



DRUG ENFORCEMENT ADMINISTRATION

Vapeo:

Cómo protegerte a ti mismo y a los que más quieres





La charla de hoy

- ¿Qué es el vapeo?
- ¿Cómo funcionan estos dispositivos?
- ¿Qué sustancias pueden usarse en ellos?
- ¿Cómo protegerse del vapeo?
- ¿Cómo hablar del tema?
- Concurso de preguntas





¿Qué es el vapeo?



¿Qué es el vapeo?

Vapear consiste en inhalar y luego exhalar el aerosol o vapor que se produce al calentar un líquido o una sustancia seca dentro de un dispositivo electrónico (cigarrillo electrónico o e-cigarrillo).

O...

Inhalar y exhalar vapor generado al calentar un líquido o una sustancia seca en un dispositivo de vapeo.



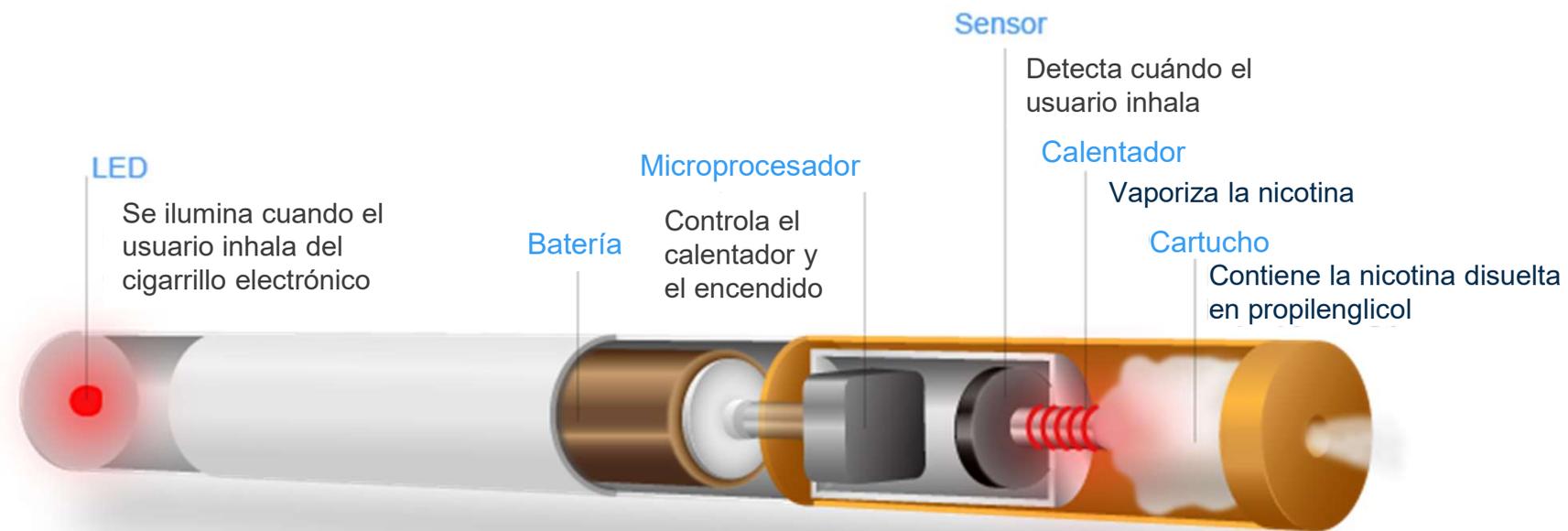


¿Cómo funcionan estos dispositivos?



¿Cómo funcionan estos dispositivos?

Las partes de un dispositivo de vapeo: Por lo general, consta de una batería, un cartucho para el líquido de vapeo o la marihuana seca y un elemento calefactor.





¿Qué tipos de dispositivos para vapear existen?



¿Qué tipos de dispositivos para vapear existen?

- Cigarrillos electrónicos
- Narguiles electrónicos
- Mods (dispositivos modificados)
- Dispositivos tipo bolígrafo para vapear
- Vaporizadores
- Sistemas con tanque
- Dispositivos Juul (marca Juul)





Tipos de dispositivos para vapear.



Fuente: National Academy of Sciences, Engineering, and Medicine, 2018. Public Health Consequences of E-Cigarettes.

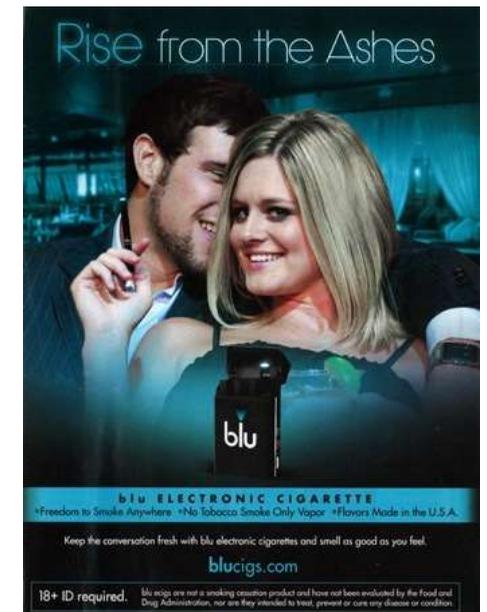


¿Qué sustancias pueden usarse en ellos?



¿Qué se puede usar en un dispositivo de vapeo?

- Los dispositivos de vapeo se promocionaron originalmente como una alternativa al cigarrillo (con publicidad similar), por eso muchos contienen nicotina.
- También pueden usarse para consumir **concentrados de marihuana** y otros productos derivados del cannabis (THC, CBD, Delta 8), entre otros.



Fuente: Business Insider, The New E-Cigarette Ads Look Exactly Like Old-School Cigarette Promos, 11/5/2013



¿Qué se puede usar en un dispositivo de vapeo?

- Los concentrados de marihuana se usan cada vez más en los dispositivos de vapeo. Se prefieren estos aparatos porque no producen humo, a veces casi no desprenden olor y son fáciles de ocultar.
- Se toma una pequeña porción del concentrado, llamada “dab”, se calienta en el dispositivo y el vapor resultante provoca un efecto inmediato de euforia. Esto se conoce como “dabbing”.





Los riesgos del vapeo



Los riesgos del vapeo

- Los dispositivos de vapeo que no contienen nicotina, marihuana ni ninguna otra sustancia que afecte al cerebro igual pueden ser peligrosos.
- El acetato de vitamina E, una sustancia química, ha sido asociado a EVALI (acrónimo de lesión pulmonar asociada al uso de cigarrillos electrónicos o productos de vapeo) y puede causar la muerte.
- Investigadores hallaron metales tóxicos en dispositivos de vapeo.
- Entre 2015 y 2017, más de dos mil lesiones por explosiones y quemaduras terminaron en servicios de urgencias hospitalarias.



Hallan metales tóxicos en aerosoles de cigarrillos electrónicos

flavors, with some exceeding regulatory limits.



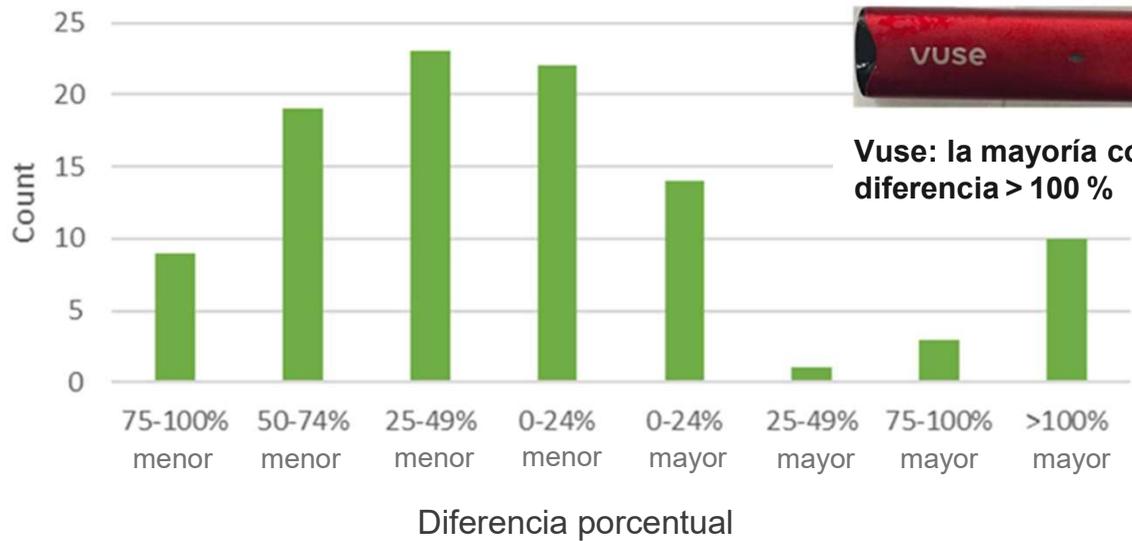
Vapeador explota y le fractura la mandíbula



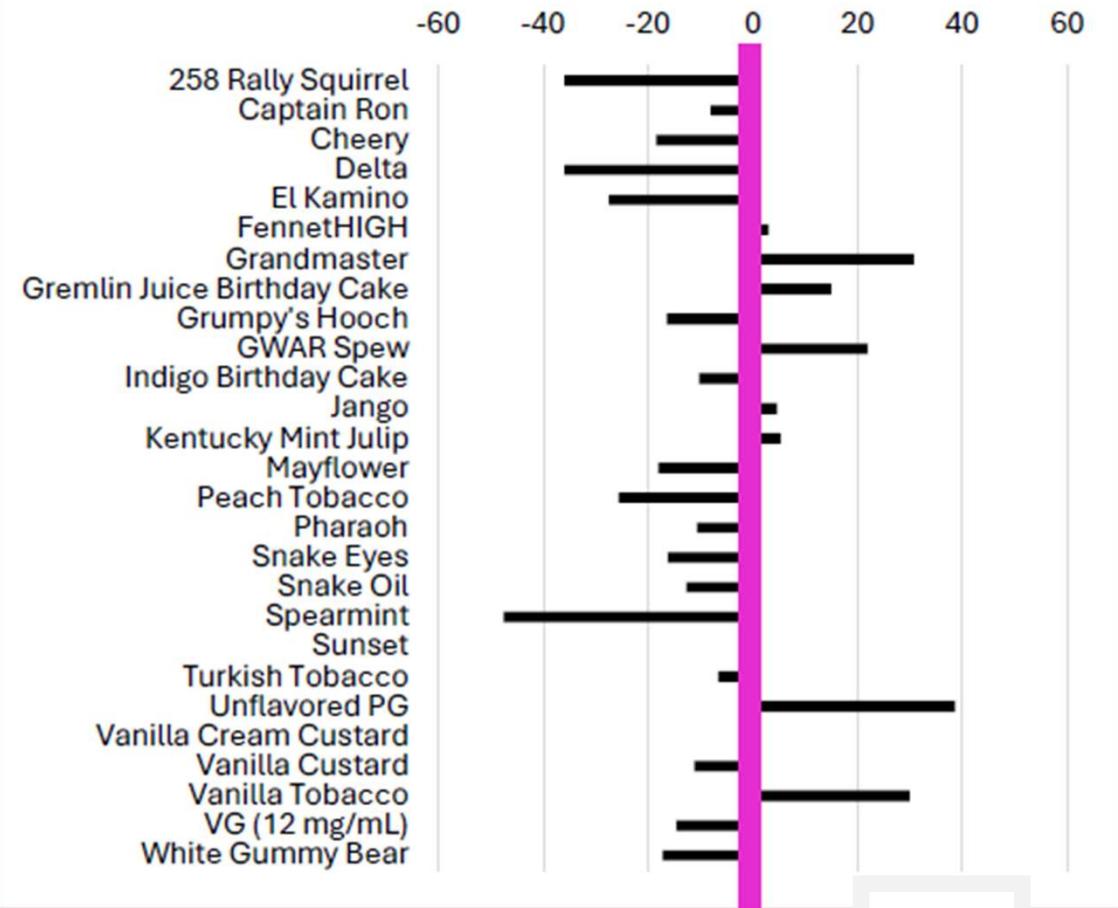


Etiquetas engañosas

Diferencia porcentual en la concentración de nicotina:
Valor determinado vs Valor anunciado



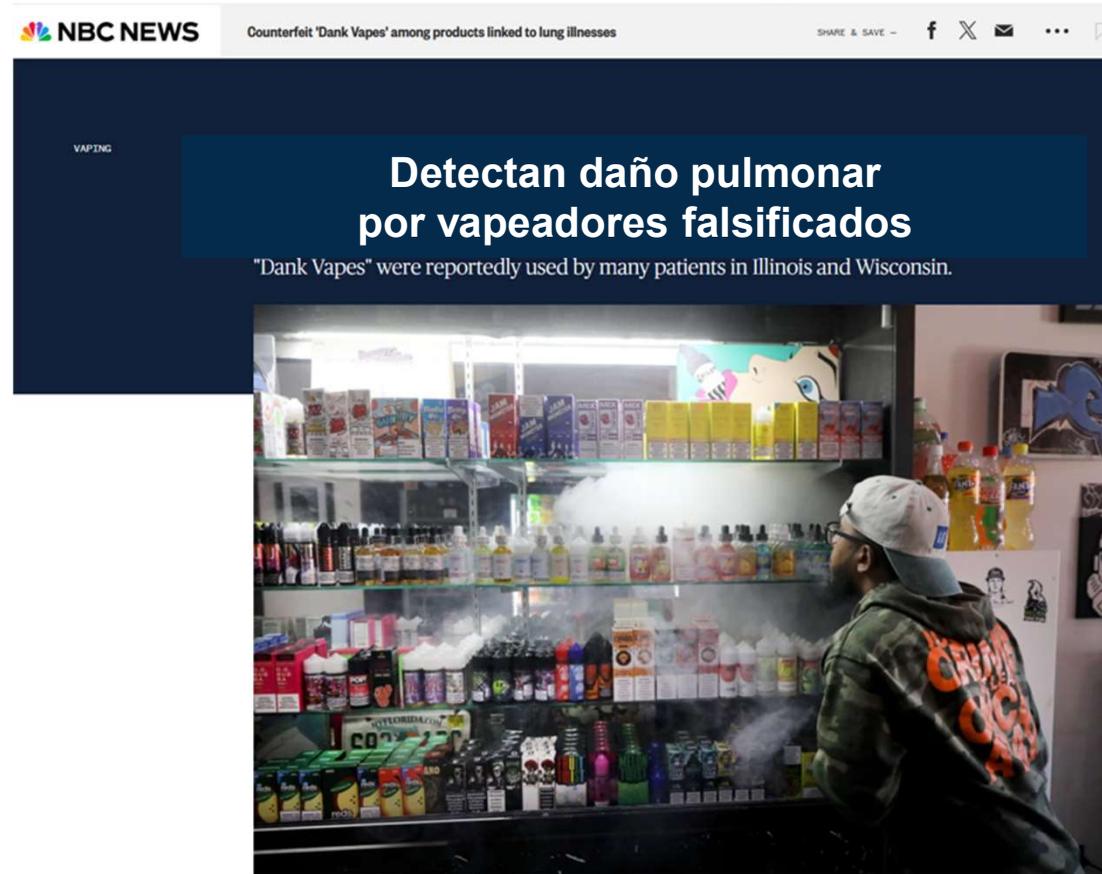
Variación respecto a la concentración
de nicotina declarada (%)



Fuente: Virginia Commonwealth University, 2025



Muchos dispositivos de vapeo son falsos





Cómo detectar un vapeador falso:

- Partículas extrañas o materiales ajenos en el producto
- Productos que han sido manipulados o están manchados
- Empaque o etiquetado que parece descuidado, que falta información o contiene errores como faltas de ortografía
- Precios inusualmente más bajos que el valor de mercado
- Productos que han sido comprados a vendedores no autorizados o mercados en internet de terceros
- Productos que ya no están disponibles comercialmente por parte del fabricante o son ilegales en la jurisdicción donde se venden



Efectos de la marihuana natural y de sus concentrados

- **Hasta ahora, no se conocen por completo los efectos a largo plazo del consumo de concentrados de marihuana.**
- Los efectos conocidos del consumo de marihuana natural incluyen:
 - Paranoia, ansiedad, ataques de pánico y alucinaciones.
 - Aumento de la frecuencia cardíaca y de la presión arterial.





Contaminación

- Algunos estados que permiten la venta de marihuana también analizan hasta 66 pesticidas. Sin embargo, los cultivadores o procesadores utilizan miles de otros químicos no autorizados.
- “Al concentrar la flor de cannabis, la mayoría de los pesticidas también se concentran durante el mismo proceso”.
- El THC fabricado sintéticamente pasa por un proceso químico que deja residuos peligrosos. Aproximadamente una cuarta parte contiene un químico corrosivo y tóxico similar al ácido sulfúrico.



¿Por qué son tan peligrosos los cigarrillos electrónicos? El vapor que inhalas puede contener...



Nicotina



Aromas como diacetilo

(sustancia química vinculada a graves enfermedades pulmonares)



Sustancias cancerígenas



Compuestos orgánicos volátiles



Partículas ultrafinas que pueden llegar a los pulmones



Metales pesados como níquel, estaño y plomo



Fuente: Oregon Health Authority,
healthoregon.org/vapingillness

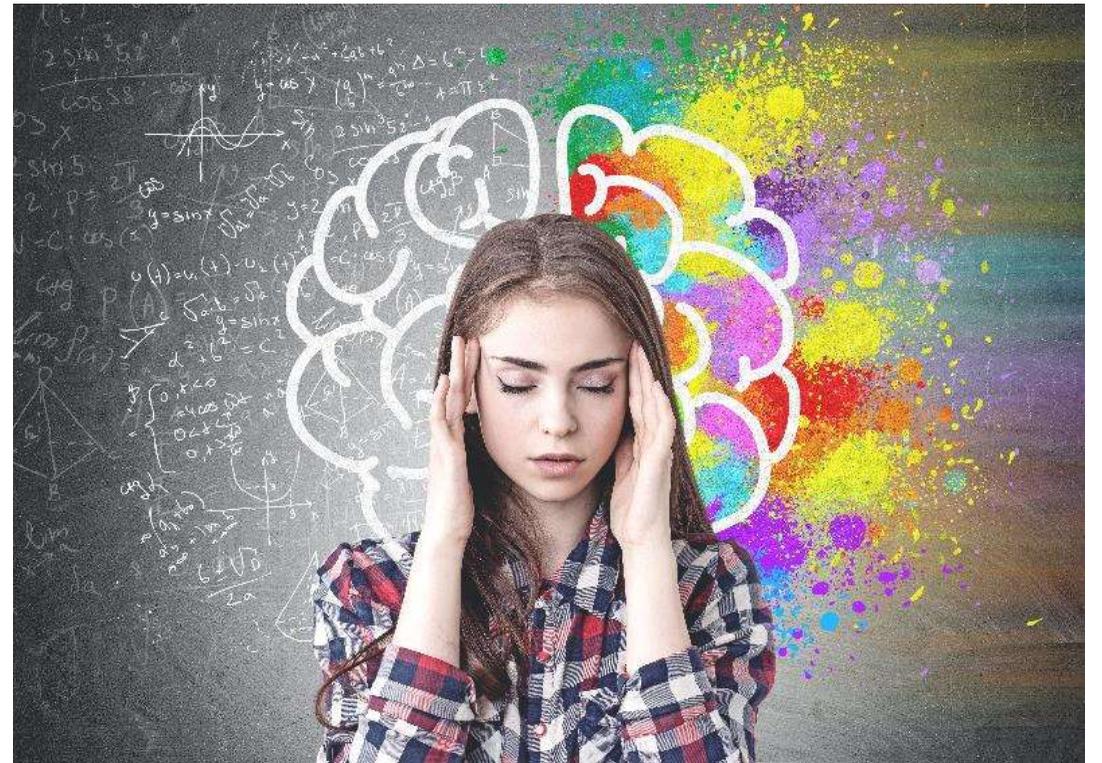


Cómo protegerte del vapeo



¿Cómo manejar el estrés de forma saludable?

- ¿Cómo afrontas esos momentos de ansiedad, depresión, enojo, etc.?
- ¿Qué métodos puedes usar para afrontar situaciones difíciles que NO impliquen vapear?
- ¿Tienes un adulto de confianza en tu vida? (Puede ser un tío, una tía, uno de tus padres, un profesor o un mentor.) Busca a alguien en quien puedas confiar; hablar ayuda.
- ¿Has hablado con el consejero de tu escuela? También pueden ayudarte.





ADOPTAR FACTORES DE PROTECCIÓN

PARA SUPERAR
DIFICULTADES

DIFICULTADES
CONDUCTUALES



Problemas
conductuales

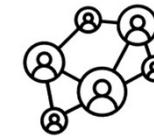


Conflictos con
amigos o familiares



Recurrir a las
drogas o al alcohol

DIFICULTADES DE
LA VIDA



Redes
sociales



Estrés académico



Ansiedad y depresión



Actividad
física



Apoyo
emocional



Actividades
sociales



Desarrollo de
habilidades



Alimentación
saludable



Descanso
adecuado



RESILIENCIA



Cómo protegerte del vapeo

- “This is Quitting” es un servicio gratuito y anónimo por mensajes de texto para dejar de vapear, diseñado específicamente para jóvenes de 13 a 24 años. “This is Quitting” es un programa basado en evidencia, desarrollado por Truth Initiative con aportes de jóvenes que desean dejar de vapear.
- Envía “DITCHVAPE” al 88709 para acceder al servicio “This is Quitting”.

YOU GOT THIS

YOU CAN QUIT VAPING. TEXT DITCHVAPE TO 887-09 FOR HELP.

truth THIS IS QUITTING



Cómo hablar del vapeo



Los amigos pueden protegerse mutuamente del vapeo

- Una manera de evitar que un amigo empiece a vapear es que tú no lo hagas. Los jóvenes tienden a vapear cuando ven a sus amigos hacerlo.
- Si un amigo desea dejar de vapear, puedes brindarle tu apoyo.
- Puedes manifestar tu preocupación por tu amigo.





Cómo hablar del vapeo

Eres importante

Tu vida y tus decisiones afectan a los demás

Los riesgos existen

Los cigarrillos electrónicos son riesgosos y pueden generar adicción

Lo que puedes decir

Pide ayuda

La gente que sabe cómo ayudar quiere que estés bien. Busca y acepta la ayuda.

Brinda ayuda

Ser un verdadero amigo, orientar a otros o participar en tu comunidad son acciones que pueden salvar vidas.



Haz preguntas abiertas

- Las preguntas abiertas son aquellas que no se responden con un simple “sí” o “no” ni con respuestas breves.
- Evita usar “por qué” para evitar actitudes defensivas.
- Ejemplos:
 - “¿Qué crees que harás?”
 - “¿Cuál es el siguiente paso?”
 - “¿Qué crees que debe cambiar?”
 - “¿Cuáles son tus opciones?”
 - “De lo que hemos mencionado, ¿qué te parece que tiene sentido?”
 - “Cuéntame más sobre lo que te gustaría hacer”.
 - “¿Cómo te gustaría manejar esto?”



Utiliza un “sándwich de información”

- Pregunta antes de brindar información o dar consejos
 - Invita a hablar
 - Comparte tu consejo o información
 - Verifica la comprensión





Usar un “sándwich de información”

"¿Puedo comentar algo que escuché?"

"Los dispositivos de vapeo pueden contener sustancias químicas muy dañinas. Las empresas que los fabrican quieren que sigas comprándolos".

"¿Qué opinan de eso?"

Invitar a hablar



Brindar información

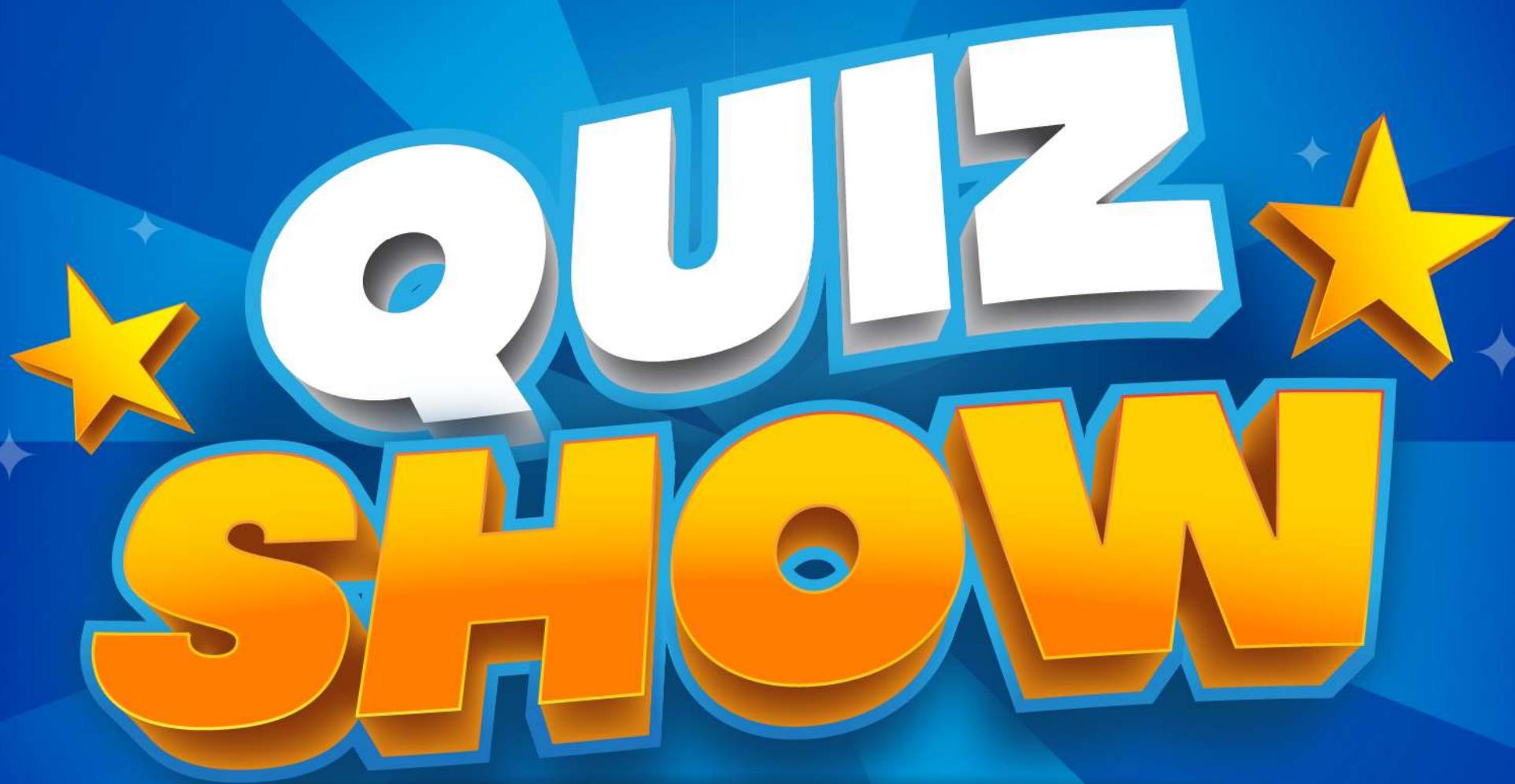


Verificar la comprensión



Mostrar tus conocimientos sobre el vapeo



A graphic for a quiz show. The word "QUIZ" is written in large, white, 3D block letters with a blue outline, positioned above the word "SHOW" which is written in large, orange, 3D block letters with a blue outline. Two yellow 3D stars are placed on either side of the word "QUIZ". The background is a dark blue gradient with lighter blue rays emanating from behind the text.

QUIZ SHOW

¡Concurso de preguntas!



"Vapear se considera seguro".

VERDADERO



FALSO



"Vapear se considera seguro".

FALSO

FALSO: el vapeo no es seguro para adolescentes y adultos jóvenes, especialmente porque el cerebro adolescente aún está en desarrollo y la exposición a estas sustancias puede resultar perjudicial. Además, algunos dispositivos de vapeo podrían explotar, provocando quemaduras y otras lesiones.



"Es simplemente vapor de agua"

VERDADERO



FALSO



"Es simplemente vapor de agua"

FALSO

FALSO: la mayoría de los dispositivos de vapeo contienen y liberan varias sustancias potencialmente tóxicas, incluyendo metales, algunos de los cuales se han vinculado con daño celular y del ADN.



"El vapeo ayuda a dejar de fumar".

VERDADERO



FALSO



"El vapeo ayuda a dejar de fumar".

VERDADERO

FALSO

VERDADERO Y FALSO: aunque los cigarrillos electrónicos pueden ayudar a algunos adultos a dejar de fumar, los adultos jóvenes que los habían usado tenían 7 veces más probabilidades de volverse fumadores al año siguiente.



"Si se lo vende en una tienda, debe ser seguro".





"Si se lo vende en una tienda, debe ser seguro".

FALSO

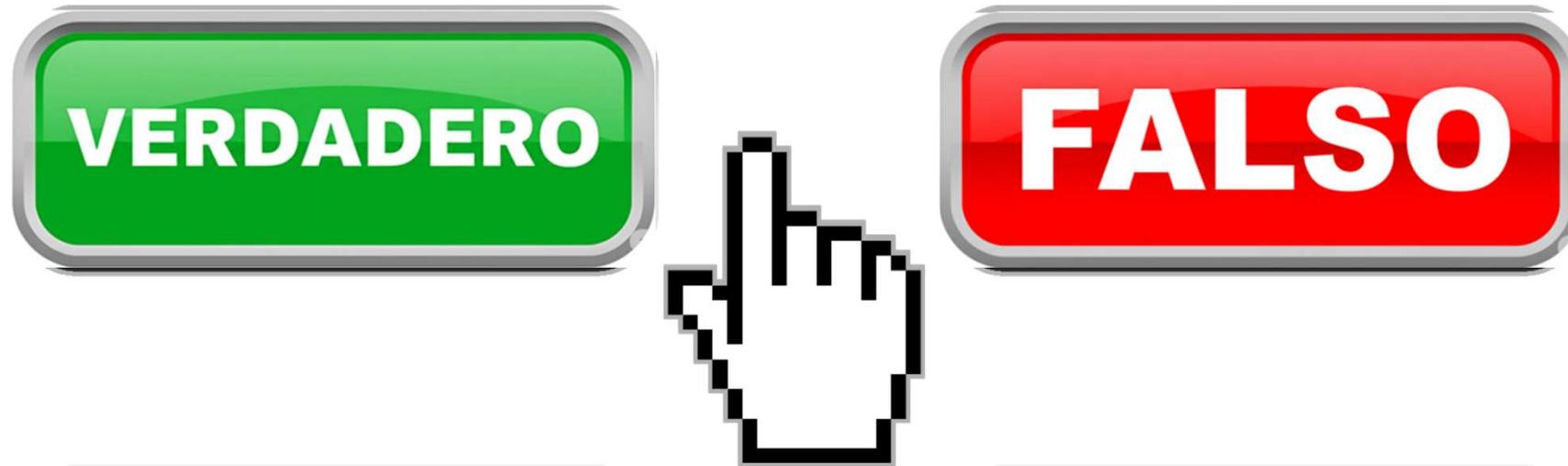
FALSO: la Administración de Alimentos y Medicamentos ha autorizado 34 productos, vendidos por 3 empresas.

Entre enero y junio de 2024, se vendieron en EE. UU. un total de 6287 productos de cigarrillos electrónicos.

La FDA también afirma que el vapeo no es seguro para los jóvenes.



“Se pueden usar vapeadores con sustancias distintas a la nicotina o al cannabis”





“Se pueden usar vapeadores con sustancias distintas a la nicotina o al cannabis”

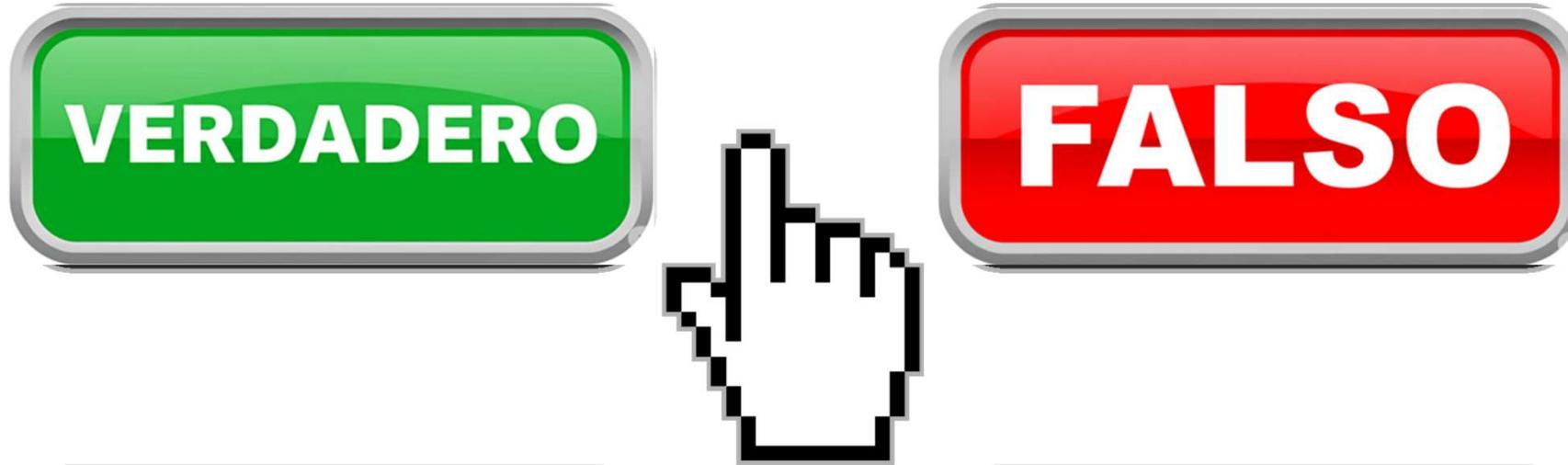


VERDADERO: Un estudio de 2024 descubrió que los dispositivos de vapeo se utilizan para consumir opioides, cocaína, cannabinoides sintéticos, catinonas (K2/Spice), alucinógenos, MDMA (éxtasis) y metanfetamina.

El alcohol también puede vapearse, lo que puede causar intoxicación y daños.



"Los jóvenes que vapean tienen más probabilidades de consumir otras sustancias adictivas".





"Los jóvenes que vapean tienen más probabilidades de consumir otras sustancias adictivas".



VERDADERO: Un estudio de la Mailman School of Public Health de la Universidad de Columbia con más de 50 000 adolescentes en EE. UU. indica que vapear nicotina está fuertemente vinculado con una probabilidad mucho mayor de consumo excesivo de alcohol y de consumo de cannabis.



"Los padres y cuidadores pueden ayudar a proteger a sus hijos del vapeo".

VERDADERO



FALSO



"Los padres y cuidadores pueden ayudar a proteger a sus hijos del vapeo".



VERDADERO: Según los CDC, los padres y cuidadores pueden proteger a sus hijos predicando con el ejemplo al no usar dispositivos de vapeo, manteniendo el hogar libre de tabaco, hablando con su hijo sobre los riesgos del vapeo y ayudándole a dejarlo si comienza a usarlo.



Para seguir aprendiendo

GET THE FACTS ABOUT DRUGS
JUST THINK TWICE

GET UPDATES GET INVOLVED GET HELP

Drug Info News & Media True Stories Consequences Facts & Stats Living Drug Free  Menu



Ohio High School Seniors Lead Substance Use Prevention Summit for Middle Schoolers

Nearly 100 middle school students participated in a crucial lesson on substance use, with instruction and mentorship provided by Ohio high school seniors from the Fairfield Prevention Coalition. The goal of the summit is to raise awareness among younger students about the dangers of substance use.

WATCH NOW

● ○ ○ ○ ○ ○ ○ ○ ○ ○

www.justthinktwice.com



Diapositivas adicionales



Mi error con el vapeo: cómo afectó a mi salud mental

- [Mi error con el vapeo: cómo afectó a mi salud mental | AwesomenessTV](#)



Mensaje de interés público

- [Comunicación persuasiva: Mensajes de interés público contra el vapeo | KNOW VAPE | PBS LearningMedia](#)



Cómo contactarnos

Iniciativa de divulgación comunitaria y apoyo preventivo de la DEA

Por teléfono: 202.307.7936

Por correo electrónico:

community.outreach@dea.gov

En internet: www.dea.gov/education-prevention/community-outreach

