

Uso de los cigarrillos electrónicos entre los adolescentes y adultos jóvenes



Los cigarrillos electrónicos (también conocido como vapes) es el producto de tabaco del uso más frecuente entre los adolescentes y adultos jóvenes en los Estados Unidos. No hay ningún producto de tabaco que es seguro para usar, específicamente para los niños, adolescentes y adultos jóvenes, y eso incluye los cigarrillos electrónicos.

La mayoría de los cigarrillos electrónicos contiene el químico nicotina el cual es altamente adictivo. Además, la nicotina puede dañar zonas del cerebro adolescente que regulan el talante, aprendizaje, atención y el control del impulso. Esto es especialmente preocupante porque este daño puede quedar de forma permanente, como sus cerebros no se han desarrollado por completo.

- **El uso de los cigarrillos electrónicos entre los jóvenes ha estado bajando.**
- **El tipo de cigarrillo electrónico de uso más frecuente es el que tiene sabor.**
- **Los jóvenes tienen muchas razones por fumar los cigarrillos electrónicos, por ejemplo, la variedad de sabores de los productos y las influencias sociales.**
- **Dejar de fumar los cigarrillos electrónicos puede ser difícil, pero hay recursos disponibles que pueden ayudar.**

2024 Resultados de la encuesta anual nacional sobre jóvenes y el tabaco

- Bajó la cifra de jóvenes usando productos de tabaco en el 2024, principalmente motivado por una disminución del uso de los cigarrillos electrónicos.
 - El número de jóvenes quienes usaban cigarrillos electrónicos bajó de 2.1 millón en el 2023 a 1.6 millón en el 2024.
- Los cigarrillos electrónicos siguieron como el producto de tabaco que los jóvenes usan más a menudo, con 5.9% refiriendo uso.
- Más de 1 en 4 (26.3%) de usuarios jóvenes actuales de los cigarrillos electrónicos usa un producto de los cigarrillos electrónicos diariamente.
- La mayoría (87.6%) de los cigarrillos electrónicos que usaron los jóvenes tenían un sabor, los sabores más populares son de fruta, dulce y menta.
- El uso de productos de tabaco por jóvenes en el 2024 bajó a su nivel más bajo en los últimos 25 años.

A pesar de la reducción, siguen preocupantes los niveles de jóvenes quienes usan el tabaco, y sigue como máxima prioridad la prevención del acceso a los productos.

¿Por qué los adolescentes y adultos jóvenes fuman los cigarrillos electrónicos?

Hay varias razones por las cuales los jóvenes fuman los cigarrillos electrónicos. Todo tiene un papel en el porqué los jóvenes comienzan o siguen fumando los cigarrillos electrónicos: la publicidad y promociones para los cigarrillos electrónicos, la disponibilidad de sabores atractivos, influencias sociales, y los efectos de la nicotina.

Influencias sociales

La razón más común que los adolescentes y adultos jóvenes prueban los cigarrillos electrónicos es que un amigo los fuma.

Algunos mencionaron curiosidad después de ver a un familiar usarlos. Frecuentemente obtienen los cigarrillos electrónicos de sus amigos o familiares.

Disponibilidad de productos con sabores

La mayoría de los cigarrillos electrónicos vienen en una variedad de sabores, incluyendo sabor de fruta, vainilla, café y mentol.

La disponibilidad fácil de estos productos y su gran variedad de sabores figuran entre las razones principales del porque los jóvenes prueban los cigarrillos electrónicos.



**CONNECTICUT
Clearinghouse**
a program of the Connecticut Center
for Prevention, Wellness and Recovery

800.232.4424 (phone)
www.ctclearinghouse.org

Una biblioteca y centro de recursos sobre el alcohol, Tabaco, otras drogas, salud mental y bienestar

Publicidad del tabaco

Publicidad extendida para los cigarrillos electrónicos es un contribuidor principal al uso de los cigarrillos electrónicos por los adolescentes y adultos jóvenes. Ahora las compañías de los cigarrillos electrónicos están usando las mismas estrategias y temas de publicidad que se han demostrado que aumentaron la iniciación de jóvenes a usar cigarrillos.

Aún más, los cigarrillos electrónicos son mucho más visibles para ese grupo de edad, como se pueden ver en la televisión y otros formatos de medios donde están restringidos los productos tradicionales, como cigarrillos. Los jóvenes han informado que ver las publicidades para los cigarrillos electrónicos en línea, la televisión, los servicios de transmisión continua, y en los medios impresos.

Algunos cigarrillos electrónicos cuestan menos que los cigarrillos normales, el cual puede contribuir a que los jóvenes los fuman.

La nicotina

La nicotina, el elemento adictivo en los productos de tabaco, presenta riesgos significantes al cerebro en desarrollo. Uso repetido puede resultar con adicción. Esto puede causar ansiedad, estrés y depresión. Muchos jóvenes siguen usando productos de tabaco para manejar estos síntomas.

El cannabis

Los productos del cannabis y tabaco son las drogas de uso más frecuente entre los adolescentes y adultos jóvenes. Los que usan cannabis frecuentemente corren riesgo mayor de estar expuesto al tabaco y viceversa.

También se ha vuelto más común que los jóvenes usan ambos, el cannabis y el tabaco, en lugar de usar solamente una de las sustancias.

Cómo dejar de fumar los cigarrillos electrónicos

Las personas quienes fuman los cigarrillos electrónicos se pueden volver adictos a la nicotina. Esto puede hacer que dejarlo sea difícil, pero no lo tiene que hacer solo. Piense en hacer uno o más de los siguiente:

- ◆ Haga un plan para dejarlo.
- ◆ Hable con un proveedor de atención médica.
- ◆ Aprenda estrategias para manejar los síntomas de abstinencia de la nicotina.
- ◆ Piense en usar el asesoramiento y medicamento juntos.
- ◆ Llame a una línea telefónica para dejar de fumar para hablar con entrenadores enterados sobre dejar de fumar.
- ◆ Busca consejos y herramientas en línea en:
 - ◆ [CDC.gov/QUIT](https://www.cdc.gov/QUIT)
 - ◆ [Smokefree.gov](https://www.smokefree.gov)
 - ◆ [Truthinitiative.org](https://www.truthinitiative.org)

Recursos de Connecticut

Departamento de Salud Mental y Servicios de Adicción de CT

www.ct.gov/DMHAS

Know Ur Vape

drugfreect.org/know-ur-vape/

Vape Free CT

vapefreect.org
1-800-QUIT-NOW

24/7 Access Line

1.800.563.4086

Recursos Nacionales

Smoke Free Teen

teen.smokefree.gov

The Truth Initiative

truthinitiative.gov

American Lung Association

lung.org

Substance Abuse and Mental Health Services Administration

www.samhsa.gov

Proteger a los jóvenes de los daños de fumar los cigarrillos electrónicos

Individuos y organizaciones tienen un papel importante en ayudar a los jóvenes a rechazar o dejar de fumar los cigarrillos electrónicos y otros productos de tabaco. Trabajar juntos es esencial para asegurar que todos los jóvenes vivan vidas saludables y libres de tabaco.

Todos los padres, cuidadores, educadores, proveedores de atención médica tanto como los estados, territorios, comunidades, y tribus, tienen un papel importante en proteger a los jóvenes de los daños de fumar los cigarrillos electrónicos.

