

## ¿Es eficaz y seguro el cigarrillo electrónico para dejar de fumar?

Los cigarrillos electrónicos son dispositivos con forma de cigarrillo convencional que liberan determinadas dosis de nicotina sin mediar combustión sino a través de un proceso de calentamiento electrónico de la nicotina. La nicotina es un producto adictivo de consumo humano por lo que debe estar regulada. Su situación legal en la Unión Europea es poco clara ya que no es un producto de tabaco, pero tampoco ha pasado los filtros de los productos farmacéuticos, a pesar de contener nicotina (**ver informe CNPT**).

Su eficacia, seguridad, utilidad para dejar de fumar, y papel en la prevención y control del tabaquismo son motivo de controversia en la actualidad. Su uso es defendido y denostado al mismo tiempo, mientras se está incrementando su utilización en algunos países. La controversia sobre su uso se ha comentado recientemente en un vídeo de la **BBC Health**.

**Eficacia.** Diversos estudios han investigado su eficacia; el publicado en 2011 en el **American Journal of Preventive Medicine** concluye que pueden ser eficaces para dejar de fumar. **Otro estudio** llega a la conclusión de que el uso del cigarrillo electrónico puede reducir el consumo de tabaco en fumadores que no quieren dejar de fumar. Son pocos los estudios realizados sobre la eficacia para dejar de fumar y/o disminuir el consumo de tabaco mediante los cigarrillos electrónicos, por lo que no hay suficiente evidencia científica para recomendar su uso.

**Seguridad.** Hay tres aspectos preocupantes de la seguridad del cigarrillo electrónico. El primero es la cantidad de nicotina liberada en cada inhalación que puede variar. En segundo lugar los cigarrillos electrónicos pueden contener otras sustancias dañinas para la salud (nitrosaminas, o dietineltol). En tercer lugar el cigarrillo electrónico puede estimular el hábito de fumar en exfumadores, y puede ser una forma de introducir a los jóvenes en el consumo de tabaco. Por varias razones es de temer que la promoción de estos productos pueda minar las estrategias en el control del tabaquismo de eficacia demostrada. Uno de los problemas que pueden acarrear es conflictos y discusiones si se consumen en lugares públicos cerrados en los que no está permitido fumar. **Los efectos sobre la función pulmonar** de los cigarrillos electrónicos son motivo de preocupación, y la **FDA** ha puesto a los cigarrillos electrónicos bajo vigilancia sobre su eficacia y seguridad.



**Que papel pueden tener en la prevención y control del tabaquismo.** Un reciente posicionamiento del European Network of Smoking Prevention **ENSP**, basado en un **documento** reciente de la OMS, nos da luz sobre el papel del cigarrillo electrónico:

- **No** debe ser considerado como un **producto comercial ordinario**.
- Si se permiten en el mercado, **debe ser regulado**.
- Si se comprueba su eficacia científicamente como un método para dejar de fumar seguro y efectivo, **debe tener una licencia como un producto médico** por la Agencia Europea del Medicamento.

Otra forma de ver el tema es la que expone la organización británica Action on Smoking and Health ASH que en un **documento** reciente de enero de 2013 concluye que los cigarrillos electrónicos, convenientemente regulados para asegurar su eficacia y seguridad, podrían usarse dentro de una estrategia de "reducción del daño" causado por el consumo de tabaco. Para aquellos fumadores que no quieran o puedan dejar de fumar, inhalar nicotina puede ahorrarles los demás compuestos tóxicos que lleva un cigarrillo.

Secretaría PAPPS  
semFYC  
C/ Diputació 320  
08009. Barcelona  
Telf. 93 3170333  
Fax 34 93 3177772  
Web [www.papps.org](http://www.papps.org)

