

# ¿CÓMO AFECTA EL VAPEO A LA SALUD MENTAL?

## ¿CÓMO LO HICIMOS?

Se realizó una revisión sistemática de los artículos científicos registrados en la base especializada PUBMED que tuvieron como tema principal el vapeo y fueron publicados entre enero de 2017 y diciembre de 2019, periodo posterior inmediato al cubierto por el reporte de consenso Public Health Consequences of E-Cigarette de las academias nacionales de Ciencias, Ingeniería y Medicina de Estados Unidos. Los artículos se clasificaron de acuerdo con su calidad, tipo de estudio, solidez metodológica, muestra analítica y reporte de conflicto de interés. De un total de 700 artículos revisados, seis tocaban el tema de salud mental, dos de buena calidad y cuatro de calidad regular.



## ¿QUÉ ENCONTRAMOS?

La salud mental es el estado de equilibrio que alcanza el individuo respecto a su entorno y que le permite sentir bienestar y mantener una buena calidad de vida. Si bien los desórdenes mentales pueden ser detonantes para que las personas se inicien en el vapeo o en el consumo de tabaco combustible, el vapeo también puede incentivar el desarrollo de trastornos del comportamiento en adolescentes y adultos. En la revisión se identificaron seis artículos de calidad buena o regular, donde los principales efectos en la salud mental reportados fueron la dificultad para el control de impulsos, síntomas depresivos como ansiedad, alteración del ciclo del sueño y sentimientos de tristeza; además, se presentó la dependencia a otras sustancias como la marihuana. El vapeo también fue reforzador de trastornos alimenticios.



A pesar de que el vapeo es propuesto como alternativa para la cesación del cigarro combustible, la mayoría de los estudios fueron consistentes en concluir que también impacta de manera negativa en la salud mental de las personas. Un estudio concluyó que el vapeo funcionó para dejar el cigarro combustible, no obstante, reportó la presencia de síntomas depresivos.<sup>1</sup>

Uno de los estudios de buena calidad reportó que el uso de dispositivos de vapeo, tal como ocurre con el consumo de cigarro combustible, está relacionado a síntomas depresivos en adolescentes. El uso constante de vapeo, en un periodo de 12 meses, estuvo asociado a un incremento sustancial de síntomas depresivos.<sup>2</sup> Por otro lado, uno de los estudios en personas con desórdenes alimenticios, que adquirieron dispositivos de vapeo para acelerar la reducción de peso, demostró que incrementaron su riesgo de insuficiencia cardíaca.<sup>3</sup>

## CONCLUSIÓN

Si bien es limitada la evidencia concluye que la exposición a los componentes de los vapeadores puede desarrollar o exacerbar síntomas depresivos, alteraciones del comportamiento y dependencia a otras sustancias. También, demuestra una asociación bidireccional donde síntomas depresivos y vapeo se retroalimentan y fortalecen mutuamente.



## REFERENCIAS:

1. Liu X, Lu W, Liao S, Deng Z, Zhang Z, Liu Y, et al. Efficiency and adverse events of electronic cigarettes. *Medicine (Baltimore)*. 2018;97(19):e0324.
2. Lechner W V., Janssen T, Kahler CW, Audrain-McGovern J, Leventhal AM. Bi-directional associations of electronic and combustible cigarette use onset patterns with depressive symptoms in adolescents. *Prev Med (Baltim)* [Internet]. 2017 Mar;96(1):73-8. Available from: <https://linkinghub.elsevier.com/retrieve/pii/S0091743516304388>
3. Morean ME, L'Insalata A. Electronic cigarette use among individuals with a self-reported eating disorder diagnosis. *Int J Eat Disord*. 2018;51(1):77-81.

## CLASIFICACIÓN DE ARTÍCULOS REVISADOS:

### Buena calidad:

(5462018) Liu X, Lu W, Liao S, Deng Z, Zhang Z, Liu Y, Lu W. Efficiency and adverse events of electronic cigarettes: A systematic review and meta-analysis (PRISMA-compliant article). *Medicine (Baltimore)*. 2018 May;97(19):e0324. doi: 10.1097/MD.00000000000010324. PMID: 29742683; PMCID: PMC5959444.

(6372017) Lechner WV, Janssen T, Kahler CW, Audrain-McGovern J, Leventhal AM. Bi-directional associations of electronic and combustible cigarette use onset patterns with depressive symptoms in adolescents. *Prev Med*. 2017 Mar;96:73-78. doi: 10.1016/j.ypmed.2016.12.034. Epub 2016 Dec 23. PMID: 28024859; PMCID: PMC5510594.

### Regular calidad:

(632017) Qasim H, Karim ZA, Rivera JO, Khasawneh FT, Alshbool FZ. Impact of Electronic Cigarettes on the Cardiovascular System. *J Am Heart Assoc*. 2017 Aug 30;6(9):e006353. doi: 10.1161/JAHA.117.006353. PMID: 28855171; PMCID: PMC5634286.

(2012019) Lee Y, Lee KS. Association of Depression and Suicidality with Electronic and Conventional Cigarette Use in South Korean Adolescents. *Subst Use Misuse*. 2019;54(6):934-943. doi: 10.1080/10826084.2018.1552301. Epub 2019 Jan 14. PMID: 30638103.

(3162019) McGee PL, Goldschmidt K. E-cigarettes and Vaping: What Do Pediatric Nurses Need to Know? *J Pediatr Nurs*. 2019 May-Jun;46:121-123. doi: 10.1016/j.pedn.2019.02.027. Epub 2019 Feb 26. PMID: 30819563.

(5112017) Morean ME, L'Insalata A. Electronic cigarette use among individuals with a self-reported eating disorder diagnosis. *Int J Eat Disord*. 2018 Jan;51(1):77-81. doi: 10.1002/eat.22793. Epub 2017 Oct 27. PMID: 29076176.

Este documento ha sido elaborado con la ayuda de una subvención de La Unión (México-24-01). El contenido de este documento es responsabilidad exclusiva de los autores y en ningún caso puede considerarse que refleja las posiciones de La Unión ni las de los donantes.  
Coordinador del proyecto: MMNI Inti Barrientos Gutierrez (inti.barrientos@insp.mx)



Unión Internacional Contra la Tuberculosis y Enfermedades Respiratorias  
Soluciones de salud para los pobres



**SALUD**  
SECRETARÍA DE SALUD



Instituto Nacional de Salud Pública