

“Entre el 50% y el 70% de las personas que vapean siguen fumando”

Esteve
Fernández

Jefe de Control de Tabaquismo del Instituto Catalán de Oncología (ICO)

Esteve Fernández, jefe de Control de Tabaquismo del Instituto Catalán de Oncología (ICO), lleva toda la vida dedicado al estudio del tabaquismo y de sus efectos sobre el cáncer. Ha participado en las investigaciones que demuestran que el uso de los cigarrillos electrónicos no es tan inofensivo como sostienen sus distribuidores. Defiende el principio de prudencia de la OMS. Aunque algunos estudios han demostrado sus efectos nocivos a corto y medio plazo, se desconoce si a largo plazo pueden ser cancerígenos.

¿Los cigarrillos electrónicos son tan malos como el tabaco? No, porque el tabaco tradicional lleva un gran número de compuestos tóxicos. Sin embargo, esto no quiere decir que sean saludables ni tampoco una alternativa de salud al tabaco tradicional. Las compañías que los venden afirman que son “un bien” para la salud porque sus compuestos se presentan en concentraciones muy inferiores respecto a los tradicionales.

¿Sirven para dejar de fumar o para hacerlo menos? De momento, no se ha demostrado que disminuya el consumo de tabaco ni que sirva para reducir los daños asociados. Está claro que no lleva tantos tóxicos ni es tan cancerígeno como el tabaco, pero entre el 50% y el 70% de las personas que vapean (inhalan el vapor del cigarrillo electrónico) continúan fumando cigarrillos clásicos. Muchos fumadores se acercan a este dispositivo y se acaban engancharo, no solo a la nicotina, sino a la adicción gestual.

¿Cuáles son sus efectos perjudiciales? Inhalar la nicotina incorporada en la mayor parte de este tipo de cigarrillos provoca adicción. Además,

la evidencia científica es que, a corto plazo, se produce una irritación de las vías respiratorias (las sustancias que se vaporizan son distintos tipos de líquido, no solo vapor de agua) y una pérdida de la capacidad pulmonar. A largo plazo, sin embargo, no sabemos qué puede suceder. La nicotina puede tener distintos efectos cardiovasculares.

Algunas sociedades científicas no descartan que pueda provocar cáncer. ¿Es exagerado o hay evidencias científicas? A largo plazo, no sabemos qué puede suceder con las concentraciones de tóxicos del vapor, como las nitrosaminas y el formaldehído. Se desconoce si pueden producir cáncer en concentraciones tan bajas. Hay que esperar resultados determinantes. Existen estudios que han seguido a fumadores de cigarrillos electrónicos durante un tiempo, pero los efectos cancerígenos no son inmediatos. Debemos esperar a nuevos estudios, pero serán complicados de hacer porque a los efectos del vapear se van a sumar los del fumar.

¿También pueden causar efectos perjudiciales en los vapedores pasivos, las personas que aspiran el vapor del e-cigarrillo suspendido en el ambiente? El vapedor pasivo existe. Los cigarrillos electrónicos no solo desprenden vapor, también emiten líquidos. Tal y como ocurre con el fumador pasivo tradicional, al vapear nicotina, pueden quedar suspendidas en el ambiente pequeñas partículas de su derivado, la cotinina. Aunque sus concentraciones, en este caso, son muy pequeñas y se disipa rápido, se encuentra en el ambiente y lo incorporan el resto de personas.

¿Hay algún tipo de cigarrillo electrónico que sea menos nocivo? En

algunos países, como en el Reino Unido, existía una experiencia previa de tabaco oral, de mascar. Los nórdicos, por su parte, tenían *snus*, unas bolitas pequeñas que se colocan bajo la lengua. Este tabaco está prohibido en el resto de la Unión Europea. Tener este tipo de productos no significa que no conlleven riesgos. La comunidad científica reclama que aunque el e-cigarrillo pueda ser una herramienta prometedora, ello no implique la pérdida de los avances realizados frente al tabaco. Vapear ahora un e-cigarrillo electrónico en un bar o en un restaurante atenta contra esos progresos. Además, hay una falta de control, ya que han proliferado muchos tipos de productos que pueden haberse fabricado aquí o en el extranjero. En Europa, no hay ninguna regulación al respecto, algo que demandan las propias marcas de mayor prestigio de cigarrillos electrónicos.

La OMS ha desaconsejado el uso de cigarrillos electrónicos hasta que un organismo regulador pruebe su eficacia, seguridad y calidad. ¿Está justificada esta postura? La OMS llama a aplicar el principio de precaución porque se desconoce qué efectos pueden tener. Este producto se ha presentado como una alternativa para dejar de fumar absolutamente inocuo, pero desde el punto de vista científico y sanitario, se desconoce si es así. Se requieren más estudios de sus efectos y, entre tanto, utilizarse con precaución. Esto no significa que este producto, en un futuro, no se convierta en un instrumento más en la lucha contra el tabaco, pero aún no tenemos evidencias. Por el momento, la OMS ha dicho que los sistemas sanitarios deben limitarlo en los espacios donde ya está prohibido el tabaco.