



HCHS/SOL Newsletter

Efectos de los cigarrillos electrónicos (vapeo) en la salud

Los cigarrillos electrónicos (también conocidos como cigarrillos electrónicos y vapeadores) son dispositivos que calientan un líquido y producen un aerosol (vapor) que se puede inhalar. Los efectos del vapeo en la salud dependen de las sustancias específicas que se inhalan. Los cigarrillos electrónicos contienen menos sustancias químicas tóxicas que el humo de los cigarrillos tradicionales, pero pueden tener efectos nocivos. Las sustancias que contienen pueden ser desconocidas para el consumidor. De hecho, algunos cigarrillos electrónicos liberan nicotina, la principal sustancia adictiva de los productos de tabaco. El uso de cigarrillos electrónicos está aumentando, especialmente entre los adultos jóvenes. También está aumentando en las comunidades hispanas/latinas, en particular entre las personas de ascendencia puertorriqueña y cubana que nacieron en Estados Unidos o están más aculturadas.



Los científicos aún están aprendiendo sobre los efectos del vapeo en la salud: un estudio a gran escala descubrió que el uso exclusivo de cigarrillos electrónicos se asoció significativamente con la enfermedad pulmonar obstructiva crónica (EPOC) una enfermedad pulmonar grave y con la hipertensión arterial, pero no con la insuficiencia cardíaca ni la diabetes. El vapeo también se ha relacionado con lesiones pulmonares, incluyendo afecciones raras pero graves como la bronquiolitis obliterante. Además, el vapeo pasivo puede afectar la salud de otras personas. Se necesita más investigación para evaluar otros riesgos, como el desarrollo de enfermedades cardiovasculares y cáncer.

Los cigarrillos electrónicos pueden ayudar a algunos adultos a dejar de fumar, pero la Asociación Estadounidense del Corazón advierte contra su uso para dejar de fumar, ya que aún se desconocen los riesgos a largo plazo y el potencial de adicción debido al relativamente reciente aumento en su uso. Los cigarrillos electrónicos no deben ser usados por jóvenes, adolescentes, ni mujeres embarazadas.

Cigarrillos electrónicos como ayuda para dejar de fumar:

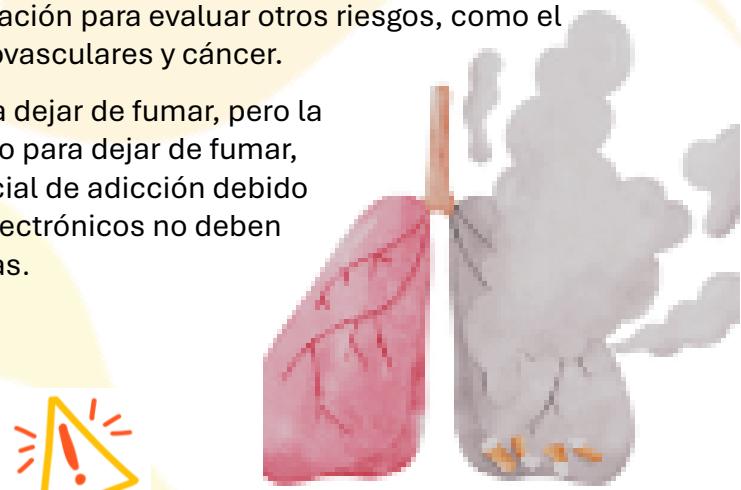
El vapeo tiene el potencial de normalizar de nuevo el consumo de productos con nicotina, revirtiendo décadas de progreso en la reducción del consumo de tabaco. Sin embargo, algunos estudios sugieren que los cigarrillos electrónicos pueden ayudar a los adultos a dejar de fumar y beneficiar a los adultos que fuman y no están embarazadas cuando se utilizan como sustituto completo de los productos de tabaco para fumar.



Ningún producto con tabaco es seguro. Dejar de consumirlo es la mejor manera de proteger la salud.

Hay recursos gratuitos para dejar de fumar. Consulte con su profesional de la salud sobre las herramientas y recursos que puede usar para dejar de fumar. Llame a [línea telefónica para dejar de fumar](#) y hable con asesores capacitados.  **1-855-DÉJELO-YA**

En línea en español: [Cómo dejar de fumar](#) | [Dejar de fumar](#) | [Consejos de exfumadores](#) | [CDC](#)



Se necesita más investigación para comprender mejor los efectos a corto y largo plazo sobre la salud del uso de cigarrillos electrónicos y para determinar si los cigarrillos electrónicos pueden ser eficaces para ayudar a los adultos a dejar de fumar.

Prevalence of electronic cigarette use and its determinants in us persons of Hispanic/Latino background: The Hispanic community health study / study of Latinos (HCHS/SOL)
"New Analysis Underscores Health Risks of E-Cigarettes" - Johns Hopkins Medicine

"E-Cigarettes (Vapes)" - CDC

"Is Vaping Better Than Smoking?" - American Heart Association

Miami, Florida
1-305-243-1828

Bronx, New York
1-718-584-1563

Chicago, Illinois
1-312-355-5320

San Diego, California
1-619-205-1926