

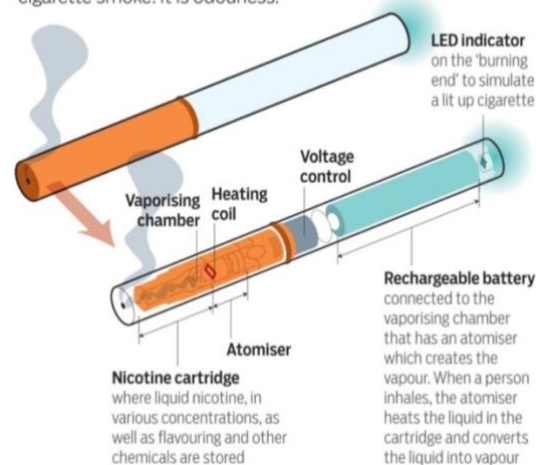
Paternalidad para la prevención: E-Cigarettes, Vaping y JUULing

Acerca de los E-Cigs, Vapes y JUULs

- Los **productos de Sistema Electrónico de Suministro de Nicotina (ENDS)**, por sus siglas en inglés) son dispositivos operados por batería que han sido diseñados para suministrar nicotina y otros aditivos al usuario a través de un aerosol, en lugar de humo.
- Los productos ENDS pueden **modificarse** para usarlos con otras sustancias psicoactivas, tales como **los aceites o concentrados de THC** (tetrahidrocannabinol) que se extraen de la marihuana. El THC produce una sensación de euforia o intoxicación y tiene efectos psicoactivos que pueden incluir sentidos alterados, cambios de humor, cambios en el comportamiento y adicción.
- Los **cigarrillos electrónicos** (e-cigs, e-cigarettes) son los productos ENDS más populares que utilizan los jóvenes.
- El **JUUL** es un cigarrillo electrónico popular preferido por los adolescentes, el cual contiene nicotina (hasta 20 cigarrillos tradicionales o más) y está "disfrazado" para parecerse a una unidad flash de computadora.
- Los cigarrillos electrónicos tienen una **batería** (que sirve como fuente de alimentación), un **atomizador** (que calienta la solución) y un **cartucho líquido** (el cual contiene una solución de nicotina, propilenglicol y/o glicerina, y que puede además contener un saborizante).
- Las soluciones para los productos ENDS, a menudo denominadas **e-liquid**, están disponibles en miles de sabores diferentes. Muchos sabores son dulces, azucarados o afrutados, por lo que resultan atractivos para los jóvenes.
- **Otros productos ENDS comunes incluyen:** cigarrillos electrónicos (e-cigs), pipas electrónicas (e-pipes), plumas Vape, e-gos, vaporizadores personales (PV), mods mecánicos y narguiles electrónicos (hookah, plumas hookah, shisha stick, e-shisha).
- Los productos ENDS **se pueden comprar** en tiendas al detal, tiendas "vape", estaciones de servicio, tiendas de conveniencia, supermercados de comestibles, farmacias, y también a través de proveedores por Internet.
- La **nicotina que viene en el e-liquid de los productos ENDS** es la fuente de adicción. La nicotina activa las "vías de recompensa" en el cerebro y aumenta los niveles del neurotransmisor de la dopamina, el químico cerebral que hace que uno se "sienta bien".

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

¿Por qué los jóvenes los prueban?

Según la **Encuesta Nacional de Tabaco de 2016** dirigida a los jóvenes, las razones más comunes por las que los adolescentes prueban los cigarrillos electrónicos son:

- #1 Un amigo o miembro de la familia los ha usado
- #2 La disponibilidad de sabores afrutados, mentolados o dulces
- #3 Creencia de que los cigarrillos electrónicos son menos dañinos que otras formas de tabaco

Otras razones incluyen que son más fáciles de conseguir que otros productos de tabaco; cuestan menos que otros productos de tabaco; y pueden usarse en áreas donde otros productos de tabaco, como los cigarrillos, no están permitidos.

¿Qué aspecto tienen?

Los cigarrillos electrónicos y sus accesorios vienen en muchas formas, tamaños y colores diferentes. Estas son sólo algunas muestras de su aspecto.

- A JUUL pods
- B JUULs
- C Vape Pen
- D E-liquid



A B C D

Riesgos de los Sistemas Electrónicos de Suministro de Nicotina (ENDS)

Aún se están debatiendo los riesgos que tienen los Sistemas Electrónicos de Suministro de Nicotina (ENDS). Si bien los ENDS pueden ser menos dañinos que los cigarrillos convencionales para las personas que ya fuman, esto no significa que sean productos seguros. Esto es especialmente cierto para los jóvenes. Además, debido a que los productos ENDS son relativamente nuevos, se desconoce el efecto de su uso a largo plazo.

Lo que sí sabemos es que existe lo siguiente:

Riesgos para los jóvenes

- Mayor exposición a la nicotina y mayor iniciación que con los cigarrillos convencionales
- Estar expuesto a la nicotina durante la adolescencia puede tener consecuencias adversas duraderas para el desarrollo del cerebro
- En dosis suficientemente altas, la nicotina tiene una toxicidad aguda
- La nicotina líquida puede ser fatal si la ingiere un niño pequeño o una mascota
- Riesgos de futuras enfermedades
- Se desconocen otros productos químicos potencialmente dañinos que se inhalan durante el uso

Hechos importantes sobre los JUUL

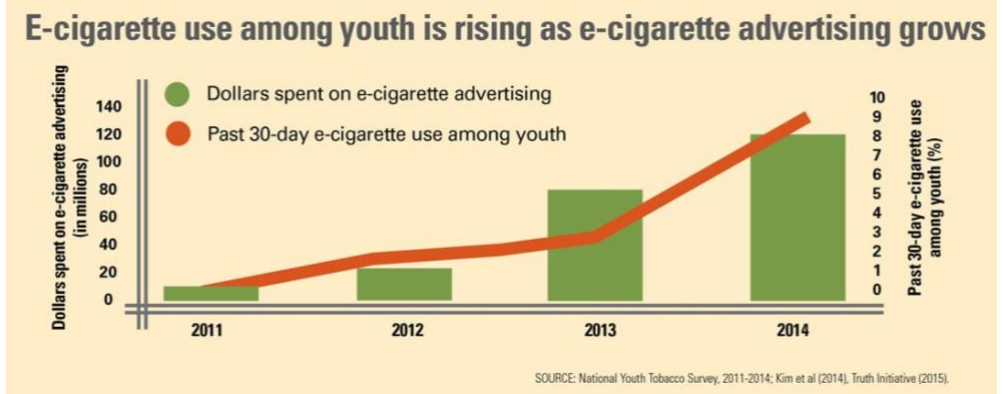
- Una cápsula de JUUL contiene la misma cantidad de nicotina que al menos 20 cigarrillos
- Vienen en sabores atractivos que los hacen muy deseados por los adolescentes
- Los menores de edad los pueden obtener a través de sus amigos o por Internet
- Las copias piratas están invadiendo el mercado



Educación mediática – Inicie una conversación

¿Cómo se dirige la publicidad de los cigarrillos electrónicos a los jóvenes?

- Celebridades que se prestan como voceros
- Anuncios con hombres fuertes y mujeres glamorosas
- Selección deliberada de las revistas y los sitios de Internet
- Asociaciones con festivales deportivos y musicales que atraen a los jóvenes
- Productos de sabor dulce



La industria de los cigarrillos electrónicos utiliza prácticas engañosas de marketing para enviciar a los jóvenes con sus productos. El uso de imágenes halagadoras, actividades alternativas y sabores de productos que atraen a los jóvenes hacen que los cigarrillos electrónicos y otros productos ENDS parezcan inofensivos y chéveres, pero en realidad no lo son. Hable con su hijo adolescente sobre cómo identificar estas estrategias, y reconozca que se trata de métodos para que los adolescentes usen productos que son adictivos. Recuérdeles a sus hijos que todos los productos de nicotina y tabaco son perjudiciales para los jóvenes.

RECURSOS

Asociación Americana del Pulmón

<http://www.lung.org/stop-smoking/smoking-facts/e-cigarettes-and-lung-health.html>

Centros para la Prevención y Control de Enfermedades: datos breves

https://www.cdc.gov/tobacco/basic_information/e-cigarettes/Quick-Facts-on-the-Risks-of-E-cigarettes-for-Kids-Teens-and-Young-Adults.html?s_cid=osh-stu-home-slider-004%20

Hagamos que fumar pase a la historia

<http://makesmokinghistory.org/>

Instituto Nacional sobre el Abuso de Drogas

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

La Iniciativa de la Verdad

<https://truthinitiative.org/>

Administración de Drogas y Alimentos de Estados Unidos

<https://www.fda.gov/tobaccoproducts/labeling/productsingredientscomponents/ucm456610.htm>

Partes de este folleto de asesoría y consejos fueron adaptadas de estos recursos

"Parenting for Prevention" (Paternidad para la prevención) es una serie educativa de la Coalición "Decisions at Every Turn" (Decisiones en todo momento) para los padres y otros adultos interesados en desarrollar la conciencia y el conocimiento acerca de temas importantes para los jóvenes, y en fomentar el diálogo sobre la toma de decisiones saludables. Visite <http://www.AshlandDecisions.org/parent-tip-sheets.html> para tener acceso a nuestra amplia colección de folletos de asesoría y consejos.

Decisions at Every Turn Coalition • 65 East Union Street, Ashland MA 01721
www.AshlandDecisions.org • CoalitionInfo@AshlandDecisions.org • 508.881.0177 Ext. 8284