

¿Son efectivos y seguros los cigarrillos electrónicos con nicotina para dejar de fumar?



Respuesta Los cigarrillos electrónicos con nicotina ayudan a más personas a dejar de fumar al menos seis meses que el tratamiento de reemplazo de nicotina, probablemente ayudan a más personas que los cigarrillos electrónicos sin nicotina y podrían ayudar a más personas que ningún apoyo o apoyo conductual solo.

- El número de **efectos adversos** (irritación, dolor de cabeza, tos, mareo) es probablemente similar al del tratamiento de reemplazo con nicotina y el de los cigarrillos electrónicos sin nicotina.







Revisión Cochrane en la que se basa la respuesta [Cigarrillos electrónicos para dejar de fumar](#) (enero 2024)

Estudios revisados La revisión incluye 88 estudios con 27 235 fumadores **Actualización** Julio 2022

Elementos de la pregunta de investigación o PICO

- **Población** estudiada: fumadores **Intervención** (tratamiento aplicado): cigarrillos electrónicos con nicotina
- **Comparación** de la intervención con: tratamiento de reemplazo de nicotina (parches, chicles), cigarrillos electrónicos sin nicotina, ningún apoyo o apoyo conductual solo (asesoramiento, consejo)
- **Desenlaces** (**Outcomes**) estudiados: abandono del tabaquismo, efectos adversos

Hallazgos de la revisión Resultados (efecto observado) en los desenlaces estudiados, grado de certeza de los resultados y conclusión

 Desenlaces	 Efecto observado	 Certeza	 Conclusión
En comparación con el tratamiento de reemplazo de nicotina			
Abandono del tabaquismo	Aumento	⊕⊕⊕⊕ Alta	Los cigarrillos electrónicos con nicotina ayudan a más personas a dejar de fumar que el tratamiento de reemplazo de nicotina
Efectos adversos	Poca o ninguna diferencia	⊕⊕⊕○ Moderada	Los cigarrillos electrónicos con nicotina probablemente provocan un número similar de efectos adversos
En comparación con cigarrillos electrónicos sin nicotina			
Abandono del tabaquismo	Aumento	⊕⊕⊕○ Moderada	Los cigarrillos electrónicos con nicotina probablemente ayudan a más personas a dejar de fumar que los cigarrillos electrónicos sin nicotina
Efectos adversos	Poca o ninguna diferencia	⊕⊕⊕○ Moderada	Los cigarrillos electrónicos con nicotina probablemente provocan un número similar de efectos adversos
En comparación con ningún apoyo o apoyo conductual solo			
Abandono del tabaquismo	Aumento	⊕⊕○○ Baja	Los cigarrillos electrónicos con nicotina podrían ayudar a más personas a dejar de fumar que ningún apoyo o apoyo conductual solo
Efectos adversos	Aumento	⊕⊕○○ Baja	Los cigarrillos electrónicos con nicotina podrían provocar un aumento de los efectos adversos