles.
5. Si conoce a alguien que fuma cigarrillos electrónicos, algunos de los mejores consejos sobre como dejarlos provienen del método Easyway de Allen Carr.



*¡Siempre estamos felices de responder más preguntas!*

The World Foundation for Natural Science

#### Sede Central Mundial

P.O. Drawer 16900, Washington, DC 20041, U.S.A.  
 ☎-Teléfono +1(703)631-1408 ✦ 📠-Fax +1(703)631-1919  
 ✉-Correo Electrónico: HQ@NaturalScience.org

#### Sede Central Europea

P.O. Box 7995, CH-6000 Lucerne 7, Switzerland  
 ☎-Teléfono +41(41)798-0398 ✦ 📠-Fax +41(41)798-0399  
 ✉-Correo Electrónico: EU-HQ@NaturalScience.org 03/19



The World Foundation for Natural Science  
*The New World Franciscan Scientific Endeavour of The New World Church*  
*Restoring and Healing the World through Responsibility and*  
*Commitment in accord with Natural and Divine Law!*



**Los Cigarrillos Electrónicos:**  
**¡TAN PELIGROSOS COMO EL TABACO!**