



Cigarrillos electrónicos, “vaporizadores” y JUUL Lo que los adolescentes deberían saber

¿Qué son los cigarrillos electrónicos?

Los cigarrillos electrónicos incluyen “vaporizadores”, hookahs o JUUL. Son dispositivos alimentados por baterías que calientan un líquido electrónico que, a veces, se llama “jugo electrónico” y que, a menudo, contiene nicotina. Los cigarrillos electrónicos se inhalan como los cigarrillos comunes y producen una nube de aerosol de nicotina u otras sustancias. No se ha comprobado que sean una alternativa más segura a los cigarrillos.

¿Existe alguna diferencia entre usar cigarrillos electrónicos y los JUUL?

- No. Los JUUL pueden verse diferente pero, en realidad, son un tipo de cigarrillo electrónico.

Cada cartucho de JUUL contiene nicotina altamente adictiva. JUUL no produce ningún cartucho sin nicotina. JUUL afirma que algunos de sus cartuchos tienen, aproximadamente, tanta nicotina como un paquete entero de cigarrillos.

- La nube de aerosol que produce un JUUL puede no parecer tan espesa como las de otros cigarrillos electrónicos o como el humo de un cigarrillo común, pero igual contiene los mismos productos químicos y presenta los mismos riesgos para la salud.

¿Los cigarrillos electrónicos no son menos dañinos que el tabaco? ¿No es solo vapor de agua?

- El aerosol producido por los cigarrillos electrónicos no es vapor de agua ni es inofensivo.

El aerosol inhalado de estos productos es a menudo una mezcla de productos químicos dañinos, como nicotina, formaldehído y acroleína.

- Prácticamente todos los cigarrillos electrónicos contienen nicotina, aun los que tienen la etiqueta “sin nicotina”. Esto se debe a que no existen normas acerca de la fabricación de los cigarrillos electrónicos o de los “jugos electrónicos”. No hay manera de saber con exactitud qué contiene un cigarrillo electrónico.
- El “jugo electrónico” y los cartuchos de JUUL con sabor a frutas u otros dulces, conllevan los mismos riesgos para la salud que los productos sin sabor. Además, los saborizantes que se usan generalmente no son seguros para inhalar a los pulmones.

¿Cuáles son los riesgos de los cigarrillos electrónicos?

- Los cigarrillos electrónicos contienen productos químicos que pueden causar daños irreversibles a los pulmones y alterar el cerebro adolescente.

Los cigarrillos electrónicos contienen productos químicos dañinos, como formaldehído, que se sabe que produce cáncer, y acroleína, que se usa como herbicida y puede causar daño irreversible en los pulmones.

- La nicotina es altamente adictiva y la exposición a la nicotina durante la adolescencia puede dañar el cerebro en desarrollo.
- Los jóvenes que usan cigarrillos electrónicos tienen más probabilidades de avanzar al consumo de cigarrillos tradicionales.
- En el corto plazo, el cigarrillo electrónico puede irritar los pulmones, la garganta y los ojos. También puede aumentar la probabilidad de contraer resfriados o gripe.



¿Es legal la venta de cigarrillos electrónicos a los jóvenes o que los jóvenes los compren o usen?

- En la mayoría de los estados, la edad mínima para la venta de cigarrillos electrónicos es 18 años; en tres estados, la edad mínima es de 19 y, en seis estados y DC, la edad mínima es de 21 años.

En muchos estados es ilegal que los minoristas vendan cigarrillos electrónicos a los jóvenes, y en algunos estados, también es ilegal que los jóvenes posean cigarrillos electrónicos.

- Muchas escuelas han agregado los cigarrillos electrónicos a sus políticas de escuela libre de tabaco, y las consecuencias de usarlos dentro de las instalaciones escolares son, a menudo, las mismas que las consecuencias por fumar cigarrillos tradicionales.

¿Los cigarrillos electrónicos pueden ayudar a alguien a dejar de fumar?

No se ha podido comprobar que algún cigarrillo electrónico sea seguro y efectivo para ayudar a dejar de fumar.

Si conoce a alguien que quiera dejar de fumar, puede llamar al **1-800-LUNGUSA (1-800-586-4872)** o visitar **[Lung.org/stop-smoking](https://www.lung.org/stop-smoking)** para obtener más información acerca de las maneras seguras para dejar de fumar.

Más información:

Comuníquese con su oficina local de la American Lung Association para obtener información acerca de sus grupos de liderazgo u otras iniciativas relacionadas con el consumo juvenil de tabaco. **1-800-LUNGUSA** o **[Lung.org](https://www.lung.org)**.