

¿Ayudan los cigarrillos electrónicos a dejar de fumar? ¿Tienen efectos no deseados?



Más personas pueden dejar de fumar por al menos seis meses con los cigarrillos electrónicos de nicotina que con el tratamiento de reemplazo de nicotina (TRN) o con los cigarrillos electrónicos sin nicotina (evidencia de certeza moderada). También pueden ayudar a más personas a dejar de fumar que ningún apoyo o solo apoyo conductual, pero la evidencia no está muy clara.



No hay suficiente información fiable sobre los posibles efectos graves no deseados. Los efectos secundarios leves (irritación de garganta/boca, dolor de cabeza, tos y náuseas) podrían ser más frecuentes cuando se utilizan que cuando no se recibe apoyo o se recibe solo apoyo conductual (evidencia de certeza baja). Puede haber poca o ninguna diferencia entre el TRN y los cigarrillos electrónicos con nicotina (evidencia de certeza baja) y es posible que haya poca o ninguna diferencia entre los cigarrillos sin nicotina y los cigarrillos electrónicos con nicotina (evidencia de certeza moderada).



Revisión Cochrane (septiembre de 2021); 61 estudios con 16 759 adultos fumadores. Los cigarrillos electrónicos se compararon con TRN (parches o chicle), vareniclina, cigarrillos sin nicotina, apoyo conductual (asesoramiento/orientación) o ningún apoyo.

Evidencia para cada
día
Decisiones en salud

