

Advertencia de la Dirección General de Servicios de Salud sobre el uso de cigarrillos electrónicos entre los jóvenes

*Yo, el director general de Servicios de Salud Pública de los Estados Unidos, vicealmirante Jerome Adams, estoy enfatizando la importancia de proteger a nuestros niños de una vida de adicción a la nicotina y los riesgos de salud asociados al abordar inmediatamente la epidemia del uso de cigarrillos electrónicos entre los jóvenes. El reciente aumento en el uso de cigarrillos electrónicos entre los jóvenes, acelerado por la reciente aparición de nuevos tipos de cigarrillo electrónico en el mercado es causa de gran preocupación. **Debemos actuar ahora para proteger la salud de los jóvenes de nuestra nación.***

CONOZCA LOS RIESGOS. ACTÚE. PROTEJA A NUESTROS NIÑOS Y JÓVENES.

La epidemia del uso de cigarrillos electrónicos entre los jóvenes

Se han logrado considerables avances hacia la reducción del consumo de tabaco entre los jóvenes de nuestra nación.¹ Sin embargo, el panorama sigue evolucionando en cuanto a la variedad de productos de tabaco que existen, y que ahora incluye productos que se fuman, sin humo y electrónicos (por ejemplo, los cigarrillos electrónicos).² Los cigarrillos electrónicos están diseñados para que suministren nicotina, sabores y otros aditivos al usuario por medio de un aerosol que se inhala.²

Los cigarrillos electrónicos se introdujeron en el mercado de los Estados Unidos aproximadamente en el 2007, y desde el 2014 han sido el tipo de producto de tabaco más usado entre los jóvenes del país.² Su uso entre los estudiantes de escuela secundaria media y superior de los Estados Unidos aumentó el 900 % entre el 2011 y el 2015, antes de que descendiera por primera vez entre el 2015 y el 2017.³ Sin embargo, el año pasado aumentó un 78 % el uso corriente de cigarrillos electrónicos entre los estudiantes de escuela secundaria superior (del 11.7 % en el 2017 al 20.8 % en el 2018).⁴ En el 2018, más de 3.6 millones de jóvenes en los Estados Unidos, incluidos 1 de cada 5 estudiantes de escuela secundaria superior y 1 de cada 20 de escuela secundaria media, eran usuarios corrientes de cigarrillos electrónicos.⁴

El aerosol de los cigarrillos electrónicos no es inocuo.² La mayoría de los cigarrillos electrónicos contiene nicotina, que es la droga adictiva que se encuentra en los cigarrillos convencionales, los cigarros y otros productos de tabaco.² La exposición a la nicotina durante la adolescencia puede dañar el cerebro que se está desarrollando y se seguirá desarrollando hasta aproximadamente los 25 años de edad.² La exposición a la nicotina durante la adolescencia puede afectar la capacidad de aprender, la memoria y

la atención.^{1,2} Consumir nicotina en la adolescencia puede también aumentar el riesgo de adicción a otras drogas en el futuro.^{1,2} El aerosol de los cigarrillos electrónicos que los usuarios inhalan y exhalan, además de exponer tanto al usuario como a las personas a su alrededor a la nicotina puede potencialmente exponerlos a sustancias dañinas, como metales pesados, compuestos orgánicos volátiles y partículas ultrafinas, que se pueden inhalar hasta áreas profundas de los pulmones.²

Muchos cigarrillos electrónicos también vienen en sabores que atraen a los niños. Algunas de las sustancias químicas que se usan para producir ciertos sabores, no solo los hace más atractivos para los jóvenes,⁵ sino que también pueden presentar riesgos para la salud.² Los cigarrillos electrónicos se pueden usar también para suministrar otras drogas, incluida la marihuana.² En el 2016, una tercera parte de los estudiantes de escuela secundaria media y superior de los Estados Unidos que había usado cigarrillos electrónicos alguna vez, los había usado con marihuana.⁶

En los adultos, los cigarrillos electrónicos podrían tener el potencial de reducir el riesgo para los fumadores corrientes de cigarrillos si hacen completamente la transición a los cigarrillos electrónicos; sin embargo, la mayoría de los adultos que usan cigarrillos electrónicos también fuman cigarrillos convencionales.⁷ En los jóvenes, el uso o consumo de múltiples productos de tabaco los pone en aún mayor riesgo de adicción y daños relacionados con el tabaco.^{1,2} Asimismo, en un informe del 2018, la Academia Nacional de Ciencias, Ingeniería y Medicina concluyó que había evidencia moderada de que el uso de cigarrillos electrónicos aumenta la frecuencia y la intensidad con que se fume cigarrillos en el futuro.⁷ Pero ningún uso de cigarrillos electrónicos entre los jóvenes es seguro, aunque no los lleve a convertirse en fumadores de cigarrillos en el futuro.²

Los cigarrillos electrónicos vienen de muchos tamaños y formas

Los cigarrillos electrónicos son una clase de producto que está cambiando rápidamente; se conocen con distintos nombres, como “e-cig”, “narguile electrónico” (o *e-hookah*), “pipa de agua electrónica”, “mods”, “vapeador”, “sistemas de tanque”, “plumas de vapor” y “bolígrafo vapeador”.² Recientemente, un nuevo tipo de cigarrillo electrónico se ha hecho cada vez más popular entre los jóvenes de la nación debido a la mínima cantidad de aerosol que se exhala, el olor reducido que produce y su pequeño tamaño, lo cual lo hace fácil de ocultar.⁸ Muchos de estos nuevos cigarrillos electrónicos tienen la forma de una memoria USB, entre otras. Uno de los cigarrillos electrónicos² con forma de memoria USB que más se vende es el JUUL. Sus ventas aumentaron el 600 % entre el 2016 y el 2017, lo cual hizo que a fines del 2017 tuviera

la cuota de mercado más alta entre todos los cigarrillos electrónicos en los Estados Unidos.⁹ Otras compañías están empezando a vender también cigarrillos electrónicos con la forma de memoria USB.

Todos los cigarrillos electrónicos JUUL tienen un alto nivel de nicotina. La cápsula, cartucho o “pod” típico de los JUUL contiene aproximadamente tanta nicotina como un paquete de 20 cigarrillos regulares.¹⁰ Estos productos también usan sales de nicotina, que permiten que se inhalen niveles de nicotina particularmente altos con mayor facilidad y menor irritación que la nicotina de base libre que se ha usado tradicionalmente en los productos de tabaco, incluidos los cigarrillos electrónicos. Esto crea particular preocupación en relación con los jóvenes, porque podría facilitar que comiencen a consumir nicotina a través de estos productos y, también, que pasen a un uso regular de cigarrillos electrónicos y a la dependencia a la nicotina. Sin embargo, a pesar de estos riesgos, aproximadamente dos terceras partes de los usuarios de los JUUL de 15 a 24 años no saben que también contienen nicotina.¹¹

Usted puede actuar.

Debemos tomar medidas decisivas para proteger a nuestros niños de estos productos altamente potentes que ponen a una nueva generación de gente joven en riesgo de exposición a la nicotina.^{2,7} La mala noticia es que el uso de cigarrillos electrónicos se ha convertido en una epidemia entre los jóvenes de nuestra nación. Pero la buena noticia es que sabemos qué funciona para protegerlos eficazmente de todas las formas de uso o consumo de productos de tabaco, incluidos los cigarrillos electrónicos.^{1,2,12} Ahora debemos aplicar esas estrategias a los cigarrillos electrónicos, incluidos los productos con forma de memoria USB como los JUUL. Para lograr el éxito, debemos trabajar juntos para alinear y coordinar los esfuerzos entre las organizaciones sociales nuevas y antiguas, tanto a nivel nacional y estatal como local. Todos podemos cumplir un papel importante en la protección de los jóvenes de nuestra nación contra los riesgos de los cigarrillos electrónicos.

Información para padres

- **Usted cumple un papel importante en los esfuerzos para abordar esta epidemia de salud pública.**
- Aprenda sobre los distintos tipos de cigarrillo electrónico y las distintas formas que tienen, así como sobre los riesgos que el uso de cualquier tipo de cigarrillo electrónico presenta para los jóvenes en <https://e-cigarettes.surgeongeneral.gov/>.
- Sea un buen ejemplo al no consumir tabaco. Si usted usa o consume productos de tabaco, nunca es demasiado tarde para dejar de hacerlo. Hable con un

profesional de atención médica sobre cómo dejar de usar o consumir todo tipo de producto de tabaco. Para obtener ayuda gratuita, visite el sitio web <http://espanol.smokefree.gov> o llame al 1-855-DÉJELO-YA.

- Adopte reglas antitabaco en su casa y su auto, que incluyan los cigarrillos electrónicos.
- Hable con sus niños o adolescentes sobre por qué los cigarrillos electrónicos son dañinos para ellos. Nunca es demasiado tarde.
- Obtenga la hoja con consejos para padres del director general de Servicios de Salud, “Talk with Your Teen About E-cigarettes” (Hable con sus hijos adolescentes sobre los cigarrillos electrónicos), en https://e-cigarettes.surgeongeneral.gov/documents/SGR_ECig_ParentTipSheet_Spanish_508.pdf. Comience pronto la conversación con los niños sobre por qué el uso de cigarrillos electrónicos, incluido el uso de los JUUL, es dañino para ellos.
- Hágalos saber a sus hijos que usted quiere que se mantengan alejados de todos los productos de tabaco, incluidos los cigarrillos electrónicos, porque no son seguros para ellos. Busque ayuda e involúcrese.
 - Haga una cita con el proveedor de atención médica de sus hijos para que un profesional médico les hable directamente sobre los riesgos de salud que presentan los productos de tabaco, incluidos los cigarrillos electrónicos.
 - Hable con los maestros y administradores de la escuela de sus hijos sobre el cumplimiento de las políticas por una escuela libre de tabaco y el currículo de prevención del consumo de tabaco.
 - Anime a sus hijos a informarse y obtener consejos para dejar de consumir productos de tabaco en Teen.smokefree.gov.

Información para maestros

- **Usted cumple un papel importante en los esfuerzos para abordar esta epidemia de salud pública.**
- Aprenda sobre los distintos tipos de cigarrillo electrónico y las distintas formas que tienen, así como sobre los riesgos que presenta para los jóvenes el uso de cualquier tipo de cigarrillo electrónico, incluido el uso de los JUUL, en <https://e-cigarettes.surgeongeneral.gov/>.
- Cree, implemente y haga cumplir políticas por una escuela libre de tabaco y programas de prevención que no estén influenciados por la industria tabacalera y que aborden todos los tipos de producto de tabaco, incluidos los cigarrillos electrónicos.
- Motive la conversación entre sus alumnos sobre los peligros del uso de cigarrillos electrónicos. Para ayudarlo, la Administración de Alimentos y

Medicamentos (FDA) y Scholastic crearon recursos gratuitos para maestros. Puede encontrarlos en www.scholastic.com/youthvapingrisks.

Información para profesionales de la salud

- **Usted cumple un papel importante en los esfuerzos para abordar esta epidemia de salud pública.**
- Aprenda sobre los distintos tipos de cigarrillo electrónico y las distintas formas que tienen, así como sobre los riesgos que presenta para los jóvenes el uso de cualquier tipo de cigarrillo electrónico, incluido el de los JUUL, en <https://e-cigarettes.surgeongeneral.gov/>.
- Cuando les pregunte a sus pacientes si usan o consumen algún tipo de producto de tabaco, pregúnteles sobre los cigarrillos electrónicos, incluidos los dispositivos pequeños y discretos como los JUUL.
- Eduque a sus pacientes acerca de los riesgos que presenta para los jóvenes el uso o consumo de cualquier tipo de producto de tabaco, incluidos los cigarrillos electrónicos.
- Anime a sus pacientes a dejar de consumir tabaco. Para obtener ayuda gratuita los pacientes pueden visitar el sitio web <http://espanol.smokefree.gov> o llamar al 1-855-DÉJELO-YA.

Información para los estados, las comunidades, las tribus y los territorios

- **Usted cumple un papel importante en los esfuerzos para abordar esta epidemia de salud pública.**
- Implemente estrategias poblacionales basadas en la evidencia para reducir el uso de cigarrillos electrónicos entre los jóvenes, como incluir a los cigarrillos electrónicos en las políticas de aire libre de humo en interiores, restringir el acceso de los jóvenes a los cigarrillos electrónicos en entornos minoristas, establecer el uso de licencias para minoristas, implementar políticas acerca de los precios y crear iniciativas educativas dirigidas a los jóvenes.
- Implemente estrategias para limitar la publicidad y el mercadeo de cigarrillos electrónicos que atraigan los jóvenes.
- Implemente estrategias para reducir el acceso de los jóvenes a productos de tabaco con saborizantes.

CONOZCA LOS RIESGOS. ACTÚE. PROTEJA A NUESTROS NIÑOS.

Referencias

1. Office of the Surgeon General. *The Health Consequences of Smoking-50 Years of Progress: A Report of the Surgeon General*. Atlanta, GA: US Department of Health and Human Services, Centers for Disease Control and Prevention (US), National Center for Chronic Disease Prevention and Health Promotion, Office on Smoking and Health; 2014.
<https://www.surgeongeneral.gov/library/reports/50-years-of-progress/full-report.pdf>.
2. Office of the Surgeon General. *E-cigarette Use among Youth and Young Adults: A Report of the Surgeon General*. Washington, DC: U.S. Department of Health and Human Services, Centers for Disease Control and Prevention; 2016.
https://www.cdc.gov/tobacco/data_statistics/sgr/e-cigarettes/pdfs/2016_sgr_entire_report_508.pdf.
3. Wang TW, Gentzke A, Sharapova S, et al. Tobacco Use Among Middle and High School Students - United States, 2011-2017. *MMWR Morbidity and Mortality Weekly Report*. 2018;67(22):629-633.
4. Cullen KA, Ambrose BK, Gentzke AS, Apelberg BJ, Jamal A, King BA. Notes from the Field: Increase in use of electronic cigarettes and any tobacco product among middle and high school students – United States, 2011-2018. *MMWR Morbidity & Mortality Weekly Report* 2018; 67(45):1276-1277.
5. Ambrose BK, Day HR, Rostron B, et al. Flavored Tobacco Product Use Among US Youth Aged 12-17 Years, 2013-2014. *Jama*. 2015;314(17):1871-1873.
6. Trivers KF, Phillips E, Gentzke AS, Tynan MA, Neff LJ. Prevalence of Cannabis Use in Electronic Cigarettes Among US Youth. *JAMA pediatrics*. 2018;172(11):1097-1099.
7. National Academies of Sciences, Engineering, and Medicine. 2018. Public Health Consequences of E-Cigarettes. Washington, DC: The National Academies Press. <https://doi.org/10.17226/24952>.
8. Ramamurthi D, Chau C, Jackler RK. JUUL and other stealth vaporisers: hiding the habit from parents and teachers. *Tob Control*. 2018. Epub ahead of print. doi: 10.1136/tobaccocontrol-2018-054455.
9. King BA, Gammon DG, Marynak KL, Rogers T. Electronic Cigarette Sales in the United States, 2013-2017. *Jama*. 2018;320(13):1379-1380.
10. Willett JG, Bennett M, Hair EC, et al. Recognition, use and perceptions of JUUL among youth and young adults. *Tob Control*. 2018. Epub ahead of print. doi: 10.1136/tobaccocontrol-2018-054273.
11. Truth Initiative. JUUL e-cigarettes gain popularity among youth, but awareness of nicotine presence remains low. <https://truthinitiative.org/news/juul-e-cigarettes-gain-popularity-among-youth>.
12. US Department of Health and Human Services. *Preventing tobacco use among youth and young adults*. Atlanta, GA: US Department of Health and Human Services, CDC;2012.
https://www.cdc.gov/tobacco/data_statistics/sgr/2012/index.htm.