



Notes from the School Nurses

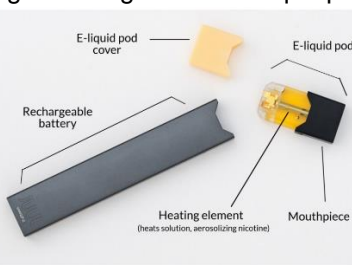
Epidemia juvenil del cigarrillo electrónico

Lo esencial

- Los cigarrillos electrónicos están diseñados para suministrar nicotina, saborizantes, drogas ilegales u otros aditivos al usuario a través de un aerosol inhalado
- Típicamente, consisten en tres partes; una batería de litio recargable, una cámara de vaporización y un cartucho o "cápsula" que contiene el líquido
- El uso entre los jóvenes está aumentando a un ritmo alarmante, hasta un 900% desde 2011-2015
- En 2018, 1 de cada 20 estudiantes de la escuela intermedia y 1 de cada 5 estudiantes de la escuela secundaria estaban usando
- Vienen en sabores para niños, como chicle, menta y varias frutas
- El aerosol exhalado a menudo huele a frutas o a dulce y depende del sabor. Se disipa muy rápidamente y es fácil de ocultar.

Dispositivos

- Conocido como "e-cigs", "e-hookahs", "mods" y "vape pens"
- El cigarrillo electrónico más popular entre los jóvenes es el JUUL debido a su pequeño tamaño, un aerosol mínimo exhalado y un olor reducido, lo que hace que sea muy fácil de ocultar
- Una cápsula JUUL, aproximadamente del tamaño de un pequeño dispositivo USB, contiene tanta nicotina como un paquete completo de cigarrillos y es altamente adictiva
- La batería en un JUUL usa un cargador magnético USB que puede conectarse a cualquier puerto USB



Peligros

- Los niveles extremadamente altos de nicotina son muy adictivos y dañan el cerebro en desarrollo, lo que afecta el aprendizaje, la memoria y la atención.
- El uso de nicotina por parte de los jóvenes aumenta el riesgo de una futura adicción a otras drogas, incluidos los cigarrillos.
- Los cigarrillos electrónicos contienen metales pesados, compuestos orgánicos y pequeñas partículas que se inhalan profundamente en los pulmones, causando daños pulmonares irreparables o incluso la muerte (Hay 42 muertes confirmadas al día de 11/14/19¹)
- Los cartuchos o cápsulas también pueden contener marihuana, otras drogas ilegales o productos químicos tóxicos. El Consejo del Cirujano General declara que "la importancia de proteger a nuestros hijos/as de toda una vida de adicción a la nicotina y los riesgos de salud asociados al abordar de inmediato la epidemia del uso de cigarrillos electrónicos por parte de los jóvenes"²

¹ <https://www.washingtonpost.com/health/2019/09/07/what-we-know-about-mysterious-vaping-linked-illnesses-deaths/>

² E-cigarettes.SurgeonGeneral.gov