

pros y contras del cigarrillo electrónico

El Ciudadano · 24 de julio de 2017

Los **cigarrillos electrónicos** forman parte de lo que la OMS llama «Los sistemas electrónicos de administración de nicotina» (o «SEAN»), y se caracterizan por ser dispositivos que, sin quemar ni usar hojas de tabaco, funcionan con baterías que calientan una solución; ésta se transforma en vapor, y el vapor, se inhala.

Aunque es muy conocido que el fumar daña la salud y que es uno de los peores hábitos de salud que podemos tener, los cigarrillos electrónicos se han hecho muy populares en el último tiempo (aunque han sido creados en China en el 2004) ya que son muchos los usuarios que lo conciben como una alternativa para dejar de fumar.

Pero, ¿cuáles son las cosas que debes saber del cigarrillo electrónico? ¿Realmente es mejor?

Argumentos a favor y en contra... ¿Qué opinas tú?

En contra

- Según la OMS, el valor que liberan los cigarrillos electrónicos no es solo agua. Si bien puede o no tener nicotina, tiene como componentes el propilenglicol, con o sin glicerol, y aromatizantes. En algunos casos también pueden contener sustancias como el formaldehído y otros químicos tóxicos. En este sentido, quienes están en contra, o bien los contemplan con cautela, señalan que si bien fumar con estos cigarrillos hace que las personas estén expuestas a sustancias menos tóxicas, no se sabe con precisión qué es lo que absorbe cada fumador.
- Los no fumadores también están expuestos a las sustancias tóxicas que contienen los cigarrillos electrónicos. *«La expectativa razonable de las personas no es correr un riesgo menor con respecto a la exposición al humo de tabaco ajeno, sino no correr ningún riesgo de exposición a ningún tipo de productos respirables»*, señalan los expertos de la OMS. Además, este año, la Sociedad Española de Neumología y Cirugía Torácica (SEPAR) ha afirmado que las personas no fumadoras que usan cigarrillos electrónicos pueden caer en la adicción al tabaco y ha denunciado las promociones de estos cigarrillos con sabores para incitar a jóvenes no fumadores.
- Si la sustancia que se inhala posee nicotina es probable que los efectos causados por ésta (adicción, patológica cardiovascular y mayor riesgo de cáncer, por ejemplo) sean similares a los que provocaría un cigarrillo común.
- Muchos menores de edad ingirieron por accidente el contenido de los cartuchos, provocando emergencias por intoxicación.
- Quienes están en contra también señalan que, a corto plazo, puede generar efectos fisiológicos adversos en las vías respiratorias similares al tabaco, como tos, o irritación en la garganta.

A favor

- Hay quienes señalan, por el contrario, que en el humo del cigarrillo electrónico no hay presencia de benceno, tolueno y otros subproductos de la combustión, que es lo que ingiere un fumador tradicional. Éste es el caso, por ejemplo, del doctor Joan Grimalt, director del Instituto de Diagnóstico Ambiental y Estudios del Agua del CSIC (Consejo Superior de Investigaciones Científicas).
- Quienes están a favor también señalan que: mejora el sentido del gusto y del olfato, permite ahorrar dinero, elimina el olor a tabaco de las manos y las cosas, mejora el aspecto de los dientes y de la piel.

En países como Argentina, Australia, Grecia, Brasil, Lituania, Panamá, Singapur, Uruguay, y Venezuela, la venta de estos cigarrillos está prohibida. En España, Francia, Malta, y Estados Unidos está limitada, ya que no se comercializa a menores de edad; y en otros, como Inglaterra y Dinamarca, se lo considera directamente como un tratamiento para dejar de fumar.

Sin embargo, los estudios capaces de sustentar una regulación legal más uniforme no son suficientes aún. Queda mucho por investigar, pero mientras tanto se recomienda ser cauteloso y pensar que el primer paso para dejar de fumar es precisamente romper el hábito, y eso es algo que en primer lugar, siempre y aunque cueste al principio, depende de la voluntad.

Fuente: [El Ciudadano](#)