

# DOCE AÑOS: INICIO DE CONSUMO DE LOS CIGARRILLOS ELECTRÓNICOS

Queridas familias, ¿sabían que entre el año 2017 y el año 2020 entre los alumnos de escuela media y superior, según la American Cancer Society (ACS), el consumo de cigarrillos electrónicos aumentó un 8% y en los alumnos de escuela intermedia tuvo un aumento del 4%? ¿Sabían que, en Colombia, según la encuesta Nacional del DANE en 2019, el consumo de estos cigarrillos inicia a los 12 años de edad? Si el inicio de consumo de estos cigarrillos en nuestro país es a los 12 años de edad, quiere decir que en el Colegio San José el 46% de los alumnos está en riesgo.

Este riesgo aumenta cuando los padres o los familiares del menor fuman; cuando el ambiente familiar es agresivo; cuando el menor se relaciona con pares consumidores; cuando el menor tiene baja autoestima; cuando los padres no establecen límites claros; cuando a los menores se les proporcionan grandes cantidades de dinero; cuando participan continuamente en fiestas o cuando existe una extrema preocupación por la imagen personal.

Naturalmente, el adolescente está expuesto a este riesgo por las características propias de su proceso de desarrollo en tanto que busca ser sí mismo, pero no tiene los suficientes criterios ni la suficiente voluntad para ser dueño de sí. Sumado a esta realidad, la situación en nuestro país no es alentadora porque aún no existe una ley que regule los Sistemas Electrónicos de Administración de Nicotina (SEAN), por tanto, aunque hay evidencia científica que valida lo dañinos que pueden llegar a ser estos dispositivos, cualquier persona puede acceder a ellos.

Queridos padres de familia, queremos pedirles que se formen y hablen con sus hijos sobre este tema ¡Los exhortamos a que su ambiente familiar sea siempre un factor protector! Este ambiente se caracteriza por la apertura al diálogo y la formación habitual de este tema en familia; por el ejemplo de los padres y familiares en la abstinencia del consumo; por el acompañamiento y supervisión de los padres sobre las acciones del niño o del adolescente; por establecer límites claros y por ser consistentes en las normas.

También los exhortamos a que regulen las sumas de dinero que entregan a sus hijos y hagan seguimiento de los gastos que hacen dado que, tal como se mencionó anteriormente, no existe regulación alguna sobre estos cigarrillos y se convierten en una gran tentación porque son de fácil acceso. Recuerden que el tabaco es un problema de salud pública y es la causa de mortalidad más prevenible en el mundo.

Como Colegio les ofrecemos todo el acompañamiento que puedan necesitar como familia, también disponemos de nuestros recursos para ayudarlos en su proceso y en la toma de conciencia de sus hijos. ¡No duden en contactarnos para salir al encuentro de sus necesidades! A continuación les compartimos un artículo del Ministerio de Salud donde encontrarán el ABECÉ de los CIGARRILLOS ELECTRÓNICOS, además de otros recursos que les pueden ayudar en este proceso de formación y diálogo con sus hijos.

Les deseo una feliz Navidad y espero que el Señor Jesús, que se ha hecho niño en un pesebre, renueve el amor de su hogares y les conceda el don de la alegría.

En mis oraciones,

Juan Fernando Rosas J.  
Director de Bienestar Comunitario  
[juan.rosas@sanjose.edu.co](mailto:juan.rosas@sanjose.edu.co)

## RECURSOS

- ABECÉ DE LOS CIGARRILLOS ELECTRÓNICOS:  
<https://www.minsalud.gov.co/sites/rid/Lists/BibliotecaDigital/RIDE/VS/PP/ENT/abece-general-cigarrillos-electronicos.pdf>
- <https://www.cancer.org/es/saludable/mantengase-alejado-del-tabaco/vapeo-y-cigarrillo-s-electronicos/que-sabemos-acerca-de-los-cigarrillos-electronicos.html>
- <https://www.healthychildren.org/Spanish/ages-stages/teen/substance-abuse/Paginas/Teens-and-Tobacco-Use.aspx>
- <https://www.minsalud.gov.co/salud/publica/SMental/Paginas/convivencia-desarrollo-humano-sustancias-psicoactivas.aspx>
- <https://www.vidasindrogas.org/>