

Cigarros electrónicos, tan inocuos como parecen?

Aínda que os e-cigarros son menos prexudiciais ca os convencionais, non están exentos de ser daniños para a saúde

Mentres que os cigarros convencionais se apagan, os electrónicos acéndense. As tendas de e-cigarros proliferaron de forma moi rápida nos últimos anos, ao mesmo tempo que a lei restrinxía a presenza do tabaco convencional. Erixíronse como a solución para deixar de fumar, para reducir o número de cigarros, para poder fumar en lugares pechados onde agora está prohibido... Ou simplemente como unha alternativa "menos daniña" para seguir fumando, xa que parece que non conteñen substancias nocivas coma o tabaco. Non obstante, este último propósito parece que non sei cumprirá, xa que o Ministerio de Sanidade, Servizos Sociais e Igualdade acordou, xunto coas comunidades autónomas, elaborar unha norma estatal para prohibir

o seu uso en centros sanitarios e escolares, nas administracións públicas e no transporte público. Igual que sucede na propia Unión Europea, onde, nun intento por regulalos, propoñen que a Lei antitabaco inclúa restricións tamén para este tipo de cigarros. Pero, son tan seguros como se cre ou entrañan riscos para a saúde? Os especialistas empezan a mirar con lupa os e-cigarros porque non sempre axudan a deixar de fumar e porque poden chegar a crear adicción. E, aínda que se asegura que son menos nocivos que o tabaco convencional, púidose comprobar que provocan tose e afogo. Agora as investigacións están encamiñadas a estudar se tamén conteñen substancias cancerixenas.

irritación da garganta ou das vías respiratorias. De feito, recentes estudos demostraron que o consumo de cigarros electrónicos pode provocar tose e afogo. E un informe publicado en *CHEST Journal*, en 2012, expoñía que fumarlos a curto prazo (só durante cinco minutos) produce efectos inmediatos e indesexables sobre a función pulmonar.

Vapores do e-cigarro no punto de mira

O cigarro electrónico presenta un cartucho onde se cargan sabores de todo tipo, dende vainilla, a chocolate, menta, fresa, café irlandés... que permiten disfrazar o outro composto que levan algúns dos e-cigarros: a nicotina. E é este, en concreto, o punto máis controvertido que está en estudo. "A produción destes sabores conséguese con substancias oleosas que os alvéolos dos pulmóns non son quen de absorber, de xeito que se depositan neles formando unha película de graxa que pode conducir a unha reacción inflamatoria e provocar enfermidades pulmonares", expón Joaquim Gea, presidente do Congreso Europeo de Respiratorio e xefe do Servizo de Pneumoloxía do Hospital do Mar, de Barcelona.

"Ao fumar os cigarros clásicos quéimanse moitas substancias tóxicas e máis de 70 son carcinóxenas; pero, en teoría, non sucede isto cos cigarros electrónicos, que se basean en vaporizar as substancias que conteñen. Poucas cousas son tan prexudiciais coma o tabaco. Os e-cigarros non son tan malos, pero isto non significa que non estean exentos de risco", puntualiza Esteve Fernández, doutor en Epidemioloxía, profesor da Universidade de Barcelona e coordinador da Unidade de Tabaquismo, do

Instituto Catalán de Oncoloxía (ICO). De feito, hai pouco, a Sociedade Española de Cirurxía Torácica e Pneumoloxía (SEPAR) advertiu que se atoparon substancias idénticas respecto das que se atopan nos cigarros ordinarios que poderían ser carcinóxenas ou cancerixenas. Segundo a SEPAR, aínda que non hai evidencias científicas respecto da seguridade e dos efectos dos cigarros electrónicos a longo prazo sobre a saúde humana, é moi posible que teñan efectos adversos e piden cautela ao utilízalos.

Nicotina para a adicción

No entanto, o máis preocupante dos e-cigarros é que, posto que o que engancha os fumadores é a nicotina, as compañías fabricantes empezaron a incluír unha pequena cantidade neles. A nicotina non é cancerixena, pero si adictiva, polo que incorporala nestes cigarros favorece que haxa fumadores que abandonen os convencionais e que se pasen á opción electrónica. Isto explicaría que unha parte dos seus usuarios fracase á hora de tentar deixar de fumar. No entanto, diversos estudos avalan a hipótese de que si poden servir para deixar de fumar.

En España, aínda non hai datos de que é o que sucede cos cigarros electrónicos. En EEUU, segundo o seu Informe semanal de morbilidade e mortalidade, comprobouse que moitos adolescentes se incorporan ao hábito de fumar a partir deles.

www.consumer.es



FALTA DE REGULACIÓN NOS CIGARROS ELECTRÓNICOS

Na actualidade, débete unha nova directiva sobre tabaco na Unión Europea, e nela incluíranse algúns puntos referentes aos cigarros electrónicos. Discutírase se os que inclúen certa concentración de nicotina (ata catro miligramos) deben venderse en farmacias ou con receita médica e valorárase tamén se han de prohibirse en lugares pechados.

A xuízo dos profesionais sanitarios, a irrupción no mercado dos e-cigarros pecou dunha falta de regulación, xa que non tiveron que superar os mesmos controis ca un produto sanitario. Reguláronse como un produto de consumo, cando as inhalacións que se realizan con eles poden afectar a saúde das persoas. Por iso, tamén reivindican que se prohiba usalos nos mesmos recintos e espazos públicos, profesionais e lúdicos, onde a lexislación española, unha das máis avanzadas, os vetou.



Cigarro con propilenglicol e síntomas respiratorios

O cigarro electrónico é un dispositivo coa aparencia dun pequeno bolígrafo metálico que produce vapor a partir dun produto, o propilenglicol. A diferenza dos cigarros clásicos, non se queima tabaco, polo que en teoría se evita a combustión dunha gran cantidade de substancias cancerixenas.

O propilenglicol inclúese en moitos preparados farmacéuticos, como os inhaladores, pero sempre baixo indicación médica. Con todo, pode producir algúns efectos tóxicos, como