

WWW.FARODEVIGO.ES

¿Por qué las nuevas alternativas sin humo han llegado para quedarse?

- La tecnología y los avances científicos han permitido desarrollar alternativas sin humo con el potencial de ser menos dañinas para los fumadores adultos que de otra forma van a mantener el hábito de fumar.

<https://www.farodevigo.es/ideas/combustiOFF/nuevas-alternativas-sin-humo.html>

BeContent

Miércoles, 13 julio 2022

La tecnología y los avances científicos han permitido desarrollar alternativas sin humo con el potencial de ser menos dañinas para los fumadores adultos que de otra forma van a mantener el hábito de fumar.

Existen evidencias científicas que ya respaldan el hecho de que estos productos libres de combustión son una mejor opción en comparación con seguir fumando cigarrillos. Por eso han llegado para quedarse.

Los productos sin combustión, especialmente aquellos de calentamiento de **tabaco** y los cigarrillos electrónicos, al evitar la combustión (es decir, al no quemar nada) no generan humo. De esta forma se consigue hacer CombustiOFF y evitar que, con las altas temperaturas a las que se llega cuando se enciende un cigarrillo, se liberen las más de 6.000 sustancias químicas que forman parte del humo, de las que unas 100 han sido clasificadas por las autoridades de Salud Pública como perjudiciales o potencialmente perjudiciales.

CombustiOFF: **tabaco** calentado, no quemado

Los productos de calentamiento de **tabaco** no necesitan combustión, no queman el **tabaco** y no producen ni humo ni cenizas. Y esa es la gran diferencia que tienen estos nuevos dispositivos con respecto al cigarrillo. Esto es importante ya que, al calentarlo, se elimina el humo y el aerosol que se produce contiene una concentración significativamente **menor de sustancias químicas dañinas en comparación con el humo**. En este caso, el **tabaco** se calienta a una temperatura suficientemente alta para liberar la nicotina y los sabores del **tabaco**, pero lo suficientemente baja como para evitar que el **tabaco** se queme.

Cigarrillos electrónicos: sin **tabaco** y sin humo

Los llamados cigarrillos electrónicos han evolucionado mucho desde su aparición en el mercado en 2007. Por ejemplo, en España estos productos comenzaron a venderse a principios de 2008 y se les

conocía también como dispositivos electrónicos de liberación de nicotina. Estos productos tampoco generan humo puesto que calientan una solución líquida que puede contener nicotina y sabores para producir un aerosol que algunos llaman vapor de ahí que también se les conozca como vapeadores, y la creación del término "*vaping*".

Conocer mejor las nuevas alternativas sin humo a los cigarrillos

No existe una opción de riesgo cero. Para evitar cualquier riesgo de daño asociado al hábito de fumar, lo mejor que puede hacer un fumador es dejar de fumar o no haber empezado nunca a consumir cualquier producto de **tabaco** o nicotina. Sin embargo, es importante que aquellos fumadores que no logran dejar de fumar y van a seguir con el hábito puedan elegir alternativas sin humo, que -aunque no son inocuas- son mejores en comparación con seguir fumando. Es importante recordar que los productos de **tabaco** calentado y la mayoría de los cigarrillos electrónicos contienen nicotina . Esta es una sustancia adictiva que no está exenta de riesgo pero que, sin embargo, no es la principal causa de enfermedades relacionadas con el hábito de fumar.

- Las alternativas sin humo, ¿en qué se diferencian con los cigarros tradicionales?