



2025

+3000

USUARIOS DE NICOTINA DICEN

*Encuesta sobre consumo
y experiencias en el uso
de cigarrillos electrónicos
en Colombia*

Esta publicación ha sido producida por Corporación Acción Técnica Social –ATS– como parte de los procesos de investigación y generación de evidencia independiente con enfoque de reducción de riesgos y daños en el proyecto Plataforma Nicotina Reducción de Riesgos y Daños. Agradecemos a todas las personas que participaron en la encuesta y nos compartieron sus percepciones y experiencias del consumo de nicotina. Nuestra encuesta es independiente, libre de intereses políticos o comerciales. Queremos construir información que genere confianza y permita mejores enfoques para abordar el tema.

Autora

María Alejandra Medina

Procesamiento de datos

Nathalia Carolina Alarcón

Revisión

Julián Quintero
Andrea Saavedra

Diseño

Daiana Torres

Bogotá, Colombia
2025

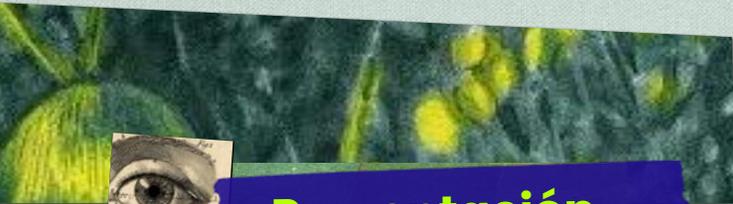


Esta publicación se distribuye bajo licencia Creative Commons Atribución 4.0 Internacional (CC BY 4.0):
<https://creativecommons.org/licenses/by/4.0/deed.es>



Tabla de contenido

Presentación	4
¿Por qué hacer una encuesta sobre consumo de nicotina en Colombia?.....	6
¿Cómo lo hicimos?.....	7
¿Quiénes participaron de esta encuesta?.....	8
+300 personas que consumen nicotina dicen cómo es su experiencia	10
Cigarrillos electrónicos	13
Productos de tabaco calentado	17
Tabaco	20
Snus	23
Prácticas de consumo de nicotina	24
Reducción de riesgos y daños	29
+300 personas que consumen nicotina dicen cómo debería ser la regulación y el funcionamiento del mercado	36
Derecho y acceso efectivo a la información	37
Acceso a los productos de administración de nicotina sin combustión	41
Salud pública, ¡Si, decidir consumir o no poder dejar de hacerlo no quita este derecho y la urgencia de abordar la salud!.....	46
Gestión ambiental, una deuda desde la contaminación por filtro hasta la basura electrónica.....	54
Conclusiones	56
Algunas definiciones	59
Mensajes de las personas participantes de la encuesta	60
Referencias bibliográficas.....	63



Presentación

La encuesta “+300 personas que consumen nicotina dicen: Encuesta sobre consumo y experiencias en el uso de nicotina en Colombia” fue diseñada y ejecutada como parte de un esfuerzo por comprender mejor el panorama del consumo de productos de administración de nicotina en el país, desde una perspectiva de reducción de riesgos y daños. Este estudio pretende llenar un vacío en la investigación nacional, que hasta el momento se ha centrado principalmente en las tasas de prevalencia y cesación, sin explorar en profundidad las experiencias de las personas usuarias, su acceso a información veraz, y sus percepciones sobre la regulación y el mercado de estos productos.

La metodología de esta encuesta se fundamenta en el diseño de cuestionarios que recogieron tanto información sociodemográfica como datos sobre las prácticas de consumo, preferencias por tipo de producto (cigarrillo tradicional, cigarrillo electrónico, productos de tabaco calentado y snus), percepción de riesgo, acceso a productos y opiniones sobre la regulación actual en Colombia. Con una muestra de 321 participantes,

la encuesta proporciona una visión integral del consumo de productos de nicotina y expone las oportunidades y desafíos que enfrentan los consumidores en términos de acceso a información y servicios de reducción de daños.

La encuesta reveló que el consumo de nicotina en Colombia es diverso y abarca tanto cigarrillos tradicionales como productos más recientes como cigarrillos electrónicos y tabaco calentado. Se observó que el consumo de nicotina está fuertemente vinculado a entornos sociales, como fiestas y reuniones, lo que refuerza su carácter recreativo y social. A pesar de la creciente adopción de productos sin combustión, los usuarios enfrentan una notable falta de información sobre cómo manejar los riesgos asociados a estos productos, lo que plantea un desafío importante para la salud pública.

Uno de los temas centrales es la desinformación, que genera confusión sobre los riesgos relativos de los diferentes productos de nicotina. También se identificaron preocupaciones sobre la falta de regulación en los puntos de venta informales y la mala disposición de residuos, especialmente en relación con los productos desechables. La dependencia a la nicotina sigue siendo un desafío predominante, y muchos usuarios expresaron una baja percepción de su capacidad para dejar de consumir. Además, hay un apoyo considerable para una regulación más estricta y profesionalizada en la venta de estos productos, junto con una demanda por acceso a información clara y confiable.

Este informe busca no solo proporcionar un panorama detallado de las experiencias y percepciones de los consumidores, sino también generar una conversación más amplia sobre el lugar que deben ocupar los derechos de las personas usuarias en las políticas públicas. Al enfocarnos en una estrategia de salud pública que valore la reducción de riesgos y daños, esperamos contribuir a una regulación más efectiva, que respete la autonomía de los usuarios y garantice su acceso a servicios y estrategias que minimicen los riesgos asociados al consumo de tabaco y nicotina.

Listado de figuras

Gráfico 1. Sexo de las personas encuestadas	8
Gráfico 2. Edad de las personas encuestadas	9
Gráfico 3. Ocupación de las personas encuestadas	9
Gráfica 4. Prevalencia vida por tipo de producto de administración de nicotina	10
Gráfica 5. Consumo de nicotina por última vez por tipo de producto de administración de nicotina	11
Gráfico 6. Consumo de cigarrillo electrónico por sexo	13
Tabla 1. Frecuencia de consumo de cigarrillo electrónico por sexo	14
Gráfico 7. Edad de inicio de consumo de cigarrillo electrónico	14
Tabla 2. Frecuencia de consumo de cigarrillo electrónico por rangos de edad	16
Gráfico 8. Consumo de productos de tabaco calentado por sexo	17
Gráfico 9. Edad de inicio de consumo de productos de tabaco calentado	18
Tabla 3. Frecuencia de consumo de productos de tabaco calentado por sexo	18
Tabla 4. Frecuencia de consumo de producto de tabaco calentado por rangos de edad	19
Gráfico 10. Consumo de cigarrillo tradicional por sexo	20
Tabla 5. Frecuencia de consumo de cigarrillo tradicional por sexo	21
Gráfico 11. Edad de inicio de consumo de cigarrillo tradicional	21
Tabla 6. Frecuencia de consumo de cigarrillo tradicional por rangos de edad	22
Gráfico 12. Contextos de consumo de nicotina	24
Tabla 7. Mezclas más frecuentes de nicotina con otras sustancias psicoactivas	26
Gráfico 13. Patrón actual de consumo de productos de nicotina	28
Gráfico 14. Experiencia de consumo por tipo de producto de administración de nicotina	30
Gráfico 15. Motivaciones de consumo de productos de nicotina	31
Gráfico 16. Percepción de reducción de riesgos y daños por tipo de producto de administración de nicotina en comparación con el cigarrillo tradicional	33
Gráfico 17. Percepción de reducción de riesgos y daños por tipo de producto de administración de nicotina en comparación con el cigarrillo tradicional	34
Gráfico 18. Percepción de derechos humanos que deberían ser garantizados a las personas usuarias	36
Gráfico 19. Percepción de derechos humanos que deberían ser garantizados a las personas usuarias	38
Gráfico 20. Confiabilidad de fuentes de información sobre productos de administración de nicotina sin combustión	40
Gráfico 21. Forma de compra de los productos de administración de nicotina sin combustión	42
Gráfico 22. Niveles de asesoría e información de riesgos de los productos de administración de nicotina sin combustión por lugar de compra	43
Gráfico 23. Niveles de asesoría e información de riesgos de los productos de administración de nicotina sin combustión por lugar de compra	44
Gráfico 24. Niveles de asesoría e información de riesgos de los productos de administración de nicotina sin combustión por lugar de compra	45
Gráfico 25. Problemas de salud reportados por uso de cigarrillo tradicional	47
Gráfico 26. Problemas de salud reportados por uso de cigarrillo electrónico	48
Gráfico 27. Problemas de salud reportados por uso de producto de tabaco calentado	49
Gráfico 28. Percepción de posibilidad de cesar el consumo de nicotina por frecuencia de consumo	51
Gráfico 29. Percepción de las personas usuarias sobre cómo debería regularse la dosis de nicotina	52
Gráfico 30. Conocimiento y uso de rutas correctas de disposición de desechos	54
Gráfico 31. Opinión sobre modelos de responsabilidad extendida de los productores	55

¿Por qué hacer una encuesta sobre consumo de nicotina en Colombia?

Las mediciones sobre consumo de tabaco o de sustancias psicoactivas en Colombia suelen centrarse en indicadores clásicos: prevalencias de uso, frecuencias relacionadas con factores sociodemográficos, tasas de incidencia, y percepciones de riesgo en la población. Estos estudios, aunque valiosos, tienden a enfocarse en medir el “éxito” de la atención al tema en la reducción o eliminación del consumo, manteniendo una mirada centrada en la prevención y la cesación. Lo cual ha limitado la exploración en el diseño de mediciones, indicadores y formas de caracterizar el consumo.

Sin embargo, esta perspectiva limita la comprensión más compleja e incluso más próxima al fenómeno. Pocas investigaciones profundizan en indicadores que exploren las experiencias de las personas que consumen nicotina, sus motivaciones, hábitos, y percepciones frente al uso de productos de tabaco y nicotina. Para quienes trabajamos desde la reducción de riesgos y daños, es evidente que se necesita ir más allá de los números que simplemente indican quién consume y quién no. Necesitamos comprender cómo y por qué las personas deciden consumir, sobre todo en el caso de productos legales como el tabaco, donde los consumidores están cada vez más informados de los riesgos y, aun así, deciden seguir consumiendo o no pueden dejar de hacerlo.

Para el caso del tabaco, es común que cualquier conversación, intervención, debate o cubrimiento sobre el tema se inicie con la trágica cifra:

“cada año en Colombia, aproximadamente 35.000 personas fallecen debido a enfermedades relacionadas con el tabaquismo”

¿Alarmante no? Es un consenso que las muertes asociadas, el tratamiento de enfermedades relacionadas, y los costos en salud asociados al tabaquismo lo hacen una prioridad de salud pública. Pero, ¿qué sabemos realmente sobre las personas que consumen tabaco? ¿Qué piensan ellas? ¿Cómo viven su consumo? Esta perspectiva ha sido sistemáticamente ignorada en el diseño de políticas, medidas de atención en salud y en el funcionamiento del mercado mismo de estos productos.

El cambio de paradigma que proponemos desde la reducción de riesgos y daños para abordar el consumo, nos lleva a cuestionar cómo investigamos y estudiamos el consumo de nicotina. Necesitamos nuevos indicadores, nuevas formas de interpretar los datos y, sobre todo, un enfoque centrado en las personas que consumen. Solamente con su participación y con una comprensión más humanizada, podemos diseñar políticas y servicios que respondan de manera efectiva a sus necesidades.

Por eso, desde la Corporación Acción Técnica Social y el proyecto Nicotina Reducción de Daños (Nicotina RRD), nos complace presentar “+300 personas que consumen nicotina dicen: Encuesta sobre consumo y experiencias en el uso de nicotina en Colombia”. Este informe tiene como objetivo caracterizar el consumo de nicotina en población adulta, además de querer visibilizar las percepciones de las personas usuarias sobre temas clave, como la regulación de productos y el funcionamiento del mercado de la nicotina.

Con este análisis, esperamos ofrecer datos relevantes que guíen estrategias más efectivas de reducción de riesgos y daños, y que promuevan políticas de salud pública centradas en las personas, sus derechos a consumir, a estar informadas, a participar, y a acceder a la salud.

¿Cómo lo hicimos?

El diseño de esta encuesta partió de un análisis exhaustivo de estudios previos a nivel local, nacional² e internacional³ sobre el consumo de tabaco y cigarrillos electrónicos. A partir de estas referencias, identificamos las variables comúnmente utilizadas para caracterizar el consumo de sustancias psicoactivas. Esto nos permitió no solo alinear nuestra investigación con estándares reconocidos, sino también detectar vacíos y temas poco explorados en estudios previos, lo que nos brindó la oportunidad de hacer nuevos aportes a la evidencia existente sobre el consumo de nicotina en Colombia y la región.

Nuestra propuesta se diferencia en que, históricamente, el monopolio de la información sobre estos temas ha estado en manos de los medios de comunicación, profesionales de la salud, instituciones gubernamentales y la industria, sin involucrar directamente a las personas consumidoras de tabaco y nicotina. Por eso, **uno de los objetivos centrales de esta encuesta fue dar voz a quienes consumen estos productos y explorar sus experiencias y percepciones, algo que ha sido subestimado en otros estudios.**

El instrumento que diseñamos consistió en una encuesta de 68 preguntas distribuidas en 5 secciones temáticas clave:

1. Información sociodemográfica.
2. Experiencias de consumo por tipo de producto de administración de nicotina: cigarrillo tradicional, cigarrillo electrónico, productos de tabaco calentado y snus.
3. Percepciones de riesgo de los productos y conocimiento sobre estrategias de reducción de riesgos y daños.
4. Características de acceso y compra de productos de administración de nicotina.
5. Opiniones sobre la regulación de estos productos.

1 Estudio de consumo de sustancias psicoactivas en Bogotá D.C. 2022.

2 Estudio Nacional de Consumo de Sustancias Psicoactivas en Población Universitaria en Colombia 2023; Estudio Nacional de Consumo de Sustancias Psicoactivas en Población Escolar en Colombia 2022; Estudio Nacional de Consumo de Sustancias Psicoactivas Colombia 2019

3 2024 Global Drug Survey

La recolección de datos se realizó a través de un formulario virtual, disponible entre el 11 de junio y el 8 de julio, y difundido a través de las redes sociales de los proyectos Échele Cabeza y Plataforma Nicotina Reducción de Daños. El enfoque digital permitió un alcance más amplio y facilitó la participación de personas de diferentes regiones del país, de Armenia, Barranquilla, Bello, Bogotá, Bucaramanga, Cali, Cartagena, Cúcuta, Envigado, Ibagué, Manizales, Marinilla, Medellín, Palmira, Pasto, Pereira, Popayán, Santa Marta, Tuluá, Yopal, Zipaquirá.

¿Quiénes participaron de esta encuesta?

La encuesta sobre consumo y experiencias en el uso de nicotina en Colombia fue realizada con un total de 321 personas adultas mayores de 18 años, todas residentes en Colombia. A continuación, presentamos algunas características socio-demográficas de las personas que participaron:

+ El 60,75% de los encuestados fueron hombres, mientras que el 37,69% fueron mujeres. Un 1,56% prefirió no compartir su género.

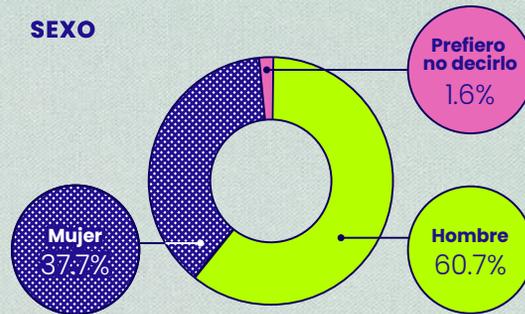


Gráfico 1. Sexo de las personas encuestadas

+ El 50,6% de las personas encuestadas se identificó como hombre cisgénero, seguido por un 32,2% que se identificó como mujer cisgénero. Un 9,7% prefirió no especificar su identidad de género, mientras que una pequeña proporción, 7,5%, se identificó como mujer trans, hombre trans, personas no binarias y género fluido. Reconocemos la limitación del estudio al no contar con una mayor participación de diversidades sexuales e incluso de más mujeres usuarias.

Esto se presenta como una importante oportunidad para investigaciones futuras,

así como una lección aprendida sobre la necesidad de ampliar la convocatoria y la generación de evidencia con enfoque diferencial para que las experiencias de estos grupos estén mejor representadas.

+ La gran mayoría de las personas participantes (94,2%) indicó no pertenecer a ningún grupo étnico específico, mientras que un pequeño porcentaje se identificó con pueblos indígenas, comunidades negras, afrodescendientes y palenqueras, y otros grupos étnicos. Esto resalta la necesidad de continuar ampliando el alcance de los estudios para incluir una mayor diversidad étnica.

+ La mayoría de los participantes (52,96%) se encuentra en el rango de edad entre 18 y 24 años, seguido por el 33,96% en el rango de 25 a 34 años. Este perfil de edad sugiere que la población más joven es particularmente activa en el consumo de productos de nicotina, lo cual es consistente con las tendencias globales de uso de estos productos entre adultos jóvenes. Los grupos de edad de 35 a 44 años (9,66%), 45 a 65 años (3,12%) y mayores de 65 años (0,31%) tienen una menor representación.

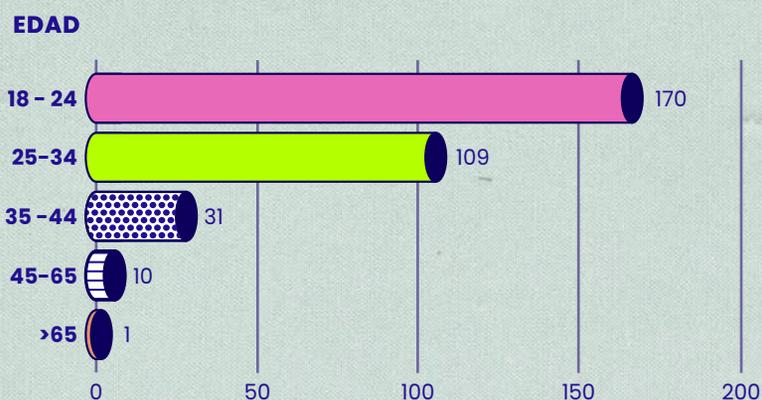


Gráfico 2. Edad de las personas encuestadas

- + En términos de ocupación, el 30,53% de los encuestados está empleado, mientras que un 24,92% se identifica como estudiantes. Un 21,81% combina sus estudios con el trabajo. Los empleados independientes representan el 18,07%, y un 4,67% reporta no estar actualmente vinculado a una actividad ocupacional.

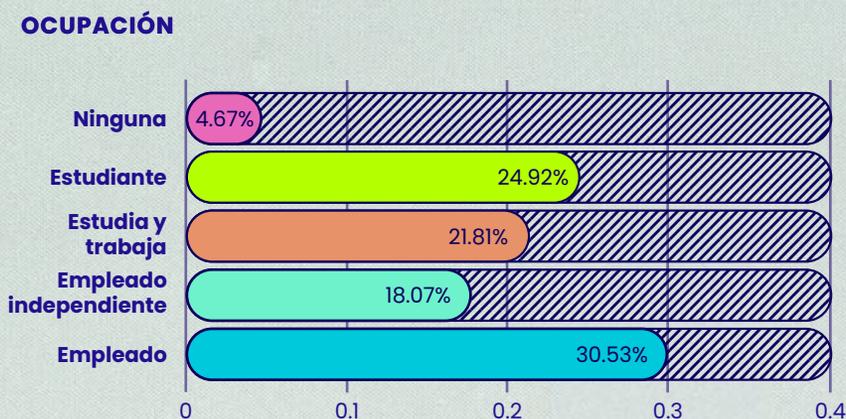


Gráfico 3. Ocupación de las personas encuestadas

- + En términos de ingresos se observa una importante representación de personas con ingresos medios y bajos, ya que el 36,14% reportó ganar menos de 1 millón de pesos (250 USD aprox.), y un 30,84% entre 1 y 2 millones de pesos (251 - 500 USD aprox.). Un 22,43% de los encuestados reporta ingresos entre 2 y 4 millones de pesos (501 - 1020 USD aprox.), mientras que solo un pequeño grupo (6,23%) tiene ingresos superiores a los 6 millones de pesos (más de 1.560 USD aprox.).
- + **Un 96,88% de los encuestados reportó haber consumido productos que contienen nicotina en el último año**, lo que confirma que la muestra está compuesta mayoritariamente por personas con experiencia directa en el uso de estos productos.

+300

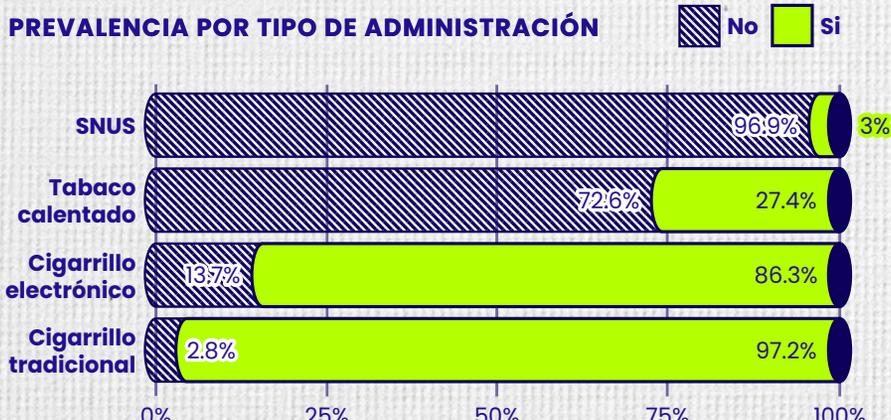
personas que consumen nicotina dicen cómo es su experiencia

A continuación, presentamos los datos más relevantes sobre la caracterización del consumo de productos de nicotina en Colombia, centrados en la prevalencia y frecuencia de uso de diferentes métodos de administración. **Los hallazgos sobre los diferentes métodos de administración de nicotina destacan la fuerte presencia del cigarrillo tradicional y del cigarrillo electrónico en el patrón de consumo en Colombia.** A pesar de la introducción de productos como el tabaco calentado y el SNUS, estos últimos tienen una presencia y uso mucho más limitado. Estos resultados subrayan la importancia de seguir investigando cómo evolucionan las preferencias de las personas consumidoras a medida que los productos de administración de nicotina continúan diversificándose en el mercado local.

De qué no hablaremos en este informe:

Cabe destacar que este estudio se enfoca principalmente en productos de mayor visibilidad en el mercado; sin embargo, no se estudió el uso otros productos de uso cultural en Colombia, como el **ambil, chimú o rape**, los cuales, relevantes para el contexto sociocultural, también pueden ser relevantes en el análisis desde una perspectiva de reducción de daños. De igual manera, se plantea la necesidad de investigar más a fondo el acceso a **terapias de reemplazo de nicotina y los medicamentos** que acompañan estas estrategias; aspectos cruciales en cualquier enfoque integral de reducción de riesgos y daños.

En términos de prevalencia general, los resultados de la encuesta muestran que:



Gráfica 4. Prevalencia vida por tipo de producto de administración de nicotina

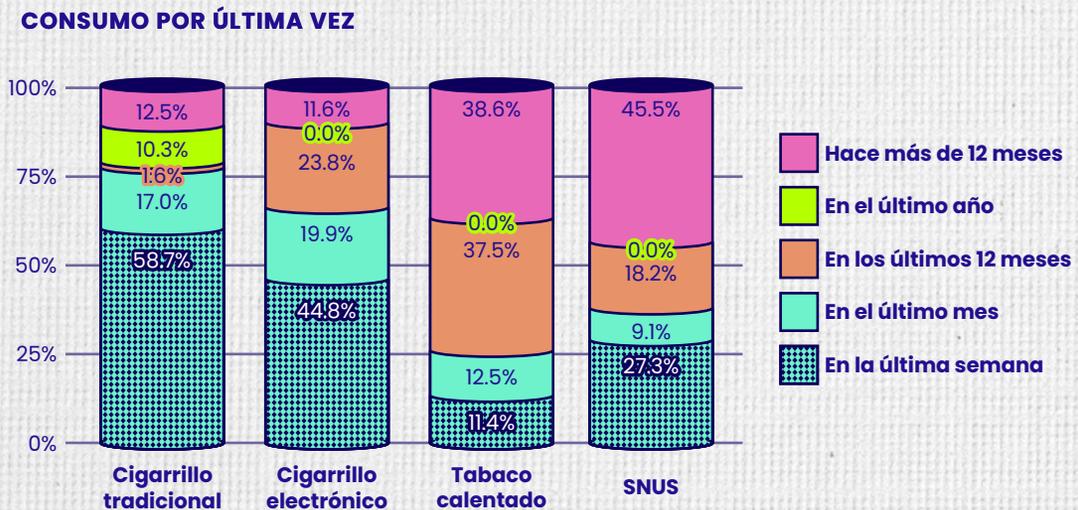
Cigarrillo tradicional: El 97,2% de los encuestados reporta haber consumido cigarrillos tradicionales en algún momento, lo que lo posiciona como el producto de nicotina más utilizado.

Cigarrillo electrónico: El 86,3% de los encuestados también ha utilizado cigarrillos electrónicos, lo que refleja un alto grado de expansión de estos productos en la población encuestada, aunque con una prevalencia ligeramente menor que el cigarrillo tradicional.

Tabaco calentado: Un 27,4% de las personas ha probado productos de tabaco calentado, lo que sugiere que, aunque estos productos están presentes en el mercado, su uso sigue siendo mucho menos común en comparación con los cigarrillos tradicionales o electrónicos.

SNUS: Solo el 3,9% de los encuestados ha consumido SNUS, lo que lo convierte en el método menos popular entre los productos de administración de nicotina. Esto podría deberse a la falta de familiaridad o disponibilidad de este producto en Colombia.

En términos de la última vez que las personas encuestadas usaron productos de nicotina, observamos diferencias notables según el tipo de producto:



Gráfica 5. Consumo de nicotina por última vez por tipo de producto de administración de nicotina

+ Cigarrillo tradicional: El 58,7% de los encuestados reportó haber consumido cigarrillos tradicionales en la última semana, lo que lo convierte en el producto con la mayor frecuencia de consumo reciente y a su vez contrasta con la prevalencia del 9,8% reportada en el Estudio Nacional 2019 para el consumo en el último mes. *Esto sugiere que la muestra de nuestra encuesta se compone de usuarios más frecuentes y probablemente más dependientes del consumo de nicotina, destacando la diferencia en los perfiles de las muestras analizadas.* Un 17% lo consumió en el último mes, mientras que sólo un 12,5% reportó haberlo consumido hace más de 12 meses, lo que confirma que el cigarrillo tradicional sigue siendo el método de administración de nicotina más recurrente entre los usuarios. A nivel nacional, el 33,3% de la población entre 12 y 65 años había consumido cigarrillo alguna vez

en su vida, y el 9,8% lo hizo en el último mes (Ministerio de Justicia y del Derecho – Observatorio de Drogas de Colombia, 2019). Estos valores reflejan una prevalencia mucho menor en comparación con los resultados de nuestra encuesta, lo cual es esperable dado que nuestra muestra incluye en su mayoría personas consumidoras activas de nicotina.

- + Cigarrillo electrónico:** Este producto también presenta un uso relativamente frecuente, con el 44,8% de los encuestados que lo consumieron en la última semana, mientras que un 23,8% reportó haberlo usado en los últimos 12 meses. Esto indica que, aunque los cigarrillos electrónicos están ganando popularidad, no se utilizan con la misma regularidad que los cigarrillos convencionales. Comparado con el cigarrillo tradicional, hay una igual proporción de usuarios que lo consumieron hace más de 12 meses (11,6%). A nivel nacional, solo un 5% había usado cigarrillos electrónicos alguna vez en su vida, y menos del 1% lo había hecho en el último mes (Ministerio de Justicia y del Derecho – Observatorio de Drogas de Colombia, 2019). Esta diferencia es notable y refleja que nuestra encuesta está más centrada en usuarios frecuentes y productos más nuevos, mientras que a nivel nacional, el consumo de cigarrillos electrónicos es todavía relativamente bajo.
- + Tabaco calentado:** El uso del tabaco calentado es considerablemente menos frecuente, con solo el 11,4% de los encuestados que lo consumieron en la última semana. La mayor parte de los usuarios lo consumieron en los últimos 12 meses (37,5%) o hace más de un año (38,6%), lo que sugiere que este producto es menos popular o no ha alcanzado la misma regularidad en el consumo que los cigarrillos tradicionales o electrónicos. Este patrón sugiere que el uso de tabaco calentado no está tan consolidado entre los encuestados como otros productos.
- + SNUS:** De acuerdo con los encuestados es un producto que los usuarios recurren de manera muy esporádica, lo que lo posiciona como una opción marginal dentro de las alternativas de administración de nicotina. Sin embargo, fueron muy pocas las personas que afirmaron consumir Snus, por lo que nuestra encuesta no arroja resultados significativos. Asimismo, los estudios oficiales no reportan datos específicos sobre el tabaco calentado o el SNUS, lo que sugiere que estos productos aún no son ampliamente estudiados o consumidos en la población general. Esto resalta una oportunidad para expandir la investigación para caracterizar estas alternativas.

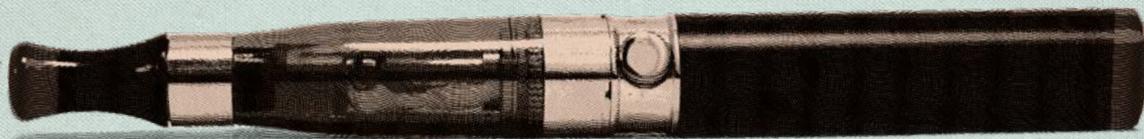
Los resultados de nuestra encuesta muestran una prevalencia mucho mayor de consumo de cigarrillos tradicionales y electrónicos que los estudios nacionales, debido al enfoque en personas consumidoras activas de nicotina. No obstante, coinciden en resaltar el predominio del cigarrillo tradicional como el producto de mayor uso, aunque nuestra encuesta revela una adopción más acelerada de los cigarrillos electrónicos. *La mayoría de los usuarios de cigarrillo tradicional y electrónico los consumen semanalmente, mientras que los productos menos comunes, como el tabaco calentado y el SNUS, tienen un uso más esporádico (más de 12 meses de diferencia entre usos).*

También se destaca la necesidad de estudios más profundos sobre el tabaco calentado y SNUS,

productos que tienen una baja presencia en Colombia según nuestros datos y que aún no se reflejan claramente en las encuestas oficiales.

Ahora nos adentraremos en un análisis detallado para caracterizar el consumo de nicotina explorando cómo los diferentes tipos de productos, desde el cigarrillo tradicional hasta alternativas más recientes como el vapeo y el tabaco calentado, están siendo adoptados por la población participante de la encuesta.

Cigarrillos electrónicos



Entre las personas que afirmaron consumir cigarrillo tradicional (277 de las 321 personas encuestadas), el consumo de cigarrillos electrónicos por sexo revela que el 59,9% de los consumidores de este producto son hombres, mientras que el 39% son mujeres (Gráfico 6). Estos datos son consistentes con las tendencias observadas en el consumo de cigarrillos tradicionales. Sin embargo, es importante destacar que las mujeres están representadas en una proporción significativa (39%), lo que puede indicar que los cigarrillos electrónicos están siendo adoptados por una mayor diversidad de consumidores en comparación con el tabaco tradicional.

CONSUMO DE CIGARRILLO ELECTRÓNICO POR SEXO



Gráfico 6. Consumo de cigarrillo electrónico por sexo

Cuando se analiza la frecuencia de consumo por sexo, se observa que las mujeres tienden a consumir cigarrillos electrónicos de manera más frecuente que los hombres, con un 27,8% de las mujeres reportando un uso diario, en comparación con el 23,5% de los hombres. Además, las mujeres muestran un menor porcentaje de "nunca" haber consumido (7,4% frente al 9% de los hombres), lo que sugiere que las mujeres que han probado los cigarrillos electrónicos tienden a usarlos de manera más consistente. Este hallazgo subraya la necesidad de crear campañas de información diferenciadas por género, que aborden tanto los beneficios de la reducción de daños como las estrategias para un consumo más controlado de estos productos.

FRECUENCIA DE CONSUMO	HOMBRE	MUJER	PREFIERO NO DECIRLO	TOTAL GENERAL
Diario	23.5%	27.8%	33.3%	25.3%
Más de una vez a la semana	10.2%	15.7%	0.0%	12.3%
Más de una vez al mes	14.5%	13.0%	0.0%	13.7%
Una vez al mes	9.6%	3.7%	0.0%	7.2%
Cada dos o tres meses	13.3%	12.0%	0.0%	12.6%
Una o dos veces al año	19.9%	20.4%	33.3%	20.2%
Nunca	9.0%	7.4%	33.3%	8.7%
TOTAL GENERAL	100.00%	100.00%	100.00%	100.00%

Tabla 1. Frecuencia de consumo de cigarrillo electrónico por sexo

La gráfica 7 sobre la edad de inicio del consumo de cigarrillos electrónicos muestra que la mayoría de los encuestados, tanto hombres como mujeres, comenzaron a usar cigarrillos electrónicos entre los 18 y 24 años. Sin embargo, en el caso de los hombres, un porcentaje considerable también comenzó antes de los 18 años, lo que refleja una tendencia preocupante hacia el uso de estos dispositivos a edades tempranas. De acuerdo con el *Estudio Nacional de Consumo de Sustancias Psicoactivas 2019* la edad de inicio es de 23 años.

Por otro lado, el estudio indica que estos dispositivos pueden estar siendo utilizados como “una alternativa” de sustitución para reducir los riesgos y daños de fumar cigarrillo (Ministerio de Justicia y del Derecho – Observatorio de Drogas de Colombia, 2019). Posteriormente, el *Estudio Nacional de Consumo de Sustancias Psicoactivas en Población Universitaria de 2023* encontró que en 4 años ha disminuido, la edad promedio en la que los universitarios inician el consumo de dispositivos electrónicos o vapeadores es de 19,4 años. La edad es muy similar entre hombres y mujeres, siendo un poco más tardía en los hombres, con 19,5 años en relación a las mujeres, que tienen 19,3 años. (Ministerio de Justicia y del Derecho – Observatorio de Drogas de Colombia, 2023).

EDAD DE CONSUMO DE CIGARRILLO ELECTRÓNICO POR PRIMERA VEZ

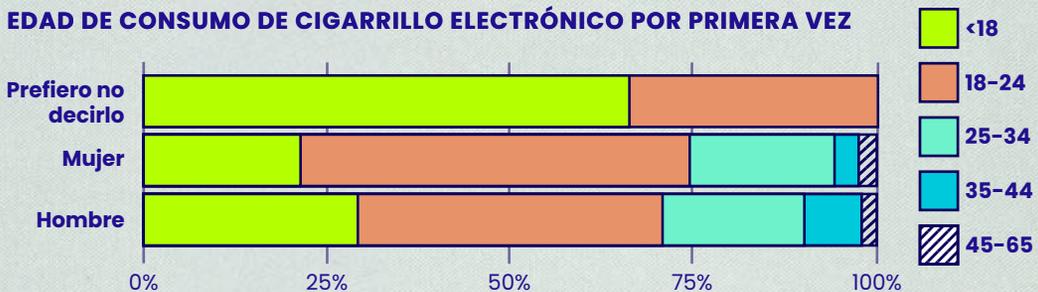


Gráfico 7. Edad de inicio de consumo de cigarrillo electrónico



En términos de reducción de daños, la iniciación en productos de nicotina a una edad temprana sigue siendo un riesgo, aunque el uso de cigarrillos electrónicos puede ser menos nocivo que el tabaco tradicional. Es crucial que las estrategias de prevención y educación enfoquen sus esfuerzos en retrasar la edad de inicio del consumo de cualquier producto de nicotina.

La tabla de frecuencia de consumo por edad revela varias dinámicas interesantes (Tabla 2) para orientar estrategias de salud pública por grupos etarios. Los consumidores de cigarrillos electrónicos entre 25 y 34 años muestran el mayor porcentaje de uso diario (26,4%), seguido por el grupo de 35 a 44 años (30,4%). Esto sugiere que, a medida que las personas envejecen, tienden a usar cigarrillos electrónicos de manera más regular. En contraste, los usuarios más jóvenes (18-24 años) tienen una frecuencia de consumo diario ligeramente menor (23,9%), y una mayor proporción consume cigarrillos electrónicos de manera esporádica (más de una vez a la semana o al mes).

En los estudios nacionales, el consumo de cigarrillos electrónicos es más frecuente entre jóvenes de 18 a 24 años, lo que concuerda con nuestra muestra, donde el rango de edad predominante es el de 18 a 34 años. Esto sugiere que el cigarrillo electrónico ha sido adoptado principalmente por una generación más joven, que puede estar buscando alternativas a los cigarrillos tradicionales.

FRECUENCIA DE CONSUMO POR EDAD	18-24	25-34	35-44	45-65	>65	TOTAL GENERAL
Diario	23.9%	26.4%	30.4%	14.3%	100.0%	25.3%
Más de una vez a la semana	13.5%	12.1%	4.3%	14.3%	0.0%	12.3%
Más de una vez al mes	16.8%	13.2%	0.0%	0.0%	0.0%	13.7%
Una vez al mes	9.0%	5.5%	4.3%	0.0%	0.0%	7.2%
Cada dos o tres meses	13.5%	11.0%	17.4%	0.0%	0.0%	12.6%
Una o dos veces al año	16.1%	23.1%	34.8%	28.6%	0.0%	20.2%
Nunca	7.1%	8.8%	8.7%	42.9%	0.0%	8.7%
TOTAL GENERAL	100.00%	100.00%	100.00%	100.00%	100.00%	100.00%

Tabla 2. Frecuencia de consumo de cigarrillo electrónico por rangos de edad

Este patrón refuerza la importancia de enfocarse en estos grupos de edad, ya que el uso regular de cigarrillos electrónicos podría indicar una transición desde otros productos más nocivos, como los cigarrillos tradicionales. Las estrategias de reducción de daños deberían centrarse en promover el uso responsable y la educación sobre las ventajas de reducir el consumo de productos combustibles.

Tabaco vs. Nicotina:

La evidencia no puede despreciarse. Tal como lo han anunciado líderes en investigación sobre el control del tabaco, la combustión del cigarrillo, más que el tabaco o la nicotina, es la causa del desastre de salud pública. El proceso de combustión produce muchos compuestos tóxicos que no se encuentran en el tabaco sin quemar (Citado de Hajek, Etter, Benowitz, Eissenberg, McRobbie, 2014) en (Quintero, 2020, pág. 131).

La Revisión Cochrane, que proporciona una síntesis de pruebas de ensayos clínicos de renombre mundial, concluye en septiembre de 2021: "Los cigarrillos electrónicos con nicotina probablemente ayuden a las personas a dejar de fumar durante al menos seis meses. Probablemente funcionen mejor que la terapia de sustitución de nicotina y los cigarrillos electrónicos sin nicotina."⁴ Es posible que funcionen mejor que la ausencia de apoyo, o que el apoyo conductual por sí solo, y que no se asocian a efectos no deseados graves. Los resultados del ensayo se apoyan en estudios de observación, tendencias de la población, datos del mercado y testimonios de los usuarios."⁵

4 Hartmann-Boyce J, McRobbie H, Butler AR, Lindson N, Bullen C, Begh R, et al. Electronic cigarettes for smoking cessation. [Cigarrillos electrónicos para dejar de fumar.] Cochrane Database Syst Rev. Actualización de septiembre de 2021. [\[enlace\]](#)

5 Los resultados se resumen brevemente en: Balfour DJK, Benowitz NL, Colby SM, Warner KE et al. Balancing Consideration of the Risks and Benefits of E-Cigarettes. [Equilibrar la consideración de los riesgos y beneficios de los cigarrillos electrónicos.] Am J Public Health 2021;e1-e12. [\[enlace\]](#)

A pesar de que los cigarrillos electrónicos ofrecen una alternativa significativamente menos perjudicial para las personas con historial de tabaquismo, la mayoría de las campañas, la información y/o el acceso está siendo más fácil o incluso dirigidas a adultos jóvenes, lo que deja de lado a las poblaciones mayores que enfrentan mayores riesgos de salud relacionados con el consumo de tabaco. Los estudios muestran que el uso de cigarrillos electrónicos es más común entre personas de 18 a 34 años, mientras que los adultos mayores de 55 años, quienes podrían beneficiarse más de esta transición, los utilizan con menos frecuencia. Redirigir los esfuerzos hacia estas poblaciones vulnerables podría reducir significativamente la incidencia de riesgos y daños del consumo de tabaco.

Productos de tabaco calentado

El análisis del consumo de tabaco calentado revela diferencias clave respecto a los cigarrillos tradicionales y electrónicos, que deben ser consideradas desde una perspectiva de reducción de riesgos y daños. En esta encuesta, 88 de las 321 personas afirmaron haber consumido tabaco calentado alguna vez en su vida. El 64,8% de los consumidores de tabaco calentado son hombres, mientras que el 34,1% son mujeres, un patrón similar al consumo de cigarrillos electrónicos y tabaco tradicional, donde los hombres son mayoría (Gráfico 8). *Se observa que las mujeres tienden a utilizar productos de tabaco calentado de forma menos frecuente.* Sin embargo, es importante señalar que las encuestas nacionales no han diferenciado claramente estos productos de los cigarrillos electrónicos, lo que genera incertidumbre sobre si han sido incluidos en la misma categoría metodológica. Esta falta de claridad **resalta la necesidad urgente de caracterizar mejor los diferentes productos de administración de nicotina, para poder entender más a fondo los patrones de consumo, los riesgos comparados y los efectos en la salud.**

En cuanto a la edad de inicio del consumo de tabaco calentado (Gráfico 9), la mayoría de los consumidores comenzó entre los 18 y 24 años, tanto en hombres como en mujeres, similar a los patrones observados en los cigarrillos electrónicos. No obstante, se nota una mayor proporción de personas que iniciaron su consumo de tabaco calentado a edades más avanzadas (25-34 años), especialmente en los hombres, mientras que en los cigarrillos electró-

CONSUMO DE TABACO CALENTADO POR SEXO

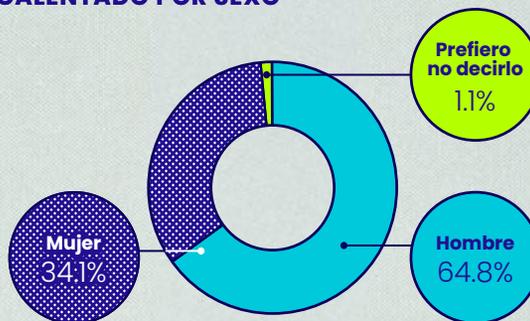


Gráfico 8. Consumo de productos de tabaco calentado por sexo

nicos el uso tiende a concentrarse más en edades más jóvenes. Esto podría sugerir que los productos de tabaco calentado están captando a un grupo de consumidores de mayor edad que busca alternativas al cigarrillo tradicional.



Gráfico 9. Edad de inicio de consumo de productos de tabaco calentado

Sobre la frecuencia de consumo por sexo, muestra que tanto hombres como mujeres tienden a consumir tabaco calentado de manera ocasional, en la mayoría de ellos utilizando estos productos una o dos veces al año (37,5% del total). Solo un 8% reporta un consumo diario, lo que sugiere que el tabaco calentado no se ha consolidado como un producto de uso regular, en comparación con los cigarrillos tradicionales, que tienen un consumo mucho más frecuente (33,7% diario).

FRECUENCIA DE CONSUMO	HOMBRE	MUJER	PREFIERO NO DECIRLO	TOTAL GENERAL
Diario	8.8%	6.7%	0.0%	8.0%
Más de una vez a la semana	7.0%	6.7%	0.0%	6.8%
Más de una vez al mes	1.8%	3.3%	0.0%	2.3%
Una vez al mes	1.8%	13.3%	0.0%	5.7%
Cada dos o tres meses	8.8%	10.0%	0.0%	9.1%
Una o dos veces al año	40.4%	33.3%	0.0%	37.5%
Nunca	31.6%	26.7%	100.0%	30.7%
TOTAL GENERAL	100.00%	100.00%	100.00%	100.00%

Tabla 3. Frecuencia de consumo de productos de tabaco calentado por sexo

La frecuencia de consumo por edad (Tabla 4) muestra que los consumidores de mayor edad (35-44 y 45-65 años) son más propensos a usar tabaco calentado de forma ocasional, una o dos veces al año, mientras que el consumo diario es muy bajo en todos los grupos etarios. Esta diferencia es notable en comparación con los cigarrillos electrónicos, que tienen una adopción más frecuente entre los usuarios jóvenes (18-24 años) y con los cigarrillos tradicionales, que presentan una mayor regularidad de uso.

FRECUENCIA DE CONSUMO POR EDAD	18-24	25-34	35-44	45-65	>65	TOTAL GENERAL
Diario	2.9%	12.5%	0.0%	0.0%	100.0%	8.0%
Más de una vez a la semana	2.9%	2.5%	30.0%	50.0%	0.0%	6.8%
Más de una vez al mes	2.9%	2.5%	0.0%	0.0%	0.0%	2.3%
Una vez al mes	5.7%	5.0%	10.0%	0.0%	0.0%	5.7%
Cada dos o tres meses	11.4%	10.0%	0.0%	0.0%	0.0%	0.1%
Una o dos veces al año	45.7%	32.5%	30.0%	50.0%	0.0%	37.5%
Nunca	28.6%	35.0%	30.0%	0.0%	0.0%	30.7%
TOTAL GENERAL	100.00%	100.00%	100.00%	100.00%	100.00%	100.00%

Tabla 4. Frecuencia de consumo de producto de tabaco calentado por rangos de edad

Los productos de tabaco calentado parecen ser más atractivos, accesibles y con una mayor disponibilidad de información para usarlos en una población ligeramente mayor, en comparación con los cigarrillos electrónicos, con un consumo más esporádico en todos los grupos etarios.

La falta de diferenciación en las encuestas nacionales sobre estos productos resalta la necesidad de realizar más estudios que aborden sus particularidades. Esto es fundamental para poder entender las prácticas de consumo y comparar mejor los riesgos asociados a cada producto, lo cual sería valioso desde una perspectiva de reducción de daños. Esto permitiría entender los riesgos relativos y desarrollar políticas más precisas basadas en evidencia científica sobre los efectos en la salud de cada uno. A pesar de la reducción en la emisión de compuestos tóxicos, el uso de tabaco calentado aún presenta riesgos para la salud, y es importante que los usuarios comprendan que estos productos, aunque menos perjudiciales que el cigarrillo tradicional, no están libres de riesgo.



Tabaco

Entre las personas que afirmaron consumir cigarrillo tradicional (312 personas), **el consumo de cigarrillos tradicionales por sexo** refleja claramente que los hombres representan una mayoría de los consumidores, con un 60,6%, frente al 37,8% de las mujeres. Esto corrobora la tendencia observada en el *Estudio Nacional de Consumo de Sustancias Psicoactivas de 2019* según el cual el consumo de tabaco es más frecuente entre los hombres, con un 16,9%, en comparación con las mujeres, quienes presentan una prevalencia del 7,6% (Ministerio de Justicia y del Derecho – Observatorio de Drogas de Colombia, 2019).

CONSUMO DE CIGARRILLO TRADICIONAL POR SEXO

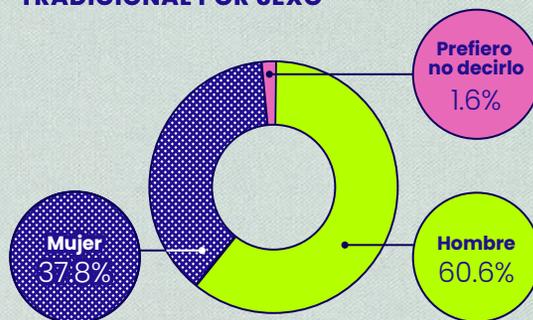


Gráfico 10. Consumo de cigarrillo tradicional por sexo

Al observar la frecuencia de consumo por sexo (Tabla 5), se mantiene una diferencia importante entre hombres y mujeres. Un 36,5% de los hombres reporta consumir cigarrillos diariamente, mientras que solo el 29,7% de las mujeres lo hace con la misma frecuencia. Sin embargo, las mujeres tienden a mostrar un patrón de consumo más ocasional, con un 12,7% que afirma fumar una o dos veces al año, en comparación con sólo un 6,3% de los hombres.

Esto podría indicar que los hombres tienen una relación más constante con el consumo de cigarrillos, mientras que las mujeres tienden a fumar con menor regularidad. Esta diferencia puede estar influenciada por factores sociales, culturales y de género, que llevan a los hombres a tener un mayor hábito de fumar que las mujeres.

FRECUENCIA DE CONSUMO	HOMBRE	MUJER	PREFIERO NO DECIRLO	TOTAL GENERAL
Diario	36.5%	29.7%	20.0%	33.7%
Más de una vez a la semana	20.6%	18.6%	20.0%	19.9%
Más de una vez al mes	13.8%	14.4%	20.0%	14.1%
Una vez al mes	7.4%	6.8%	0.0%	7.1%
Cada dos o tres meses	6.3%	5.9%	20.0%	6.4%
Una o dos veces al año	6.3%	12.7%	0.0%	8.7%
Nunca	9.0%	11.9%	20.0%	10.3%
TOTAL GENERAL	100.00%	100.00%	100.00%	100.00%

Tabla 5. Frecuencia de consumo de cigarrillo tradicional por sexo

La gráfica sobre la edad de inicio de consumo (Gráfico 11) destaca que la mayoría de los encuestados, independientemente de su sexo, comenzó a fumar antes de los 18 años. Esto es especialmente marcado en los hombres, donde casi todos iniciaron su consumo. En las mujeres, aunque el patrón es similar, hay una ligera proporción que comenzó a fumar entre los 18 y 24 años. Estos datos reflejan la importancia de enfocarse en la prevención del consumo en edades tempranas, ya que una vez que se inicia el hábito antes de los 18, parece consolidarse con el tiempo, y aún cuando hay grandes esfuerzos de prevención y medidas MPOWER del Convenio Marco para el Control de Tabaco, no sé está evaluando la efectividad y áreas de mejora de esa prevención.

Sin embargo, el *Estudio Nacional de Consumo de Sustancias Psicoactivas 2019* indicó que la edad más frecuente de inicio del consumo de tabaco es 18 años, y un 25% de las personas que han fumado lo hicieron por primera vez a los 15 años o antes (Ministerio de Justicia y del Derecho – Observatorio de Drogas de Colombia, 2019). Mientras que según el *Estudio Nacional de Consumo de Sustancias Psicoactivas en Población Universitaria de 2023*, el promedio de la edad de inicio de uso de tabaco es de 16,8 años, similar en hombres y en mujeres (Ministerio de Justicia y del Derecho – Observatorio de Drogas de Colombia, 2023).

EDAD DE CONSUMO DE CIGARRILLO POR PRIMERA VEZ

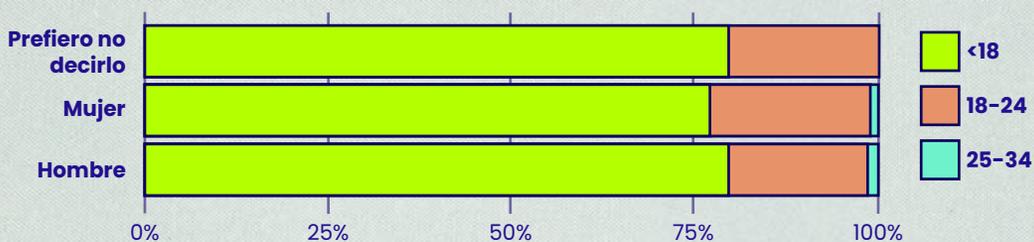


Gráfico 11. Edad de inicio de consumo de cigarrillo tradicional

El consumo diario de cigarrillos es particularmente alto en los grupos de edad de 25 a 34 años (36,8%) y 45 a 65 años (60%) (Tabla 6). Esto sugiere que, a medida que las personas envejecen, su consumo de cigarrillos tiende a volverse más frecuente. En cambio, entre los jóvenes de 18 a 24 años, un 31,7% fuma a diario, pero una proporción significativa (22%) lo hace más de una vez a la semana, lo que indica que este grupo es más propenso a un consumo elevado pero no necesariamente diario.

FRECUENCIA DE CONSUMO POR EDAD	18-24	25-34	35-44	45-65	>65	TOTAL GENERAL
Diario	31.7%	36.8%	25.8%	60.0%	0.0%	33.7%
Más de una vez a la semana	22.0%	16.0%	29.0%	0.0%	0.0%	19.9%
Más de una vez al mes	17.1%	14.2%	3.2%	0.0%	0.0%	14.1%
Una vez al mes	9.8%	3.8%	6.5%	0.0%	0.0%	7.1%
Cada dos o tres meses	6.1%	4.7%	9.7%	20.0%	0.0%	6.4%
Una o dos veces al año	6.7%	13.2%	3.2%	0.0%	100.0%	8.7%
Nunca	6.7%	11.3%	22.6%	20.0%	0.0%	10.3%
TOTAL GENERAL	100.00%	100.00%	100.00%	100.00%	100.00%	100.00%

Tabla 6. Frecuencia de consumo de cigarrillo tradicional por rangos de edad

Las tasas de cesación en el consumo de tabaco suelen ser bajas. Según estudios previos, solo un pequeño porcentaje de los fumadores logra dejar de fumar de manera permanente. Desde la reducción de riesgos y daños en tabaco se plantea que "A pesar de los métodos de cesación disponibles, un elevado porcentaje de fumadores no consigue dejar de fumar tras intentarlo sistemáticamente y defiende poder darles una solución más efectiva. Para ello, aboga por explorar el papel que herramientas pueden desempeñar para reducir el daño por tabaquismo en dichos fumadores en función de las evidencias científicas disponibles en la actualidad" (Plataforma por la Reducción del Daño por Tabaquismo en España, 2020)

El principal problema que los fumadores habituales tienen, es que su índice de cesación es muy bajo. Se consiguen muy bajas tasas de abstinencia y las tasas de recaída son muy altas. En Colombia, como en muchos otros países, los programas de cesación enfrentan desafíos debido a la dependencia física de la nicotina y las barreras de acceso a tratamientos de reemplazo de nicotina y apoyo psicológico. Esto sugiere que aunque existe conciencia sobre los riesgos del tabaquismo, es decir los consumos más frecuentes y prolongados de cigarrillo tradicional, y la falta de recursos efectivos de cesación, limitan el éxito de los intentos para dejar de fumar.

Además, las diferencias de género tanto en frecuencia como en prevalencia reflejan una tendencia persistente de mayor consumo entre los hombres. Por último, la edad temprana de inicio del consumo, documentada tanto en nuestra encuesta como en estudios nacionales, resalta la necesidad urgente de revisar y evaluar los programas de prevención enfocados en adolescentes, antes de que se consoliden los hábitos de consumo. Al mismo tiempo que encontrar y reforzar estrategias de reducción de riesgos y daños para los consumos más frecuentes, en los que la cesación no ha sido exitosa.

Snus

En este estudio se incluyó el Snus como una alternativa al consumo de cigarrillos tradicionales, ya que ha demostrado ser eficaz como herramienta de reducción de daños en otros contextos, especialmente en países europeos como Suecia. Este producto ofrece una forma de consumo de nicotina sin combustión, lo que lo hace menos perjudicial en términos de exposición a tóxicos derivados de la quema del tabaco. Sin embargo, en Colombia, este producto de nicotina oral ha estado disponible por un período de tiempo relativamente corto, lo que se refleja en el bajo número de usuarios en el país.

Los resultados de la encuesta no fueron significativos en términos de prevalencia de uso del Snus, ya que solo 11 de las 321 personas encuestadas señalaron haberlo consumido alguna vez. De estos, tuvimos datos de solo 1 mujer y 10 hombres, y en cuanto a la edad de inicio, solo 3 de ellos indicaron haber comenzado a usar este producto después de los 25 años, mientras que el resto empezó su consumo entre los 18 y 24 años. Esto refuerza la idea de que el Snus aún no ha alcanzado una adopción generalizada en Colombia, y su introducción al mercado aún está en una etapa inicial.



Prácticas de consumo de nicotina

Esta sección va más allá de las métricas tradicionales sobre prevalencia de consumo para explorar los contextos y decisiones que rodean el uso de productos de nicotina. Entender cómo las personas usuarias gestionan su consumo y eligen los momentos, lugares y medios para consumir estos productos es crucial para desarrollar mejores estrategias de reducción de daños y promoción de la salud.

Contextos de consumo de nicotina y gestión de placer

Los contextos de consumo de nicotina revelan que la mayoría de las personas encuestadas (274) consume nicotina en entornos de socialización, ocio y fiesta (Gráfico 12). Este hallazgo es importante porque refuerza la idea de que el consumo de nicotina no es solo una práctica individual, sino también un fenómeno social y recreativo, relacionado con la interacción y la pertenencia a un grupo. Este dato sugiere que los esfuerzos de reducción de daños pueden ser más efectivos si se dirigen a estos entornos recreativos. Esto implica que cualquier estrategia de reducción de daños debe ser flexible y adaptarse a estos entornos. Por ejemplo, los mensajes de prevención y gestión responsable del consumo podrían ser más efectivos si se integran en eventos sociales y campañas en redes sociales, en lugar de depender exclusivamente de los medios de comunicación tradicionales o de entornos institucionales de salud, que solo alcanzan a una minoría de los usuarios.

CONTEXTOS DE CONSUMO DE NICOTINA

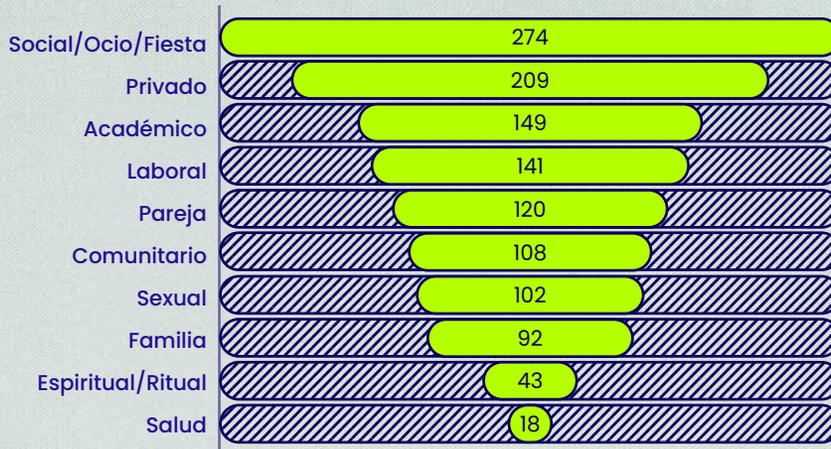


Gráfico 12. Contextos de consumo de nicotina

Además, el segundo contexto más mencionado es el privado (209 respuestas), lo que indica que el consumo también se da en momentos de intimidad y relajación personal. Esto implica que, si bien la reducción de daños debe enfocarse en los espacios sociales, también es necesario trabajar en la educación y promoción del autocuidado en entornos privados.

Otros contextos significativos incluyen el académico y el laboral, lo que sugiere que el consumo de nicotina no se limita a momentos de ocio, sino que se integra en diversas áreas de la vida cotidiana de las personas usuarias. Las personas que consumen productos de nicotina lo hacen no solo por dependencia, sino también como parte de sus prácticas recreativas, sociales y privadas. Por tanto, las intervenciones deben considerar estos factores y enfocarse en promover decisiones más seguras en los entornos donde las personas eligen consumir.

Mezclas más frecuentes con otras sustancias psicoactivas

Una práctica de riesgo en el consumo de nicotina poco estudiada y además poco abordada por las estrategias de prevención y tratamiento es el policonsumo. La Tabla 7 refleja patrones claros de uso combinado de nicotina, principalmente con alcohol, marihuana y estimulantes. Las combinaciones más frecuentes son con cerveza (233 personas) y alcohol destilado (139 personas). Esto es consistente con investigaciones que muestran que la nicotina y el alcohol son combinaciones comunes en entornos sociales, especialmente en fiestas y bares.

Estudio sobre las interacciones entre el alcohol y la nicotina:

Las interacciones entre alcohol y nicotina son complejas y han sido objeto de estudio. De acuerdo con un paper, revisión crítica de varios estudios, de 2017 de la Research Society on Alcoholism, se encontró que los efectos de la nicotina sobre el consumo de alcohol son inciertos, mientras que el alcohol tiende a aumentar el consumo de nicotina. Aunque el uso de parches o cigarrillos con nicotina puede aumentar la motivación para beber, la nicotina no siempre afecta la autoadministración de alcohol ni su deseo de consumo. Sin embargo, la nicotina puede reducir algunos efectos del alcohol, como la intoxicación y la sedación, además de aumentar la frecuencia cardíaca tras consumir alcohol, lo que podría estar relacionado con una mayor recompensa. Por otro lado, el alcohol generalmente aumenta la autoadministración de nicotina y el riesgo de recaída en el tabaquismo, especialmente con dosis más altas de alcohol y cuando se consume justo antes de fumar (Dermody & Hendershot, 2017).

El consumo de nicotina con café (199 personas) y energizantes (95 personas) también es notable. La mezcla de estimulantes puede aumentar la atención y el estado de alerta, pero también pueden aumentar la frecuencia cardíaca y la presión arterial, lo que puede suponer un riesgo adicional para la salud cardiovascular. Por ejemplo, el café puede inhibir la absorción bucal de nicotina proveniente de chicles, pastillas o medicamentos inhalados por vía oral⁶. Es importante promover el consumo moderado de estas sustancias, especialmente en contextos laborales o académicos, donde los usuarios pueden abusar de estas combinaciones para mejorar su rendimiento. Incluso es relevante que las personas usuarias conozcan que por ejemplo, dejar de fumar puede disminuir el metabolismo y aumentar las concentraciones de cafeína en la sangre.

6 <https://www.drugs.com/monograph/nicotine.html>

CONSUMO DE NICOTINA Y OTRAS SUSTANCIAS	CAFÉ	EMARIHUANA	ENERGIZANTES	CERVEZA	ALCOHOL DESTILADO	COCAÍNA	BASUJO	LSD	MDMA	HONGOS	INHALANTES	NINGUNA
Alterno el cigarrillo tradicional con el vapeo, pero prefiero el cigarrillo tradicional	30	26	14	36	20	6	0	8	13	4	4	0
Alterno el cigarrillo tradicional con el vapeo, pero prefiero el vapeo	24	28	21	38	28	6	0	5	10	4	4	3
Alterno entre cigarrillo tradicional y calentamiento de tabaco, pero prefiero el calentamiento de tabaco.	3	2	0	3	1	0	0	1	0	2	0	0
Alterno entre cigarrillo tradicional y calentamiento de tabaco, pero prefiero el cigarrillo tradicional.	3	2	1	3	3	1	0	1	1	1	0	0
Alterno entre los tres métodos: cigarrillo tradicional, vapeo y calentamiento de tabaco.	3	2	2	6	5	2	0	2	3	0	2	0
Solo consumo cigarrillo	97	70	40	101	49	30	1	27	24	17	12	7
Solo consumo nicotina mediante calentamiento	1	0	1	1	1	0	0	0	0	0	0	1
Solo consumo nicotina mediante vapeo	27	28	11	32	23	3	0	6	19	3	8	7
Otra	11	14	5	13	9	2	0	5	1	2	0	3

Tabla 7. Mezclas más frecuentes de nicotina con otras sustancias psicoactivas

El consumo de marihuana junto con nicotina (172 personas) es común. Esta mezcla puede incrementar los riesgos de problemas respiratorios, especialmente si ambos productos se fuman. El efecto más comúnmente reportado al fumar tabaco junto con cannabis es una intensificación del "high", aunque algunos informan que el consumo de tabaco en realidad tiene el efecto opuesto y reduce el "high". Otro efecto comúnmente reportado es que ayuda a calmar al usuario de los efectos a veces generadores de ansiedad del cannabis⁷. Las interacciones entre la nicotina y el THC son complejas y dependen en gran medida de la dosis. Sin duda, también dependen de una serie de otras variables que la ciencia aún no conoce o está comenzando a entender.

El consumo de nicotina con MDMA (71 personas) es menos frecuente, pero es importante señalar que ambos son estimulantes, y esta combinación puede llevar a una mayor sobrecarga del sistema cardiovascular. En contextos recreativos, como festivales, es esencial proporcionar información sobre los riesgos de hipertermia y deshidratación, ya que la nicotina podría amplificar estos efectos del MDMA. Aunque algunos encuestados reportan combinar nicotina con cocaína, LSD, y otras SPA, el número total de usuarios que hacen estas mezclas es significativamente menor en comparación con el consumo de nicotina combinado con alcohol o marihuana.

Las estrategias de reducción de daños deberían centrarse en educar sobre los riesgos específicos de estas interacciones y cómo reducir dichos riesgos y daños en ciertos contextos de consumo. Los usuarios que combinan múltiples sustancias con nicotina pueden estar expuestos a mayores riesgos, especialmente si no son conscientes de los efectos de dichas interacciones.

7 <https://jamanetwork.com/journals/jamapsychiatry/fullarticle/482744>



Consumo dual entre diferentes tipos de administración de nicotina

El uso dual de productos de administración de nicotina, como los cigarrillos electrónicos y los cigarrillos convencionales, plantea serias preocupaciones sobre la reducción de daños y los riesgos asociados para la salud. Aunque los cigarrillos electrónicos se han promovido como una alternativa menos dañina al tabaco combustible, varios estudios han demostrado que las personas que utilizan ambos productos de forma simultánea no experimentan las mismas reducciones en los biomarcadores de exposición a toxinas que quienes dejan completamente de fumar. Los duales continúan expuestos a niveles elevados de sustancias tóxicas, lo que limita el potencial de los cigarrillos electrónicos como herramienta de reducción de riesgos (Coleman et al., 2022).

El gráfico 13 refleja diversas combinaciones de uso de productos tradicionales y alternativos de nicotina, como el cigarrillo tradicional, el vapeo, y el calentamiento de tabaco. Lo más destacable es que el 40.81% de los encuestados solo consumen cigarrillo tradicional, mientras que un 18.07% usa exclusivamente vapeo. Sin embargo, una proporción significativa, 14.95% y 13.40%, alternan entre el cigarrillo tradicional y el vapeo, lo cual se clasifica como uso dual.

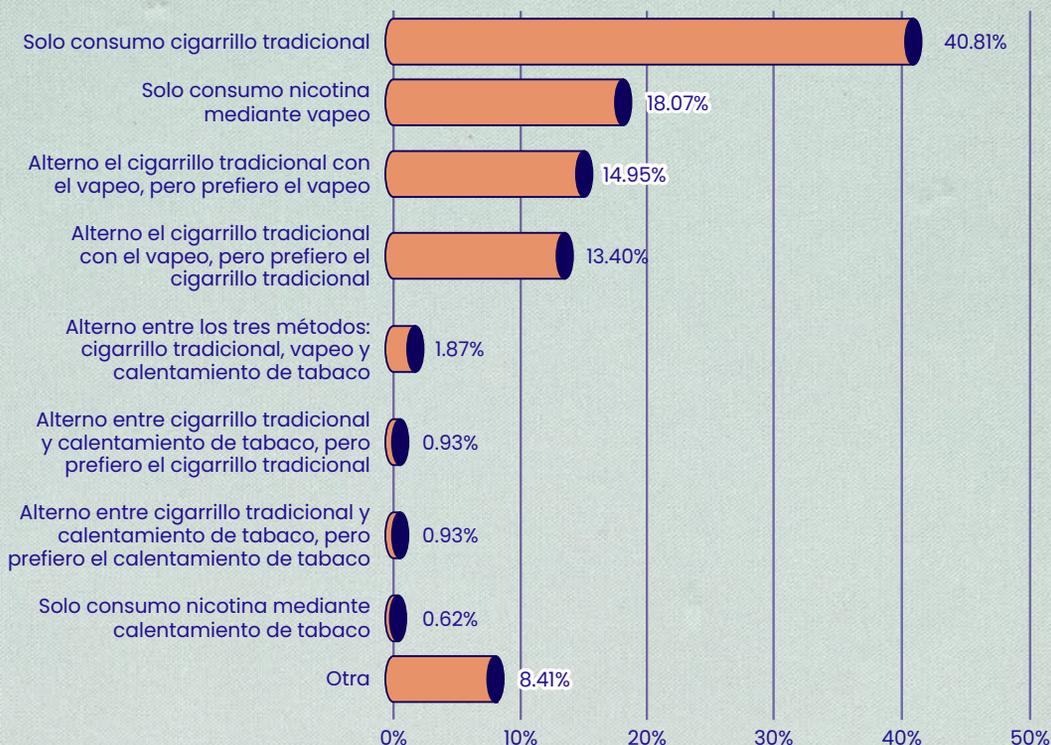
PATRÓN ACTUAL DE CONSUMO DE PRODUCTOS DE NICOTINA

Gráfico 13. Patrón actual de consumo de productos de nicotina

Este fenómeno es preocupante, ya que muchos usuarios duales no logran hacer la transición completa a los cigarrillos electrónicos y, en algunos casos, incluso vuelven al consumo exclusivo de cigarrillos convencionales. Estudios longitudinales indican que este comportamiento mantiene los niveles de dependencia a la nicotina, impidiendo que las personas aprovechen los beneficios de abandonar el tabaco combustible (Dai et al., 2022). La evidencia también muestra que la exposición a toxinas cancerígenas y a químicos como los TSNA y VOC se mantiene elevada en usuarios duales, lo que puede contribuir a enfermedades como el cáncer de pulmón, problemas respiratorios, y otros efectos adversos a largo plazo (Rose et al., 2024).

Para mitigar estos efectos adversos, es crucial desarrollar estrategias que incentiven a los usuarios duales a abandonar el cigarrillo convencional por completo. Esto puede incluir campañas de educación sobre los riesgos de mantener el uso dual, así como el desarrollo de intervenciones que mejoren el apoyo para el abandono del tabaco, centradas en la reducción progresiva del uso de nicotina (Kim et al., 2024). A la vez, es necesario seguir investigando sobre las mejores prácticas y políticas que puedan guiar una regulación efectiva, de manera que el uso de productos como los cigarrillos electrónicos realmente contribuya a reducir los riesgos para la salud pública (Qureshi et al., 2023).

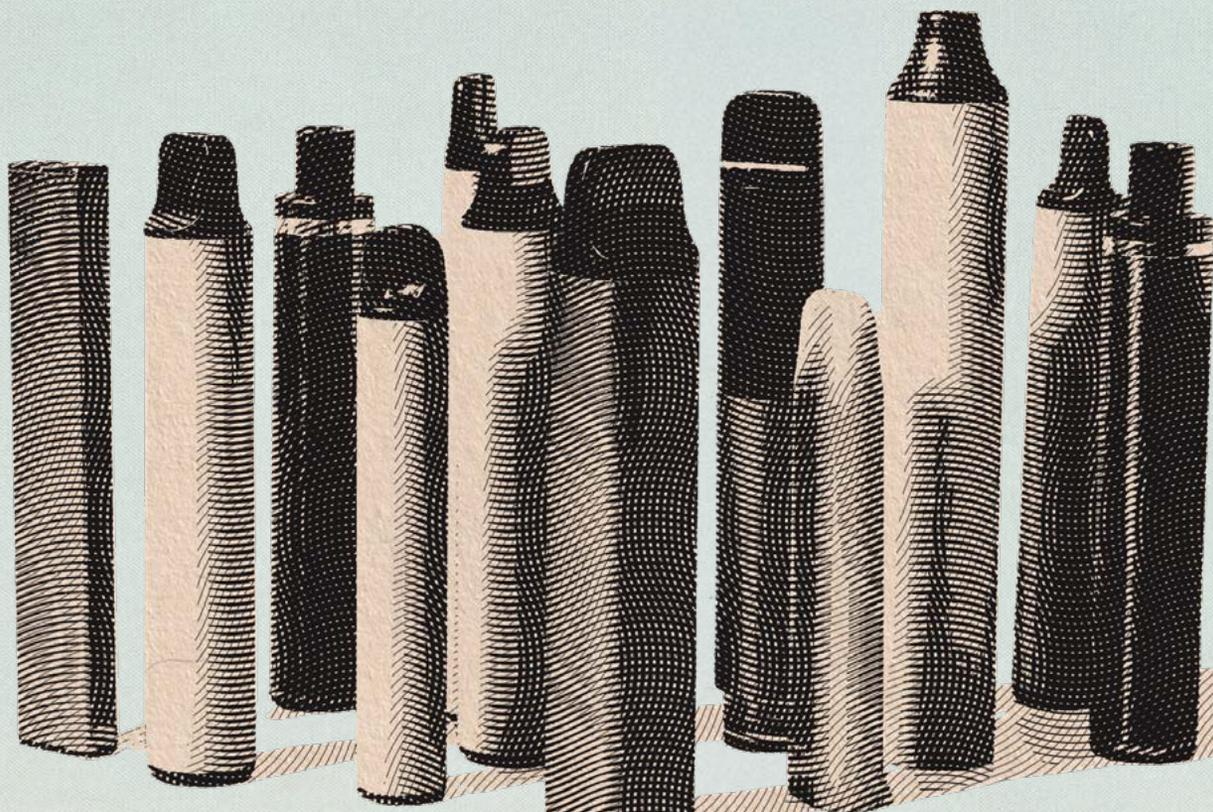
Reducción de riesgos y daños

¿Los productos de administración de nicotina están siendo usados por ex fumadores?

Es crucial destacar que, aunque los resultados de la encuesta muestran una tendencia hacia el uso de cigarrillos electrónicos y productos de tabaco calentado por parte de ex fumadores, todavía falta más información para garantizar que este patrón se mantenga. Es necesario realizar un seguimiento continuo para asegurar que estos productos se utilicen predominantemente como herramientas de reducción de daños para personas que ya eran fumadoras, y no como una vía de entrada para nuevos consumidores de nicotina, especialmente entre aquellos que nunca han fumado tabaco tradicional.

De acuerdo con los resultados de la encuesta reflejada en la gráfica 14, se puede observar que los cigarrillos electrónicos y los productos de tabaco calentado están siendo usados predominantemente por ex fumadores. En el caso de los cigarrillos electrónicos o vapeadores, el 58.5% de los encuestados indica que ya habían consumido tabaco o cigarrillo tradicional antes de comenzar a usar estos dispositivos. Un porcentaje menor (28.2%) corresponde a personas que han probado los vapeadores pero no tienen un consumo regular. Solo un 6.1% de los usuarios comenzó a consumir vapeadores al mismo tiempo que el cigarrillo tradicional, y un 8.3% probó primero los cigarrillos electrónicos antes que los cigarrillos tradicionales.

Por otro lado, para el tabaco calentado, el 48.9% ya había consumido tabaco tradicional antes de usar este producto, lo que indica un uso significativo entre ex fumadores. Sin embargo, llama la atención que un 48.9% lo ha probado sin hacer un uso regular, lo que sugiere una adopción en etapas tempranas. Solo un 2.2% reporta haber empezado a consumir tabaco calentado al mismo tiempo que el tabaco tradicional.



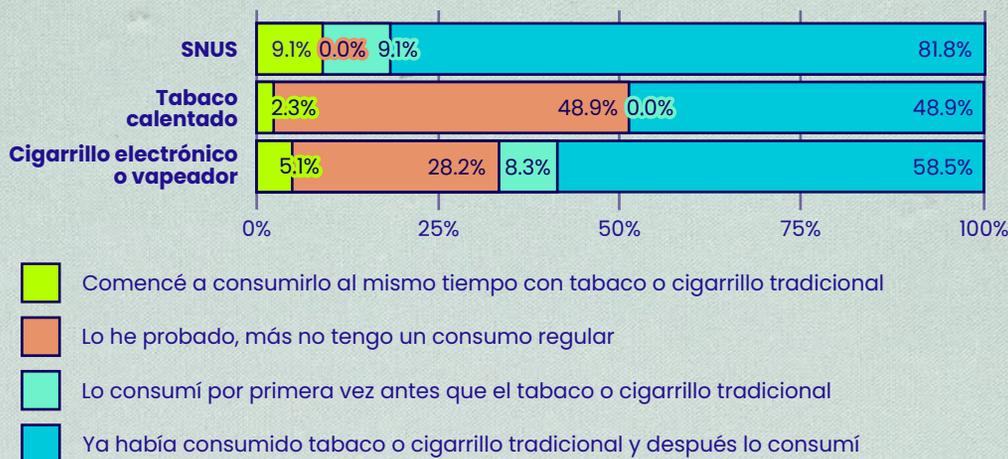
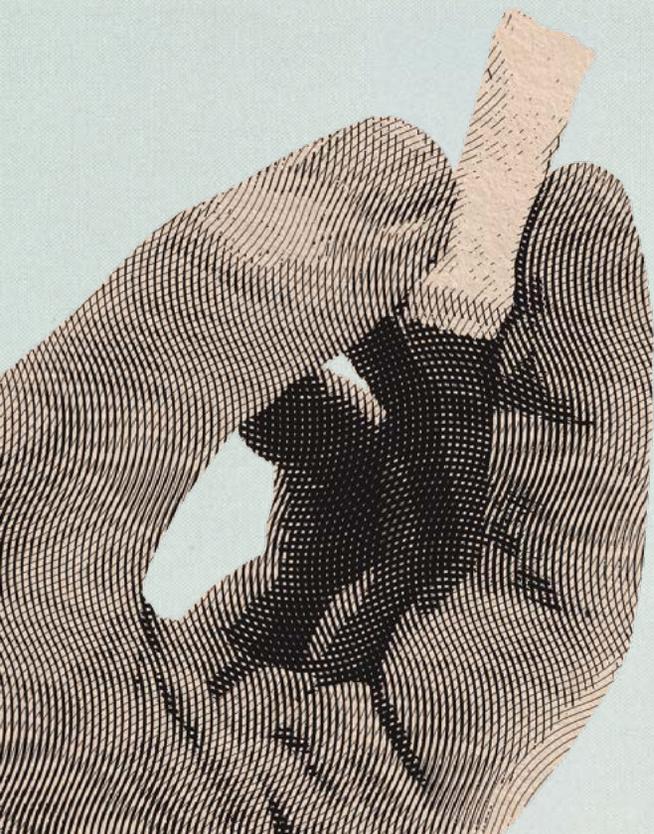
EXPERIENCIA DE CONSUMO POR TIPO DE ADMINISTRACIÓN

Gráfico 14. Experiencia de consumo por tipo de producto de administración de nicotina

El 28.2% de las personas que han probado cigarrillos electrónicos sin un consumo regular y el 8.3% que los consumieron por primera vez antes que el tabaco son señales de alerta. Estos porcentajes sugieren que existe un potencial riesgo de que personas que no eran fumadoras se estén iniciando en el consumo de nicotina mediante estos productos.



La evidencia científica respalda el uso de cigarrillos electrónicos y tabaco calentado como herramientas de reducción de daños para fumadores, pero para que esto sea efectivo, es indispensable que los reguladores sigan de cerca el comportamiento de los usuarios y ajusten las políticas según sea necesario. Estudios del Royal College of Physicians (2019) y el Centre for Harm Reduction at the University of Stirling (2021) subrayan la importancia de este monitoreo constante para que el uso de estos productos se mantenga en su propósito original: una alternativa menos dañina para los fumadores, y no una nueva fuente de adicción a la nicotina. Este mismo enfoque es respaldado por la organización Action on Smoking and Health (ASH), que también subraya la importancia de que las políticas públicas se centren en la cesación de fumar y en mantener estos productos fuera del alcance de personas que no han fumado anteriormente.

Motivaciones de consumo de productos de administración de nicotina diferentes al cigarrillo tradicional

En la gráfica 15 sobre los determinantes del uso de productos de nicotina, podemos observar varias motivaciones clave que impulsan a las personas a consumir cigarrillos electrónicos o tabaco calentado. Estas motivaciones destacan diversos factores que no solo están relacionados con la reducción de riesgos, sino también con aspectos de conveniencia y curiosidad.

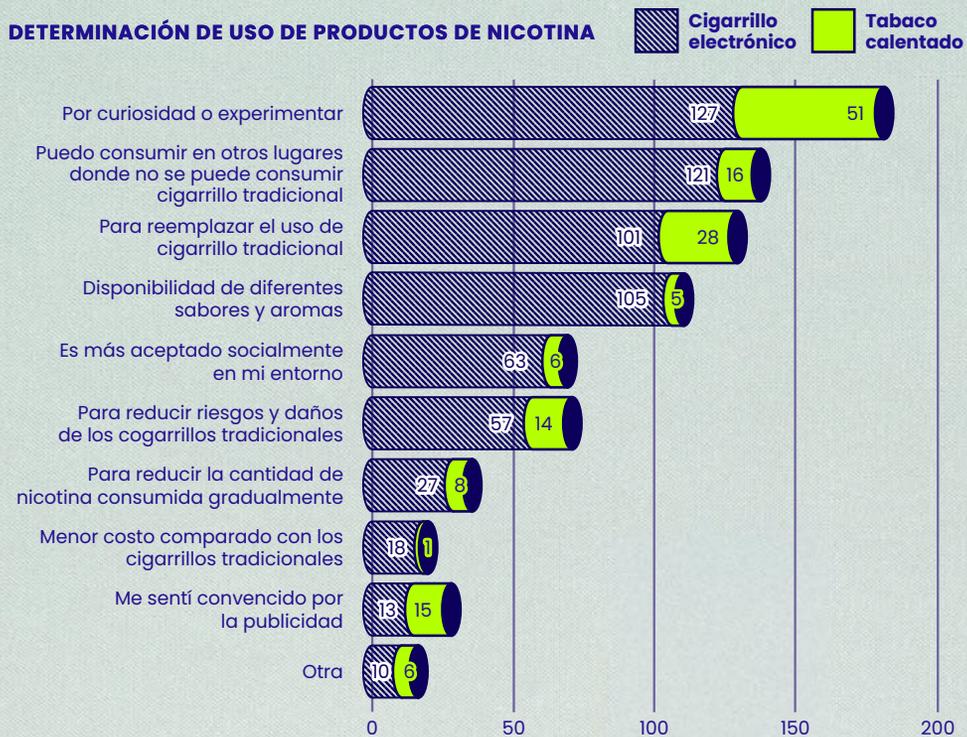


Gráfico 15. Motivaciones de consumo de productos de nicotina

Curiosidad y experimentación es el principal motivo para el uso de cigarrillos electrónicos (127 personas) y tabaco calentado (51 personas). Esto sugiere que muchos usuarios iniciales están motivados por la novedad de estos productos. La segunda motivación más común es que estos productos permiten consumir nicotina en espacios donde no está permitido fumar cigarrillos tradicionales. Esto es particularmente relevante para los usuarios de cigarrillos electrónicos (123 personas) y tabaco calentado (16 personas).

Otro motivo destacado es que los usuarios los consideran una alternativa para dejar de fumar cigarrillos convencionales. En este caso, 100 usuarios de cigarrillos electrónicos y 28 usuarios de tabaco calentado informaron esta motivación. Aunque es menos común que otros motivos, algunos usuarios (57 de cigarrillos electrónicos y 14 de tabaco calentado) señalan que los utilizan específicamente para reducir los daños en comparación con los cigarrillos tradicionales. Esta motivación refleja una conciencia, aunque limitada, sobre los posibles beneficios de los productos de reducción de daños. No obstante, el hecho de que sea una razón menos común podría estar relacionado con la confusión sobre los riesgos relativos de estos productos

La variedad de sabores es un incentivo clave para el uso de cigarrillos electrónicos (105 personas) y tabaco calentado (5 personas), lo que sugiere que las opciones de personalización juegan un rol importante en la atracción de los usuarios, sea por gestión de placer dada la diversidad o por lograr ser una herramienta que ayuda al abandono del tabaco.

Menos personas mencionaron sentirse influenciadas por la publicidad (15 para cigarrillos electrónicos y 6 para tabaco calentado) o por el menor costo en comparación con los cigarrillos tradicionales (18 para cigarrillos electrónicos y 1 para tabaco calentado). Esto sugiere que, si bien estas razones juegan un papel en algunos casos, no son los principales motores del consumo.

Percepción sobre si los productos de administración de nicotina son una alternativa de reducción de riesgos y daños

De acuerdo con encuestas nacionales, el 85,5% de la población considera de gran riesgo el consumo frecuente de cigarrillos, más alto entre las mujeres que entre los hombres y con un incremento a medida que la población es de mayor de edad, es decir, los adolescentes son los que menor percepción de gran riesgo tienen y representan el 80,5% (Ministerio de Justicia y del Derecho – Observatorio de Drogas de Colombia, 2019).

Mientras que nuestra encuesta incorpora una sección sobre las percepciones de riesgo y las estrategias de reducción de daños, los estudios nacionales se enfocan principalmente en la prevalencia del consumo y en los riesgos asociados a los productos tradicionales. Esto evidencia una oportunidad para que las encuestas nacionales amplíen su enfoque y recojan datos más detallados sobre cómo los usuarios perciben los riesgos relativos de productos como los cigarrillos electrónicos o el tabaco calentado, lo cual es crucial para el desarrollo de políticas de salud pública más inclusivas y basadas en evidencia.

La percepción de la reducción de daños (RRD) en productos como los cigarrillos electrónicos y el tabaco calentado sigue siendo ambigua para muchos usuarios. Los datos de la gráfica 16 muestran que un porcentaje significativo de las personas encuestadas se mantiene indecisa sobre si estos productos realmente son menos dañinos que los cigarrillos tradicionales. Específicamente, el 30,7% de los usuarios de cigarrillos electrónicos y el 42% de los usuarios

de tabaco calentado no tienen una posición clara sobre su potencial para reducir daños. Esto pone de manifiesto una falta de comprensión sólida entre los consumidores, lo que puede estar vinculado a la desinformación que rodea a estos productos. La incertidumbre sobre sus riesgos relativos no sólo impide que los usuarios adopten plenamente estas alternativas, sino que también refuerza el escepticismo general sobre los beneficios de cambio, las intenciones del mercado o los vicios en la ciencia.

Además, un porcentaje relativamente bajo de usuarios está completamente de acuerdo con la afirmación de que los cigarrillos electrónicos (8.3%) o el tabaco calentado (8%) reducen los daños, mientras que una proporción considerable está en desacuerdo con esta idea. Esta tendencia refleja la prevalencia de percepciones negativas que han sido impulsadas por informes alarmistas y falta de claridad en la comunicación pública sobre los riesgos y beneficios. La desinformación y las malas prácticas de comercialización sobre los cigarrillos electrónicos y productos alternativos ha generado una desconfianza en su potencial como herramientas de reducción de daños (Royal College of Physicians. E-cigarettes and harm reduction: An evidence review, 2024). La confusión o indecisión resultante ha limitado su aceptación, a pesar de la evidencia que señala que, bajo ciertas condiciones, estos productos pueden ser significativamente menos nocivos que los cigarrillos tradicionales en un corto y mediano plazo (Hartmann-Boyce J, et al, 2021).

PERCEPCIÓN REDUCCIÓN DE DAÑOS DE CONSUMO DE NICOTINA EN COMPARACIÓN CON EL CIGARRILLO

Cigarrillos electrónicos o vapeadores
Tabaco calentado

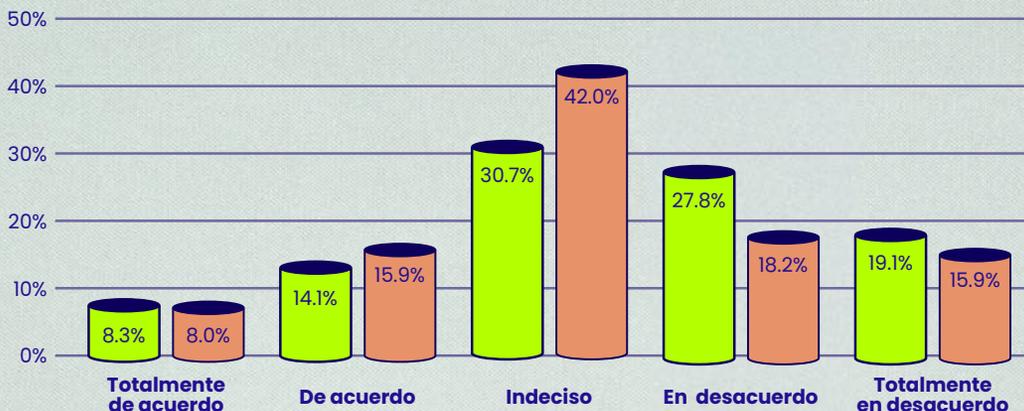


Gráfico 16. Percepción de reducción de riesgos y daños por tipo de producto de administración de nicotina en comparación con el cigarrillo tradicional

Investigaciones han mostrado que la percepción del riesgo está directamente relacionada con el acceso a la información clara y objetiva. Los usuarios que tienen acceso a información verificada son más propensos a confiar en las estrategias de reducción de daños. Sin embargo, la difusión de información incorrecta sobre los cigarrillos electrónicos ha generado una desconfianza considerable, lo que reduce la probabilidad de que los fumadores consideren estos productos como alternativas válidas (Viscusi, 2020).

La gráfica 17 revela una marcada diferencia en el nivel de información percibido por los usuarios de distintos productos de nicotina. Mientras que el 55.1% de los consumidores de cigarrillos tradicionales reportan sentirse completamente informados, sólo el 27.8% de los usuarios de cigarrillos electrónicos y el 23.9% de los usuarios de tabaco calentado comparten esta misma percepción. Un factor clave es la falta de información, ya que un porcentaje considerable de los usuarios de cigarrillos electrónicos (32.5%) y tabaco calentado (20.5%) no están seguros sobre cuánto saben, lo que refleja la desinformación predominante y la incertidumbre que rodea a estos productos. Esto resalta cómo la falta de acceso a información clara y confiable puede influir negativamente en las decisiones de consumo y en la adopción de estrategias de reducción de daños.

REDUCCIÓN DE RIESGOS Y DAÑOS POR TIPO DE PRODUCTO DE NICOTINA

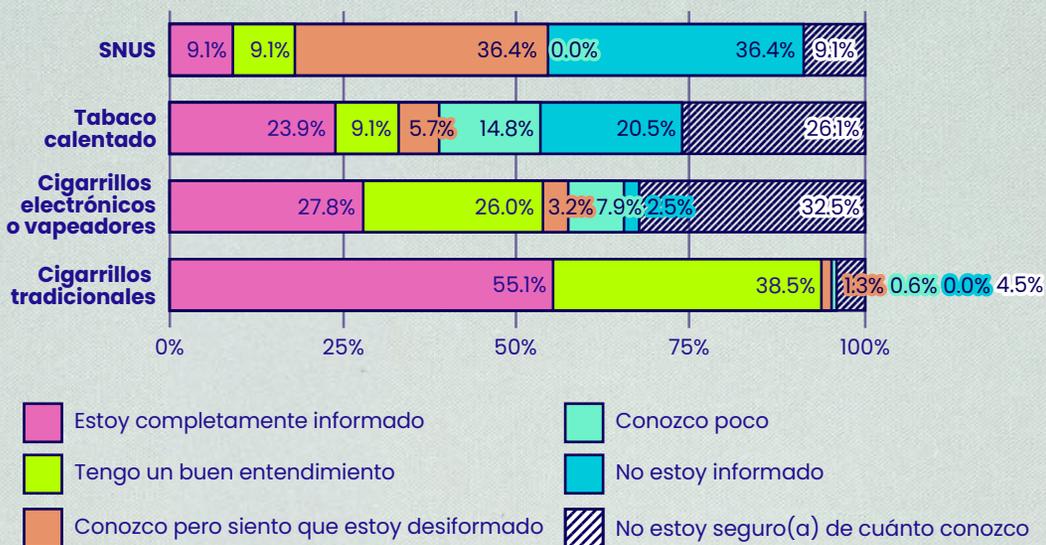
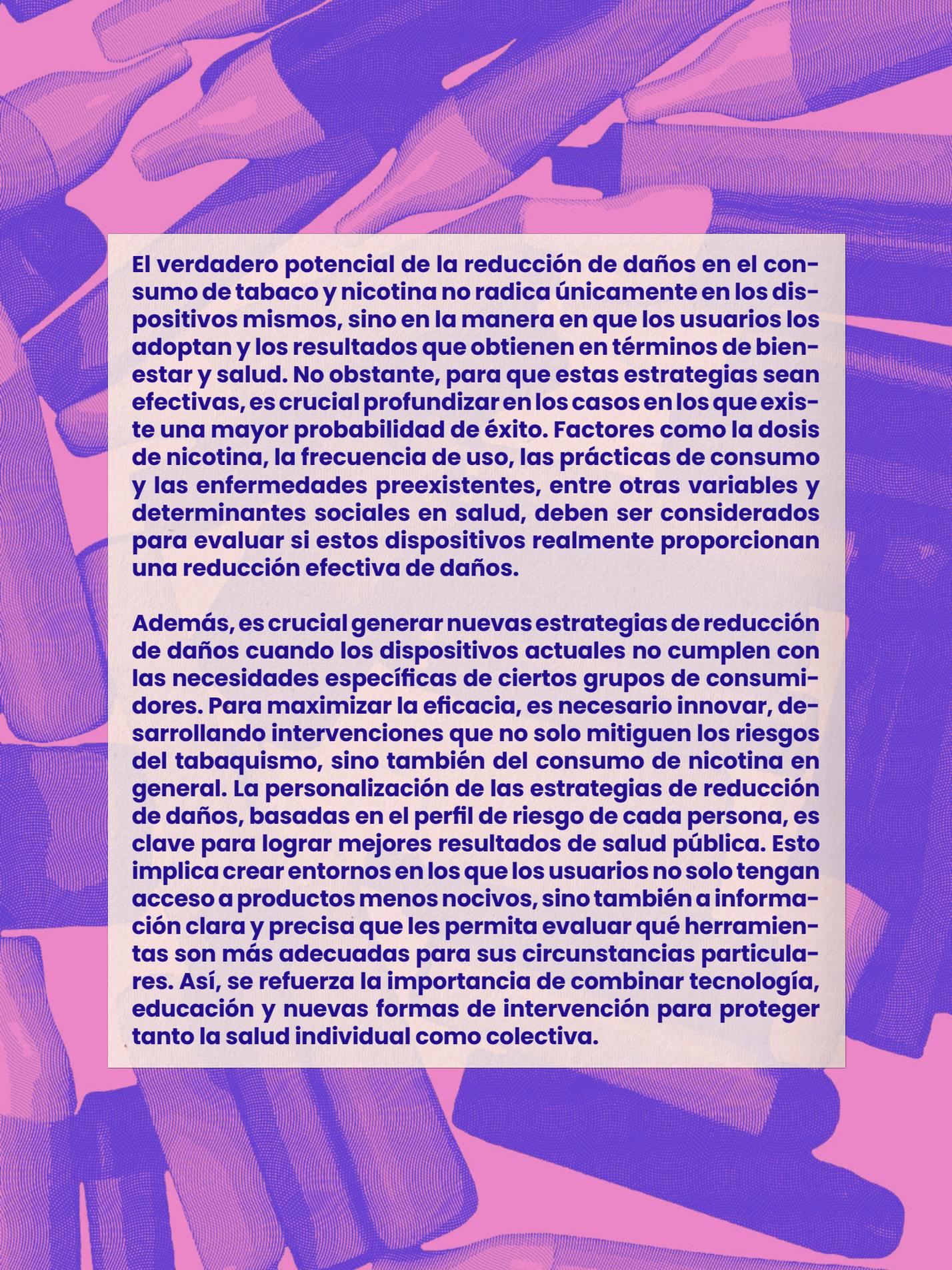


Gráfico 17. Percepción de reducción de riesgos y daños por tipo de producto de administración de nicotina en comparación con el cigarrillo tradicional



El verdadero potencial de la reducción de daños en el consumo de tabaco y nicotina no radica únicamente en los dispositivos mismos, sino en la manera en que los usuarios los adoptan y los resultados que obtienen en términos de bienestar y salud. No obstante, para que estas estrategias sean efectivas, es crucial profundizar en los casos en los que existe una mayor probabilidad de éxito. Factores como la dosis de nicotina, la frecuencia de uso, las prácticas de consumo y las enfermedades preexistentes, entre otras variables y determinantes sociales en salud, deben ser considerados para evaluar si estos dispositivos realmente proporcionan una reducción efectiva de daños.

Además, es crucial generar nuevas estrategias de reducción de daños cuando los dispositivos actuales no cumplen con las necesidades específicas de ciertos grupos de consumidores. Para maximizar la eficacia, es necesario innovar, desarrollando intervenciones que no solo mitiguen los riesgos del tabaquismo, sino también del consumo de nicotina en general. La personalización de las estrategias de reducción de daños, basadas en el perfil de riesgo de cada persona, es clave para lograr mejores resultados de salud pública. Esto implica crear entornos en los que los usuarios no solo tengan acceso a productos menos nocivos, sino también a información clara y precisa que les permita evaluar qué herramientas son más adecuadas para sus circunstancias particulares. Así, se refuerza la importancia de combinar tecnología, educación y nuevas formas de intervención para proteger tanto la salud individual como colectiva.

+300

personas que consumen nicotina dicen cómo debería ser la regulación y el funcionamiento del mercado

Desde el proyecto Plataforma Nicotina Reducción de Riesgos y Daños hemos abogado por entender la reducción de riesgos y daños para sustancias legales e ilegales en un marco de garantía de derechos humanos y acceso a servicios. A diferencia de una tendencia a concentrar la reducción de riesgos y daños como acceso a terapias de reemplazo, medicamentos de reemplazo de nicotina o productos de administración de nicotina sin combustión, nuestra visión es desde la atención al consumo con estrategias más amplias garantas de varios derechos propios de las personas usuarias de las personas usuarias de nicotina.

El marco global de control de tabaco, es una regulación que se centró en la garantía de las personas no consumidoras, y para las personas consumidoras se reduce a regular el funcionamiento del mercado con cierto control en la venta, y garantiza un abordaje de salud pública solo para que las personas dejen de consumir. Por lo tanto, agenciar un discurso de derechos en las personas usuarias de tabaco y nicotina no es una narrativa predominante.

Los hallazgos de esta encuesta reflejan una clara demanda por parte de las personas usuarias de nicotina de ser reconocidas como sujetos de derechos, no solo como consumidores a los que se les deben aplicar restricciones. El derecho a la información es el más mencionado por los encuestados, lo que subraya la importancia de tener acceso a datos claros, objetivos y verificados sobre los productos de nicotina y sus efectos. Este derecho es esencial para que los usuarios tomen decisiones informadas sobre su consumo, y su predominancia en la encuesta refuerza la necesidad de ofrecer información libre de sesgos y basada en evidencia científica.

¿CUÁLES CONSIDERA DEBEN SER LOS DERECHOS GARANTIZADOS A LAS PERSONAS USUARIAS DE NICOTINA?



Gráfico 18. Percepción de derechos humanos que deberían ser garantizados a las personas usuarias

Además, la salud, específicamente el acceso a estrategias de reducción de daños, es vista como un derecho clave por gran parte de los encuestados.

Esto resalta que las personas no necesariamente buscan la cesación completa del consumo, sino que están interesadas en formas más seguras de gestionar su consumo de nicotina.

Aquí, el enfoque de salud pública debe cambiar su paradigma, dejando de centrarse exclusivamente en la cesación y expandiendo su campo de acción hacia la garantía de opciones menos nocivas que permitan a los usuarios seguir consumiendo de manera informada y responsable.

Por último, los derechos al libre desarrollo de la personalidad y a la participación en las decisiones que afectan a las personas usuarias reflejan una creciente conciencia sobre la necesidad de involucrar a los usuarios en la creación de políticas públicas. Las personas que consumen nicotina desean ser respetadas en sus decisiones y participar activamente en la regulación de los productos que consumen. Estos hallazgos muestran que la narrativa de derechos aún está poco explorada en el marco global de control de tabaco, donde la prioridad ha sido proteger a las personas no consumidoras. Para lograr un enfoque de reducción de riesgos y daños más justo y efectivo, es necesario integrar esta perspectiva de derechos en las políticas.

A continuación profundizamos en varios de estos derechos desde la perspectiva de las personas usuarias y con la intención de elevar esta voz tanto a tomadores de decisión, como a profesionales médicos como a la industria de estos productos, para tener una mayor responsabilidad y buenas prácticas respecto a reconocer un enfoque humanizado de las personas usuarias de nicotina.

Derecho y acceso efectivo a la información

La Ley 2354 de 2024 establece un marco normativo para la regulación del consumo, venta y promoción de los Sistemas Electrónicos de Administración de Nicotina (SEAN), productos de tabaco calentado y productos de nicotina oral. Uno de los elementos más importantes de esta ley es el derecho de las personas consumidoras a acceder a información clara, precisa y no publicitaria sobre estos productos, como lo establece el artículo 2°.

En medio de la regulación de la coyuntura en Colombia de regulación de los productos de administración de nicotina sin combustión decidimos preguntar sobre el acceso a la información sobre estos productos. Lo primero que indagamos es por qué medio las personas encuestadas se enteraron de la existencia de estos productos. La gráfica 19 muestra los canales de información a través de los cuales las personas usuarias se enteran de la existencia de productos de nicotina, destacando que la mayoría de ellos, 194 encuestados, lo hicieron mediante un amigo o familiar, seguido por la publicidad con 120 personas y la participación en festivales o fiestas con 84 respuestas. Esto indica que el voz a voz y la publicidad directa juegan un papel crucial en la difusión de estos productos.



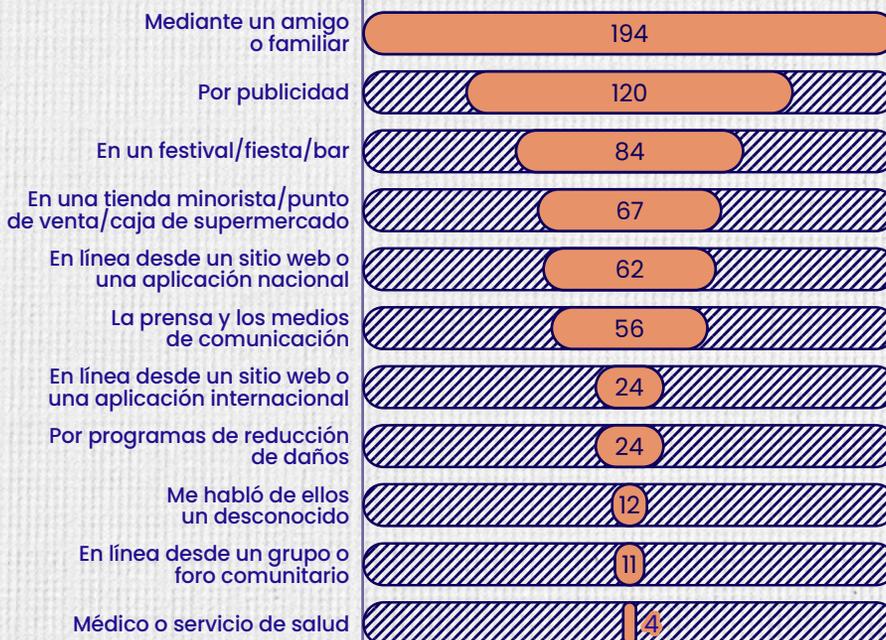
MEDIO POR EL QUE SE ENTERÓ DE LA EXISTENCIA DE LOS PRODUCTOS DE NICOTINA

Gráfico 19. Percepción de derechos humanos que deberían ser garantizados a las personas usuarias

Sin embargo, este dato subraya una preocupación importante respecto a las prácticas de las empresas. Es urgente combatir las malas prácticas de promoción y publicidad de la industria. Es fundamental que la reglamentación que se adelante en Colombia incluya disposiciones claras sobre cómo las empresas deben comunicar la información de manera no promocional. Esto podría incluir detalles sobre el contenido de nicotina, instrucciones de uso, posibles riesgos para la salud y advertencias sobre su uso en poblaciones vulnerables, como menores de edad y personas con afecciones médicas.



Restricción a la publicidad y la promoción de estos productos, pero si acceso a información no promocional y reducción de riesgos y daños

Para garantizar la protección de las personas consumidoras y no consumidoras, al tiempo se garantice el derecho a la información de las personas consumidoras se debe establecer claramente qué tipo de información no se puede incluir, como afirmaciones que los productos son más beneficiosos o económicos, o que tienen efectos positivos en el estilo de vida y bienestar social y psicológico del consumidor.

Asimismo, asegurar que la información sobre reducción de riesgos y daños no sea equiparada con promoción comercial. La información sobre reducción de daños debe ser claramente diferenciada de la promoción para no restringir el acceso a información valiosa y veraz que puede ayudar a los consumidores a tomar decisiones informadas.

Así como que los consumidores obtengan información completa, veraz y precisa sobre los productos que consumen, incluyendo el perfil de riesgo, los ingredientes, y la seguridad del producto.

Es importante para

- + proteger a los jóvenes,
- + informar claramente a los consumidores sobre la naturaleza del producto,
- + no hacer afirmaciones medicinales,
- + no crear confusión entre los cigarrillos electrónicos y el tabaco, y
- + no alentar a las personas que no fuman y a los no usuarios de nicotina a usar cigarrillos electrónicos.

Además, solo 4 personas se enteraron de estos productos a través de un médico o servicio de salud. Este vacío debe llenarse con políticas públicas que incluyan a los profesionales de la salud como actores clave para proveer información basada en evidencia y alejada de la promoción comercial, protegiendo así el derecho a la información veraz de los usuarios.

Es necesario avanzar hacia mejores prácticas de transparencia y ética, asegurando que las personas usuarias accedan a información clara, sin que esta sea manipulada por campañas de marketing, lo que contribuiría a decisiones más informadas y responsables sobre el consumo de productos de nicotina.

Lo segundo es que preguntamos qué fuentes son consideradas como confiables y accesibles para informarse sobre los vapeadores, cigarrillos electrónicos, snus y/o productos de tabaco calentado, siendo (0) nada confiable y (5) muy confiable, la gráfica 20 revela cómo las personas usuarias perciben diferentes fuentes de información en términos de confianza.

Los profesionales de la salud son la fuente más confiable según el gráfico, con un 35,2% de las personas que califican su información como muy confiable. Esto sugiere que, a pesar de que los profesionales de la salud no son la primera fuente consultada, cuando la información proviene de ellos, tiene gran credibilidad. Este hallazgo también refuerza la importancia de que los profesionales de la salud se formen en reducción de daños y en el uso de productos sin combustión.

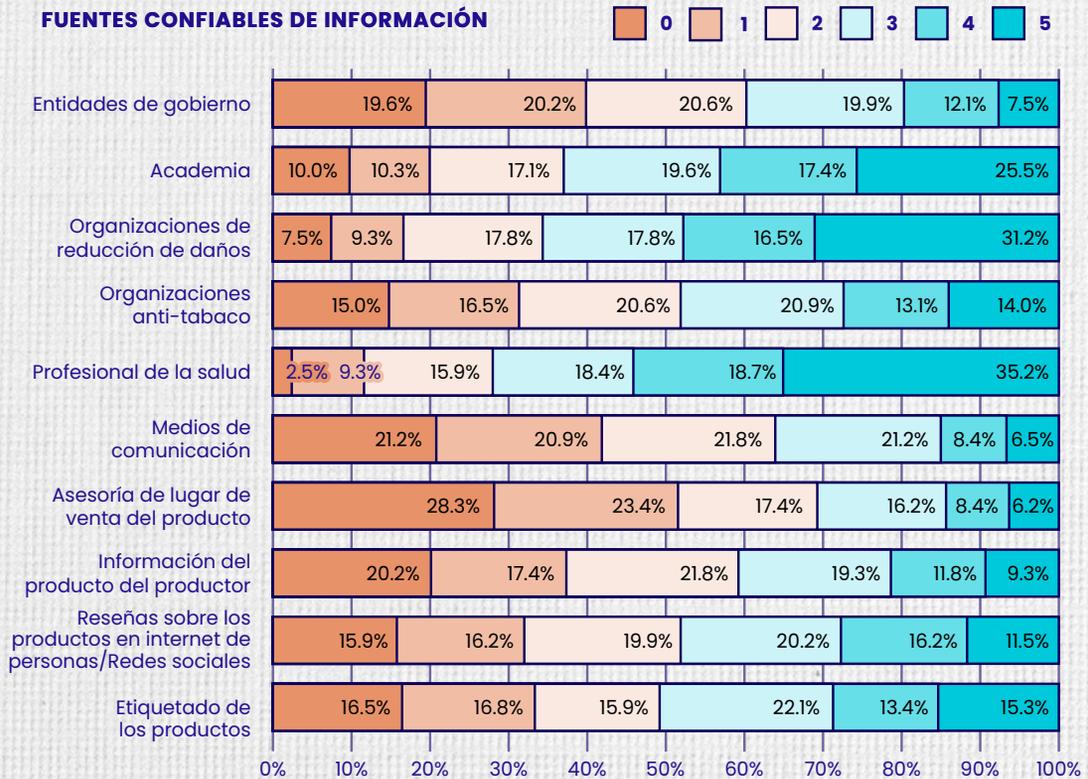


Gráfico 20. Confiabilidad de fuentes de información sobre productos de administración de nicotina sin combustión

La academia y las organizaciones de reducción de daños también son vistas como fuentes confiables, con un 25,5% y un 31,2% respectivamente, otorgando la calificación más alta. Estos actores representan fuentes basadas en investigaciones científicas y prácticas de reducción de daños, lo que indica que los usuarios confían en quienes promueven una aproximación basada en la evidencia y en la salud pública.

Los datos muestran una clara desconfianza hacia las entidades de gobierno y los medios de comunicación, donde solo un 7,5% y un 6,5% respectivamente consideran estas fuentes como muy confiables. Esto refuerza la percepción de que estas instituciones no están alineadas con las necesidades de los usuarios y podrían estar demasiado enfocadas en un enfoque prohibicionista, lo que genera escepticismo en su información.

Las reseñas en línea y la información proporcionada por vendedores tienen una calificación más intermedia, con un 22,1% considerando confiables las reseñas y un 21,8% confiando en la asesoría de los vendedores. Estos datos subrayan que, aunque los usuarios buscan experiencias de otros consumidores, aún se percibe una cierta desconfianza en fuentes vinculadas directamente al mercado y la publicidad.

Acceso a los productos de administración de nicotina sin combustión

En el contexto actual, donde la regulación apenas se definió en mayo de 2024 en Colombia, aún cuando los productos de administración de nicotina llevan más de diez años, **hemos identificado que algunos actores del mercado incurren en malas prácticas de comercialización.** Estas incluyen promociones mediante apps de domicilio, distribución gratuita en activaciones de marca en festivales y bares, así como publicidad en redes sociales con mensajes aspiracionales y dirigidos a públicos vulnerables, incluyendo activaciones de marca en universidades. Además, la venta de estos productos generalmente no incluye asesoría adecuada sobre la cantidad de nicotina o los riesgos asociados, lo que representa un desafío para garantizar un acceso seguro y responsable a estas alternativas para adultos.

En esta línea, decidimos incluir en la encuesta preguntas dirigidas a los participantes sobre su experiencia de acceso a estos productos, así como su opinión sobre cómo debería ser el acceso en el futuro. Nuestro enfoque está centrado en promover mejores prácticas de venta, donde las personas adultas que eligen consumir productos de nicotina puedan hacerlo bajo condiciones que respeten sus derechos como consumidores informados, y no solo como clientes de un mercado. Simultáneamente, reconocemos la preocupación por proteger a los jóvenes y a quienes no suelen usar productos de nicotina, garantizando que no se reduzca su percepción de riesgo hacia el consumo.

El análisis de la gráfica 21 revela que la mayoría de las personas accede a productos de nicotina a través de tiendas físicas especializadas (134 encuestados), lo cual sugiere un entorno relativamente controlado para el consumo. Sin embargo, un número considerable (87 encuestados) también compra en cajas de supermercados o a través de sitios web nacionales e internacionales, donde la falta de asesoría adecuada es más probable. Asimismo, la venta en entornos informales como bahías de centros comerciales, redes sociales, y en festivales o ba-

res presenta un riesgo considerable de que los consumidores, especialmente los más jóvenes, no reciban información completa sobre los riesgos de estos productos. Esto refuerza la necesidad de una regulación que garantice un acceso seguro y asesorado, y evite la normalización del consumo en contextos de ocio o para poblaciones vulnerables.

FORMA DE COMPRA DE PRODUCTOS DE NICOTINA

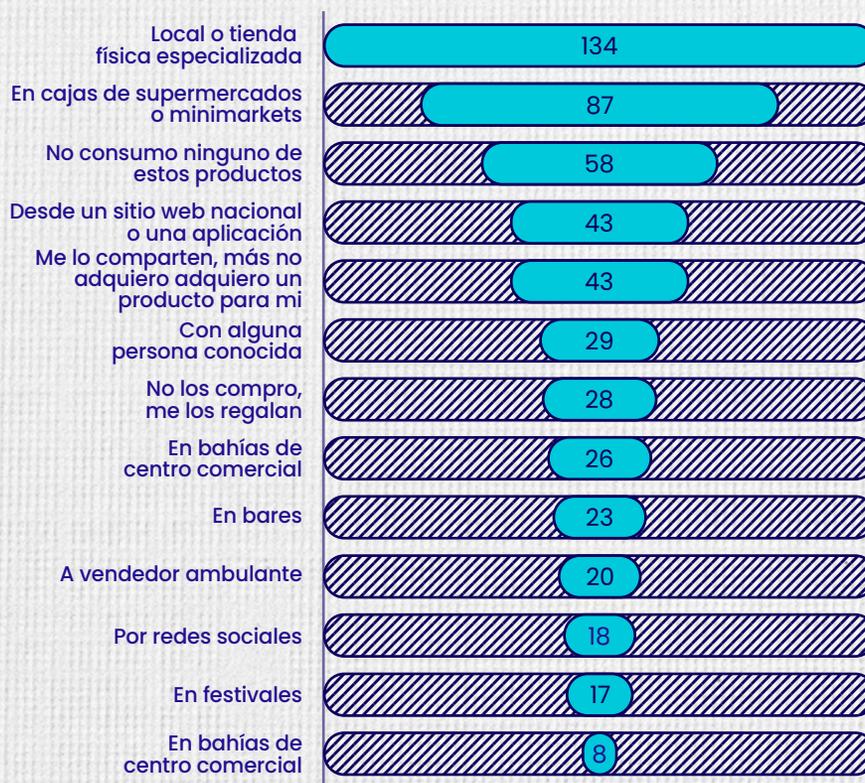


Gráfico 21. Forma de compra de los productos de administración de nicotina sin combustión

Por otro lado, indagamos cómo las personas usuarias califican la calidad y cantidad de información en el momento de comprar un producto. La gráfica 22 muestra que una gran parte de los consumidores de productos de nicotina, sobre todo quienes acceden a ellos a través de redes sociales, vendedores ambulantes, o en cajas de supermercados, no reciben suficiente asesoría, lo que es preocupante cuando se trata de informar de manera clara sobre los riesgos y efectos asociados con estos productos.

Esta falta de información adecuada puede tener consecuencias graves, especialmente porque afecta directamente la percepción de riesgo, particularmente en poblaciones jóvenes y en personas no consumidoras, que pueden subestimar los peligros riesgos relacionados con el uso de estos productos debido a la escasez de orientación en el momento de la compra. Garantizar que los usuarios reciban información precisa y no sesgada en todos los puntos de venta, y no solo en tiendas especializadas, es crucial para asegurar que las decisiones sobre el consumo de nicotina se tomen de manera informada y responsable.

NIVEL DE ASESORÍA POR FORMA DE COMPRA

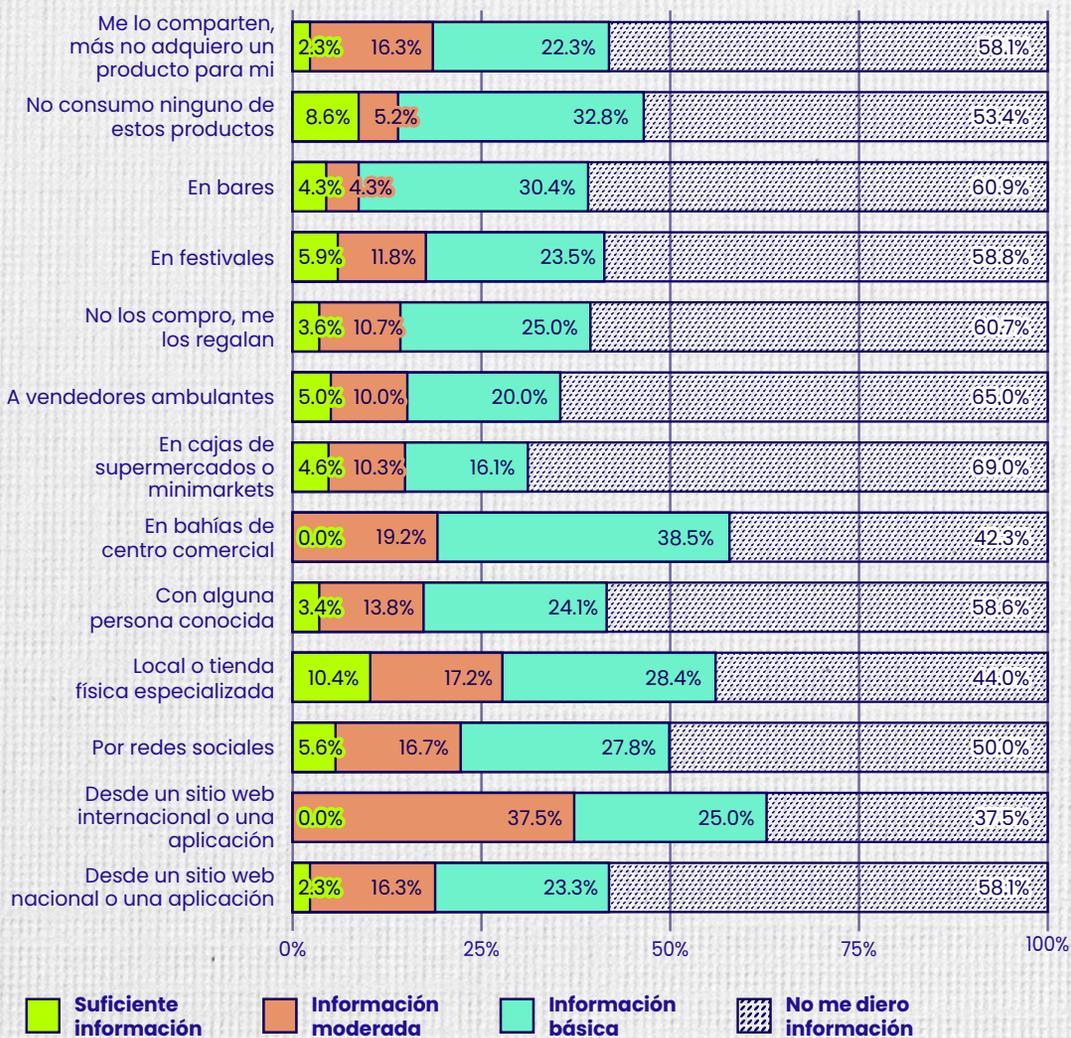


Gráfico 22. Niveles de asesoría e información de riesgos de los productos de administración de nicotina sin combustión por lugar de compra

Ahora frente a la percepción de las personas usuarias sobre cómo debería ser la regulación y acceso a vapeadores, cigarrillos electrónicos y productos de tabaco calentado se observa que el 56.1% de los encuestados considera que estos productos deberían venderse exclusivamente en tiendas especializadas para mayores de edad (Gráfica 23). Otro 32.1% sugiere que deberían venderse de la misma manera que el tabaco, es decir con bastantes restricciones. Es relevante que un 6% piense que no deberían venderse en absoluto, reflejando una preocupación por los riesgos asociados. El bajo porcentaje de quienes opinan que estos productos deberían estar disponibles sólo con receta médica o en farmacias (2.5%) sugiere que la mayoría de los usuarios no ven estos productos como medicamento para la cesación, sino como alternativas accesibles de consumo.

¿CÓMO DEBERÍA SER LA COMPRA DE VAPEADORES, CIGARRILLOS ELECTRÓNICOS Y/O PRODUCTOS DE TABACO CALENTADO?

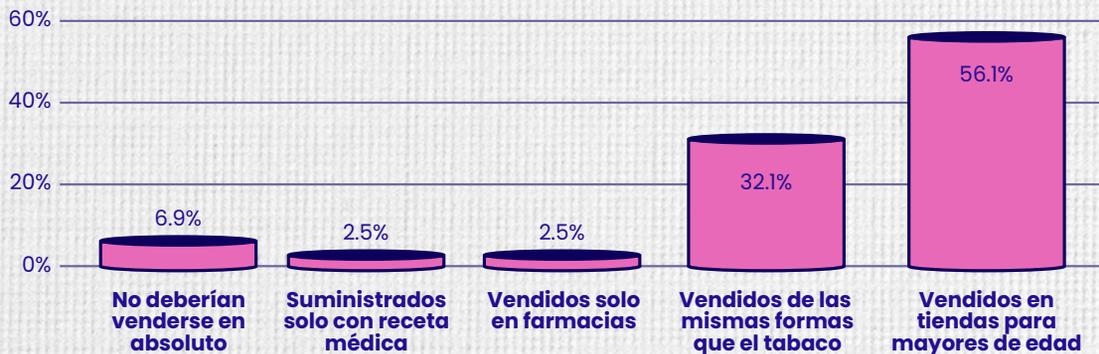


Gráfico 23. Niveles de asesoría e información de riesgos de los productos de administración de nicotina sin combustión por lugar de compra

En la gráfica 24, la mayoría de los encuestados (44.65%) opina que el acceso debería ser más difícil, lo que refleja una preocupación por el acceso descontrolado, especialmente para menores de edad. Sin embargo, un 31.78% considera que el acceso debería mantenerse "igual", lo que podría indicar que este grupo considera adecuadas las formas actuales de acceso. Un porcentaje menor (8.72%) cree que el acceso debería ser más fácil, lo que sugiere que algunos usuarios encuentran las actuales barreras de acceso excesivas o innecesarias.

¿QUÉ TAN FÁCIL DEBERÍA SER COMPRAR VAPEADORES, CIGARRILLOS ELECTRÓNICOS Y/ PRODUCTOS DE TABACO CALENTADO?

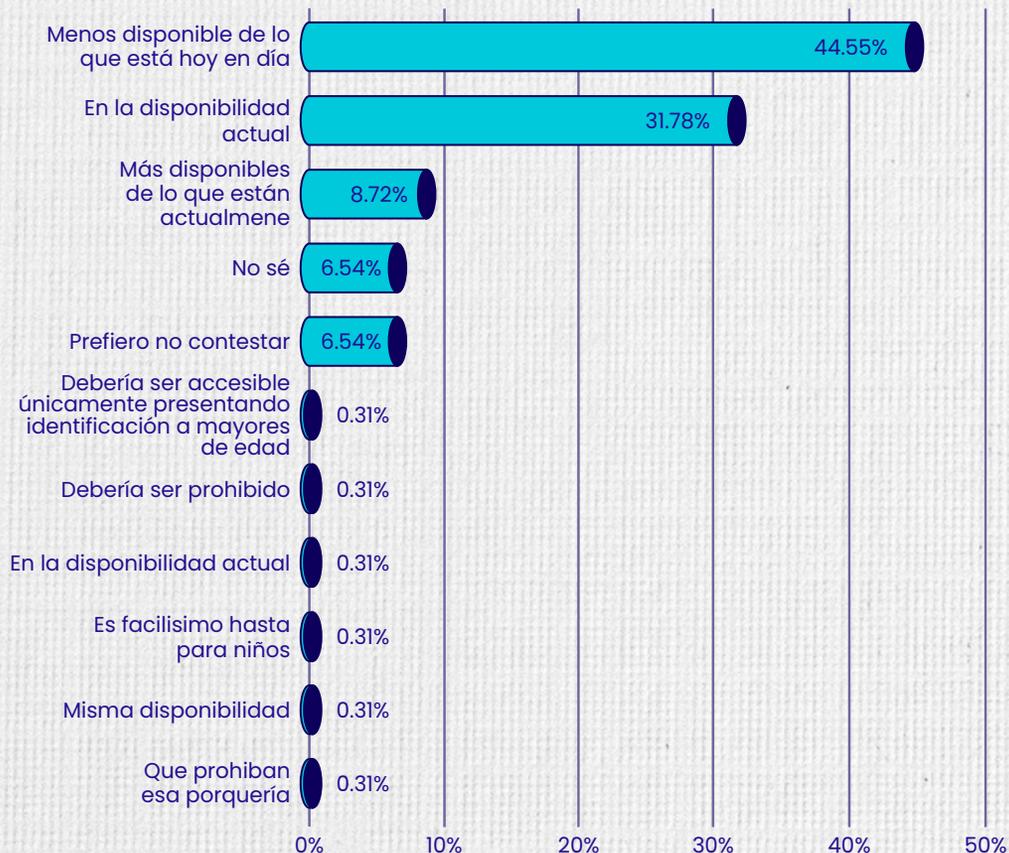


Gráfico 24. Niveles de asesoría e información de riesgos de los productos de administración de nicotina sin combustión por lugar de compra

En conjunto, estas opiniones reflejan una demanda de regulación más estricta. Lo anterior considerando que, como se mencionó anteriormente, en Colombia no contábamos con regulación de estos productos hasta mayo de 2024 que mediante trámite legislativo el país optó por meter todos los productos como tabaco tradicional. Las personas consumidoras demandan medidas regulatorias de acceso a los productos con un enfoque en proteger a los jóvenes y no consumidores de los riesgos de estos productos, al tiempo que se asegura que los adultos que eligen consumir tengan acceso controlado y responsable. **Esto respalda la idea de que la regulación debe centrarse en equilibrar la protección de los no consumidores y el derecho de los usuarios adultos a acceder a productos con la información y asesoría adecuada.**

Salud pública, ¡Si, decidir consumir o no poder dejar de hacerlo no quita este derecho y la urgencia de abordar la salud!

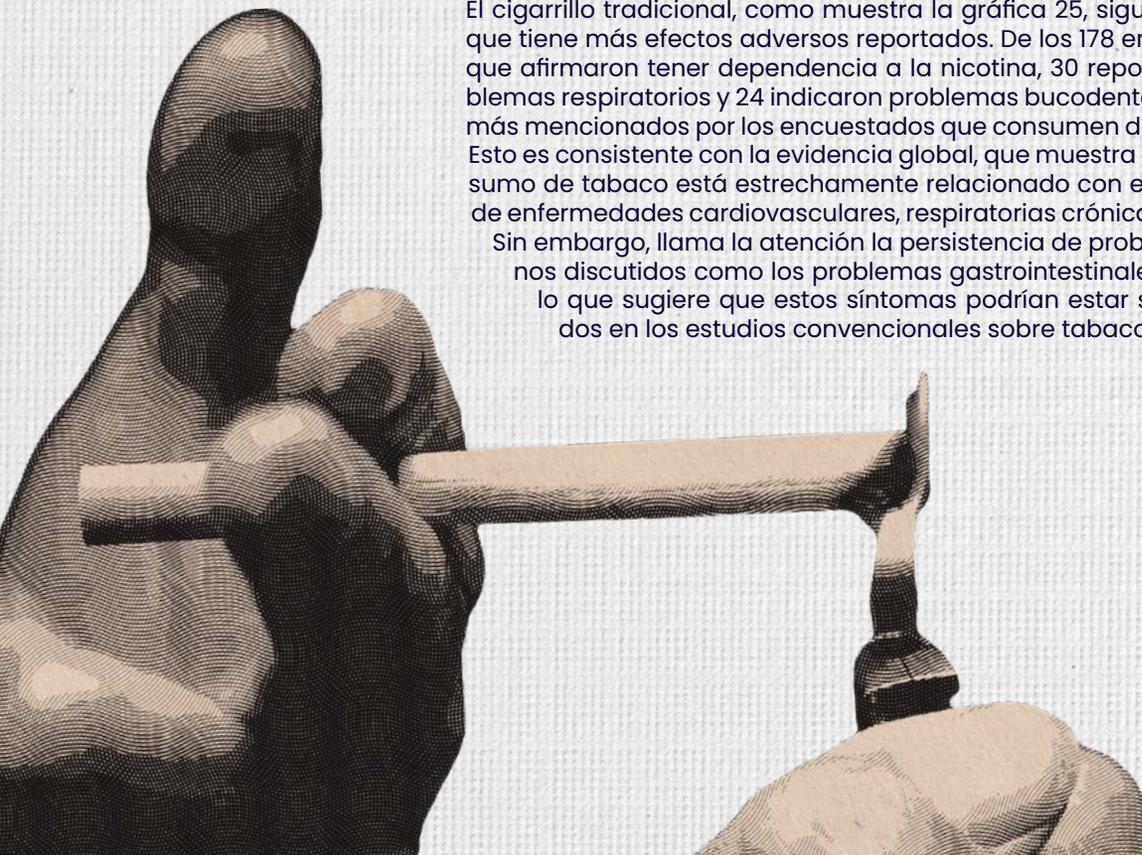
Una de las motivaciones más importantes de realizar esta encuesta es el tema de salud pública, para comprender el impacto de los diferentes productos de nicotina en la salud de las personas usuarias. Queríamos explorar más allá de lo que suele medir la investigación en América Latina y específicamente en Colombia, debido a la brecha de estudios clínicos en la región, especialmente considerando las determinantes sociales de salud que son únicas en nuestro contexto. A pesar de que ya existe evidencia internacional sobre los riesgos reducidos que tienen los cigarrillos electrónicos y los productos de tabaco calentado en comparación con el cigarrillo tradicional, es urgente profundizar en los efectos a corto y largo plazo de todos estos productos, desde una perspectiva de salud pública que refleje nuestra realidad buscando pistas sobre qué áreas deberían ser priorizadas en futuros estudios clínicos.

Daños asociados por producto

Preguntamos directamente a los usuarios sobre sus experiencias con respecto a su salud por producto. Aquí, intentamos explorar los efectos adversos más frecuentes según el tipo de producto y su frecuencia de uso. Este capítulo es una llamada a la acción para llenar la brecha de investigación en América Latina, y particularmente en Colombia, para que los estudios reflejen de manera precisa los efectos en la salud de estos productos en nuestro contexto social y sanitario.

El cigarrillo tradicional, como muestra la gráfica 25, sigue siendo el que tiene más efectos adversos reportados. De los 178 encuestados que afirmaron tener dependencia a la nicotina, 30 reportaron problemas respiratorios y 24 indicaron problemas bucodentales son los más mencionados por los encuestados que consumen diariamente. Esto es consistente con la evidencia global, que muestra que el consumo de tabaco está estrechamente relacionado con el desarrollo de enfermedades cardiovasculares, respiratorias crónicas y cáncer.

Sin embargo, llama la atención la persistencia de problemas menos discutidos como los problemas gastrointestinales y de piel, lo que sugiere que estos síntomas podrían estar subestimados en los estudios convencionales sobre tabaco.



PROBLEMAS DE SALUD POR FRECUENCIA DE CONSUMO DE CIGARRILLO TRADICIONAL

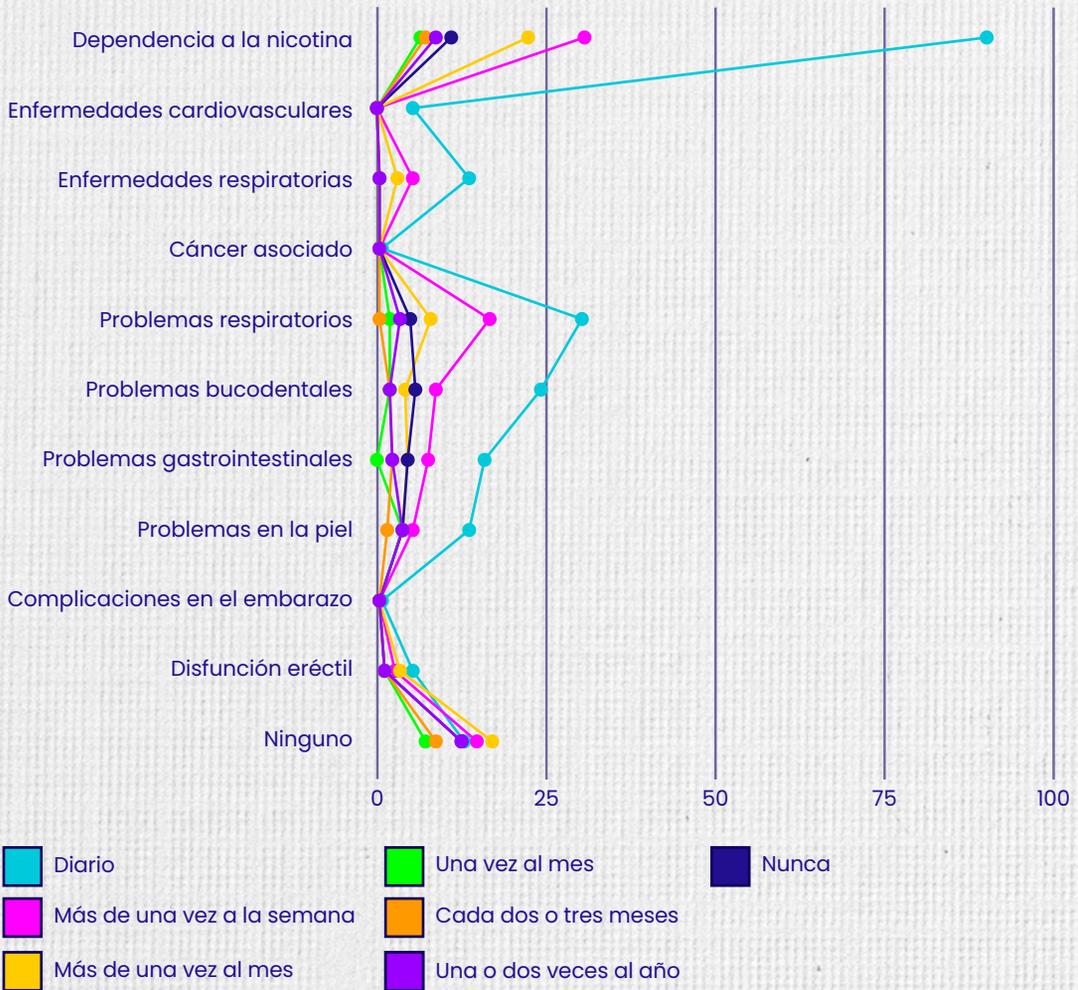


Gráfico 25. Problemas de salud reportados por uso de cigarrillo tradicional

En comparación, los usuarios de cigarrillos electrónicos reportan una prevalencia mucho menor de problemas graves de salud como las enfermedades cardiovasculares o respiratorias (Gráfica 26). Sin embargo, de los 51 usuarios que mencionaron dependencia a la nicotina mediante cigarrillos electrónicos, 31 reportaron irritación en garganta y boca y 21 dolores de cabeza y mareos, lo que refleja la realidad de los efectos inmediatos pero poco comprendidos de este producto entre quienes reportan un uso diario. Esto refleja hallazgos globales que asocian los cigarrillos electrónicos con efectos a corto plazo como la irritación de las vías respiratorias, pero con menores riesgos a largo plazo en comparación con el cigarrillo tradicional. No obstante, la dependencia a la nicotina sigue siendo una preocupación importante, ya que los niveles reportados son comparables a los del tabaco convencional. Estos resultados destacan la necesidad de seguir monitoreando el uso prolongado y los efectos potenciales de la inhalación de sustancias en vapores.

PROBLEMAS DE SALUD POR FRECUENCIA DE CONSUMO DE CIGARRILLO ELECTRÓNICO

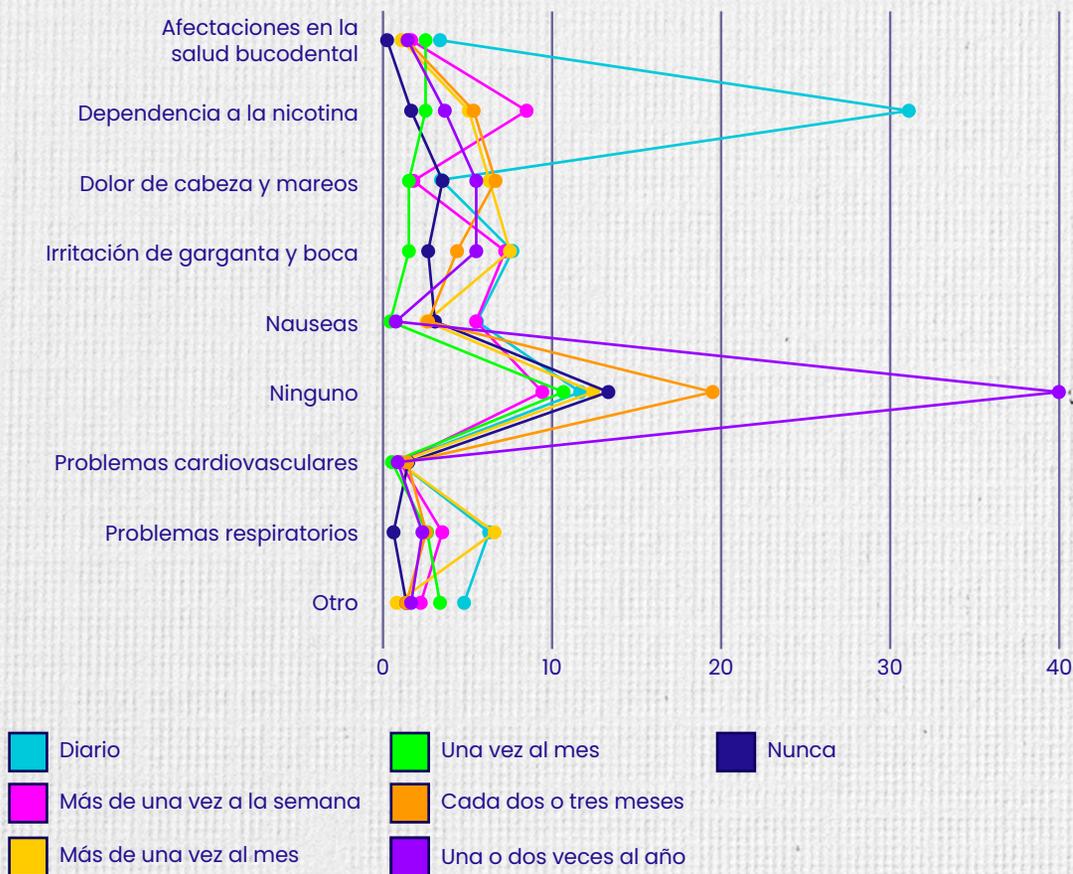


Gráfico 26. Problemas de salud reportados por uso de cigarrillo electrónico

Los efectos reportados por los consumidores de productos de tabaco calentado son más limitados en comparación con los otros dos productos (Gráfico 27). Los problemas más comunes incluyen irritación de garganta y boca, dependencia a la nicotina y, en menor medida, problemas respiratorios. Aunque los problemas de salud parecen ser menos graves, el hecho de que algunos usuarios reportan síntomas respiratorios o cardiovasculares, subraya que estos productos no son completamente inocuos, a pesar de ser comercializados como una alternativa más segura al cigarrillo convencional. Esta observación refuerza la importancia de tener estudios clínicos locales que validen los riesgos reales para poblaciones específicas.

PROBLEMAS DE SALUD POR FRECUENCIA DE CONSUMO DE PRODUCTOS DE TABACO CALENTADO

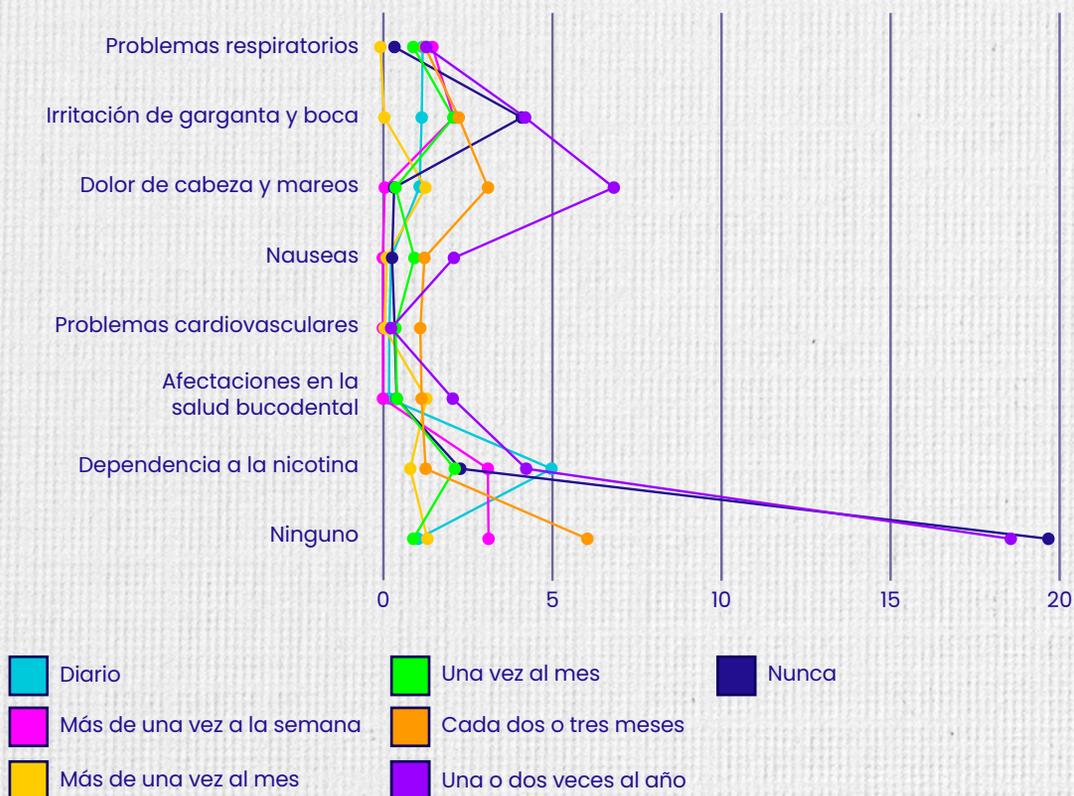


Gráfico 27. Problemas de salud reportados por uso de producto de tabaco calentado

Es evidente que los cigarrillos tradicionales tienen los efectos más adversos en la salud, como era de esperar, dada la extensa evidencia que respalda sus vínculos con diversas enfermedades graves. Sin embargo, los cigarrillos electrónicos y los productos de tabaco calentado presentan una variedad de efectos menos graves, pero con alta prevalencia de síntomas irritativos y una dependencia significativa a la nicotina. Estos datos resaltan la importancia de diferenciar los productos en las investigaciones de salud pública y no tratarlos como iguales. A medida que el uso de productos alternativos crece, es crucial no solo contar con más estudios locales, sino también educar a los usuarios sobre los riesgos comparados y monitorear los efectos a largo plazo en nuestra población.

+300
USUARIXS DE NICOTINA DICEN

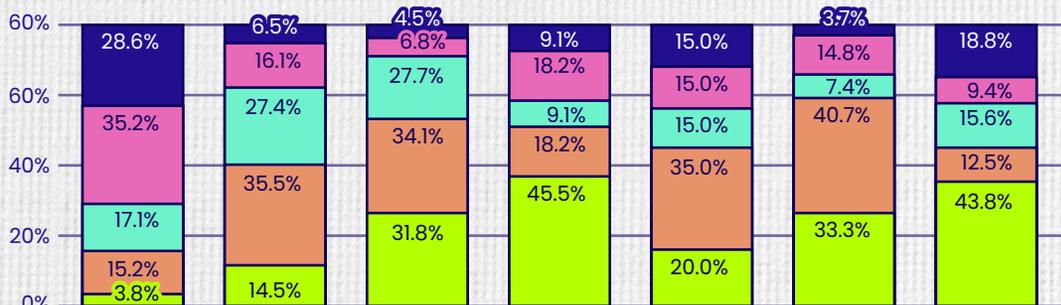


Posibilidad de cesar el consumo

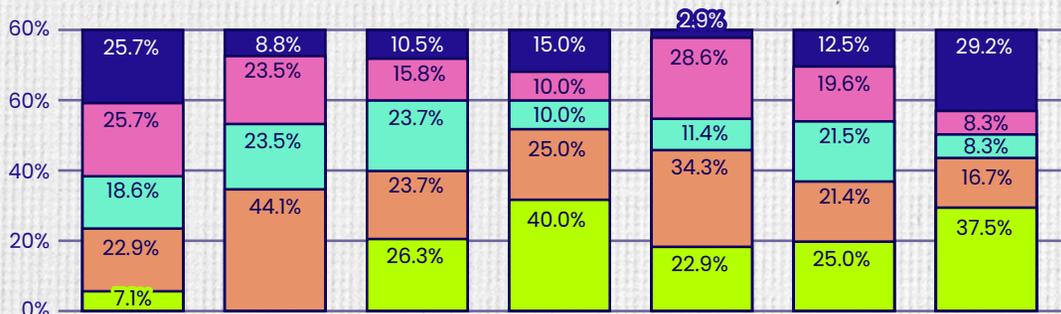
La dependencia a la nicotina sigue siendo uno de los riesgos más urgentes y prevalentes en todos los tipos de productos de administración de nicotina. A lo largo de los resultados de esta encuesta, tanto quienes consumen cigarrillo tradicional, como cigarrillo electrónico y productos de tabaco calentado, reportan una notable percepción de dependencia, con un promedio alto de usuarios en cada categoría que manifiestan problemas relacionados con la nicotina. La dificultad de cesar el consumo de estos productos no solo se basa en la naturaleza adictiva de la nicotina, sino también en la falta de información disponible para los usuarios, sobre todo en lo que respecta a la dosificación adecuada en productos como los cigarrillos electrónicos. Este hecho es respaldado por el hallazgo de que el 74% de los usuarios de cigarrillos electrónicos no saben cuántos miligramos de nicotina contienen sus dispositivos, lo que impide que puedan gestionar su dosis de manera adecuada y, en consecuencia, se dificulta la reducción del consumo o su cesación.

PERCEPCIÓN DE POSIBILIDAD DE CESAR CONSUMO DE NICOTINA

FRECUENCIA DE CONSUMO DE TABACO



FRECUENCIA DE CONSUMO DE CIGARRILLO ELECTRÓNICO



FRECUENCIA DE CONSUMO DE TABACO CALENTADO

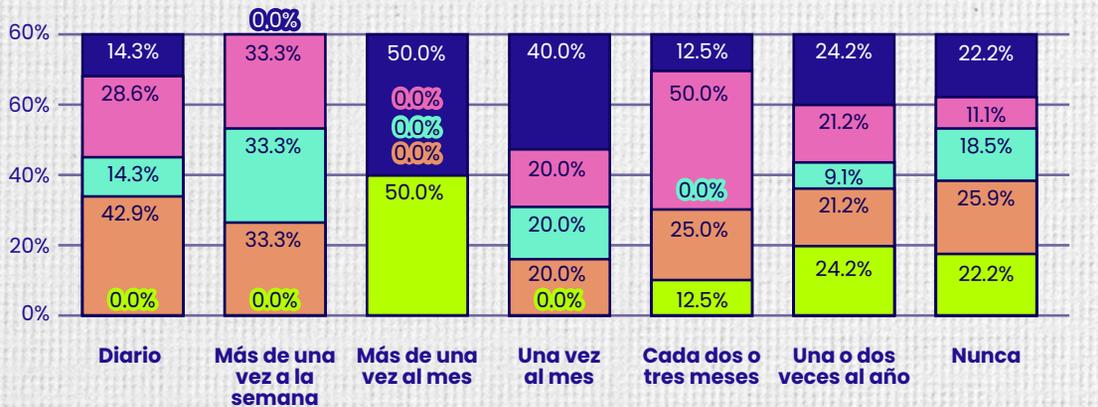


Gráfico 28. Percepción de posibilidad de cesar el consumo de nicotina por frecuencia de consumo

Los porcentajes respaldan claramente la dificultad percibida para cesar el consumo de nicotina entre los diferentes productos. Por ejemplo, el 28.6% de las personas que consumen tabaco calentado diariamente afirman que “definitivamente no” podrían cesar su consumo, seguido por el 35.2% que probablemente no lo haría. Esto contrasta con los usuarios que consumen menos frecuentemente, donde el 50% de aquellos que lo usan una vez al mes creen que podrían cesar su consumo. De manera similar, en el caso de los cigarrillos electrónicos, el 25.7% de los usuarios diarios afirman que definitivamente no podrían dejar de usarlos, mientras que el 44.1% de los usuarios que consumen más de una vez a la semana manifiestan una percepción más positiva respecto a su capacidad de cesación. En cuanto a los usuarios de cigarrillo tradicional, el 28.6% de los usuarios diarios señalan que no podrían cesar su consumo, lo que refuerza la necesidad de intervenciones dirigidas para disminuir la dependencia a la nicotina en estos productos de alto riesgo.

Este desconocimiento en torno a la dosificación se combina con una preocupación general por la capacidad percibida de cesar el uso de nicotina. Al analizar las respuestas de los encuestados en términos de su disposición a abandonar el consumo, observamos diferencias significativas entre productos, pero, en general, una gran parte de los usuarios de productos de administración de nicotina —en especial aquellos que usan productos a diario— sienten que no podrían cesar su consumo de manera definitiva. Sin embargo, aquellos que usan los productos con menor frecuencia parecen tener más esperanza de dejar la nicotina, lo que sugiere que las intervenciones enfocadas en reducir la frecuencia de uso podrían ser efectivas. Esto refuerza la necesidad de proveer a los usuarios con herramientas e información adecuadas para gestionar su consumo y, eventualmente, tomar decisiones más informadas sobre la cesación.

¿APOYARÍAS UNA LEY/REGLAMENTACIÓN QUE REDUJERA EN GRAN MEDIDA LA CANTIDAD DE NICOTINA DE LOS CIGARRILLOS, PARA HACERLOS MENOS ADICTIVOS?

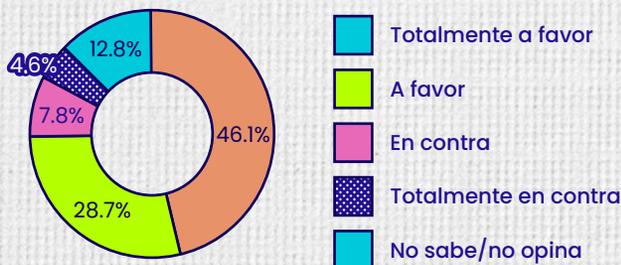


Gráfico 29. Percepción de las personas usuarias sobre cómo debería regularse la dosis de nicotina

Para concluir el capítulo sobre la regulación de la nicotina, preguntamos a las personas usuarias de productos de administración de nicotina su opinión acerca de una ley que redujera significativamente la cantidad de nicotina en los cigarrillos con el objetivo de hacerlos menos adictivos (Gráfico 29). Los resultados muestran que el 46% está “totalmente a favor” de esta regulación, seguido de un 28% que está “a favor,” lo que indica un respaldo generalizado a este tipo de medida. Sin embargo, un 13% está en contra, y un 8% indica estar “totalmente en contra”, reflejando que, aunque la mayoría apoya este tipo de regulación, existe un grupo que se opone, probablemente por preocupaciones sobre la autonomía de decisión o la percepción de que la reducción de nicotina no es la solución más efectiva para el consumo responsable.

Estos hallazgos revelan una inclinación mayoritaria hacia políticas que aborden la dependencia, pero también resaltan la necesidad de tener en cuenta las opiniones y experiencias de las personas usuarias en el diseño de regulaciones más efectivas y equilibradas.



Gestión ambiental, una deuda desde la contaminación por filtro hasta la basura electrónica

Por último, pero no menos importante, es fundamental destacar que la reducción de riesgos y daños no puede avanzar sin tener en cuenta el impacto ambiental de estos productos. Desde la elevada contaminación causada por los filtros de cigarrillos tradicionales, hasta la preocupante acumulación de basura electrónica y la contaminación por baterías de litio derivada de los cigarrillos electrónicos desechables, el desafío es significativo. Por ello, preguntamos a las personas encuestadas qué tanto conocían o habían implementado estrategias correctas para la disposición de los desechos generados por los productos que consumen. **Este aspecto debe ser parte integral de las políticas de reducción de riesgos, considerando tanto la salud humana como impacto ambiental y la sostenibilidad.**

Los resultados de esta gráfica 30 son preocupantes, ya que revelan una notable falta de conocimiento y acción respecto a la correcta disposición de los desechos generados por los productos de administración de nicotina. Un alarmante 75.8% de las personas encuestadas indicaron que no conocen ninguna ruta de disposición adecuada, mientras que solo un 16.1% conocen y han utilizado las rutas correctas. *Esto destaca una brecha significativa en la educación ambiental y en la implementación de medidas adecuadas para el manejo de desechos, especialmente considerando el impacto ambiental de productos como los cigarrillos electrónicos, cuyos desechos electrónicos y baterías de litio son altamente contaminantes.* Esta falta de conocimiento y acción representa un desafío urgente que debe abordarse tanto desde el ámbito regulatorio como desde la educación de los consumidores.

¿CONOCES Y HAS USADO ALGUNA RUTA DE DISPOSICIÓN CORRECTA DE LOS DESECHOS GENERADOS POR LOS CIGARRILLOS TRADICIONALES, VAPEADORES, CIGARRILLOS ELECTRÓNICOS, SNUS Y/O PRODUCTOS DE TABACO CALENTADO?

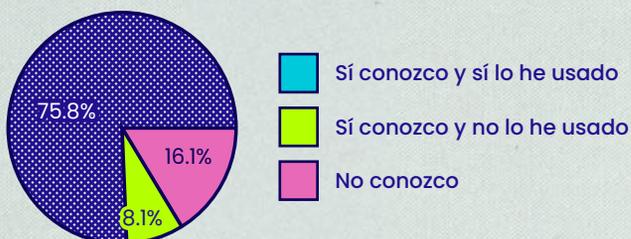


Gráfico 30. Conocimiento y uso de rutas correctas de disposición de desechos



La gráfica final presenta una clara tendencia de apoyo hacia la implementación de un modelo de responsabilidad extendida del productor en el cual el 71% de los encuestados está "totalmente a favor" de que las empresas productoras de vapeadores, cigarrillos electrónicos y productos de tabaco calentado se hagan responsables de los impactos ambientales generados por sus productos. Además, el 17% está "a favor," lo que lleva el total de personas en apoyo de este modelo a casi el 90%.

¿ESTÁS A FAVOR DE UN MODELO DE RESPONSABILIDAD EXTENDIDA DEL PRODUCTOR EN EL QUE EL GOBIERNO OBLIGUE A LAS EMPRESAS PRODUCTORAS DE VAPEADORES, CIGARRILLOS ELECTRÓNICOS Y/O PRODUCTOS DE TABACO CALENTADO A PAGAR POR IMPACTOS AMBIENTALES?



Gráfico 31. Opinión sobre modelos de responsabilidad extendida de los productores

Este hallazgo refuerza la preocupación creciente sobre los residuos generados por estos productos, especialmente los cigarrillos electrónicos desechables y sus baterías, y señala una necesidad de incluir a las empresas productoras en la mitigación de estos impactos, fomentando prácticas más sostenibles en toda la cadena de producción y post-consumo.

Conclusiones

La diversidad en el uso de productos de nicotina es más compleja de lo que parece. Aunque los cigarrillos tradicionales siguen siendo el producto más común, con un 58.7% de los encuestados reportando su uso reciente, el auge de los cigarrillos electrónicos y los productos de tabaco calentado muestra una diversificación en los patrones de consumo. El hecho de que casi un 45% de las personas haya utilizado cigarrillos electrónicos en el último año refleja una transición significativa hacia estos productos. Sin embargo, este cambio no está exento de desafíos en términos de comprensión y manejo del riesgo.

El consumo no es exclusivo ni aislado, sino que responde a contextos sociales. La mayoría de los usuarios consume en entornos de ocio, sociales o festivos (más del 70% lo hace en estos contextos), lo cual refuerza la idea de que el consumo de nicotina está profundamente arraigado en dinámicas de interacción social. Esto subraya la necesidad de enfoques de salud pública que consideren no sólo la dependencia física, sino también los contextos psicosociales del consumo y cómo inciden en las prácticas de consumo.

Cigarrillo electrónico: motivaciones de uso entre la curiosidad y la reducción de daños, con frecuencias bajas de consumo pero en aumento. A pesar de que el 86.3% de los encuestados ha utilizado cigarrillos electrónicos, lo que refleja una rápida adopción de estos dispositivos, muchos usuarios no los integran como una práctica de consumo regular, ya que solo el 44.8% los consumió en la última semana y el 11.6% lo hizo hace más de 12 meses. La popularidad de estos productos es especialmente notable entre los jóvenes, con un porcentaje significativo que comienza a usarlos entre los 18 y 24 años, e incluso algunos hombres antes de los 18. Esta tendencia plantea desafíos para las estrategias de prevención, ya que los cigarrillos electrónicos están captando a usuarios en edades muy tempranas en las personas encuestadas. Las motivaciones detrás de este consumo varían, desde la curiosidad por probar productos nuevos hasta el uso de los dispositivos como una alternativa en espacios donde no se permite fumar cigarrillos tradicionales. Además, una proporción de usuarios reporta que los cigarrillos electrónicos son parte de una estrategia para reducir los riesgos y daños asociados con el consumo de tabaco convencional, lo que resalta su papel dual como herramienta recreativa y de reducción de daños.

Mayor frecuencia de uso de cigarrillos electrónicos entre mujeres encuestadas y grupos más jóvenes. Aunque el 59.9% de los usuarios de cigarrillos electrónicos son hombres, las mujeres tienden a usar cigarrillos electrónicos con mayor frecuencia, con un 27.8% de las mujeres reportando un uso diario, en comparación con el 23.5% de los hombres. Además, el consumo de cigarrillos electrónicos es más común entre personas de 18 a 34 años, lo que indica que los jóvenes son el grupo etario principal que utiliza estos productos.

Falta de comprensión e información sobre los riesgos relativos de cada producto. A pesar de que más del 80% de los encuestados considera que los productos de administración de nicotina sin combustión son menos dañinos que el cigarrillo tradicional, la mayoría no tiene claro

cómo gestionar adecuadamente los riesgos. De hecho, el 74% de los usuarios de cigarrillos electrónicos no sabe la cantidad de miligramos de nicotina que contiene su dispositivo. Esto genera una preocupación significativa: la percepción de “menor riesgo” puede estar alentando un uso menos controlado de productos que, si bien reducen los daños comparativamente, no están exentos de riesgos para la salud si no se manejan correctamente.

Impacto de la desinformación en la percepción del riesgo. A pesar de que muchos usuarios reconocen que los productos de nicotina sin combustión son menos dañinos que los cigarrillos tradicionales, existe una alta prevalencia de desinformación, lo que genera confusión y limita la adopción de productos de reducción de daños. Un 30.7% de los usuarios de cigarrillos electrónicos y un 42% de los usuarios de tabaco calentado no tienen una posición clara sobre sus riesgos.

El uso dual y el policonsumo de sustancias es una práctica de riesgo poco abordada. Un 14.95% de los encuestados alterna entre cigarrillos tradicionales y vapeo, lo que sugiere un uso dual de productos. Este patrón es preocupante, ya que los usuarios duales no experimentan las mismas reducciones en exposición a toxinas que aquellos que abandonan completamente el consumo de cigarrillos convencionales. El estudio reveló un patrón de consumo combinado de nicotina con otras sustancias psicoactivas, siendo el alcohol, la marihuana y los estimulantes las combinaciones más frecuentes

La regulación en tiendas especializadas es la opción más apoyada por los usuarios. El 56.1% de los encuestados opina que los productos de nicotina deberían venderse exclusivamente en tiendas para mayores de edad, lo que sugiere una fuerte demanda por regulaciones más estrictas. *Esto no solo busca controlar el acceso de los jóvenes, sino también garantizar un entorno de venta más seguro y profesionalizado, donde los consumidores reciban la información adecuada sobre los productos que compran.* Un número significativo de consumidores accede a productos de nicotina a través de medios no regulados, como bares, festivales o vendedores ambulantes. Esto presenta un desafío regulatorio importante, ya que la falta de supervisión adecuada en estos puntos de venta aumenta el riesgo de consumo sin control ni asesoría adecuada

Preocupación por las prácticas comerciales poco éticas. Los usuarios señalaron que a menudo acceden a estos productos en entornos menos formales, como bares, festivales y a través de vendedores ambulantes, lo que plantea serias dudas sobre la falta de regulación en cuanto a la venta y distribución. Estas malas prácticas de comercialización pueden estar promoviendo el acceso a los productos sin la debida supervisión ni información.

El derecho a la información está en el centro de las demandas de los usuarios. El acceso a una información clara y basada en evidencia es uno de los derechos más solicitados por los encuestados (con un 78% de apoyo), lo cual pone de relieve la necesidad de establecer canales



de comunicación más efectivos. La desconfianza en las fuentes tradicionales de información, como los medios de comunicación o las entidades de gobierno, subraya un vacío que debe ser cubierto por profesionales de la salud y organizaciones de reducción de daños.

Los efectos en la salud de los productos de nicotina varían, pero la dependencia sigue siendo el factor predominante. La encuesta reveló que, aunque los cigarrillos tradicionales continúan causando la mayoría de los problemas de salud asociados, como enfermedades respiratorias y bucales, la dependencia a la nicotina fue el problema de salud más reportado en todos los productos, incluidas las alternativas como el tabaco calentado. Esto sugiere que, aunque el daño físico puede reducirse, la adicción persiste como un desafío importante.

La percepción sobre la capacidad de cesación es desigual y preocupante. En los tres tipos de productos (cigarrillos tradicionales, electrónicos y calentados), solo un pequeño porcentaje de los consumidores diarios (alrededor del 25-30%) cree que definitivamente podría cesar el consumo, lo que subraya la fuerza de la dependencia a la nicotina. Además, la falta de control sobre la cantidad de nicotina que se consume con los cigarrillos electrónicos agrava esta percepción de incapacidad para abandonar el hábito.



Un problema ambiental emergente. El 75.8% de los encuestados no sabe cómo disponer adecuadamente los desechos de sus productos de nicotina, lo que representa una crisis ambiental latente, especialmente en lo que respecta a los cigarrillos electrónicos desechables y las baterías de litio. La mayoría de los usuarios (71%) está a favor de un modelo de responsabilidad extendida del productor, lo que indica una fuerte demanda por una mayor regulación ambiental y la necesidad de que las empresas se responsabilicen de los impactos de sus productos.

Algunas definiciones

Productos de administración de nicotina sin combustión: productos que contienen nicotina que se consume de forma que no implica un proceso de combustión como los cigarrillos electrónicos, soluciones líquidas de nicotina, los productos de tabaco calentado, sistemas de calentamiento de tabaco, y productos de administración oral por absorción (bolsas de tabaco o nicotina). **Estos productos no son dispositivos médicos, ni productos sanitarios.**

Reducción de riesgos y daños en tabaco: es un enfoque que busca proporcionar soluciones a fumadores que, a pesar de intentarlo repetidamente, no logran dejar de fumar mediante métodos tradicionales de cesación. Basada en evidencia científica, esta perspectiva se centra en reducir los daños del tabaquismo en lugar de enfocarse exclusivamente en la cesación total. Este enfoque surge en respuesta a varios factores, como la demanda de los consumidores organizados por un reconocimiento de sus derechos, la caída en la efectividad de las estrategias de cesación tradicionales, y el avance en la investigación sobre productos alternativos y métodos de intervención. La alta prevalencia de enfermedades y mortalidad asociada al tabaquismo tradicional es una de las principales razones por las cuales el enfoque de reducción de daños ha ganado tracción, especialmente en usuarios que no pueden o no desean dejar de consumir nicotina.

Tabaco: Un cigarrillo tradicional es un producto elaborado principalmente con hojas de tabaco curadas. Se presenta en forma de un cilindro pequeño de papel, que contiene tabaco picado y se consume mediante la combustión. Al encender un extremo, se inhala el humo producido desde el otro extremo, que usualmente está filtrado.

Nicotina: sustancia psicoactiva que se extrae de las hojas de tabaco y que también se puede producir sintéticamente. Esta sustancia contiene alcaloides nicotínicos.

Productos de tabaco calentado: Los productos de tabaco calentado (también conocidos como "sistemas de tabaco calentado" o "HTPs" por sus siglas en inglés, por ejemplo IQOS) son dispositivos que calientan el tabaco sin llegar a quemarlo. Estos productos utilizan una fuente de calor eléctrica o química para elevar la temperatura del tabaco a un nivel que libera un aerosol que contiene nicotina. El usuario inhala este aerosol para obtener la sensación de fumar, pero sin la combustión asociada con los cigarrillos tradicionales.

Cigarrillos electrónicos o vapeadores: Los cigarrillos electrónicos, también conocidos como e-cigarrillos o vaporizadores, son dispositivos que calientan un líquido (que generalmente contiene nicotina, saborizantes y otros químicos) para producir un vapor que el usuario inhala. A diferencia de los cigarrillos tradicionales, no queman tabaco y no producen humo.

Snus: Es un producto de tabaco sin humo, húmedo, que se coloca debajo del labio superior para que la nicotina se absorba por la mucosa oral.

Mensajes de las personas participantes de la encuesta

MI CONSUMO DE VAPEOS EN ESPACIOS DE FIESTA ES POR LOS AMIGOS QUE TRAEN

GRACIAS A USTEDES POR HACER ESTE TIPO DE ESTUDIOS, SOY MÉDICO Y SIENTO QUE EL CONSUMO DE ESTOS NUEVOS DISPOSITIVOS ESTÁ EN AUMENTO GENERANDO MÁS DAÑO A PERSONAS JÓVENES QUE NO SABEN EL RIESGO QUE ESTÁN TOMANDO AL CONSUMIRLOS.

Mucho más. Fume cigarrillo por 8 años, uno al día, más en fiestas. Cambié al vapeador para dejar el cigarrillo y resultó siendo mucho más adictivo y más dañino. Fumé por un año todos los días, todo el día. Empecé a tener reacciones en la piel, me ha dado amigdalitis cinco veces, mi garganta siempre está fatal (todavía, mes y medio después de parar completamente el consumo). Quiero que esté reglamentado, que sea más caro. Mejor dicho, no quiero tener acceso. En la vida vuelvo a tocar un vapeador

ME ENCANTARÍA QUE EN SE GENERARÁN PROGRAMAS ESTATALES, LOS CUALES SEAN ENFOCADOS AL ACOMPAÑAMIENTO DE LOS CONSUMIDORES DE NICOTINA EN DEJAR SU ADICCIÓN.

A VECES SE QUEDA POR FUERA, PERO CREO QUE ES BUENO TAMBIÉN VISIBILIZAR EL IMPACTO AMBIENTAL QUE TIENEN LOS RESIDUOS DE LOS CIGARRILLOS CON FILTRO, QUE NO SE DISPONEN CORRECTAMENTE.

HACE FALTA MAYOR EDUCACIÓN SOBRE LOS FINES DE ESTOS MEDIOS ALTERNATIVOS, PUESTO QUE SE VENDEN COMO ARTÍCULO RECREATIVO Y NO COMO MEDIOS DE REDUCCIÓN DE DAÑOS.

LA REGULACIÓN DEBE SER BASADA EN LA CIENCIA Y EN PAÍSES CON EXPERIENCIA EN EL TEMA.

LA INFORMACIÓN QUE BRINDAN EN SU INSTAGRAM ES ESPECTACULAR, MUY IMPORTANTE LA INFORMACIÓN QUE DAN Y TODO. :)



GRACIAS POR TENER EN CUENTA LA EXPERIENCIA DE LOS USUARIOS

Gracias por hacer este tipo de encuesta.

EL CIGARRILLO ELECTRÓNICO ES SIGNIFICATIVAMENTE MÁS NUEVO QUE EL TRADICIONAL Y NO SABEMOS A LARGO PLAZO SUS EFECTOS EN LA SALUD HUMANA

es importante no promover el consumo de dichos productos

Gracias
la encuesta

SIEMPRE HE SI
Y POR UN TIEM
A SOLO VAPE
NOCIVOS EN M
LO QUE DEJÉ
VAPE PARA CO
SOLO CIGARRIL
CALENTAMIENT
SIENDO HEETS
MÁS UTILIZO.
QUISIERA AGR
TAMBIÉN HE US
EN OTRAS PR
COMO RAPÉ, C

GRACIAS
HACER
ESFUERZO
PARA
CONSEGUIR
SANA

No consumo
muy impo
algo co
pues la
que no
también
afectado

EL CONSUMO
NICOTINICO
ASUNTO
POR LO
DE CAD
LA RES
POR LO
DERIVA
CONSUMO

as por
cuesta

EXCELENTE

gracias

DO FUMADOR
PO ME CAMBIE
Y VI IMPACTO
NI SALUD POR
DE FUMAR
NSUMIR
LLOS, PIPA Y
NTO DE TABACO,
S LO QUE
SIN EMBARGO
EGAR QUE
SADO TABACO
PRESENTACIONES
MIMÚ Y AMBIL.

La disponibilidad y estrategias de uso de vapeadores y tabaco calentado sólo pueden pensarse en relación al cigarrillo tradicional. No creo que deba tener tanta exposición y bombo, son peligrosos y no conocemos sus efectos; pero siendo que la lógica indica un menor riesgo que el del cigarrillo tradicional, poco efectivo sería reducir su disponibilidad o publicidad, cambiando la moda de vapear por volver a quemar tabaco. El modo de enfrentar este aspecto del consumo debe estar mediado por un conocimiento profundo del contexto específico, dónde se conozcan no solo los patrones de consumo sino sus aspectos socioculturales.

DEBERÍAN MEJORAR LA ENCUESTA, EN UNA PARTE DE CIGARRILLOS ELECTRÓNICOS O VAPEADORES EN LO PERSONAL NUNCA HE COMPRADO UNO POR MI CUENTA PERO SI HE CONSUMIDO, ME REGALAN. ENTONCES UNA DE LAS RESPUESTAS OBLIGATORIAS ERA PONER LAS CANTIDADES DE PODS Y LA CAPACIDAD EN MILILITROS DE ESTOS MISMOS.

En mi caso el vaper me ayudaba a no consumir tanto cigarrillo tradicional, quitaba mucho la ansiedad y no tenía que fumar tan seguido como lo hago cuando tengo cigarros a la mano.

CIAS POR
ER UN
VERZO
A CREAR
CIENCIA
A Y CLARA.

CONSIDERO QUE DEBERÍA ESTAR MUCHO MÁS REGULADO, Y DEBERÍAN DARLE MÁS IMPORTANCIA, LA MISMA QUE LE DAN A LAS DROGAS, PORQUE ESTO ES OTRA DROGA.

El consumo de cigarrillos es algo que aumenta gradualmente y nunca esperé estar fumando tanto cigarrillo a la semana. Si tienes la posibilidad de dejarlo antes de que se vuelva "costumbre", es ahora o nunca. Después de la costumbre, los bajonazos para intentar dejarlo son muchísimos más fuertes y por eso cada vez se hace más difícil dejarlo.

sumo, pero es
portante hacer
n ésto pronto,
as personas
fumamos
n nos vemos
dos.

Creo que los vapeadores son más adictivos que los cigarrillos y no deben promocionarse como un reemplazo "más saludable".

Deberían existir más estudios en torno a las alternativas del consumo de nicotina, hacer más difícil su acceso, que haya más regulaciones en la información que brindan las empresas que distribuyen productos con nicotina, intensificar las campañas anti-consumo

MUCHOS
ÉXITOS Y
GRACIAS

USUMO DE
NA ES UN
O INDIVIDUAL,
O QUE DEPENDE
A INDIVIDUO
SPONSABILIDAD
OS PERJUICIOS
DOS DE SU
MO ABUSIVO.

CONOCER LOS RIESGOS DE LA NICOTINA TE HACE RESPONSABLE DE LO QUE PASE SI ABUSAS DE SU CONSUMO, Y ESO RADICA EN LA EDUCACIÓN.

EL TABACO Y NICOTINA TAMBIÉN SE USAN EN CONTEXTOS RELIGIOSOS/ CEREMONIAL Y CONSIDERO SE DEBEN DE INCLUIR EN LA FAMILIA DE PRODUCTOS DERIVADOS DE LA PLANTA DE TABACO

ES IMPORTANTE CONCIENTIZAR QUE EL TABACO ES UNA DROGA REGULADA, QUE SE HA IDO NORMALIZANDO EN LA SOCIEDAD, PERO ES IGUAL DE NOCIVA QUE LAS DROGAS QUE ESTÁN MÁS ESTIGMATIZADAS

De lo poco que conozco, creo que es importante diferenciar entre los vapeadores desechables y otros dispositivos, pues, por ejemplo, son tratados de la misma manera, pero realmente he visto que los vapeadores de sales son más agresivos y contienen mayor cantidad de nicotina concentrada.

Deberían quitar las imágenes de daños alusivas al uso de cigarrillo tradicional en las cajetillas.

CREO QUE DEBERÍAN OBSERVAR TAMBIÉN OTROS FORMATOS DE TABACO COMO EL RAPÉ, EL AMBILI AMBIRA, CHIMO O CHIMÚ, LOS CUALES SI BIEN ESTÁN EN UN ÁMBITO CULTURAL DE USO TAMBIÉN PUEDEN TENER IMPLICACIONES O SER ÚTILES EN LA REDUCCIÓN DE DAÑOS. SALUDOS

Como consumidora de cigarrillos tradicionales, olvido el impacto que tiene no solo en mí, sino en el ambiente. Sé que es perjudicial y ahí radica todo, el hecho de saber que tanto daño me hace ese producto.

Gracias a ustedes por su trabajo.

LLEVO FUMANDO EN FORMA UNOS 3 O 4 AÑOS Y LA VERDAD ES QUE SI ES UN HÁBITO RE PAILA. PERO CREO QUE LA REGULACIÓN DEL GOBIERNO SUELE QUITARNOS EL DERECHO DE ELEGIR A LOS CONSUMIDORES, COMO DICEN POR AHÍ CADA UNO ELIGE DE QUÉ VENENO SE MUERE.

EL OBJETIVO FINAL SERÍA LOGRAR QUE LAS PERSONAS DEJEN DE FUMAR NO POR IMPOSICIÓN SINO POR VOLUNTAD Y COHESIÓN SOCIAL

Creo que hay demasiada estigmatización hacia los fumadores de cigarrillo tradicional hoy, permitir que se sigan generando y promocionando alternativas para el consumo de nicotina muestra que la salud no es lo más importante, ni siquiera hay claridad frente a los daños que causan estas otras alternativas

LOS VAPEADORES SON UNA HERRAMIENTA DE RIESGO REDUCIDO MÁS NO DE SUSTITUCIÓN O PARA DEJAR LA ADICCIÓN A LA NICOTINA.

LAS MEJORES!!

EL TABACO SE LLEVABA USANDO DESDE LOS TIEMPOS PRECOLOMBINOS.

Gracias a ustedes!!

GRACIAS POR EL INTERÉS EN LA PARTICIPACIÓN DE LAS PERSONAS USUARIAS DE LATAM SOBRE ESTE TEMA.

DURANTE 35 AÑOS FUMÉ. FINALMENTE Y DESPUÉS DE MUCHOS INTENTOS LOGRÉ DEJAR EL HÁBITO. INVITO A TODO EL MUNDO A NO HACERLO Y LOS QUE LO HACEN QUE LO ABANDONEN POR RESPETO A SU CUERPO, A SU ESPIRITU, A LOS DEMÁS Y A LA MADRE NATURALEZA. HACE 22 DÍAS MURIÓ MI PADRE DE EPOC FUMÓ DURANTE 75 AÑOS CONTINUOS Y SE FUE.



Referencias bibliográficas

Balfour DJK, Benowitz NL, Colby SM, Warner KE et al. Balancing Consideration of the Risks and Benefits of E-Cigarettes. [Equilibrar la consideración de los riesgos y beneficios de los cigarrillos electrónicos.] *Am J Public Health* 2021;e1–e12. [link]

Coleman, S. R. M., Piper, M. E., Byron, M. J., & Bold, K. W. (2022). Dual Use of Combustible Cigarettes and E-cigarettes: a Narrative Review of Current Evidence. *Current Addiction Reports*, 9(4), 353–362. <https://doi.org/10.1007/s40429-022-00448-1>

Dai, H., Benowitz, N. L., Achutan, C., Farazi, P. A., Degarege, A., & Khan, A. S. (2022). Exposure to toxicants associated with use and transitions between cigarettes, e-Cigarettes, and no tobacco. *JAMA Network Open*, 5(2), e2147891. <https://doi.org/10.1001/jamanetworkopen.2021.47891>

Dermody, S. S., & Hendershot, C. S. (2017). A critical review of the effects of nicotine and alcohol coadministration in human laboratory studies. *Alcoholism Clinical and Experimental Research*, 41(3), 473–486. <https://doi.org/10.1111/acer.13321>

Hartmann-Boyce J, McRobbie H, Butler AR, Lindson N, Bullen C, Begh R, et al. Electronic cigarettes for smoking cessation. [Cigarrillos electrónicos para dejar de fumar.] *Cochrane Database Syst Rev*. Actualización de septiembre de 2021. [enlace]

Kim, M. M., Steffensen, I., Miguel, R. T. D., Babic, T., & Carlone, J. (2024). A systematic review and meta-analysis of the association between e-cigarette use among non-tobacco users and initiating smoking of combustible cigarettes. *Harm Reduction Journal*, 21(1). <https://doi.org/10.1186/s12954-024-01013-x>

Ministerio de Justicia y del Derecho – Observatorio de Drogas de Colombia. (2019). Estudio Nacional de Consumo de Sustancias Psicoactivas Colombia 2019. Bogotá DC.: ODC.

Ministerio de Justicia y del Derecho – Observatorio de Drogas de Colombia, Ministerio de Educación Nacional (2023), Estudio Nacional de Consumo de Sustancias Psicoactivas Colombia en población universitaria 2023. Bogotá DC.: ODC.

Plataforma por la Reducción del Daño por Tabaquismo en España. (2020). Libro Blanco de la reducción de daños por tabaquismo.

Qureshi, M. A., Vernooij, R. W. M., La Rosa, G. R. M., Polosa, R., & O’Leary, R. (2023). Respiratory health effects of e-cigarette substitution for tobacco cigarettes: a systematic review. *Harm Reduction Journal*, 20(1). <https://doi.org/10.1186/s12954-023-00877-9>

Rose, J. E., Behm, F. M., Cohen, G., Willette, P. N., Botts, T. L., & Botts, D. R. (2024). Smoking reduction using an electronic nicotine delivery system (ENDS) with nicotine delivery similar to combustible cigarettes. *Harm Reduction Journal*, 21(1). <https://doi.org/10.1186/s12954-024-01064-0>

Royal College of Physicians. (2018). Hiding in plain sight: treating tobacco dependency in the NHS. London: RCP.

Royal College of Physicians. E-cigarettes and harm reduction: An evidence review. RCP, 2024.

Stead M, Hitchman SC, Angus K, Aleyan S, Ford A, MacKintosh AM, Purves R, Mitchell D, Hammond D, Fong GT, Driezen P, Reid J, Craig L, Chung-Hall J & Cummings KM (2021) E-cigarette marketing in the UK: evidence from adult and youth surveys and policy compliance studies. *Cancer Research UK*. London. https://www.cancerresearchuk.org/sites/default/files/e-cigarette_marketing_in_the_uk_fullreport_march_2021.pdf

Viscusi, W. K. (2020). Electronic cigarette risk beliefs and usage after the vaping illness outbreak. *Journal of Risk and Uncertainty*, 60(3), 259–279. <https://doi.org/10.1007/s11166-020-09328-3>



+300

USUARIXS DE NICOTINA DICEN

