

## Día Mundial sin Tabaco Los cigarrillos electrónicos tampoco son seguros

- Desconocer sus componentes y calentar ciertas sustancias puede generar graves problemas pulmonares.

El 31 de mayo, la Organización Mundial de la Salud (OMS) conmemora el Día Mundial sin Tabaco, fecha destinada a concientizar a la población sobre los riesgos asociados al consumo de esta sustancia. Según la Sociedad Americana del Cáncer, se estima que el 80% de las muertes por cáncer de pulmón están directamente relacionadas con el tabaquismo y, en promedio, las personas fumadoras mueren 10 años antes que quienes nunca han fumado.

En este contexto, el Dr. Cristián Ibarra, broncopulmonar e integrante del Programa Dejar de Fumar de la Clínica Universidad de los Andes, advierte que “tanto los cigarrillos tradicionales como varios electrónicos contienen nicotina, sustancia que se absorbe rápidamente en el torrente sanguíneo y actúa sobre los neurotransmisores del cerebro”.

Al llegar al cerebro, la nicotina genera una sensación de placer y bienestar, pero su alto poder adictivo lleva a una dependencia que obliga a mantener su consumo. Asimismo, se genera un efecto en el sistema nervioso central, provocando alteraciones del sueño, del ritmo circadiano e incluso del sistema inmunológico.

En los últimos años, se ha observado un aumento en el uso de cigarrillos electrónicos o vapers, especialmente entre los jóvenes, por tener saborizantes que los hacen más atractivos. Sin embargo, el Dr. Ibarra advierte que, “muchas veces, los cigarrillos electrónicos pueden ser incluso más peligrosos que los convencionales, ya que no siempre se conoce su composición ni cuentan con certificaciones. Además, suelen venderse en comercios no regulados y sin restricción de edad”.

El uso de vapeadores puede inducir una enfermedad pulmonar conocida como neumonitis por hipersensibilidad, que puede causar insuficiencia respiratoria y requerir hospitalización, especialmente en personas jóvenes. Estas sustancias también pueden inflamarse las vías respiratorias, provocando tos, dificultad para respirar, necesidad de oxígeno y, a mediano plazo, alteraciones en el tejido pulmonar.

“El vapear no es una alternativa segura al tabaco. No es una opción, ni tampoco es seguro”, concluye el Dr. Ibarra.

### ACTIVIDAD GRATUITA

Este viernes 30 de mayo entre las 7:00 y las 13:00 horas, Clínica Universidad de los Andes junto al apoyo de la Municipalidad de Las Condes, instalará una carpa en la salida del Metro Manquehue para realizar exámenes preventivos; como presión arterial, saturación de oxígeno en sangre y frecuencia cardiaca, flujometría pulmonar, prueba que mide la rapidez y fuerza con la que una persona pueda exhalar el aire de sus pulmones y también se llevará a cabo un cuestionario clínico para evaluar la dependencia a la nicotina.

