

Riesgos para la salud debido al tabaco sin humo

- [Tipos de tabaco sin humo](#)
- [¿Cuáles son los riesgos para la salud de los productos de tabaco sin humo?](#)
- [¿Se puede utilizar el tabaco sin humo para ayudar a dejar de fumar?](#)

El tabaco sin humo incluye productos de tabaco para mascar (escupir), rapé húmedo, snus (un tabaco en polvo húmedo “sin saliva”, que suele venir en un saquito) y otros productos que contienen tabaco que no se fuma.

Algunos productos de tabaco sin humo podrían exponer a las personas a niveles más bajos de [químicos dañinos](#)¹ que el humo del tabaco, pero eso no significa que estos productos sean una alternativa segura a fumar tabaco.

Tipos de tabaco sin humo

Existen muchos tipos diferentes de productos de tabaco sin humo.

Tabaco para masticar y escupir

Estos productos vienen en hojas sueltas, rollos o conos (plugs) o trenzados de tabaco seco que pueden ser saborizados. Se mastican o se colocan entre la mejilla y la encía o los dientes. La nicotina en el tabaco se absorbe por medio de los tejidos de la boca. El usuario entonces escupe (o traga) los "jugos" del tabaco.

Rapé o tabaco en polvo

El rapé es tabaco finamente molido y envasado en latas o bolsas que se vende como

tabaco seco o húmedo al que se le pueden agregar sabores.

El **rapé húmedo** se coloca entre la parte inferior del labio o la mejilla y la encía. La nicotina en el rapé se absorbe por medio de los tejidos de la boca. El rapé húmedo también viene en forma de saquitos o bolsitas parecidos a los de té que se pueden colocar entre la mejilla y la encía. Estos están diseñados para ser “libres de humo” y “sin necesidad de escupir” y se comercializan como una forma discreta de consumir tabaco.

Por otro lado, el **tabaco seco** se vende en polvo y se consume al aspirar o inhalar el polvo por la nariz.

Snus

El snus es un tipo de rapé húmedo. Se usó por primera vez en Suecia y Noruega, pero ahora también está disponible en los Estados Unidos. Está envasado en saquitos pequeños, que se sostienen entre las encías y los tejidos de la boca. Como el rapé sin escupir, se tragan los jugos.

Tabaco soluble

Las formas disolubles de tabaco sin humo vienen en diferentes formas y tamaños, como pastillas de tabaco, orbes, bolitas, tiras finas (como las tiras para el aliento que se derriten en la boca) y palitos del tamaño de un palillo de dientes. Algunos de estos productos tienen edulcorantes o sabores y se parecen mucho a los dulces. Todos contienen tabaco y nicotina. Dependiendo del tipo, se mantienen en la boca, se mastican o se chupan hasta que se disuelven, y el usuario traga los líquidos que salen del tabaco.

Productos de tabaco calentado

Los productos de tabaco calentado (a veces llamados también productos que "calientan sin quemar") por lo general hacen uso de una fuente de calor electrónica, que calienta cartuchos, rollos o cápsulas diseñados especialmente que contienen el tabaco. El calor inducido de la fuente provoca la liberación de la nicotina (junto con otras sustancias) que luego pueden ser inhaladas hacia los pulmones sin que el tabaco se caliente lo suficiente como para alcanzar a quemarse (combustión). Estos dispositivos no son lo mismo que los [cigarrillos electrónicos](#)².

¿Cuáles son los riesgos para la salud de los productos de tabaco sin

humo?

El uso de cualquier tipo de tabaco calentado puede exponerle a riesgos de salud. Estos productos contienen químicos que causan cáncer, como también nicotina adictiva.

Si bien algunos de estos productos pueden exponer a los consumidores a niveles más bajos de químicos dañinos que el humo del cigarrillo, no están exentos de ser un peligro para la salud.

Ninguna forma de tabaco sin humo es un sustituto seguro de cigarrillos. Aun así, las compañías tabacaleras a menudo comercializan estos productos como alternativas a fumar en los lugares donde no está permitido fumar.

El tabaco sin humo causa cáncer

En general, las personas que chupan o mastican tabaco reciben aproximadamente la misma cantidad de nicotina que las personas que fuman regularmente. También están expuestos a más de 25 químicos que se sabe que causan cáncer. Las sustancias causantes de cáncer más dañinas en el tabaco sin humo son *las nitrosaminas específicas del tabaco* (tobacco-specific nitrosamines TSNAs). Los niveles de TSNA varían según el producto, pero mientras más alto sea el nivel, mayor será el riesgo de cáncer.

Los cánceres relacionados con el uso de los productos de tabaco sin humo incluyen:

- [Cáncer de boca, lengua, mejilla y encía](#)³
- [Cáncer de esófago](#)⁴ (el tubo que conecta a la garganta con el estómago)
- [Cáncer de páncreas](#)⁵

El riesgo de cáncer con nuevos tipos de productos de tabaco no es tan claro, mayormente porque no se han estudiado tanto como el tabaco para mascar y el rapé. Igualmente, contienen químicos que son potencialmente dañinos que podrían aumentar el riesgo de cáncer de la persona, aunque las cantidades pueden variar según el producto.

El tabaco sin humo causa otros problemas de salud

Problemas de la boca y los dientes

Muchos estudios han demostrado altas tasas de **leucoplasia** en el lugar de la boca

donde los usuarios colocan el tabaco para mascar o chupar. La leucoplasia consiste en manchas grises y blancas en la boca que pueden convertirse en cáncer. Estas manchas no se pueden remover raspándolas. A veces se les denominan llagas pero generalmente no causan dolor. Cuanto más una persona use tabaco oral, más probable es que padezca leucoplasia. Dejar el uso de tabaco puede ayudar a limpiar la zona, pero puede que sea necesario un tratamiento si hay signos de cáncer temprano.

El tabaco mancha los dientes y causa mal aliento. También puede irritar o destruir el tejido de la encía. Muchos usuarios regulares de tabaco sin humo tienen encías retraídas o hinchadas, dientes deteriorados y con caries (debido al alto contenido de azúcar en el tabaco), raspaduras y desgastes (abrasión) en los dientes y pérdida ósea alrededor de los dientes. La superficie de la raíz del diente puede estar expuesta ya que las encías se han encogido. Todo esto puede provocar que los dientes estén flojos y se caigan.

Otros problemas de salud

Otros efectos perjudiciales a la salud relacionados con el consumo del tabaco sin humo incluyen:

- Un mayor riesgo de morir a causa de enfermedades cardíacas y apoplejías
- Mayor riesgo de parto prematuro y muerte fetal cuando se utiliza durante el embarazo

El tabaco sin humo puede conducir a intoxicación por nicotina y hasta la muerte en los niños que la confunden con caramelo.

Todos los productos de tabaco sin humo contienen nicotina, que puede causar adicción. En los adolescentes, el uso de nicotina también puede dañar las partes del cerebro que controlan la atención, el aprendizaje, el humor y el control de impulsos. También puede aumentar el riesgo de adicciones futuras a otras drogas.

El tabaco soluble es de especial preocupación porque en este momento poco se sabe sobre los efectos de estos productos sobre la salud. Aun así, está claro que son otra manera para que las personas, especialmente los jóvenes, experimenten con productos de tabaco y se vuelvan adictos a la nicotina. Debido a que son tan tentadores, pueden fácilmente intoxicar a niños y a animales domésticos.

¿Se puede utilizar el tabaco sin humo para ayudar a dejar de fumar?

Los fabricantes de tabaco a menudo implican o incluso afirman que el tabaco sin humo o para escupir puede ayudar a las personas a dejar de fumar. Mucha gente cree y trata esto. **Pero no se ha demostrado que ningún producto de tabaco sin humo ayude a las personas que buscan abandonar el hábito.**

A diferencia de los tratamientos convencionales aprobados por la Administración de Alimentos y Medicamentos (FDA) de EE.UU. que han demostrado ser eficaces (como la [terapia de remplazo de nicotina \(NRT\)](#)⁶ y [ciertos fármacos](#)⁷), los productos de tabaco de uso oral no han sido probados a fondo para ver si pueden ayudar a una persona a dejar de fumar. Además, las investigaciones hasta la fecha no han demostrado que realmente ayudan a una persona a dejar de fumar.

Incluso si el uso de tabaco sin humo ayuda a algunas personas a dejar de fumar, también puede causar cáncer y otros problemas de salud, así que no es una alternativa segura. Y, debido a que sigue conteniendo nicotina, también es adictivo y difícil de dejar.

Para obtener más información, vea [Cómo dejar de usar tabaco](#)⁸.

Hyperlinks

1. www.cancer.org/es/cancer/prevencion-del-riesgo/tabaco/agentes-cancerigenos-en-los-productos-de-tabaco.html
2. www.cancer.org/es/cancer/prevencion-del-riesgo/tabaco/vapeo-y-cigarrillos-electronicos/que-sabemos-acerca-de-los-cigarrillos-electronicos.html
3. www.cancer.org/es/cancer/tipos/cancer-de-orofaringe-y-de-cavidad-oral.html
4. www.cancer.org/es/cancer/tipos/cancer-de-esofago.html
5. www.cancer.org/es/cancer/tipos/cancer-de-pancreas.html
6. www.cancer.org/es/cancer/prevencion-del-riesgo/tabaco/guia-para-dejar-de-fumar/terapia-de-reemplazo-de-nicotina.html
7. www.cancer.org/es/cancer/prevencion-del-riesgo/tabaco/guia-para-dejar-de-fumar/medicamentos-recetados-para-dejar-de-fumar.html
8. www.cancer.org/es/cancer/prevencion-del-riesgo/tabaco/guia-para-dejar-de-fumar.html

Referencias

Centers for Disease Control and Prevention. Heated Tobacco Products. 2020.

Accessed at https://www.cdc.gov/tobacco/basic_information/heated-tobacco-products/index.html on October 12, 2020.

Centers for Disease Control and Prevention. Smokeless Tobacco: Health Effects. 2020. Accessed at https://www.cdc.gov/tobacco/data_statistics/fact_sheets/smokeless/health_effects/index.htm on October 13, 2020.

Connolly GN, Richter P, Aleguas A Jr, et al. Unintentional child poisonings through ingestion of conventional and novel tobacco products. *Pediatrics*. 2010;125(5):896-899.

International Agency for Research on Cancer. Smokeless Tobacco and Some Tobacco-Specific N-Nitrosamines. Lyon, France: World Health Organization International Agency for Research on Cancer; 2007. IARC Monographs on the Evaluation of Carcinogenic Risks to Humans Volume 89.

National Cancer Institute. Smokeless Tobacco and Cancer. 2010. Accessed at <https://www.cancer.gov/about-cancer/causes-prevention/risk/tobacco/smokeless-fact-sheet> on October 14, 2020.

Popova L, Ling PM. Alternative tobacco product use and smoking cessation: A national study. *Am J Public Health*. 2013;103(5):923-930.

Schauer GL, Malarcher AM, Babb SD. Prevalence and correlates of switching to another tobacco product to quit smoking cigarettes. *Nicotine Tob Res*. 2015;17(5):622-627.

Siddiqi K, Shah S, Abbas SM, et al. Global burden of disease due to smokeless tobacco consumption in adults: Analysis of data from 113 countries. *BMC Med*. 2015;13:194.

Actualización más reciente: octubre 28, 2020

Escrito por

Equipo de redactores y equipo de editores médicos de la American Cancer Society (<https://www.cancer.org/cancer/acs-medical-content-and-news-staff.html>)

Nuestro equipo está compuesto de médicos y enfermeras con postgrados y amplios conocimientos sobre el cáncer, al igual que de periodistas, editores y traductores con amplia experiencia en contenidos médicos.

[cancer.org](https://www.cancer.org) | 1.800.227.2345