

# Bolsas de nicotina orales

Las bolsas de nicotina son bolsitas, parecidas a las de té, que contienen nicotina en polvo. Este tipo de producto se ha popularizado desde que se empezó a vender en los Estados Unidos en el 2015<sup>1</sup>. La Administración de Alimentos y Medicamentos (FDA, por sus siglas en inglés) ha regulado este tipo de productos desde abril del 2022.

## Tipos de bolsas de nicotina<sup>2</sup>

- Nicotina producida en laboratorios (sintética) o nicotina derivada del tabaco
  - » No contiene hojas de tabaco
- Suelen tener sabores y contienen endulzantes
- Vienen en diferentes dosis de nicotina, como en 3mg, 6mg u 8mg
- Se usan colocando la bolsa entre la mejilla y la encía
  - » A diferencia del tabaco de mascar, no provocan exceso de saliva ni la necesidad de escupir
- Marcas populares incluyen Zyn, On! y Velo

## Bolsas de nicotina y la salud

- No hay suficiente información para saber si el consumo de bolsas de nicotina es seguro a largo plazo<sup>2</sup>
- No son seguras para los jóvenes porque la nicotina, en cualquiera de sus formas, puede dañar el cerebro y cuerpo en crecimiento<sup>3,4</sup>
- La adicción a la nicotina es posible con cualquier producto de nicotina, pero es especialmente preocupante en el caso de las bolsas de nicotina<sup>1</sup>
  - » Aporta nicotina rápidamente al cuerpo, algo que puede crear adicción
  - » Los saborizantes pueden disfrazar el gusto áspero del producto y esto puede causar que las personas consuman más nicotina de lo deseado

## ¿Las bolsas de nicotina pueden ayudar a dejar de fumar?

- No existen pruebas suficientes que demuestren que las bolsas de nicotina oral son una forma segura y eficaz para dejar de fumar<sup>2,5</sup>
  - » Se desconocen las consecuencias a largo plazo sobre la salud de consumir bolsas de nicotina. Pero la nicotina, en cualquiera de sus formas, puede dañar el corazón y el sistema respiratorio.
  - » Las bolsas de nicotina NO están aprobadas por la FDA como método para dejar el tabaco



**¡Reciba ayuda gratuita para dejar los productos que contienen nicotina!**

**800-600-8191**

1. Stanfill et al. (2021). Characterization of total and unprotonated (free) nicotine content of nicotine pouch products. *Nicotine & Tobacco Research*, 1590–1596.
2. Robichaud et al. (2020). Tobacco companies introduce 'tobacco-free' nicotine pouches. *Tobacco control*, 29(e1), e145-e146.
3. McGrath-Morrow et al. (2020). The effects of nicotine on development. *Pediatrics*, 145(3).
4. Yuan, M. et al. (2015). Nicotine and the adolescent brain. *The Journal of physiology*, 593(16), 3397-3412.
5. Patwardhan, S., & Fagerström, K., *The New Nicotine Pouch Category: A Tobacco Harm Reduction Tool?*, *Nicotine & Tobacco Research*, 24 (4), April 2022, 623-625
6. *Are nicotine pouches safer than chewing, smoking or vaping?* (07/01/2021). Retrieved from <https://www.nebraskamed.com/cancer/lung/quit-smoking/are-nicotine-pouches-safer>
7. *Fact or Fiction: What to Know About Smoking Cessation and Medications* (03/28/2019). Retrieved from: <https://www.fda.gov/consumers/consumer-updates/fact-or-fiction-what-know-about-smoking-cessation-and-medications>