

## Vapeo en menores: riesgos y medidas urgentes | Consumer

-  El consumo de cigarrillos electrónicos se ha disparado entre los más jóvenes. La OMS pide actuar con urgencia para proteger a los menores de sus efectos



<https://www.consumer.es/bebe/vapeo-adolescentes-menores-moda-riesgos-necesita-medidas-urgentes>

María Huidobro

Viernes, 29 diciembre 2023

En nuestro país, la venta de **tabaco** a menores de 16 años se prohibió en 1982. Y desde 2006, es ilegal vender o entregar a personas menores de edad “productos del **tabaco**, así como cualquier otro producto que le imite e induzca a fumar”. Por tanto, **no es posible vender ni dar ni regalar a nuestros adolescentes, niños y niñas cigarrillos, puros o pipas, como tampoco los nuevos dispositivos para fumar. Aun así, se hace.** De hecho, el consumo de vapeadores o cigarrillos electrónicos, también conocidos como dispositivos susceptibles de liberación de nicotina (DSLN), se ha disparado entre los más jóvenes. Y la Organización Mundial de la Salud (OMS) pide actuar “con urgencia” para evitar que vaya a más. A continuación, te contamos cómo ha aumentado este consumo, cuáles son las consecuencias y **qué debes tener en cuenta como padre o madre para prevenirlo y detectarlo.**

### Consumo de **tabaco** y otros dispositivos para fumar en adolescentes

Las campañas y las medidas tomadas hasta el momento contra el tabaquismo **calan entre nuestros jóvenes, a medias**. Los adolescentes españoles consumen poco **tabaco**, pero prefieren los nuevos dispositivos para fumar, como se apunta en la última ‘Encuesta sobre el uso de **drogas** en enseñanzas secundarias es España’ (ESTUDES, 1994-2023), pensando erróneamente que son menos inocuos, cuando en realidad suponen una entrada más hacia el consumo de **tabaco**.

Así, en 2023, el 33,4 % de los estudiantes de **entre 14 y 18 años** reconoce que ha fumado **tabaco** alguna vez en su vida. Solo el 27,7 % lo ha hecho en el último año y menos, el 21 % en el último mes. Sin embargo, más de la mitad de los chavales confiesa que ha consumido **cigarrillos electrónicos**

(54,6 %), un dato muy por encima del registrado en 2021 (44,3 %); además, la mitad lo ha hecho sin nicotina. También en el sondeo aparece que el 57,9 % de los alumnos asegura que ha usado **pipas de agua** y el 44,8 % en los últimos 12 meses. Por sexos, solo en el caso de las cachimbas, sishas, hookah, narguille... son mayoría los chicos que las utilizan.

## ¿Cuántos han usado cigarrillos electrónicos?

Imagen: Ministerio de Sanidad

**Esta tendencia también se aprecia en la primera adolescencia**, como refleja un estudio piloto sobre consumo de **alcohol, tabaco** y posibles **adicciones** comportamentales **en menores de 12 y 13 años** elaborado de forma simultánea a Estudios por la Delegación del Gobierno para el **Plan Nacional sobre Drogas** (PNSD). Según la encuesta, la prevalencia de consumo de **tabaco** es relativamente baja a estas edades, ya que el 8,5 % reconoce haber fumado alguna vez en su vida (6,5 % en el último año y 4,1 % en el último mes). En cambio, **están muy presentes los cigarrillos electrónicos, pues uno de cada cuatro ha vapeado alguna vez en su vida** (un 21 % en el último año y un 11,2 % en el último mes). Y la edad es un factor clave: los alumnos de 13 años duplican a los de 12 años en el último mes (14,5 % frente al 7,6 %).

Este incremento, como los datos que se registran en otros países del entorno, es tan “alarmante” que hasta **la Organización Mundial de la Salud pide actuar “con urgencia” con medidas de control** que protejan a los niños y jóvenes del consumo de cigarrillos electrónicos. Tal y como informa este organismo, el consumo de vapeadores entre los niños de 13 a 15 años está a tasas más altas que entre los adultos en todas las regiones de la OMS. Por ejemplo, en Canadá, se duplicó entre los jóvenes de 16 a 19 años entre 2017 y 2022, y en Inglaterra (Reino Unido) se ha triplicado en los últimos tres años.

## Estrategias de la industria del **tabaco** para acercar el vapeo a menores

La edad mínima para comprar un vapeador en España es 18 años, independientemente de que tenga nicotina o no. Según el artículo 3 de la Ley 28/2005, “se prohíbe vender o entregar a personas menores de 18 años productos del **tabaco**, así como cualquier otro producto que le imite e induzca a fumar”. No obstante, estos productos se encuentran en estancos, tiendas especializadas, bazares, gasolineras, pubs... e **Internet**. Los establecimientos minoristas deben tener un distintivo que identifique la prohibición de su venta. Y en la Red, con solo clicar que tienes 18 años, el acceso es fácil.

Además, en el mismo artículo se añade que “se prohíbe la venta de dulces, refrigerios, juguetes y otros objetos que tengan forma de productos del **tabaco** y puedan resultar atractivos para los menores”. Sin embargo, la industria tabacalera **diseña y publicita productos de forma específica** para atraer a los más pequeños. Basta una simple búsqueda por Internet para ver que existen vapeadores con sabores que recuerdan a las chuches (de chocolate, chicle, algodón de azúcar, dulce de leche...) o con diseños coloridos e infantiles de personajes de dibujos animados tan populares como Bob Esponja o los Minions, que bien se podrían confundir con vasos, juguetes o teléfonos.

## ♥ Redes sociales

La OMS alertaba de ello en boca de Ruediger Krech, director de su Departamento de Promoción de la Salud, quien señalaba a los culpables: “Las empresas y los *influencers* promocionan entre los niños cigarrillos electrónicos con más de 16.000 sabores distintos a través de las redes sociales. En algunos casos se utilizan personajes de dibujos animados y diseños elegantes que atraen a la generación más joven”.

Y la Asociación Española contra el Cáncer (AECC) observaba en este estudio cómo las redes sociales están influyendo en las actitudes de los jóvenes hacia las nuevas formas de consumo. Para la mayoría, vapear o usar cachimba está de moda porque muchos de sus actores o actrices, *streamers* o *influencers* favoritos presumen de este hábito en sus vídeos y *post*.

## Cómo afecta el vapeo a los menores

Ante este panorama es necesario ser conscientes de que se ha demostrado que los vapeadores no contribuyen a abandonar el tabaquismo, a pesar de que nacieron con la idea de ayudar a dejar de fumar. Y en el caso de los más jóvenes, los estudios muestran sistemáticamente que **quienes consumen cigarrillos electrónicos tienen casi tres veces más probabilidades de fumar cigarrillos posteriormente**.

Imagen: haiberliu

Además, ya hay pruebas de que **los cigarrillos electrónicos con nicotina o sin ella tienen efectos negativos** para la salud, al menos, a corto plazo. Y es que se desconocen a largo plazo, pues tan solo llevan entre nosotros desde 2013. Estos dispositivos están alimentados por baterías para calentar líquidos y obtener un aerosol que se puede inhalar. Y este aerosol puede contener nicotina, saborizantes y toxinas (algunas cancerígenas).

Así, como señala la OMS, se ha demostrado que estos vapeadores son adictivos y liberan sustancias tóxicas que son **cancerígenas** o que aumentan el riesgo de sufrir **trastornos cardiacos y pulmonares**. Incluso hay una nueva enfermedad que se está dando entre la población joven: lesión pulmonar asociada al cigarrillo electrónico ( **EVALI** ). Además, pueden **afectar al desarrollo del cerebro y causar trastornos del aprendizaje** en los chavales.

- Verdades y mentiras sobre los cigarrillos electrónicos

## Cómo actuar para reducir los riesgos

Para reducir este problema, la OMS propone para los países como España, que permiten comercializar cigarrillos electrónicos como artículos de consumo (es decir, venderlos, importarlos, distribuirlos y fabricarlos): aplicar una reglamentación estricta para que resulten menos atractivos y menos nocivos para la población, por ejemplo, **prohibiendo que incorporen sabores, limitando la concentración y la calidad de la nicotina y gravándolos con impuestos**.

Por su parte, el Comité Nacional para la Prevención del Tabaquismo (CNPT) considera que se deben tomar medidas como las concretadas en la Declaración Endgame **Tabaco** España 2030 presentada

en noviembre de 2022 y firmada por más de 70 entidades sanitarias y civiles. Entre ellas, destacan:

- La consolidación de los espacios sin humo de **tabaco** ni aerosoles/vapores.
- La **equiparación legal** de estos dispositivos con los productos del **tabaco** en términos fiscales (equiparación al alza de los impuestos) y legislativos (idénticas restricciones al consumo, a la comercialización y a las limitaciones a la publicidad, promoción y patrocinio).
- **Reforzar la prohibición de la venta** a menores y nuevas formas de consumo, a través de la obligación de acreditación de la identidad a personas susceptibles de ser menores.
- **Abordar la publicidad** encubierta a través de *influencers* en las redes sociales.

## ➡ Prevenir en las familias

Pero también es importante prevenir con campañas en los centros educativos y sanitarios y, por supuesto, con estrategias desde las familias. El **ejemplo** es la mejor táctica que tienen los padres y madres, y el **diálogo** con sus hijos no debe faltar.

Para ello, antes deben **informarse** bien sobre los cigarrillos electrónicos y de las dudas que suelen tener los adolescentes acerca de estos dispositivos para poder compartir la información. Así, por ejemplo, es esencial explicarles que **los vapeadores sin nicotina pueden ser igual o más tóxicos que los dispositivos con nicotina**.

También conviene saber **cómo detectar** si un hijo utiliza estos vapeadores, porque, a diferencia del **tabaco**, no desprenden apenas olores y no se pegan a la ropa ni a las manos. Además, puede que se camuflen en artículos cotidianos como bolígrafos, fundas para teléfonos, memorias USB, relojes inteligentes y hasta en mochilas. Estos son algunos síntomas de un vapeo excesivo, que destacan desde la Universidad de Michigan (EE. UU.):

- Debido al propilenglicol que contienen, vapear causa sequedad en la boca o deshidratación, lo que puede llevar a un **aumento de la sed y las ojeras** .
- La misma sustancia química puede reducir la humedad dentro de la nariz y causar **hemorragias nasales** .
- Los irritantes de los vapores pueden desencadenar el sistema inmunitario, que puede reaccionar con **llagas en la boca y tos** .