

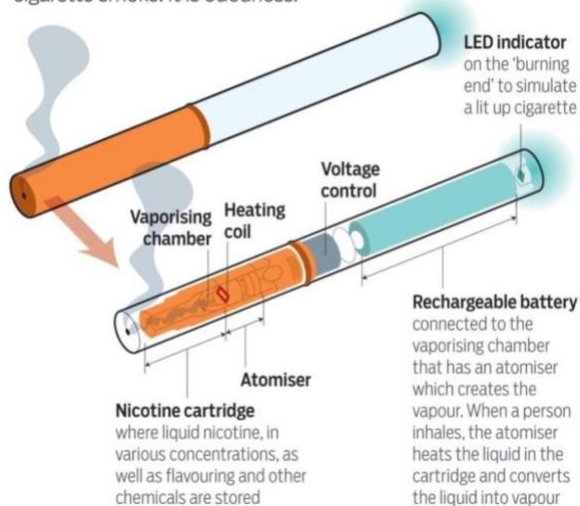
## Parenting for Prevention (Prevención por medio de la paternidad): Cigarrillos electrónicos, el vapeo y el SEAN (Sistema electrónico de administración de nicotina)

### Acerca de los cigarrillos electrónicos y el vapeo

- Los productos de SEAN (Sistema electrónico de administración de nicotina) son dispositivos operados por batería diseñados para administrar nicotina y otros aditivos al usuario a través de un aerosol en lugar de humo.
- Los productos de SEAN pueden **modificarse** para el uso de otras sustancias psicoactivas, como **aceites concentrados de THC**. El THC (tetrahidrocannabinol) produce una sensación eufórica o de embriaguez y tiene efectos psicoactivos, incluidos alteración de los sentidos y cambios de humor, y puede provocar cambios en el comportamiento.
- Los **cigarrillos electrónicos** (e-cigs, e-cigarrillos) son los productos de SEAN más populares entre los jóvenes.
- Un cigarrillo electrónico tiene una **batería** (la fuente de energía), un **atomizador** (calienta la solución) y un **cartucho líquido** (contiene una nicotina líquida, propilenglicol) y/o solución de glicerina, y puede contener un saborizante).
- Las soluciones SEAN, a menudo denominadas **e-líquido**, están disponibles en miles de sabores diferentes. Muchos sabores son dulces, azucarados o con sabor a fruta, por lo que atraen a los jóvenes...
- La **nicotina** es la fuente de la adicción. La nicotina activa las "vías de recompensa" en el cerebro y aumenta los niveles del neurotransmisor de la dopamina - la sustancia química del cerebro que nos da la sensación de bienestar
- **Otros productos de SEAN** incluyen: Cigarros electrónicos (e-cigars), pipas electrónicas, lapiceros de Vapeo, E-gos, vaporizadores personales (PV), mods mecánicos y cachimbas electrónicas (lapiceros de cachimba, plumas de hookah, palillo de shisha, shisha electrónica).
- Los SEAN **se pueden comprar** en puntos de venta al por menor, tiendas de "vapeo", todos los quioscos, estaciones de servicio, bodegas, supermercados, farmacias y vendedores por Internet.

### ¿Cómo funcionan?

- When a person takes a 'puff' while inhaling, liquid nicotine is vaporised and absorbed through the mouth, into the lungs. The person then exhales the vapour which resembles cigarette smoke. It is odourless.



Sources: US Food and Drug Administration, www.e-cigarette-direct.com

©Gulf News

### Datos rápidos

Los cigarrillos electrónicos se introdujeron en Estados Unidos a finales de 2006.

Existen más de 460 marcas de productos de SEAN y más de 7,000 sabores de e-líquido disponibles.

Entre los estudiantes de bachillerato y escuela intermedia de EE.UU. que actualmente usan cigarrillos electrónicos, el 63% (1.6 millones de jóvenes estadounidenses) han usado cigarrillos electrónicos con sabor. MMWR, octubre de 2015

El uso de cigarrillos electrónicos entre los estudiantes de la escuela intermedia y bachillerato se triplicó de 2013 a 2014. El uso por parte de estudiantes de bachillerato aumentó de 4.5% a 13.4% (de 660,000 a 2 millones de estudiantes). El uso por estudiantes de escuela intermedia aumentó de 1.1% a 3.9% (de 120,000 a 450,000 estudiantes). CDC, Consumo de tabaco entre los estudiantes de escuela intermedia y bachillerato, EE.UU., 2011-2014.

Es ilegal que cualquier persona menor de 21 años compre cigarrillos electrónicos en Ashland

### ¿Por qué los prueban los niños?

Según el estudio de 2015 "Monitoring the Future", las razones más comunes por las que los adolescentes de 8° a 12° grado prueban los cigarrillos electrónicos son:

- #1 Para experimentar - para ver cómo son
- #2 Porque tienen un buen sabor
- #3 El aburrimiento, no tienen nada más que hacer
- #4 Para pasarla bien con los amigos
- #5 Para relajarse o aliviar la tensión

La percepción de los daños es baja. Solo el **19%** de los alumnos de 8° grado cree que existe un **riesgo importante** de que las personas se perjudiquen a sí mismas con el uso regular de **cigarrillos electrónicos**. Esto se compara con el **63%** de los alumnos de 8° grado que piensan que existe un **riesgo importante** de que las personas se perjudiquen fumando uno o más paquetes de **cigarrillos de tabaco** al día.

## Riesgos de los Sistemas electrónicos de administración de nicotina

Los riesgos de los Sistemas electrónicos de administración de nicotina aún se están debatiendo. Si bien pueden ser menos dañinos que los cigarrillos convencionales, eso no significa que los SEAN sean seguros. Esto es especialmente cierto para los jóvenes. Además, dado que los SEAN son productos relativamente nuevos, se desconoce el efecto de su uso a largo plazo. Esto es lo que sí sabemos:

### Riesgos para la juventud

- Mayor exposición a la nicotina y aumento en la probabilidad de probar cigarrillos convencionales
- La exposición a la nicotina durante la adolescencia puede tener consecuencias adversas a largo plazo para el desarrollo del cerebro
- En dosis lo suficientemente altas, la nicotina tiene una toxicidad aguda
- La nicotina líquida puede ser mortal para los niños pequeños o las mascotas si se ingiere
- Riesgos futuros de enfermedades
- Se desconoce si el fumador inhale otras sustancias químicas dañinas al usarlo

### Y ...

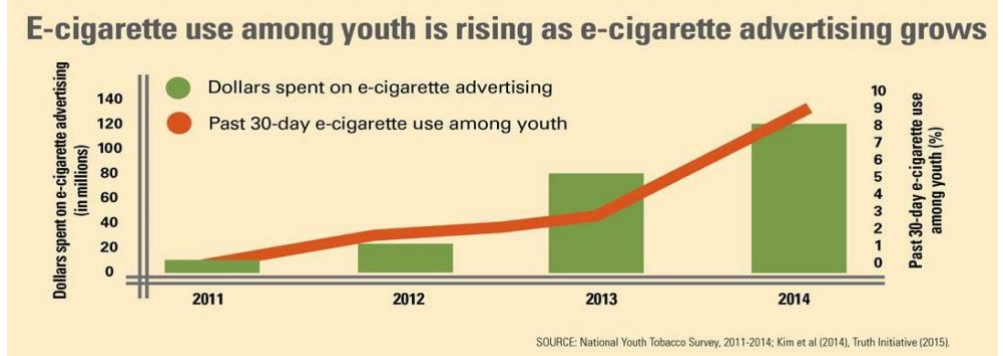
- Los consumidores de SEAN tenían un riesgo 2 veces mayor de síntomas bronquiales (p. ej., tos crónica)
- Incluso para los consumidores de cigarrillos electrónicos que nunca habían fumado, tuvieron un riesgo 1.6 veces mayor de padecer de síntomas bronquiales,



## Alfabetización mediática: entable una conversación

### ¿Cómo se enfoca la publicidad de cigarrillos electrónicos en los jóvenes?

- Portavoces de famosos
- Anuncios con hombres robustos y mujeres glamorosas
- Elección deliberada de revistas
- Alianzas con festivales de deportes y música que atraen a los jóvenes
- Productos con sabores dulces
- Muestras gratis de productos



La industria del cigarrillo electrónico utiliza prácticas de comercialización engañosas para enganchar a los jóvenes en sus productos. El uso de imágenes favorecedoras, actividades alternativas y sabores de productos que atraen a los jóvenes hacen que los cigarrillos electrónicos y otros productos de SEAN parezcan inofensivos y geniales, pero en realidad no lo son. Hable con su hijo adolescente sobre cómo identificar estas estrategias y reconocerlas como métodos para lograr que los adolescentes usen productos peligrosos. Recuérdeles que todos los productos de nicotina y tabaco son dañinos para los jóvenes.

### Asociación Norteamericana del Pulmón

<http://www.Lung.org/STOP-smoking/smoking-Facts/e-cigarettes-and-Lung-Health.html>

### Centros para el Control y la Prevención de Enfermedades

[http://www.cdc.gov/tobacco/data\\_statistics/tables/trends/infographics/index.htm](http://www.cdc.gov/tobacco/data_statistics/tables/trends/infographics/index.htm)

<http://www.cdc.gov/cdcgrandrounds/PDF/Archives/2015/october2015.pdf>

### Monitoring the Future (Monitoreando el futuro)

<http://www.monitoringthefuture.org/pressreleases/15ecigpr.pdf>

### Instituto Nacional sobre el Abuso de Drogas

<https://www.drugabuse.gov/publications/drugfacts/electronic-cigarettes-e-cigarettes>

### Administración de Alimentos y Medicamentos de EE.UU.

<http://www.FDA.gov/ForConsumers/ConsumerUpdates/ucm225210.htm>

### YouTube: Los 5 hechos más extraordinarios sobre los cigarrillos electrónicos

<https://www.youtube.com/watch?v=lzpQWrocrkQ>

### YouTube: NIDA pone los cigarrillos electrónicos en primer plano

<https://www.youtube.com/watch?v=lz67lqkLwYs&feature=youtu.be>

Partes de esta Hoja de consejos fueron adaptadas de estos recursos

"Parenting for Prevention" es una serie educativa de la Coalición "Decisions at Every Turn" para padres y otros adultos interesados en aumentar la conciencia y el conocimiento sobre asuntos importantes de la juventud y para alentar el diálogo sobre la toma de decisiones saludables.

Visite <http://www.AshlandDecisions.org/parent-tip-sheets.html> para nuestra colección de hojas de consejos.