

La Epidemia tabáquica. Nuevas formas de adicción a la nicotina. ¿Esperamos o actuamos?

José Manuel Iglesias Sanmartín
Médico de Familia y Comunidad.
Unidad Especializada de Tabaquismo del Área Sanitaria IV
Coordinador del Grupo Atención Tabaquismo de la Samfyc.
Enero de 2020

El tabaquismo provoca en Asturias unas 2.200 muertes cada año, lo que supone que cada día fallecen en Asturias 6 personas por culpa del tabaco. A nivel global se calcula que el tabaco matará hasta a la mitad de sus consumidores.

El consumo de tabaco, que presentaba un descenso progresivo en los últimos años, ha aumentado en el porcentaje de fumadores diarios, según la XII Encuesta sobre Alcohol y otras Drogas en España (EDADES) 2017-2018. Los datos muestran que un 34% de los españoles consumen tabaco a diario, sobre todo en cajetilla, una cifra que en 2015 se situaba en el 30,8%.

Probablemente las leyes antitabaco no dan más de sí y es necesario seguir avanzando en nuevas medidas, en las que la población mayoritariamente está de acuerdo. Ello quedó reflejado en la XX Encuesta de la Semana sin humo 2019 que llevamos a cabo desde la Sociedad Española de Medicina de Familia y Comunitaria (Semfyc) con casi 9000 encuestas recogidas y en la que el 86,3 % está de acuerdo en que se prohíba fumar en vehículos privados cuando haya menores y un 75,4% de los encuestados piensan que debe estar prohibido fumar en lugares al aire libre donde se concentre gente, tales como piscinas o centros comerciales abiertos. El 63,4% que se haga también en centros deportivos abiertos. Además, el 62% de las personas encuestadas tiene la percepción de que, casi diez años después, no se cumple la Ley Antitabaco (42/2010) que prohíbe fumar en terrazas cerradas de bares y restaurantes.

Por otro lado, desde la industria tabaquera se han propuesto la mayoría de estrategias de “supuesta” reducción de daños presentando productos que iban desde los cigarrillos con filtro, cigarrillos “light” o los más recientes dispositivos electrónicos de liberación de nicotina (cigarrillo electrónico, IQOS o Juul) presentándolos como una forma “más saludable” de fumar y transmitiendo a la población una sensación de seguridad e incitación a iniciarse en el consumo o a seguir fumando en vez de abandonar de forma definitiva el consumo de tabaco.

Cigarrillos electrónicos

Los cigarrillos electrónicos, también conocidos como *e-cigs*, son dispositivos que suministran un aerosol que se consigue por el calentamiento de una solución que suele contener nicotina (entre 0 y 36 mg/ml), propilenglicol o glicerina y puede contener saborizantes que por vía oral no son tóxicas, pero su inocuidad por vía inhalada no ha sido demostrada. Además se han detectado componentes tóxicos (algunos cancerígenos como las nitrosaminas).

En metanálisis recientes se ha observado que los usuarios de *e-cigs* dejan de fumar en menor medida que los que no los usan, 1,2% de abstinentes a largo plazo después de usar los *e-cigs* 12 meses, lo cual contradice de pleno la propaganda de la reducción de daños. Además, hay que tener en cuenta que casi el 90% de los usuarios de los *e-cigs* son fumadores duales y no han dejado el cigarrillo convencional.

Tabaco calentado (IQOS, Ploom, iFuse)

Son dispositivos que calientan el tabaco a temperaturas inferiores a los 400 °C. De esta forma no se produce la pirolisis, por lo que se generaría menor cantidad de sustancias tóxicas. No obstante, contiene el 84% de nicotina de un cigarrillo convencional y además monóxido de carbono,

formaldehído y nitrosaminas y el doble de concentración de acenafteno (cancerígeno) que el cigarrillo convencional.

JUUL

El Juul es un dispositivo similar a una memoria USB, alimentado por batería que calienta un líquido que contiene nicotina (entre 21,8 y 56,2 mg/ml, mayor que un cigarrillo convencional) para producir un aerosol que se inhala. JUUL viene en una variedad de sabores, incluyendo mango y crema. Se puede cargar en cualquier puerto USB. Los jóvenes están usando JUUL como una forma discreta de usar nicotina en la escuela y sus alrededores, Las ventas de JUUL aumentaron más de siete veces de 2016 a 2017, y representaron la mayor parte del mercado de cigarrillos electrónicos de EE. UU.

Medidas de lucha contra la epidemia

En el momento actual no existe evidencia científica de su inocuidad, ni de su utilidad como herramienta para la dejar de fumar. El uso de los sistemas electrónicos de liberación de nicotina en lugares públicos puede inducir a una peligrosa “renormalización” de la conducta de fumar, incluso incorporar nuevos consumidores o la pérdida de oportunidad para el abandono del consumo en fumadores. Además el uso de estos dispositivos mantiene el gesto de fumar, que, desde el punto de vista de la dependencia, dificulta la cesación tabáquica.

Desde numerosas Sociedades Científicas se recomiendan como medidas preventivas:

- Prohibir su publicidad: tanto para su uso como su utilidad para dejar de fumar.
- Considerarlos como productos de tabaco aplicando las mismas medidas legislativas.
- Prohibir su consumo en lugares públicos en los mismos términos que los cigarrillos convencionales.
- Establecer programas y estrategias integrales de prevención del uso de estos dispositivos en la población, con especial incidencia en la población escolar y jóvenes.

Imágenes de Internet:

JUUL



IQOS

