



## Vapeando

### MEDICINA PARA TODOS

#### Vapeando

***Dr. Hernán Edrían Chavarría Aguilar***

El dicho reza: “el pez por su boca muere” pero dada la terrible *fijación oral* de cientos de millones de personas, deberíamos sustituir al “pez” por “humano”, porque aparte de la obesidad por sobrealimentación con todos sus bemoles, tenemos al otrora omnipresente cigarro, para el cual se han buscado todo tipo de alternativas, como el

*cigarrillo*

o

*cigarro*

*electrónico*

(CE), - también llamado, “eCig” o “eCigar” - ; un ingenio electrónico inhalador diseñado en principio para simular y sustituir el consumo de tabaco, utiliza un sistema batería/resistencia para calentar y vaporizar una solución, llamada líquido de vapeo, e-Liquid o e-Juice, con o sin aromas.

**AL INICIO SU DISEÑO** imitaba cigarrillos, puros o pipas, hoy tienen un aspecto distinto que en nada recuerda la presentación del tabaco, los usuarios actuales dicen no “

*fumar*

” sino “

*vapear*

”, con “

*beneficios*

” polémicos hasta la fecha.

**SI O NO.** Los CE se presentan como alternativa al cigarro tradicional, arguyendo un menor impacto para la salud debido a que lo inhalado es vapor de agua y no humo, además se le presenta como terapia de reemplazo de nicotina para dejar de fumar. La *Organización Mundial de la Salud*

(OMS) ha advertido a los consumidores que

**NO**

considera al CE como un tratamiento legítimo para quienes tratan de dejar de fumar y que los distribuidores de CE deben dejar de reivindicar efectos terapéuticos no demostrados o que se digan reconocidas por este organismo, debido a la carencia de estudios rigurosos que demuestren la efectividad del CE como terapia de reemplazo o sus niveles de toxicidad. Sin embargo, la OMS no descarta su utilidad si se realizan estudios clínicos y toxicológicos en el marco reglamentario adecuado.

**PROPUESTAS.** En noviembre de 2016 en la séptima *Conferencia de las Partes en el Marco del*

*de la OMS para el Control del Tabaco*

en Delhi (India) se presentó un informe sobre *Sistemas electrónicos de administración de nicotina (SEAN) y*

*sistemas similares sin nicotina*

(SSSN) en el que se señala, que si la gran mayoría de los fumadores que no pueden/desean abandonar el tabaco, pasaran a utilizar una fuente alternativa de nicotina con menos riesgos de salud y con el tiempo dejaran de utilizarla, sería un logro considerable en salud pública. Pero sólo si la incorporación de menores y no fumadores a la dependencia de nicotina no es superior a la del tabaquismo y, algún día, se reduce a cero. Que los SEAN/SSSN puedan cumplirlo sigue en debate, entre quienes desean que su uso se promueva y apruebe rápido a partir de las pruebas disponibles, y quienes piden precaución dadas las incertidumbres científicas, el desempeño de los diferentes productos y el comportamiento variable de los usuarios.

**ESTUDIOS.** No hay muchos válidos, pero en 2017 se realizaron algunos por las Universidades de Massachusetts y Lovaina que indican que los CE sí son un medio viable para ayudar a dejar el tabaquismo. En otro de ellos, un ensayo controlado y aleatorizado de 2016 a 2018, participaron 886 fumadores con una tasa efectiva de abandono del tabaquismo después de 1 año, del 18 % en el grupo con CE frente al 10 % en el grupo con *parche sustituto de nicotina*

(PSN). De los participantes que abandonaron el consumo de tabaco de manera efectiva, el 80 % de los del grupo con CE seguían utilizando el dispositivo un año más tarde, mientras que solo el 9 % de los participantes del otro grupo seguían usando el mismo PSN que al comienzo.

**PASIVOS.** Debate aparte y aunque su venta está prohibida a los menores de 13 años, los CE son legales en la mayor parte del mundo. Pareciera que la humanidad tiene que tener siempre algo en la boca, el buen *Freud* decía de su propia *fijación oral* al tabaco que: “a veces un puro es sólo eso... un puro.”, lo cierto es que fumar es el camino *seguro* al enfisema pulmonar y probable para el cáncer, además en México millones de exfumadores pasivos de camión, combi y metro, estarán de acuerdo conmigo en que “*vapear*” a fuerza el humo de cigarrillo de otros, es bastante asqueroso.