

# El cigarrillo electrónico y el papel del profesional de enfermería de salud mental

Autora: Lucía García Álvarez. Enfermera Especialista en Salud Mental. HUSA-ÁREA III

## Introducción

EL CONSUMO del cigarrillo electrónico HA AUMENTADO en los últimos años, especialmente entre los jóvenes.

Son percibidos como menos dañinos y adictivos que los cigarrillos convencionales por lo que se presentan como una ALTERNATIVA MÁS SALUDABLE, convirtiéndose en una puerta de entrada para el tabaco y otras drogas.

O  
B  
J  
E  
T  
I  
V  
O  
S

- 1 Conocer los principales riesgos asociados al uso del cigarrillo electrónico.
- 2 Identificar el rol del profesional de enfermería de salud mental.



## Metodología

Se realizó una revisión bibliográfica a través de los siguientes buscadores: Clinical Key, PubMed, Scielo y Google Scholar. Se incluyeron estudios con fecha posterior a 2019.

*Palabras clave: cigarrillo electrónico, enfermería, salud mental.*

## Desarrollo

El cigarrillo electrónico simula al cigarrillo convencional. Es un dispositivo electrónico con un líquido y una batería, que produce aerosoles con diversos compuestos químicos, incluida la nicotina.

Esas sustancias aumentan el riesgo de los problemas cardiovasculares, respiratorios, neurológicos, cancerígenos y en el desarrollo del feto.

Además, aumenta la frecuencia de las lesiones pulmonares conocidas como EVALI (*E-cigarette or Vaping Product Use Associated Lung Injury*, o en español: *lesión pulmonar asociada al uso de cigarrillos electrónicos o productos del vapeo*)

1 de 2 adolescentes entre 14-18 años lo ha probado en alguna ocasión

¿Qué puede hacer el profesional de enfermería de salud mental?

- ✓ Educación para la salud con conocimientos actualizados para descreditar los mitos asociados al cigarrillo electrónico.
- ✓ Establecer una buena comunicación con los jóvenes para identificar los motivos de consumo y personalizar los cuidados.
- ✓ Trabajar medidas para gestionar el estrés y las habilidades sociales: técnicas de relajación, hábitos saludables, inteligencia emocional, comunicación asertiva, aprender a decir "no".
- ✓ Ayudar a construir una buena red de apoyo y relaciones saludables

## Conclusiones

El consumo del cigarrillo electrónico es cada vez más frecuente por lo que el profesional de enfermería de salud mental debe mantener sus conocimientos actualizados y conocer estrategias para abordar y manejar este problema.

### BIBLIOGRAFÍA

- Informe sobre los cigarrillos electrónicos: situación actual, evidencia disponible y regulación 2022. Unidad de Prevención y Control del Tabaquismo Subdirección General de Promoción de la Salud y Prevención. Dirección General Salud Pública. Ministerio de Sanidad. 2022.
- Alzalabani AA, Eltahir SM. Perceptions and reasons of E-cigarette use among medical students: an internet-based survey. J Egypt Public Health Assoc. 2020;95:21.
- Alonso Castillo MM, López García KS, Oliva Rodríguez NN. Riesgo percibido y uso de cigarrillos electrónicos en estudiantes universitarios. Revista Española de Drogodependencias. 2023;48(3):131-141.
- CDCespanol. Consejos útiles para proteger a los jóvenes de los daños del vapeo. Smoking and Tobacco Use 2025. Disponible en: <https://www.cdc.gov/tobacco/es/tobacco-features/spanish-back-to-school.html>