

Preguntes i respostes sobre les cigarretes electròniques

Què són les cigarretes electròniques?

- **Són aparells electrònics amb forma de cigarreta** (també hi ha dispositius amb forma de cigar o pipa) **que vaporitzen una barreja de nicotina, propilenglicol i altres compostos químics i s'utilitzen inhalant el vapor produït tot simulant l'ús de les cigarretes convencionals.**
- **El líquid recarregable conté nicotina, propilenglicol (un alcohol usat com a additiu en aliments i en alguns fàrmacs** en forma de nebulitzadors o inhaladors) i additius alimentaris que tenen diferents sabors.
- A causa de la falta de regulació i controls de qualitat, **la composició pot variar entre diferents marques i dins d'una mateixa marca, i poden contenir altres tòxics que no apareguin en l'etiquetatge.**

Motius que generen en la població una percepció de risc baix

- Es publiciten com a productes segurs i no hi ha restriccions de venda. No hi ha estudis a llarg termini sobre la seva seguretat, i a curt termini poden tenir efectes respiratoris similars als del fumar.
- En la majoria de les ocasions s'assemblen molt a les cigarretes. A vegades també es fan semblants a objectes d'ús quotidià, com ara bolígrafs i llapis de memòria USB, per a qui vulgui utilitzar el producte sense que la gent se'n adoni.
- **Poden tenir sabors** (menta, xocolata, regalèssia, etc.) que els fan particularment **atractius per als adolescents i els poden induir al consum de nicotina.** Algunes companyies tabaqueres, que estan entrant en la indústria de la cigarreta electrònica, estan començant a produir-ne amb sabor de marques de cigarretes conegudes. A escala internacional hi ha més de 200 sabors disponibles.
- S'utilitzen com les cigarretes: produeixen un vapor visible i un LED pot il·luminar-se per imitar la llum d'una cigarreta real. **Simulen els aspectes visual, sensorial i de comportament de l'hàbit de fumar. En els llocs on està prohibit fumar, la cigarreta electrònica, amb nicotina o sense, pot constituir una incitació a fumar.**

En què consisteixen?

Cada dispositiu té:



- un sistema electrònic de vaporització
- una bateria recarregable
- un control electrònic i
- un dipòsit o cartutx del líquid que es vaporitza generalment amb nicotina. **Els fabricants no inclouen advertiments de salut sobre l'ús de la nicotina, ni tampoc sobre altres**

compostos inhalables que conté el líquid del cartutx.

Quina quantitat de nicotina contenen?

- **Els fabricants informen que els cartutxos contenen típicament entre 6 i 24 mg de nicotina, però de vegades en poden contenir més de 100 mg.**
- El consumidor pot combinar diferents tipus de recanvis de líquids i crear la seva pròpia mescla.
- La nicotina obtinguda en cada pipada és variable.
- **La taxa de nicotina obtinguda amb una cigarreta electrònica és variable en funció del contingut real del cartutx (que podria ser diferent de l'anunciat) i de la manera en què s'utilitza el dispositiu.**
- La nicotina és una substància química addictiva que en quantitats excessives pot ser letal (0,5-1,0 mg per kg de pes de la persona).
- La nicotina té un paper reconegut en la proliferació cel·lular, l'apoptosi, l'angiogènesi i la inflamació. A través d'aquests i altres mecanismes, les cigarretes electròniques poden ser cancerígenes.



L'ús de cigarretes electròniques és un mètode eficaç per deixar de fumar tabac?

- L'eficàcia de les cigarretes electròniques per ajudar les persones a deixar de fumar no s'ha demostrat científicament.
- Sovint es promocionen com a substituïts del tabac productes alternatius o ajudes per deixar de fumar. Però **els productes que s'utilitzen per deixar de fumar, com qualsevol altre fàrmac, han de haver estat provats en assaigs clínics controlats, seguint un procediment científic plenament establert i que permet valorar-ne l'eficàcia, efectivitat i seguretat.** Aquest procediment és el que han seguit els productes substituïts de la nicotina que s'utilitzen en el sistema sanitari (pegats, xiclets, comprimits) i els altres fàrmacs que s'han mostrat efectius (bupropió, vareniclina). Tots aquests productes s'han estudiat amb milers de participants en assajos clínics controlats.

Són segures?

- En no generar el fum associat a la combustió del tabac, **els consumidors creuen que son més segures que fumar tabac.** Aquesta "falsa seguretat" les pot fer atractives per als consumidors, però **és important tenir en compte que no se sap la totalitat de productes que contenen i no hi ha prou dades sobre les seves emissions.**
- Les cigarretes electròniques alliberen nicotina directament als pulmons. Cap dels substituïts de la nicotina aprovats, com el xiclet o el pegat, alliberen la nicotina directament als pulmons. Per tant, el mecanisme biològic pel qual es podria aconseguir deixar de fumar és desconegut. A més, el fet que la nicotina arribi directament als pulmons pot ser perillós (un estudi mostra afectació de la funció pulmonar en persones que els consumien) i cal estudiar-ho més a fons.

En resum, pel que fa a les cigarretes electròniques:

- No se'n coneix ni la qualitat ni la seguretat ni l'eficàcia per deixar de fumar o reduir els riscos.
- No estan regulades.
- Poden comprometre la "desnormalització del tabac" aconseguida durant la darrera època.
- L'OMS ha difós un posicionament sobre les cigarretes electròniques, el juliol de 2013, que diu el següent:

"Fins que no hi hagi dades que demostrin que són productes segurs, eficaços i de qualitat acceptable i que això estigui certificat per un organisme regulador nacional competent, els consumidors no haurien d'utilitzar-les."

- El Comitè Nacional per a la Prevenció del Tabaquisme (CNPT) ha elaborat un informe desaconsellant-ne el consum.
- L'Agència de Salut Pública de Catalunya (ASPCAT) ha donat suport a la iniciativa de les xarxes d'hospitals sense fum i d'atenció primària sense fum d'evitar el seu ús i venda en centres sanitaris i de desaconsellar-ne l'ús als ciutadans.

"Per tot això, i pel buit legal que hi ha en aquest moment, la Xarxa Catalana d'Hospitals sense Fum i la Xarxa d'Atenció Primària sense Fum recomanen que els hospitals, centres de salut i altres centres sanitaris:

- Prohibeixin per normativa pròpia de règim intern l'ús de cigarretes electròniques en les seves dependències, tant en els llocs tancats (edificis) com en el seu recinte a l'aire lliure, de forma similar al que estableix l'actual normativa (Llei 42/2010) de mesures sanitàries de control del tabaquisme per als productes del tabac.
- Prohibeixin per normativa pròpia de règim intern la venda, promoció o publicitat d'aquests dispositius en les seves dependències, de forma similar al que estableix l'actual normativa (Llei 42/2010) de mesures sanitàries de control del tabaquisme per als productes del tabac."

Per a més informació truqueu al:

061 CatSalut
Respon