

La verdad sobre el cigarrillo electrónico

El consumo de cigarrillo electrónico está ganando popularidad como una alternativa más segura a los cigarrillos, pero aún así presenta riesgos notables para la salud.

Esta técnica consiste en inhalar y exhalar el vapor producido por un cigarrillo electrónico, un vaporizador o un dispositivo similar.

Los cigarrillos electrónicos contienen glicerol de propileno. Cuando se calienta, se genera un gas formaldehído, un carcinógeno conocido. Existe controversia sobre la cantidad de calor necesaria para formar formaldehído, ya que el vapor generado por el alto voltaje puede liberar más gas de formaldehído,¹ y el aumento de la temperatura puede provocar daños en la pared celular y el riesgo de padecer cáncer.² Además, el consumo de cigarrillo electrónico no deja de exponer a las personas a la nicotina³ y puede aumentar el riesgo de enfermedades periodontales⁴ y enfisema relacionado con inhalantes.⁵

El consumo de cigarrillo electrónico no solo es popular entre los adultos, si no que la tendencia es especialmente alarmante en los adolescentes.

El diseño elegante de estos dispositivos ha animado a los adolescentes a consumirlos en público, incluido en las aulas o los pasillos de las escuelas. En 2016, más de 2 millones de estudiantes de escuelas secundarias e intermedias de los EE. UU. habían utilizado cigarrillos electrónicos en los últimos 30 días.⁶



¿Sabía usted?

Los adolescentes que utilizan cigarrillos electrónicos son seis veces más propensos a probar el cigarrillo.⁴

Consejos útiles

El consumo de cigarrillo electrónico no está exento de riesgos. Esto es lo que debe saber:

- El aumento de la temperatura en el interior de estos dispositivos puede provocar daños en la pared celular y riesgo de padecer cáncer.
- Aunque sean cigarrillos electrónicos, igualmente pueden contener nicotina y otras toxinas.
- El consumo puede aumentar el riesgo de enfermedades periodontales y enfisema relacionado con los inhalantes.
- El consumo de cigarrillos electrónicos puede reducir las probabilidades de que una persona deje de fumar en un 28%.⁷
- Si bien este método elimina el humo de segunda mano, en casos de uso intensivo crea el riesgo de emisiones de humo de segunda mano.⁸



¡Visítenos en línea para obtener más información sobre la salud bucal y la salud en general!

1. Medpage Today, "High-voltage Vaping May Expose Users to Formaldehyde," web. 2. Vicky Yu et al., "Electronic cigarettes induce DNA strand breaks and cell death independently of nicotine in cell lines," *Oral Oncology*, 52 (2016): 58-65. 3. American Association for Cancer Research, "AACR/ASCO Issue Joint Statement Recommending Increased Regulation of Electronic Nicotine Delivery Systems," web. 4. Nevin Zablotsky, "Electronic cigarette hazards," *The Journal of American Dental Association*, 148, no. 2 (2017): 60. 5. MLive, "E-cigarette vapor could lead to emphysema, say CMU researchers," web. 6. Centers for Disease Control and Prevention, "Electronic Cigarettes," web. 7. Reuters, "E-cigarettes Tied to Reduced Odds of Quitting Smoking," web. 8. American Chemical Society, "Exposure to toxins in e-cig vapor varies depending on scenario," *ScienceDaily*, August 2017.

Una sonrisa saludable, una vida feliz

Delta Dental of Arkansas, Indiana, Kentucky, Michigan,
New Mexico, North Carolina, Ohio, y Tennessee.

