



POR QUÉ ESTO IMPORTA

El vapeo se refiere a la inhalación de vapores en vez de humo para consumir una sustancia, que suele ser cannabis o nicotina. Es posible que los jóvenes prueben el vapeo por curiosidad y ganas de experimentar, o porque están estresados y no saben cómo afrontarlo de forma eficaz. Aun así, los jóvenes corren un riesgo especial de adicción, debido a que sus cerebros aún se siguen desarrollando y que los dispositivos de vapeo tienen una alta potencia. El vapeo puede empeorar la ansiedad, la depresión y el sueño. Las personas que abusan de sustancias, incluidos el cannabis y el tabaco, corren un mayor riesgo de suicidio.

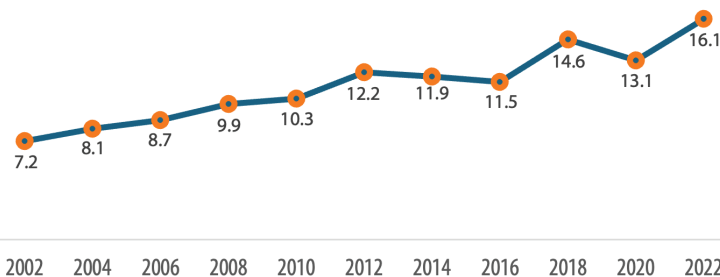
QUÉ INDICAN LAS INVESTIGACIONES

Como el cerebro de los adolescentes se está desarrollando, es más vulnerable a la adicción. Según las investigaciones, se demostró que el 90 % de los adultos que fuman cigarrillos a diario empezaron ese hábito antes de cumplir los 18 años.¹ Es decir, la adicción casi siempre empieza en la adolescencia.²

Los vapeadores electrónicos se han vuelto muy potentes y utilizan un sistema de administración rápida, lo que causa una dependencia en los cerebros en desarrollo incluso más rápida que un cigarrillo tradicional.³ Cuando el organismo absorbe la nicotina, llega directamente al cerebro. En un estudio reciente, se reveló que la concentración de nicotina aumentó un 294 % entre 2017 y 2022.⁴ Un dispositivo podría contener una cantidad de nicotina equivalente a 25 paquetes de cigarrillos.⁵

Además, el THC, el componente psicoactivo del cannabis, ha aumentado drásticamente. En el cannabis que la DEA incautó y analizó, la potencia casi se duplicó con creces entre 2002 (7.2 %) y 2022 (16.1 %).⁶ El contenido de THC promediaba alrededor del 4 % cuando los padres de hoy eran jóvenes, pero ahora los productos de vapeo pueden contener un THC de 90 %.⁷ Las concentraciones más altas tienen una mayor probabilidad de causar ansiedad y paranoia.

POTENCIA DEL CANNABIS (% DE THC)
EN LAS MUESTRAS INCAUTADAS POR LA DEA



Casi todos los vapeadores tienen gustos llamativos,⁸ y casi todos los jóvenes que vapean consumen productos saborizados a fruta, caramelo y menta, lo que, según los expertos, anima a los adolescentes a probar el vapeo.⁹ Según las investigaciones, se ha revelado que las restricciones estrictas sobre los productos de tabaco saborizados dan lugar a mejores resultados para los niños.¹⁰

CONOZCA los PRODUCTOS

Nuevos dispositivos de vapeo: con diseños discretos, atractivos y fáciles de usar, salen al mercado continuamente, algunos con forma de celulares y consolas de videojuegos.¹⁴

Vapeadores: los dispositivos electrónicos para fumar vienen en distintas formas y tamaños, suelen estar diseñados como objetos cotidianos, como plumas, brillos labiales o memorias USB con cartuchos recargables.

Vapeadores digitales: los llamados "vapeadores inteligentes" son productos con funciones de Bluetooth que permiten que el veador se asemeje a un celular: una pantalla digital con llamadas, mensajes de texto, notificaciones de redes sociales y videojuegos preinstalados.¹⁵

Bolsas de nicotina: si bien no es una forma de vapeo, las bolsas de nicotina orales (solubles) son igual de peligrosas. El uso de bolsas de nicotina fue el que más aumentó en los últimos años.

Obtenga más información sobre la variedad de productos en el sitio web de [Tobacco is Changing](https://www.tobaccoischanging.org).



Crédito: [Tobacco is Changing](https://www.tobaccoischanging.org)

EL VAPEO Y LA SALUD MENTAL DE LOS JÓVENES

¿QUÉ OCURRE EN WI?

- Un tercio de los estudiantes de secundaria de Wisconsin (34 %) ha **probado el vapeo**, y el número de aquellos que **vapean a diario** se ha duplicado en creces.¹¹
- Según los adolescentes, los factores principales por la que los niños vapean son porque se sienten **ansiosos, estresados o deprimidos**.¹²
- Entre los adolescentes de Wisconsin que vapean, **el 84 % quiere dejar de vapear o lo ha intentado**.¹³
- El DHS de Wisconsin financia varios **programas para que los jóvenes dejen de fumar**.



LO QUE PODEMOS HACER

➤ PADRES Y CUIDADORES

- Infórmese sobre los aspectos **básicos** del vapeo en jóvenes. Considere realizar un **curso gratuito de capacitación por video y a su ritmo** dirigido a padres.
- Hable con sus hijos abiertamente sobre el vapeo y los **riesgos que conlleva para su salud mental y física**. Intente mantener conversaciones breves pero frecuentes.
- Consulte los **consejos para las charlas** con niños y la **guía para abordar el tema del vapeo**. Hablen sobre formas sencillas para **dejar de vapear**.
- Preste atención a cualquier **señal**. El vapeo suele ser silencioso y, por lo general, inodoro, lo que permite a los adolescentes vapear en secreto.

➤ ESCUELAS

- Informe **al personal y a los estudiantes** sobre el vapeo; consulte los **kits de herramientas**; céntrese en **la prevención**; y distinga entre el tabaco comercial y el tabaco sagrado usando los recursos **FACT** de Wisconsin.
- Enseñe sobre el manejo del estrés y brinde suficiente tiempo a los estudiantes para que practiquen estrategias sanas de afrontamiento.
- Guíe con la voz de los jóvenes compartiendo **historias sobre el vapeo** de jóvenes de Wisconsin.
- Considere participar en **Vape-Free Schools Initiative**.
- Ayude a los estudiantes a dejar de vapear y a desarrollar estrategias sanas de afrontamiento, **en vez de castigarlos**.

➤ COMUNIDADES

- Promueva espacios y eventos sin vapeo, tanto en interiores como al aire libre.
- **Informe** a la **comunidad** sobre los riesgos que conlleva el **vapeo en los jóvenes**.
- Comparta los recursos destinados a los jóvenes para dejar de fumar, como el **Live Vape Free**.

- Incluya las voces de los jóvenes en las iniciativas de prevención y en los debates sobre las políticas.
- Utilice la normativa urbanística y los controles en los comercios para restringir el acceso a los menores de 21 años.

➤ PROVEEDORES

- Conozca el **panorama del vapeo**; consulte el **kit de herramientas sobre el vapeo de la AAP**.
- Explique el impacto del vapeo en el desarrollo del cerebro y la salud de los jóvenes. Describa el **ciclo de estrés** y cómo los síntomas de abstinencia pueden empeorar el estrés y la ansiedad.
- Explique los beneficios para la salud física y mental que conlleva dejar de fumar: el 90 % de los jóvenes que dejan de vapear afirmaron sentir menos estrés, ansiedad y depresión.¹⁶
- Ofrezca **recursos** gratuitos para los jóvenes, como servicios por **mensajes de texto** o por **el celular** para ayudar **a los niños a que dejen de vapear**.
- Consulte los **recursos** sobre la prevención, el abandono, las políticas, y la protección de los jóvenes del tabaco y la nicotina.

➤ LEGISLADORES

- Aumente **los impuestos sobre los productos de vapeo**, incluido líquidos para el vapeo. Fije los impuestos en función del precio, y no del peso, para reducir el consumo de los jóvenes.
- Incluya los cigarrillos electrónicos y el cannabis en las políticas de ambientes libres de humo de Wisconsin.
- Aumente la edad mínima a 21 años en la venta de tabaco y productos de vapeo en Wisconsin para reducir el acceso de los jóvenes a estos productos.
- Establezca restricciones en los productos saborizados a fruta, caramelo y menta, que resultan **eficaces para disminuir el vapeo en los adolescentes**.

Fuentes:

¹ U.S. Food and Drug Administration. **Youth and Tobacco**, 2024. <https://www.fda.gov/tobacco-products/public-health-education/youth-and-tobacco#reference>.

² U.S. Department of Health and Human Services. Office on Smoking and Health, 2014. **The Health Consequences of Smoking - 50 Years of Progress**.

³ Masonbrink, et al. Trends in Daily Nicotine Vaping and Unsuccessful Quit Attempts in Youths. *JAMA Network Open*, 2025. doi:10.1001/jamanetworkopen.2025.41061.

⁴ Diaz et al. Tobacco Control, 2025. Bigger, stronger and cheaper: growth in e-cigarette market driven by disposable devices with more e-liquid, higher nicotine concentration and declining prices. doi: 10.1136/tc-2023-058033.

⁵ Campaign for Tobacco-Free Kids. **Anatomy of Addictive Technology: "Smart Vapes"**, 2026.

⁶ National Institute on Drug Abuse. **Cannabis Potency Data**, 2024.

⁷ Anne Arundel County Department of Health. Vaping: Get the Facts. Protect Your Future. <https://www.aahhealth.org/dontvape>.

⁸ CDC Foundation. **Data Snapshot: E-Cigarette Flavors**, 2026.

⁹ U.S. Food & Drug Administration. **National Youth Tobacco Survey**, 2024.

¹⁰ Seaman Jones et al. Stronger flavor policies, better outcomes for young people. *Journal of the National Cancer Institute Monographs*, 2025. doi: 10.1093/jncimonographs/igaf019.

¹¹ Wisconsin Youth Risk Behavior Survey, 2023.

¹² Williams et al. **Wisconsin Adolescents' Attitudes, Beliefs, Motivations, and Behaviors Surrounding E-Cigarette Use and Cessation**. *Wisconsin Medical Journal*, 2025. Also see the Wisconsin Safe and Health Schools Center's **2024 Focus Groups on Vaping in Schools**.

¹³ Williams and Kaye, **Vaping Cessation Methods Used by Adolescents**. *JAMA Pediatrics*, 2025. doi:10.1001/jamapediatrics.2025.1974

¹⁴ In May 2026, the **Wisconsin Policy Forum** reported there were more than 340 vaping devices on the states' required electronic vaping device directory.

¹⁵ Campaign for Tobacco-Free Kids. **Anatomy of Addictive Technology: "Smart Vapes"**, 2026.

¹⁶ Truth Initiative. **Colliding Crises: Youth Mental Health and Nicotine Use**, 2021.



WISCONSIN OFFICE OF
**Children's
Mental Health**

children.wi.gov