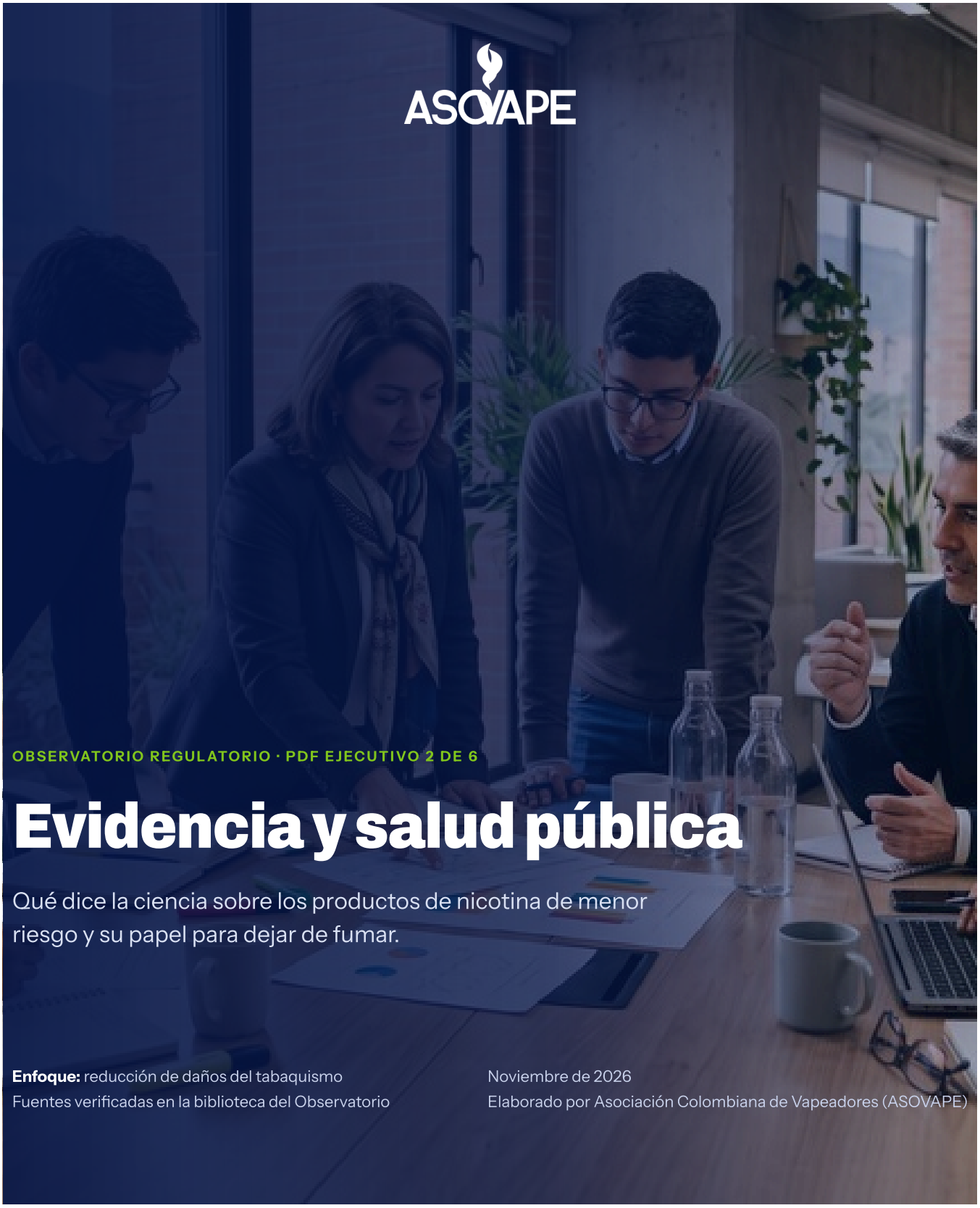


OBSERVATORIO REGULATORIO · PDF EJECUTIVO 2 DE 6

Evidencia y salud pública

Qué dice la ciencia sobre los productos de nicotina de menor riesgo y su papel para dejar de fumar.

Enfoque: reducción de daños del tabaquismo
Fuentes verificadas en la biblioteca del Observatorio

Noviembre de 2026
Elaborado por Asociación Colombiana de Vapeadores (ASOVAPE)

El daño está en el humo

El cigarrillo causa daño sobre todo por la combustión: quemar tabaco produce miles de sustancias, decenas de ellas cancerígenas. La nicotina genera dependencia y no es inocua, pero no causa cáncer. Por eso, cambiar por completo a una alternativa sin combustión reduce de forma sustancial la exposición a tóxicos (Academias Nacionales de EE. UU., 2018; Royal College of Physicians, 2024).

104
estudios en la revisión Cochrane 2025

30.366
participantes

1,55
veces más probable dejar de fumar que con parches o chicles

Alta
certeza de la evidencia

Con vapeador con nicotina — **9 de cada 100 lo logran**

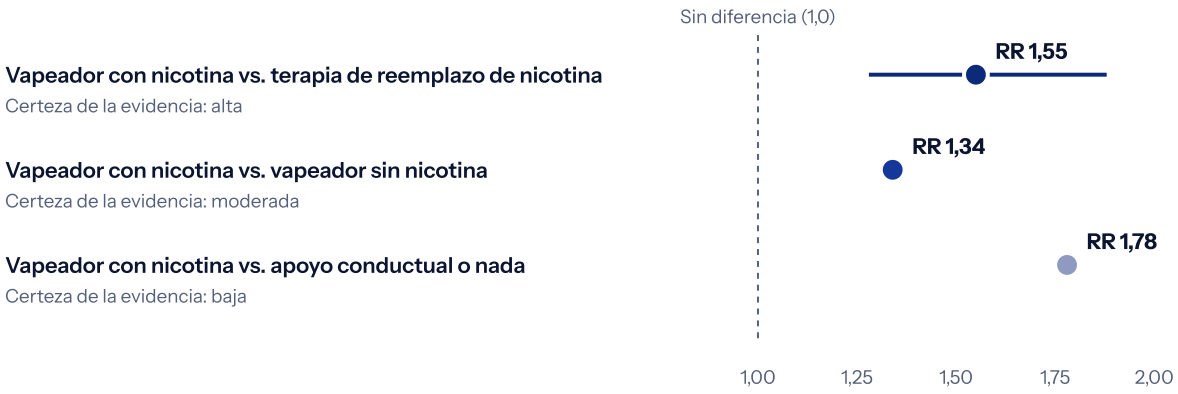


Con terapia de reemplazo de nicotina — **6 de cada 100 lo logran**



Personas que siguen sin fumar a los 6 meses o más. Fuente: Cochrane (2025).

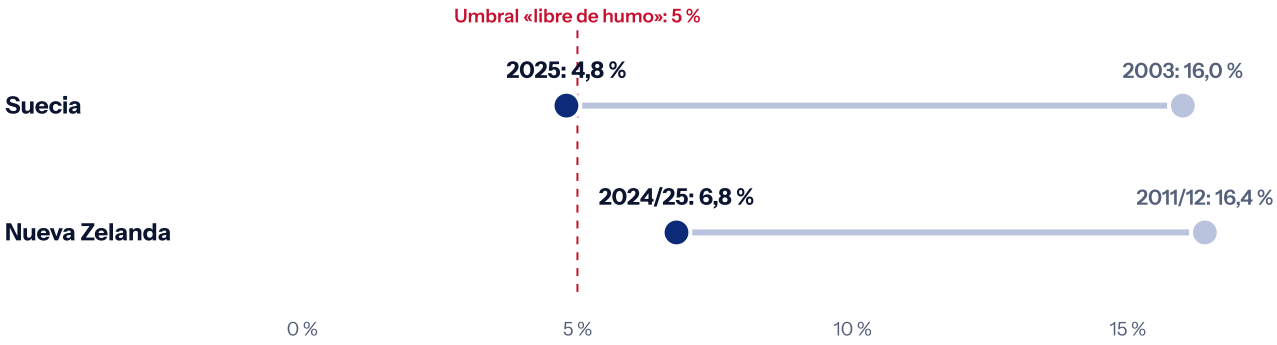
De cada 100 personas que intentan dejar de fumar. Fuente: Cochrane (2025).



Riesgo relativo de seguir sin fumar a los 6 meses o más. Más de 1 favorece al vapeador. Fuente: Cochrane, Lindson et al. (2025), vía CEBM (2026).

Resultados de la revisión Cochrane 2025 por comparación.

Resultados en la población



Adultos que fuman a diario. Fuentes: Ministerio de Salud de Nueva Zelanda (2025); informe CAN de Suecia (2025).

Tabaquismo diario en Suecia y Nueva Zelanda.



55 %
Exfumadores

40 %
Fumadores actuales

5 %
Nunca fumaron

5,5 millones de adultos vapean en Gran Bretaña (10,4 %). Fuente: ASH (2025).

Quiénes vapean en Gran Bretaña: la mayoría son exfumadores.



−52,6 % **Caída de las ventas de cigarrillos por habitante**
entre 2011 y 2023, con el auge del tabaco calentado

Fuentes: Odani y Tabuchi, The Lancet Regional Health (2026); Cummings et al., Tobacco Control (2026).

Japón: el tabaco calentado y la caída de las ventas de cigarrillos.

Lo que hay que cuidar

- **Menor riesgo no es sin riesgo.** Los productos no son inocuos y no son para quienes no fuman.
- **Uso dual.** El beneficio llega cuando la persona deja por completo el cigarrillo.
- **Menores.** Ningún menor debe consumir nicotina; la regulación debe cerrar el acceso juvenil.
- **Percepción del riesgo.** En el Reino Unido, el 56 % cree que vapear es igual o más dañino que fumar: una idea equivocada que mantiene a muchos en el cigarrillo.

Mensaje clave. La evidencia de mayor calidad (Cochrane) muestra que el vapeador con nicotina ayuda a dejar de fumar más que la terapia de reemplazo de nicotina. Los países que lo integran a su política de salud reducen el tabaquismo más rápido.