



Perfil de las Personas Usuarías de dispositivos de vapeo, según factores racionales y emocionales que motivan el consumo de este tipo de sustancia psicoactivas.

COSTA RICA.

Proceso de Investigación,
Diciembre, 2024.



**MINISTERIO
DE SALUD**

**GOBIERNO
DE COSTA RICA**

IAFA

CONSEJO EDITORIAL

Irene Alvarado Rojas
Natalia Fernández Rojas
Viviana Mora Morales
Dina Solano Meza
Ericka Trejos Gómez

EQUIPO RESPONSABLE

William Chacón Serrano
Silvia Salas Duran

362.296.097.286

I-11-p

Instituto sobre Alcoholismo y Farmacodependencia.

Perfil de las personas usuarias de dispositivos de vapeo, según factores racionales y emocionales que motivan el consumo de este tipo de sustancias psicoactivas / Silvia Salas Durán, William Chacón Serrano. --[1a. ed.]--
Costa Rica: IAFA, 2024.

100 p.

ISBN: 978-9930-510-43-8

1. VAPEADORES 2. CONSUMO DE SUSTANCIAS PSICOACTIVAS – ASPECTOS PSICOLÓGICOS 3. CIGARRILLO ELECTRÓNICO A VAPOR I. Título II. Salas Durán, Silvia, coaut. III. Chacón Serrano, William, coaut.

Contenido

I. Introducción.....	5
II. Antecedentes.....	6
III. Planteamiento del problema.....	7
IV. Justificación del problema	9
V. Marco teórico.....	10
VI. Objetivos	13
Objetivo general	13
Objetivos específicos.....	13
VII. Metodología.....	14
VIII. Análisis Resultados.....	18
Primera experiencia y hábitos de consumo.....	18
Motivaciones para el uso de dispositivos de vapeo	20
Motivación intrínseca	21
Beneficios de consumir.....	21
Expectativas en el consumo	23
Impacto social	24
Cambio en la salud	25
Contextos, frecuencia, cantidad y hábitos de consumo.....	27
Usuarios diarios y frecuentes.....	27
Usuarios matutinos	27
Usuarios condicionales	28
Usuarios sociales	28
Lugar de preferencia	29
Cantidad de nicotina	29
Sensación que produce el vapeo.....	30
Vapear en compañía	30
Mezcla con otras sustancias.....	31
Preferencia ante otras sustancias	32
Beneficios en el cuerpo.....	32

Frecuencia del uso de vaporizadores.....	33
Preferencias de uso.....	33
Métodos desechables	33
Recargables	34
Sabor de los líquidos	34
Composición del vapeador.....	34
Facilidad de compra	35
Precios de los vapeadores	36
Argumentos que llevarían a dejar el consumo	37
Efectos secundarios a raíz del consumo.....	37
Preocupación por los efectos de vapear	37
Investigación sobre vapeo	38
Comparación con otras sustancias	39
Control de consumo.....	41
Dejar de consumir	41
Acompañamiento	43
Dejar de consumir	44
Otras alternativas	45
Medicamentos.....	45
Ley N.10066.....	46
Contextos de consumo	47
Caracterización general del perfil de los usuarios de dispositivos de vapeo..	53
Perfiles construidos.....	53
El Fumador	53
El Curioso.....	55
El Social	56
El Relajado	57
IX. Discusión	59
X. Recomendaciones	66
XI. Referencias	67
XII. Anexos	69
Anexo 1: Guía de sesiones	69

I. Introducción

En la actualidad, el consumo de sustancias psicoactivas hacia una amplia oferta de productos destinados a su ingesta. La modalidad de consumo predominante en años anteriores, basada en sustancias en su estado natural, como el tabaco o el cannabis, ha sido reemplazada en gran medida por tecnologías modernas diseñadas para facilitar su consumo.

Estos avances han transformado significativamente las formas de consumo, dando paso al desarrollo de dispositivos electrónicos para la administración de nicotina y otras sustancias psicoactivas. Entre ellos, los vaporizadores han ganado terreno de manera exponencial, especialmente entre la población joven. Esta tendencia ha generado una serie de alertas sobre los efectos negativos que estos dispositivos podrían tener en la salud pública, particularmente en las personas jóvenes.

En el caso de Costa Rica, se han implementado estrategias de contención para limitar el acceso de la población a estos dispositivos. Entre las medidas adoptadas y propuestas se incluyen decretos ejecutivos, la imposición de impuestos a los dispositivos y el impulso de investigaciones que permitan profundizar en el conocimiento del fenómeno.

En este contexto, se han promovido estudios cualitativos, como el presentado en este informe, con el propósito de explorar aspectos clave relacionados con las motivaciones, actitudes y percepciones de las personas usuarias de dispositivos de vapeo dentro de un grupo específico. Estos estudios han resultado ser herramientas valiosas para la obtención de información sobre un fenómeno que, hasta hace pocos años, era poco conocido por la comunidad científica. Por ello, los hallazgos derivados de este tipo de investigaciones son fundamentales para orientar la toma de decisiones.

II. Antecedentes

El uso de los diferentes dispositivos de vapeo, también conocidos como cigarrillos electrónicos, ha sido un fenómeno en crecimiento en la población mundial en los últimos años. Desde el año 2014, se ha evidenciado un aumento en su consumo, según lo reportado por la Organización Mundial de la Salud (OMS), que en ese momento advirtió:

Es preocupante el hecho de que estos productos hayan sido permitidos en el mercado abierto como productos de consumo y se comercialicen insistentemente entre los jóvenes. En la actualidad hay 88 países que no han fijado una edad mínima para poder comprar cigarrillos electrónicos, y 74 países no cuentan con normas que reglamenten estos productos nocivos. Los cigarrillos electrónicos se promocionan entre los niños a través de las redes sociales y personas influyentes, y ofrecen al menos 16 000 sabores atractivos. Algunos de estos productos utilizan personajes de dibujos animados y tienen diseños elegantes que atraen a las generaciones más jóvenes. Algunos se asemejan a juguetes y juegos. Hay un aumento alarmante del uso de cigarrillos electrónicos entre niños y jóvenes, con tasas que en muchos países superan las tasas de uso de cigarrillos electrónicos en adultos. (OMS, 2014).

Según Yong et al. (2022), a nivel mundial existen posiciones contrapuestas respecto a la efectividad de los dispositivos de vapeo con nicotina como alternativa viable y segura para dejar de consumir tabaco convencional. En este sentido, se citan los hallazgos de la Encuesta Internacional de Control del Tabaco (ITC), sobre tabaquismo y vapeo, realizada en cuatro países (Australia, Canadá, Inglaterra y Estados Unidos) en 2022. Dicha investigación analizó cómo las percepciones de los fumadores sobre la nocividad de la terapia de reemplazo de nicotina (NRT, por sus siglas en inglés) y de los productos de vapeo con nicotina (NVP) influyeron en su uso posterior como ayuda durante el último intento de dejar de fumar.

El estudio concluyó que las percepciones de los fumadores sobre los cigarrillos electrónicos eran erróneas, ya que se creía que eran inocuos y que podían utilizarse como método efectivo para cesar el consumo de tabaco.

Diversos estudios han demostrado que vapear expone los pulmones a una variedad de productos químicos, entre ellos nicotina, marihuana (THC), saborizantes y otros componentes añadidos a los líquidos utilizados en los dispositivos. Además, durante el proceso de vapeo, pueden generarse nuevos compuestos químicos. Aunque todos los dispositivos de vapeo comparten un funcionamiento similar, algunos son más potentes que otros, lo que influye en la cantidad de vapor y en la liberación de sustancias químicas. Por tanto, los efectos en la persona usuaria dependerán de varios factores, como la frecuencia de uso, el nivel de nicotina, la potencia del dispositivo, entre otros.

III. Planteamiento del problema

El uso de dispositivos de vapeo y cigarrillos electrónicos es una actividad relativamente nueva tanto a nivel mundial como en la sociedad costarricense. En Costa Rica, no se dispone de suficientes datos que permitan determinar con precisión las condiciones, preferencias, contextos y actitudes que influyen en la decisión de utilizar estos dispositivos. En otros países, se han realizado estudios que han contribuido significativamente al conocimiento de estas variables, lo que ha permitido un avance importante en la consolidación de información sobre el fenómeno.

En múltiples ocasiones, las personas usuarias han indicado que recurren al vapeo como sustituto del cigarrillo convencional o por la atracción que generan los llamativos colores y sabores de estos productos. Sin embargo, es necesario profundizar en estas y otras motivaciones para comprender con mayor claridad los factores que inciden en el uso de estos dispositivos.

El presente estudio, al ser de enfoque cualitativo, ofrece una perspectiva más detallada sobre el consumo de nicotina mediante vapeo entre las personas participantes, brindando información relevante para ampliar el conocimiento sobre estas conductas dentro de la población. Asimismo, es importante señalar que las instituciones responsables de velar por la salud en el país, como el Instituto sobre Alcoholismo y Farmacodependencia (IAFA), el Ministerio de Salud y la Caja Costarricense de Seguro Social (CCSS), requieren insumos basados en evidencia para documentar y abordar este fenómeno.

El mecanismo del vapeo consiste en la liberación de nicotina mediante un proceso de calentamiento eléctrico que genera vapor, el cual contiene esta sustancia junto con otros componentes (IAFA, 2024). Estos dispositivos se conceptualizan como aparatos que permiten el calentamiento, ya sea de tabaco comprimido o de resinas que contienen nicotina, produciendo un aerosol que es posteriormente inhalado.

Cabe destacar que, en Costa Rica, el Ministerio de Salud ha comenzado a actuar frente al aumento del vapeo en el país, con un enfoque en sus consecuencias. Entre las acciones propuestas se encuentra la promulgación de un decreto ministerial que prohíba los productos que contienen nicotina sintética utilizados en los dispositivos de vapeo.

La promulgación de dicha resolución formará parte del Reglamento Técnico de Costa Rica (RTCR), el cual se encuentra en construcción, por parte de equipos técnicos, y debe pasar por procesos de consulta pública tanto nacional como internacional para su aprobación.

En este mismo contexto, se ha presentado un proyecto de ley elaborado por el Ministerio de Salud, con el respaldo de otros ministerios del Poder Ejecutivo. El principal objetivo es diseñar una reforma integral de la ley 10.066, con el propósito de corregir, deficiencias y lograr fortalecer, esta ley.

IV. Justificación del problema

La principal justificación del presente trabajo es investigar cuáles son las motivaciones tanto intrínsecas como extrínsecas para utilizar los vapeadores. Es por lo que, además, el presente estudio permitirá aportar una ampliación del conocimiento del uso de vapeo por medio de una exploración de las preferencias, actitudes y emociones por parte de las personas que utilizan estos dispositivos.

Dado que no se cuenta con amplia información sobre esta temática en el contexto nacional, existen diversas razones que justifican la realización de esta investigación. Asimismo, se espera que el estudio contribuya a profundizar en los conocimientos teóricos sobre el fenómeno del uso de vaporizadores con distintas sustancias psicoactivas, a partir de las vivencias de las personas entrevistadas.

Además, esta investigación permitirá ampliar la comprensión sobre la nicotina y otras sustancias que se consumen mediante vapeadores. Para el Instituto sobre Alcoholismo y Farmacodependencia (IAFA), es fundamental analizar las motivaciones que llevan a las personas consumidoras a utilizar estos dispositivos, con el fin de comprender en qué medida factores como el entorno, el contexto, las emociones y las percepciones influyen en su uso.

Tal como se mencionó anteriormente, el IAFA ha indicado no existen en el país estudios cualitativos sobre el vapeo de nicotina. No obstante, expertos en fumado y vapeo están preocupados por el desconocimiento existente acerca de lo que implica vapear, y advierten que esta práctica puede convertirse en una amenaza para la salud de la persona vapeadora y de terceras personas. (IAFA, 2023).

Con base en la información disponible, es evidente que existen vacíos informativos respecto al consumo de vapeo en la población costarricense. Por ello, se plantea la necesidad de producir un informe que brinde insumos para orientar las estrategias de prevención que actualmente se desarrollan en el país, así como para dimensionar la magnitud del uso de estos dispositivos.

Finalmente, resulta indispensable plantear interrogantes que orienten el proceso de investigación. En este caso, se pretende responder a las siguientes preguntas:

- **¿Cuáles son las motivaciones de las personas para el uso de vapeadores?**
- **¿Cuáles con los hábitos y contextos de consumo practicadas por las personas que utilizan estos dispositivos?**
- **¿Cuáles son las sensaciones y creencias que refuerzan el uso de vapeadores?**

V. Marco teórico

El término vapear proviene del inglés vaping y hace referencia al acto de inhalar el vapor producido por dispositivos electrónicos. Estos dispositivos han evolucionado en su diseño, incorporando estilos, colores y sabores llamativos, lo cual ha captado especialmente la atención de la población joven.

Los cigarrillos electrónicos reciben distintos nombres, entre ellos e-cigs, sistemas electrónicos para la administración de nicotina (ENDS), sistemas alternativos para la administración de nicotina (ANDS), e-hookahs, mods, cigarrillos tipo bolígrafo, vaporizadores, dispositivos de vapeo y sistemas de tanques. En la actualidad, los más reconocidos y utilizados son los vaporizadores, disponibles en diversas formas y tamaños. Estos pueden parecerse a cigarrillos, pipas, bolígrafos, dispositivos USB, entre otras presentaciones.

El uso de cigarrillos electrónicos ha evolucionado considerablemente en los últimos años. Actualmente, se cuenta con productos de cuarta generación. Según datos desde 2014, el consumo en adolescentes se ha triplicado respecto a 2011 y se ha duplicado entre 2013 y 2014 en adultos jóvenes. Para 2013, se estimó que las ventas de estos dispositivos alcanzarían los 2.000 millones de dólares en Estados Unidos, y algunos analistas proyectaban que el mercado de cigarrillos electrónicos podría superar al de cigarrillos convencionales en las décadas siguientes, de no aplicarse medidas regulatorias (Córdoba, 2014, p. 3).

Existen dos tipos de vaporizadores: desechables o recargables. Estos últimos incluyen una batería para la

activación de éste. En ambas presentaciones se encuentra una fuente de calor que calienta un líquido para convertirlo en un aerosol de partículas diminutas (a veces referido como “vapor”), un cartucho o depósito que contiene el líquido, y una boquilla o abertura utilizada para inhalar el aerosol.

Algunos de los vaporizadores del mercado no contienen tabaco, pero muchos de ellos contienen nicotina, la cual está presente en el tabaco. Debido a esto, la Administración de Alimentos y Medicamentos (FDA) de los EE. UU, los clasifica como “productos de tabaco”.

El líquido en la mayoría de los vaporizadores contiene nicotina, la misma sustancia adictiva (droga) que se encuentra en los cigarrillos convencionales, hookahs y otros productos de tabaco. Sin embargo, las personas usuarias pueden nivelar los niveles de nicotina, haciendo que no sean los mismos en todos los tipos de vaporizadores. Los vaporizadores utilizan líquidos especiales denominados e-líquidos o e-jugos, los cuales se presentan en una amplia variedad de sabores que resultan atractivos para las personas consumidoras. Entre ellos destacan sabores a tabaco, frutas, postres, mentol, menta, bebidas, caramelos y dulces (Kate et al., 2023).

Diversos estudios han evidenciado que existen posiciones diametralmente diferentes en cuanto organizaciones internacionales que abogan por las restricciones y otras más permisivas. Por un lado, autoridades de salud pública en Inglaterra han afirmado que “los cigarrillos electrónicos son un 95% más seguros que los cigarrillos convencionales”

(Salud Pública de Inglaterra, 2015, citado por Alvear et al., 2017, p. 5), “ya que no contienen, o se encuentran en niveles mucho más bajos, los constituyentes del humo del cigarrillo convencional responsables de los efectos adversos sobre la salud”. (Alvear et al., 2017, p. 119).

Por otro lado, existen posturas más restrictivas, como las de la Agencia Reguladora Europea y la FDA de Estados Unidos, que han señalado los potenciales efectos adversos sobre la salud asociados a estos dispositivos y los clasifican como productos de tabaco. Esta posición es respaldada por la Organización Mundial de la Salud (OMS), que aboga por medidas restrictivas en el acceso a los dispositivos de vapeo.

Un estudio realizado por Liqueste (2017) con una muestra de 3.311 jóvenes de 13 a 18 años en Castilla, España, analizó percepciones comparativas entre el cigarrillo convencional y el cigarrillo electrónico. Los resultados mostraron que el uso de cigarrillos electrónicos se relacionaba con factores como el estatus social, la innovación y el atractivo de los sabores, olores y colores, a diferencia del cigarrillo convencional, percibido como más dañino. La publicidad también influyó en las preferencias, dado que las personas jóvenes tenían acceso a ella. Además, se identificó una polémica informativa, ya que, si bien las autoridades sanitarias advertían sobre los riesgos, no se contaba con estudios concluyentes, lo cual generó confusión en la percepción del riesgo.

Alvear (2017), determinó que debido a la gran cantidad de distintos tipos de cigarrillos electrónicos y a la inmensa variedad de posibles combinaciones de los líquidos y saborizantes, es muy difícil determinar los potenciales

efectos de la inhalación del aerosol generado, ya que no será muy exacto extrapolar los resultados de estudios que han utilizado cigarrillos electrónicos de distinta generación. Esto es un elemento para considerar, ya que, dependiendo de la generación de los dispositivos, las combinaciones de líquidos varía.

En cuanto a la cantidad de nicotina suministrada por los cigarrillos electrónicos de últimas generaciones, se ha señalado que esta no difiere significativamente de la entregada por los cigarrillos convencionales. Al respecto, se explica que “no hay datos claros de efectos mortíferos sobre la salud respiratoria debido a la nicotina, esto podría depender de las dosis, del tiempo y el momento (vida prenatal o vida temprana) de exposición, sobre lo cual no hay mucha evidencia en seres humanos” (Alvear, 2017, p. 7).

En este mismo estudio, se plantea la interrogante sobre si debiera recomendarse el uso de cigarrillos electrónicos. La respuesta es, de forma categórica, negativa para la población general. No obstante, se señala que, en determinadas circunstancias y únicamente después de haber intentado sin éxito terapias de cesación del tabaco adecuadas y aprobadas, su uso podría considerarse. Tal es el caso de personas fumadoras que no han logrado dejar de fumar tras múltiples intentos terapéuticos, o de aquellas con enfermedades pulmonares crónicas en situaciones similares. En estos casos, “el uso de los cigarrillos electrónicos (Cig-e), bajo los mismos principios, podría considerarse (Alvear, 2017, p. 12).

Por otra parte, el último informe de la Organización Mundial de la Salud (OMS) recuerda que no hay evidencia

científica consistente para apoyar el uso terapéutico de estos productos. La OMS ha prohibido expresamente a los fabricantes que anuncien de forma engañosa este producto como una forma de tratamiento del tabaquismo. Por su parte, en el caso de la FDA no considera estos productos como válidos para ayudar a dejar de fumar (OMS, citado por Córdoba, 2014, p. 6).

Por último, en el estudio de Carrasco (2015) refuerza la teoría que se ha señalado, donde se indica que los estudios que han abordado este aspecto de los beneficios de cambiar los cigarrillos convencionales a cigarrillos electrónicos, en estos momentos todavía son escasos y sus resultados no son completamente concluyentes.

En Costa Rica a partir del aumento de casos de problemas de salud relacionados con el uso de vapeadores, se promulgó la ley N.º10066, el 20 de enero del 2022. Esta legislación tiene como objetivo regular los Sistemas Electrónicos de Administración de Nicotina (SEAN) y Sistemas Similares sin Nicotina (SSSN), así como los dispositivos electrónicos que utilizan tabaco calentado y tecnologías similares, además, de la implementación de un impuesto destinado a la importación o fabricación de estos dispositivos.

Para el año 2024, según datos de la Caja Costarricense del Seguro Social (CCSS), entre los años 2021 y 2024, se registraron 3.170 casos de personas atendidas con diagnósticos relacionados con el vapeo. De ese total reportado, el 40% de los casos eran del año 2024.

El martes 14 de mayo del presente año, el Ministerio de Salud informó sobre la pronta emisión de una resolución ministerial que prohibirá en Costa Rica los productos que contengan nicotina sintética, así como aquellos dispositivos que incorporen líquidos con compuestos tipo cannabinoides, debido al riesgo que representan para la salud. Esta medida se mantendrá vigente hasta la promulgación del Reglamento Técnico de Costa Rica (RTCR), actualmente en proceso de elaboración por parte de los equipos técnicos, y que deberá someterse a consulta pública tanto a nivel nacional como internacional antes de su aprobación.

VI. Objetivos

Objetivo general

- Caracterizar el perfil de las personas que vapean, según factores racionales y emocionales que motivan el consumo de este tipo de sustancia psicoactivas, IAFA 2024.

Objetivos específicos

- Distinguir las motivaciones extrínsecas, así como, los diferentes detonantes que llevan al consumo de cannabis a la población entrevistada.
- Discernir cuáles son las emociones y percepciones que surgen como motivación intrínseca para dicho consumo.
- Diferenciar los hábitos de uso de vapeo, razones de su uso, lugares de consumo, frecuencia, cantidad de consumo, entre otros.
- Identificar posibles argumentos racionales que llevarían a los informantes a dejar de consumir o disminuir su consumo.

VII. Metodología

La presente investigación se basó en un enfoque cualitativo de tipo exploratorio, utilizando la técnica de grupo focal, con el propósito de comprender el comportamiento, las motivaciones y las características de determinados grupos de personas usuarias de vapeadores. En ese sentido, es importante señalar que la definición de investigación cualitativa empleada en este estudio se fundamentó en los siguientes planteamientos:

La investigación cualitativa trabaja con personas, situaciones, observaciones, historias, conductas, funcionamiento organizacional y movimientos sociales (Miles y Huberman, 1994), se utiliza básicamente las palabras y no los números, para comunicar los hallazgos. El objetivo de la investigación cualitativa es obtener información respecto a actitudes y opiniones de un grupo de individuos con hábitos, necesidades e intereses similares (Barrios & Costell, 2004). Se busca conocer con profundidad las necesidades, intereses y preocupaciones. (Miles y Huberman, 1994, Barrios & Costell, 2004, citado por Ivankovich y Araya, 2010, p. 547).

Tal como se mencionó anteriormente, se utilizó como método de recolección de datos la realización de grupos focales, conformados por personas previamente identificadas que cumplían con criterios de inclusión, presentaban características específicas y estaban distribuidas por regiones del IAFA. Los criterios establecidos incluyeron personas adultas, hombres y mujeres, con diversidad en cuanto a edad y condición socioeconómica.

La duración de cada sesión de grupo focal fue de dos horas, con dos grupos de ocho personas en cada región. Para esta actividad, se elaboró una guía de preguntas (incluida en los anexos), diseñada con el propósito de orientar la discusión y recolectar información detallada sobre diversas temáticas relacionadas con el vapeo. La recolección de los datos se realizó entre los meses de julio y septiembre del año 2024, como parte de los proyectos de investigación desarrollados por el IAFA.

En total, se realizaron 20 sesiones de aproximadamente dos horas cada una, con un máximo de 10 personas participantes por grupo. El procesamiento y análisis de los datos se basó en las transcripciones y en la elaboración de categorías de interés, utilizando el software RStudio como entorno de desarrollo integrado. Para ello, se empleó una combinación de librerías especializadas que permitieron realizar un análisis de contenido detallado, identificando patrones de comportamiento y tendencias en los datos textuales.

Mediante estas herramientas, se llevaron a cabo tareas clave como la codificación de texto, la extracción de temas latentes, el análisis de emociones y la creación de representaciones gráficas. Estas técnicas facilitaron una comprensión profunda y estructurada de la información cualitativa recopilada mediante el análisis de la información recopilada, se obtuvieron los datos necesarios para dar respuesta a los objetivos planteados de la investigación. Además, se realizaron 30 entrevistas en profundidad con cuestionarios estructurados con el propósito de caracterizar y definir los llamados perfiles de consumo.

Para el caso específico de las entrevistas en profundidad, las preguntas formuladas estuvieron orientadas a identificar patrones de consumo, motivaciones y conocimientos sobre el vapeo (ver anexos). Estas fueron diseñadas con el propósito de capturar datos sobre:

- **Frecuencia de Consumo:** ¿Cuándo y con qué regularidad vapea?
- **Motivaciones:** Razones para el consumo, tales como relajación, socialización o experimentación.
- **Contextos Sociales:** Espacios y situaciones en los que vapea.

Asimismo, a partir de la recolección de datos, se generaron los perfiles de consumo, entendidos como representaciones idealizadas de grupos de individuos que comparten características y comportamientos similares. En el contexto del estudio sobre el consumo de vapeo, estos perfiles se utilizaron para agrupar a las personas usuarias en categorías que reflejan sus patrones de uso, motivaciones y contextos sociales.

La elaboración de perfiles permite comprender las diversas formas en que el vapeo se integra en la vida cotidiana de las personas, así como las diferentes necesidades, percepciones y deseos que impulsan su consumo.

La construcción de los perfiles se llevó a cabo de la siguiente manera:

Recolección de datos:

Se llevaron a cabo entrevistas tanto cuantitativas como en profundidad. Las entrevistas cuantitativas consistieron en encuestas estructuradas con preguntas diseñadas para recopilar información sobre hábitos de consumo, características demográficas y nivel de conocimiento sobre el vapeo. Por su parte, las entrevistas en profundidad permitieron explorar con mayor detalle las motivaciones, experiencias y contextos individuales de las personas consumidoras, lo que proporcionó una comprensión más matizada de sus comportamientos y actitudes frente al uso de dispositivos de vapeo.

Proceso de Categorización:

Una vez finalizada la recolección de datos, se llevó a cabo un proceso de categorización con el objetivo de agrupar a las personas participantes en diferentes perfiles, según sus respuestas. Este proceso implicó la identificación de patrones comunes y la agrupación de características similares mediante análisis estadístico multivariado. La categorización permitió clasificar a los consumidores en perfiles representativos que reflejan las diversas formas en que utilizan y experimentan el vapeo, facilitando así una comprensión más estructurada del fenómeno.

Una vez completado el proceso de categorización, se procedió a la caracterización de cada arquetipo. Esta etapa consistió en la elaboración de perfiles detallados que describen las características, comportamientos y motivaciones de los diferentes grupos identificados. La caracterización permitió construir una narrativa integral para cada arquetipo, facilitando una mejor comprensión de las necesidades, preferencias y dinámicas de consumo de las personas usuarias dentro de cada grupo.

Cabe destacar que los perfiles de personas consumidoras no son necesariamente excluyentes. Es posible que una misma persona comparta características de varios perfiles, lo que refleja la diversidad y complejidad del comportamiento asociado al vapeo. Las personas pueden manifestar rasgos de diferentes arquetipos según el contexto, las circunstancias y sus experiencias personales.



Perfil de las Personas Usuarías
de dispositivos de vapeo, según
factores racionales y emocionales
que motivan el consumo de este
tipo de sustancia psicoactivas.

VIII. Análisis Resultados

En el presente capítulo se presentan los principales hallazgos obtenidos a partir de la aplicación de las técnicas cualitativas utilizadas con la población participante en el estudio sobre el uso de vapeadores en Costa Rica. A continuación, se desglosan los resultados conforme a los objetivos planteados en la investigación.

Primera experiencia y hábitos de consumo

Las primeras experiencias con el uso de dispositivos de vapeo son fundamentales de analizar ya que reflejan la vulnerabilidad asociada a la edad de inicio y las probabilidades de continuar con el consumo de sustancias psicoactivas.

A partir del análisis, se identificaron dos perfiles principales de personas consumidoras de vapeadores. En primer lugar, se encuentran aquellas que previamente fumaban cigarrillos convencionales y que recurren al vapeador como una alternativa para dejar de fumar. Existe la percepción de que los vapeadores contienen los mismos componentes del cigarrillo, particularmente nicotina; sin embargo, aunque no comparten todos sus compuestos, tampoco son productos inocuos.

Para muchas personas que intentan cesar el consumo de tabaco, el vapeador representa una opción viable, especialmente aquellos dispositivos que permiten regular el nivel de nicotina. No obstante, también se identificó un grupo de personas que, a pesar de hacer la transición al vapeo, continúan utilizando cigarrillos convencionales, al considerar que el vapeador no les proporciona la misma experiencia sensorial o nivel de satisfacción.

“Es que fumaba mucho, mucho cigarrillo, todo el tiempo y cada vez más y como que me da mucha ansiedad y estaba fumando más cantidad y entonces una amiga me dijo: -Ay, con esto, tal vez disminuye un poco más, y entonces fue en el trabajo y fue que me dieron a probar compañeros de trabajo y así fue como dejé de fumar cigarrillo”.

Tal como se evidencia en el análisis anterior, para un grupo de personas usuarias, el cambio hacia el uso de vapeadores resulta una opción factible, ya que lo asocian con una alternativa menos dañina y como una vía para dejar el cigarrillo convencional.

El segundo perfil identificado corresponde a personas que inician el vapeo por curiosidad. En muchos casos, el primer contacto con estos dispositivos se da en contextos sociales como reuniones con amistades, ambientes festivos, publicidad en espacios públicos o mediante redes sociales. La curiosidad por probar el vapeador surge de una combinación de factores sociales y personales, impulsada por el deseo de experimentar algo nuevo y diferente.

“Sí, parece algo, yo veía en el teléfono varas de la gente que vapeaba todo ese tipo de cosas. Entonces le tenía ley a la vara, yo esta vara no, pero mi hermano siempre anda. Entonces diay una vez por allá, voy a ver y fumé”

Según se aprecia en los testimonios recopilados, la curiosidad representa un factor relevante en la decisión de experimentar nuevas sensaciones, especialmente entre personas jóvenes. En este grupo etario, la influencia de la publicidad, particularmente en redes sociales, parece tener un impacto aún mayor.

Como se mencionó anteriormente, la percepción de que los vapeadores son una alternativa menos dañina al tabaco convencional también juega un papel importante en la decisión de iniciarse en su consumo. Esta percepción, combinada con la amplia variedad de sabores disponibles, hace que el uso de vapeadores se perciba como una experiencia más placentera.

Cabe destacar que, en muchos casos, las personas que comenzaron a utilizar vapeadores nunca habían consumido previamente otras sustancias, como cigarrillos o marihuana. En estos casos, el olor y el sabor del vaporizador constituyeron los elementos de mayor atracción, lo que evidencia el potencial de estos dispositivos para captar a personas sin historial previo de consumo.

“El vapor lo comencé a probar con mi primo que yo trabajaba con él y yo lo veía, que él pasaba riquísimo, hasta que me dio a probar, creo que fuera primera vez y muy rico, muy rico, muy rico. Intenté dejarlo cada vez que se me acaba, yo decía ya es ya es ya, no me compro otro y no lo lograba es que es muy rico el sabor”.

Como se desprende de lo expuesto anteriormente, el primer contacto con el vapeo suele estar influenciado por las relaciones sociales y las prácticas del entorno cercano. En muchos casos, se presenta el acto de vapear como una actividad placentera, en contraste con el fumado tradicional, que tiende a ser percibido de forma negativa o socialmente rechazada.

Los hábitos de consumo de vapeadores revelan una diversidad de rutinas y patrones de uso entre las personas usuarias, los cuales varían según sus necesidades, motivaciones y circunstancias personales. A continuación, se detallan las principales motivaciones identificadas para el uso de dispositivos de vapeo.

Motivaciones para el uso de dispositivos de vapeo

El uso de vapeadores puede analizarse desde diversas perspectivas, considerando factores como el estrés, la ansiedad, el aburrimiento y la necesidad de realizar acciones repetitivas. Este apartado aborda el análisis de las emociones y percepciones que surgen y que motivan a las personas a utilizar dispositivos de vapeo.

En primer lugar, muchas personas recurren al vapeo como una estrategia para aliviar el estrés y la ansiedad. El acto de inhalar y exhalar puede generar un efecto calmante, comparable al de ciertas técnicas de respiración utilizadas en la meditación.

Además, la nicotina presente en muchos líquidos para vapeadores actúa como un estimulante que, paradójicamente, puede inducir una sensación de relajación momentánea y alivio temporal de la tensión.

La afirmación siguiente refleja que, para muchas personas, la búsqueda de relajación a través del vapeo se relaciona directamente con los niveles elevados de estrés que experimentan en su vida cotidiana.

“dependiendo del estrés y la presión, yo trabajo en un área de mucha presión, es mucho estrés, entonces sí digamos cada rato, porque me relaja, Entonces cada toquecito, que es algo, digo yo, sí lo consumo bastante.”

Por otro lado, el aburrimiento es considerado otro factor que impulsa a las personas al uso de vapeadores. En momentos de inactividad, quienes vapean suelen buscar formas de ocupar su tiempo o distraerse mientras realizan otras actividades. El vapeo se convierte así en una práctica accesible y repetitiva que brinda una sensación de entretenimiento y ocupación.

Además, se observa que los vapores emanados suelen tener olores agradables, lo cual actúa como un reforzador positivo de la conducta, incrementando la probabilidad de repetir el comportamiento.

“Normal ahí cuando estoy esperando el bus y como no huele mal la gente no se molesta, pero es ahí como esperando solo por hacerlo”

Por otra parte, la necesidad de tener algo en las manos y/o de realizar la acción de exhalar vapor también desempeña un papel importante en la continuidad del uso de vapeadores. Para muchas personas, el vapeo satisface una necesidad física relacionada con la manipulación de objetos y la ejecución de movimientos repetitivos, similar a hábitos como morderse las uñas o jugar con un lapicero.

El acto de exhalar vapor resulta visual y sensorialmente gratificante, lo cual contribuye a reforzar el comportamiento. Este ciclo repetitivo puede generar una conducta adictiva, ya que al vapear se activan los mismos circuitos cerebrales del placer involucrados en otras formas de consumo, como el del cigarrillo convencional, favoreciendo el desarrollo de la adicción.

“Cuando estoy muy ansioso, cuando estoy muy loco trabajando, nada más agarro y sigue y ya siguen lo mío, pero casi todo el día, como para pensar mejor así una actividad constante”

Se aprecia con claridad que el uso de vapeadores va más allá del simple consumo de nicotina, ya que se encuentra estrechamente vinculado con aspectos conductuales, sensoriales y de satisfacción personal, así como con la liberación de sustancias asociadas al sistema de recompensa cerebral.

Motivación intrínseca

En la presente investigación, la motivación intrínseca se analiza como aquella decisión que toman las personas para utilizar dispositivos de vapeo sin la influencia directa de agentes externos, es decir, fundamentada en el placer o satisfacción personal que esta práctica les genera.

Dentro de esta categoría se identificaron elementos clave como los beneficios percibidos y las expectativas individuales asociadas al consumo, los cuales se desarrollan a continuación:

Beneficios de consumir

El vapeo representa para las personas usuarias una serie de beneficios en comparación con el consumo de cigarrillos tradicionales, así como ventajas prácticas y sociales asociadas a esta práctica. Las sesiones realizadas permitieron identificar las razones por las cuales las personas optan por vapear en lugar de fumar cigarrillos convencionales.

En primer lugar, se evidenció que las personas vapeadores perciben el uso de estos dispositivos como una opción menos dañina que el cigarrillo tradicional. Si bien la investigación científica sobre los efectos a largo plazo del vapeo aún está en desarrollo, existe cierto nivel de conciencia entre las personas usuarias de que esta práctica también conlleva riesgos para la salud.

Otro factor relevante es el olor. A diferencia del humo del cigarrillo, que suele ser percibido como desagradable y persistente, el vapor emitido por los dispositivos de vapeo contiene aromas más suaves y agradables. Esto representa un beneficio tanto para las personas usuarias como para quienes las rodean, ya que minimiza las molestias asociadas al consumo y permite vapear en distintos espacios sin generar rechazo social o recibir comentarios negativos.

“Por ejemplo, yo me levantaba y tal vez estaba de goma y me veía como los dedos y así hasta que se me revolvió la panza del olor del cigarrillo, entonces creo que ese tipo de cosas no las tiene el vapo”.

Asimismo, aunque el vapor generado por los dispositivos de vapeo puede ser más abundante que el humo del cigarrillo, este se disipa rápidamente, lo que reduce su impacto en espacios cerrados como bares y restaurantes. Esta característica brinda a las personas usuarias la posibilidad de vapear sin necesidad de salir del lugar en el que se encuentran.

Como resultado, ha aumentado la presencia de personas vapeando en distintos espacios sociales, lo que ha llevado a algunos establecimientos a implementar políticas explícitas y colocar señalización que prohíbe el uso de estos dispositivos.

La posibilidad de convivir con otras personas sin generar molestias y el atractivo sensorial del vapeo son también aspectos clave. Los dispositivos suelen ser compactos, fáciles de transportar y cuentan con diseños modernos y colores llamativos, lo que les otorga un componente estético que incrementa su atractivo, especialmente entre la población joven.

“Yo legalmente lo ando hasta en la puerta del carro, para que no se me olvide, o me lo meto ahí en la bolsa del pantalón para andarlo es que es práctico no incomoda”

Esta practicidad permite que las personas usuarias tengan acceso al dispositivo sin importar el lugar en que se encuentren, ya que pueden transportarlo en la mano, bolsillo del pantalón o, en el caso de las mujeres, en la cartera. Esta facilidad de transporte y uso también contribuye a un aumento en la frecuencia del consumo.

En cuanto a los sabores disponibles para los líquidos del vapeo, estos son diversos y atractivos, abarcando desde sabores frutales y dulces hasta mezclas más complejas. Esta variedad proporciona una experiencia placentera al usuario, quien tiene la posibilidad de cambiar de sabor entre dispositivos, algo que no es posible con los cigarrillos tradicionales.

“No te vas a empalagar, pero a mí sí a veces, pero por ese cambio, como el sabor de vez en cuando, porque si a veces empalaga entonces quiero comprar como otros o tal vez comprar dos diferentes. Pero siempre podemos estar cambiando no como un cigarrillo que sabe igual, nada más lo cambias y es una nueva experiencia”.

Por otra parte, el acceso y la disponibilidad representan otros beneficios significativos asociados al vapeo. Actualmente, los productos de vapeo son fáciles de adquirir tanto en tiendas físicas como en plataformas en línea, lo que permite a las personas usuarias mantenerse abastecidas sin mayores restricciones. En Costa Rica, aún no se cuenta con una política consolidada de regulación para estos dispositivos, lo que facilita su circulación en el mercado.

Esta situación contribuye a que el consumo de vaporizadores sea recurrente y se mantenga una percepción de riesgo relativamente baja en la sociedad. La publicidad, sumada a la facilidad de adquisición, incrementa la curiosidad, especialmente entre personas jóvenes, y favorece el acceso y la experimentación con estos productos.

Finalmente, la percepción social del vapeo también influye en la decisión de adquirir estos dispositivos. A medida que la sociedad se vuelve más consciente de los riesgos del tabaquismo, el vapeo es percibido como una práctica alternativa y más aceptable. Las personas usuarias reportan enfrentarse a menos juicios negativos y menor estigmatización al vapear en comparación con fumar cigarrillos, especialmente en contextos donde se promueve un estilo de vida saludable y se valoran conductas menos nocivas para la salud.

“Creo que no, personalmente no, creo que es peor con el cigarrillo. No sé, yo, yo no sé, creo que digamos como que el vape hay gente que considera que es como más sano. Sí se pudiera, son como si fueran grados de estigma, lo más bajo sería el vape, luego cigarrillo, y para mucha gente todavía la mota es lo peor que puede haber en la vida”.

Tal como se ha mencionado anteriormente, se evidencia una baja percepción de riesgo asociada al uso de dispositivos de vapeo, lo cual refuerza la hipótesis de que uno de los elementos más influyentes en la decisión de vapear es la creencia generalizada de que esta práctica resulta casi inofensiva.

Expectativas en el consumo

De acuerdo con la información analizada, en los casos en que las personas comenzaron a vapear sin haber sido previamente fumadoras, muchas de ellas no tenían expectativas claras o definidas sobre lo que experimentarían. Sin embargo, decidieron probar el vapeo motivadas por la curiosidad, el deseo de consumir algo novedoso o por influencia del entorno social.

Para estas personas, el vapeo se percibía principalmente como una novedad o tendencia, influenciada por las modas actuales, las redes sociales y la publicidad. La imagen del vapeo, ampliamente promovida a través de plataformas digitales, en la cultura popular y en contenidos de entretenimiento como series y películas, ha contribuido a que esta práctica sea vista como parte de un estilo de vida moderno, llevándola a realizarse muchas veces “por moda”.

Por otro lado, las personas que ya eran fumadoras y decidieron cambiar al vapeo presentaban expectativas más definidas. Para este grupo, el objetivo principal era mantener su consumo de nicotina, pero con la ventaja adicional de eliminar el olor desagradable asociado con los cigarrillos tradicionales.

En este sentido, se evidencia con claridad que su expectativa se centraba en continuar con el hábito, respondiendo a una necesidad de dependencia, pero mediante un producto que percibían como menos nocivo. Así, el vapeo se presentaba como una alternativa que prometía proporcionar niveles similares de nicotina, pero con una experiencia más “limpia” y menos invasiva en términos de olor y afectación a la salud, tanto para ellos como para las personas de su entorno.

Es importante señalar que, para estas personas, el cambio de producto es percibido como una forma de “reducción de daños”, aunque esta percepción no siempre esté respaldada por evidencia científica concluyente.

Impacto social

El hecho de que un grupo significativo de la población, especialmente personas jóvenes, consuma vaporizadores ha influido en que otras personas, sin inclinación ni curiosidad inicial por estos dispositivos, se vean inducidas a probarlos.

Esta situación puede explicarse, principalmente, por dos razones. En primer lugar, se encuentran aquellas personas cuyo grupo de amistades vapea, lo que genera una presión implícita para no sentirse solas en espacios sociales, como fiestas o reuniones, o para evitar quedar excluidas de su círculo social. En este contexto, el vapeo puede percibirse como una forma de integración.

Cabe destacar que, en muchos casos, no se trata de una incitación directa por parte de sus amistades, sino de una decisión tomada por iniciativa propia como respuesta a las dinámicas del entorno social.

“A mí me pasa mucho que todos mis amigos fuman, fuman algo entonces cuando salen y me dejaron sola. Bueno, yo no tengo, lo tiene mi novio y entonces salgo con él o salgo con alguien más para no quedarme allí sola. ¿Y yo dónde se fueron todos? y todos están fumando. Creo que solo tengo que ver una amiga que no fuma y ella ya no sale, entonces todos fuman y no quiero quedarme sola entonces y yo, inclusión forzada yo hola, estoy con ustedes”.

La segunda razón identificada está relacionada con el contexto laboral. En algunos casos, las personas se sienten inducidas a vapear por la dinámica social que se genera en sus espacios de trabajo. Es común encontrar personas usuarias de vapeadores, desde compañeros hasta figuras de autoridad como jefaturas. En este entorno, una de las actividades informales de socialización consiste en salir a vapear durante los recesos o en la hora del almuerzo, momentos en los que se generan conversaciones informales e incluso intercambios que fortalecen vínculos profesionales.

Esta situación puede llevar a que personas que no vapeaban previamente se sientan motivadas a hacerlo para poder participar de esos espacios sociales. Es importante aclarar que, en muchos casos, no existe una incitación directa por parte de compañeros o jefes, sino que la decisión surge de manera voluntaria como respuesta a la necesidad de inclusión.

Aunque estas situaciones están condicionadas por las experiencias y contextos específicos de cada persona, se reconoce que han contribuido al aumento en el número de usuarios de vapeadores. Este fenómeno también se observa, de manera preocupante, entre personas menores de edad, quienes pueden sentirse presionadas a vapear como forma de pertenecer a un grupo de pares o para evitar la exclusión.

“Bueno, yo trabajé en Call Center y hay un grupito que siempre sale yo trabaje muchos años de noche. De 10 pm a 4 am y había un grupito que salían y se juntaban. A veces, si los gerentes, los managers como quieran verlo ahí pasan conversaciones que no pasan con la gente, que no fuma, entonces uno solo tengo que meterme ahí para ver qué está pasando para hasta ciertas promociones pasan ahí y conversaciones importantes pasan ahí y uno como bueno, me voy a llevar un vapo de mentira, porque di yo quiero tener las mismas oportunidades, aunque no fume, entonces me toca di ir a vapear”

Según se puede evidenciar en la afirmación anterior, la presión grupal desempeña un papel importante en la decisión de iniciar en la práctica del vapeo, especialmente al influir en personas que, de forma individual, no habían manifestado interés previo en el consumo de estos dispositivos.

Cambio en la salud

En relación con la percepción de mejora en la salud, las personas usuarias de vapeo identificaron únicamente un cambio vinculado al ámbito de la salud mental. Esta mejora no se refiere a una disminución objetiva de los episodios de ansiedad o estrés, ni al uso del vapeo como una herramienta activa para canalizar emociones, sino a la percepción de que el uso del vaporizador actúa como un mecanismo de distracción, que les permite no pensar en situaciones estresantes.

El hecho de realizar una actividad repetitiva durante momentos de tensión, sumado al efecto de la nicotina, genera una sensación subjetiva de calma. Esto se debe a que la nicotina produce una gratificación inmediata en el organismo, al estimular la liberación de endorfinas. Sin embargo, este hallazgo revela una falsa sensación de bienestar asociada al consumo, característica común en los procesos de adicción, en este caso particular, a la nicotina.

Por otro lado, algunas personas que vapean líquidos con nicotina reportaron una aparente mejoría en su función intestinal. Se percibe que esta sustancia favorece el proceso digestivo, especialmente en lo relacionado con la eliminación, por lo que personas con estreñimiento recurren al vapeo como medio para facilitar sus deposiciones.

“A mí a veces me cuesta mucho ir al baño, entonces no sé me gusta vapear en el baño para que me ayude por lo que uno sabe de la nicotina”

Desde el punto de vista de la salud física, se identifican múltiples asociaciones percibidas como “benéficas” por parte de las personas usuarias en relación con la práctica del vapeo. Esta percepción puede resultar problemática, ya que los estudios científicos específicos sobre el vapeo son concluyentes en señalar que los efectos negativos superan ampliamente a los posibles beneficios.

Tal como se evidencia en los testimonios analizados, al asociar la nicotina con consecuencias positivas como, mejoras en el estado de ánimo o en la función intestinal, se contribuye a una baja percepción de riesgo, lo cual refuerza y normaliza el consumo.

Contextos, frecuencia, cantidad y hábitos de consumo.

En este apartado se describen los principales hallazgos relacionados con los hábitos de consumo de vapeo, incluyendo las razones que motivan su uso, los lugares donde se lleva a cabo, la frecuencia del consumo y la cantidad utilizada por las personas participantes.

Usuarios diarios y frecuentes

Las personas que vapean tienden a utilizar el vaporizador de manera constante a lo largo del día. Para ellas, el vapeo se ha convertido en una parte integral de su rutina diaria, de forma similar a lo que ocurre con quienes fuman cigarrillos tradicionales. Este hábito está influenciado por la dependencia a la nicotina, el placer asociado al acto de vapear —como la acción de exhalar vapor—, o la necesidad de realizar una actividad repetitiva que les proporciona confort y/o distracción.

Este grupo suele tener el dispositivo siempre a mano y lo utiliza en múltiples contextos, incluyendo el hogar, el trabajo y espacios sociales, lo que evidencia una incorporación sostenida del vapeo en su vida cotidiana.

“Porque me paso, me escapo me lo llevo en la bolsa al baño, seguro la gente piensa que tengo diarrea o algo así, pero yo sí lo uso bastante”

Al igual que ocurre con los cigarrillos tradicionales, el vapeo es una conducta que puede generar dependencia. Como resultado, las personas usuarias tienden a adoptar comportamientos asociados a la necesidad de vapear, los cuales son producto directo de dicha dependencia.

Usuarios matutinos

Las personas fumadoras que utilizan vapeadores suelen considerar esta práctica como una parte esencial de su rutina diaria, comenzando desde las primeras horas de la mañana. De forma similar a quienes no conciben iniciar el día sin una taza de café, estas personas no comienzan sus actividades sin antes vapear.

Este hábito podría estar relacionado con la necesidad de nicotina como un estímulo inicial que les permita activarse, enfocarse y enfrentar las demandas del día. Es importante recordar que la nicotina, al ser una sustancia adictiva, genera estas sensaciones de alerta y bienestar momentáneo, reforzando así el ciclo de consumo desde el inicio de la jornada.

“yo lo tengo ahí en la mesita de noche me levanto y de una y lo meto no sé debajo de la almohada y me vuelvo a dormir y cuando despierto de nuevo, siempre antes de levantarme”

La conducta reproducida por las personas con este patrón evidencia una relación de dependencia hacia la sustancia, ya que sienten la necesidad de consumirla para iniciar el día o ante la aparición de síntomas asociados al deseo o necesidad de uso.

Usuarios condicionales

En esta categoría se ubican las personas que vapean principalmente como respuesta al estrés o a una carga de trabajo intensa. Estas personas usuarias no presentan un patrón constante de consumo diario; por el contrario, recurren al vapeo de manera puntual como una alternativa para afrontar la presión y la ansiedad generadas por sus responsabilidades laborales.

Se aprecia con claridad que, en estos casos, el consumo está condicionado por la necesidad de alcanzar un estado de relajación al enfrentar situaciones estresantes.

“Yo trabajo en varas culturales entonces en la previa y durante el evento cuando tengo mucho estrés es cuando más vapeo casi que solo ahí lo hago”

Por otra parte, al igual que ocurre con el denominado consumidor social de alcohol, tabaco u otras sustancias, en el caso del vapeo también se identifica un patrón de consumo asociado a situaciones sociales.

Usuarios sociales

La mayoría de las personas vapeadoras se ubican dentro de esta categoría, es decir, utilizan el vapeador principalmente en contextos sociales. Dentro de este grupo se identifican personas que utilizan el dispositivo exclusivamente en entornos como fiestas, reuniones o salidas nocturnas. Para ellas, el vapeo está asociado a la diversión, la interacción social y el disfrute, y no forma parte de su rutina diaria.

Por otro lado, existen personas que vapean de manera regular, pero que en situaciones festivas incrementan notablemente la frecuencia de consumo. En estos casos, el vapeo en contextos sociales se percibe como una actividad recreativa que acompaña y complementa la experiencia de la fiesta.

Cabe destacar que, en este tipo de contextos, la fiesta actúa como un catalizador del consumo. Independientemente del perfil de consumo habitual de la persona, tener un vapeador disponible se convierte en una prioridad durante el evento, sin importar si el dispositivo es propio o ajeno, ya que se asume que su uso será parte natural del encuentro. En caso de no contar con un dispositivo propio, la persona vapeadora manifiesta la necesidad de adquirir uno nuevo para poder participar del evento.

Lugar de preferencia

Dado que el dispositivo no provoca, en general, desagrado inmediato entre las personas presentes, su uso se ha naturalizado en múltiples espacios. Esto permite que las personas usuarias vapeen en una gran variedad de contextos, como el lugar de trabajo, parques y plazas, interiores de bares y restaurantes, así como en sus propios hogares. Se identificaron preferencias particulares por lugares al aire libre, espacios tranquilos o contextos de fiesta, lo cual evidencia la versatilidad del dispositivo y su integración en distintos entornos de la vida cotidiana.

En el caso de las personas vapeadoras que son madres o padres, se observó una tendencia a evitar vapear frente a sus hijos, debido a la percepción de que ello representa una mala influencia. Este aspecto adquiere relevancia, ya que estas personas reconocen que el vapeo conlleva riesgos para la salud y manifiestan el deseo de que sus hijos no adopten ese hábito.

En la misma línea, algunas personas que vapean, aunque no tengan hijos, afirman que evitan hacerlo frente a menores de edad, no solo para no influenciarles negativamente, sino también por la conciencia de que estarían exponiéndolos al vapor de manera pasiva.

“Yo creo que digamos en mi caso sí estoy en un bar o como dicen ellos, con amigos o en algún casino no importa, yo puedo fumar, pero digamos no compro ni para tener en mi casa o porque tengo hijos. Entonces dice, si lo hago lo hago completamente escondido, o sea, mi casa, salgo y estoy segura de que nadie me va a ver, para no ser una mala influencia o que ellos no sé respiren ese humo”

Se observa que existe una conciencia sobre los daños asociados al vapeo, especialmente entre las personas que tienen hijos. Este aspecto resulta relevante, ya que, a pesar de haber realizado una transición del cigarrillo convencional al vapeador, algunas personas mantienen la percepción de que el vapeo también representa un riesgo para la salud.

Cantidad de nicotina

Existen dos tipos principales de vaporizadores, lo que da lugar a dos formas de vapeo con características diferenciadas. Por un lado, se encuentran las personas que utilizan dispositivos con concentraciones de nicotina que van desde los 0,5 mg hasta los 50 mg, dependiendo del tipo de equipo. Quienes consumen altas dosis de nicotina reconocen que estas superan significativamente las cantidades presentes en un cigarrillo convencional. Además, al tratarse de un dispositivo que no emite olor perceptible, tienden a vapear con mayor frecuencia.

Por otro lado, las personas que utilizan vaporizadores con baja concentración de nicotina indican que lo hacen principalmente por dos razones: porque así se comercializan los productos que adquieren o porque las dosis más altas no les resultan placenteras. Entre los efectos negativos reportados al consumir altas concentraciones de nicotina se incluyen: dolor de cabeza, tos excesiva, sensación de ahogo, ardor en la garganta, entre otros síntomas físicos.

El otro perfil identificado corresponde a personas que utilizan vaporizadores sin nicotina, es decir, dispositivos que solo contienen esencias con sabor y olor. Para estas personas, el placer se encuentra en la experiencia sensorial de vapear —particularmente en la sensación de exhalar vapor— y en el alivio momentáneo del estrés o las preocupaciones, sin la inquietud de estar afectando sus pulmones “tanto” como lo harían con un vaporizador que contiene nicotina.

En ambos casos, existe cierto nivel de reconocimiento sobre los posibles daños que el vapeo puede ocasionar a la salud respiratoria.

Sensación que produce el vapeo

El consumo de vaporizadores genera en las personas una sensación de alivio del estrés, atribuida tanto al efecto de la nicotina como a la realización de una actividad repetitiva que proporciona placer de forma mecánica. En el caso de exfumadores y de quienes alternan entre cigarrillos convencionales y vaporizadores, se menciona la necesidad constante de consumir alguna sustancia o de mantener las manos ocupadas, por lo que el vapeo cumple una función sustitutiva que ayuda a mitigar la ansiedad. Esta situación evidencia una dependencia hacia los dispositivos de vapeo.

Quienes han logrado dejar el cigarrillo de forma definitiva señalan que el vapeo no les proporciona la misma sensación que el cigarro tradicional; sin embargo, perciben que es una opción menos dañina, lo que motiva su continuidad en el consumo.

Adicionalmente, algunas personas usuarias reconocen que no pueden explicar con claridad lo que les genera el acto de fumar, pero describen una sensación generalizada de “libertad” que no encuentran en ninguna otra experiencia, ni siquiera entre quienes también consumen otras drogas ilícitas.

Vapear en compañía

El uso de los dispositivos de vapeo también se asocia a contextos sociales, especialmente durante fiestas o reuniones, donde el consumo se realiza preferiblemente en compañía de otras personas, sin que necesariamente exista una relación cercana entre ellas. En estos eventos, es común observar lo que se denomina “círculo de vapeo”, en el que los participantes comparten el mismo dispositivo entre sí, sin mayores reservas.

Esta práctica genera especial preocupación desde el punto de vista de la salud pública, ya que, para consumir del vapeador, la persona debe llevarlo a la boca, lo que implica contacto directo con la saliva. En muchos casos, el dispositivo se pasa de mano en mano sin ningún proceso de limpieza, o, en el mejor de los casos, se frota superficialmente con la ropa antes de ser utilizado nuevamente. Esta acción no garantiza la eliminación de bacterias o virus, lo que podría facilitar la propagación de enfermedades infecciosas.

Cabe señalar que algunas personas usuarias manifiestan rechazo hacia esta práctica, considerándola antihigiénica o desagradable. En consecuencia, prefieren no compartir su dispositivo o incluso optan por regalarlo antes que permitir que otros lo utilicen.

Mezcla con otras sustancias

Una de las combinaciones más comunes reportadas por las personas usuarias de vapeadores es la mezcla del vapeo con bebidas alcohólicas, sin importar el tipo de licor. En estos casos, los consumidores no perciben que el vapeo potencie o reduzca los efectos del alcohol, a diferencia del cigarrillo convencional, que sí es asociado a un incremento en la sensación de embriaguez. Esta diferencia suele atribuirse a los niveles más bajos de nicotina presentes en algunos dispositivos, aunque cabe señalar que los modelos más recientes permiten regular la cantidad de nicotina incorporada.

Asimismo, se identificó que algunas personas usuarias combinan el vapeo con otras sustancias psicoactivas, como marihuana, cocaína y alucinógenos. Según sus testimonios, el uso del vaporizador intensifica o prolonga los efectos de dichas sustancias, o bien contribuye a un estado de relajación posterior al consumo.

Este tipo de prácticas resulta especialmente preocupante, ya que no se reconocen ampliamente los riesgos inmediatos o a mediano plazo que puede implicar la mezcla de sustancias. Como consecuencia, estas combinaciones tienden a ser percibidas como inofensivas, “normales” o incluso como una alternativa “menos dañina” en comparación con el uso simultáneo de drogas de mayor potencia.

“Yo en este lo voy a decir así sí, para mí el vape con la cocaína es delicioso. Me calma un montón, porque a mí la cocaína me pone todo ansioso, bueno para eso es verdad, y con el vape mmm me relaja un poquito”

Se identificó que la mezcla de sustancias suele producirse en contextos de fiesta o recreación, donde el vapeo se utiliza como un medio para “estabilizar” los efectos de otras sustancias psicoactivas. Las personas usuarias manifiestan que el uso del vaporizador les proporciona una sensación de relajación que, según perciben, contribuye a mantener cierto control sobre los efectos de otras sustancias.

No obstante, esta práctica representa un riesgo significativo para la salud. La percepción de control es engañosa, ya que la combinación de sustancias puede generar efectos sinérgicos o impredecibles en el organismo. La falta de conciencia sobre estos riesgos entre las personas usuarias contribuye a que la mezcla de sustancias sea normalizada o minimizada, incrementando así su peligrosidad.

Preferencia ante otras sustancias

En cuanto a la comparación con otras sustancias, las personas usuarias no consideran que el vapeo sea su opción preferida. Únicamente se le percibe como superior al cigarrillo convencional en aspectos como salud, olor y sabor, pero no se le atribuye una experiencia más satisfactoria.

Se observa que quienes aún fuman cigarrillos convencionales, a pesar de utilizar vaporizadores, los prefieren por la costumbre y por la sensación que producen otras sustancias contenidas en el cigarrillo al momento de fumar. Por otra parte, las personas que, además de vapear, consumen cannabis, manifiestan una preferencia por esta última sustancia debido a los efectos que provoca en el organismo.

“yo como yo lo hago muy poco y ya la verdad, yo he pensado, dejarlo, prefiero la marihuana, sinceramente, pero todavía vapeo, pero siempre voy a preferir la marihuana”

En otras palabras, para un grupo de personas, el vapeo es percibido como un complemento de otras actividades o del consumo de sustancias. Durante una fiesta, el usuario puede beber, vapear y consumir otras sustancias psicoactivas sin mostrar una preferencia clara por alguna de ellas. El vapeo se convierte en una prioridad únicamente en tres situaciones específicas: primero, cuando la persona consume exclusivamente mediante este dispositivo; segundo, cuando está en proceso de dejar el cigarrillo convencional; y tercero, en contextos que involucran actividades repetitivas, en las cuales no se requiere pensar en lo que se está haciendo.

Este último punto pone en evidencia la dependencia que pueden generar los dispositivos de vapeo, al consolidarse como una conducta que, en muchos casos, se realiza de forma automática.

Beneficios en el cuerpo

Las personas usuarias de dispositivos de vapeo consideran que vapear les proporciona una sensación de relajación y les ayuda a controlar el estrés derivado de la jornada laboral o de complicaciones en su vida cotidiana.

Según diversas investigaciones, cuando una persona inhala nicotina, esta sustancia actúa sobre el cerebro alterando la actividad neuronal y de los neurotransmisores. Específicamente, la nicotina inhibe temporalmente la acción de la noradrenalina y estimula la liberación de dopamina, una hormona asociada con sensaciones de placer y bienestar. Este proceso genera una percepción momentánea de alivio, lo que refuerza la conducta de consumo y contribuye al desarrollo de dependencia.

Algunas personas afirman que el vapeo les ayuda a regular la ansiedad o los episodios depresivos, utilizándolo como un mecanismo de escape emocional. Sin embargo, numerosos estudios han demostrado que el consumo de nicotina puede estar asociado a un aumento en los niveles de ansiedad, y se ha vinculado con un mayor riesgo de desarrollar trastornos psiquiátricos. Por ello, es un error considerar que vapear o consumir nicotina constituye una solución para manejar la ansiedad o la depresión, ya que, por el contrario, puede agravar dichos síntomas.

Frecuencia del uso de vaporizadores

La frecuencia de consumo del vaporizador no presenta una medición precisa, ya que las personas usuarias generalmente no logran identificar con exactitud cuánto utilizan el dispositivo durante el día ni cuánto les dura. Se identifican distintos patrones: algunas personas lo utilizan de forma esporádica, lo que prolonga la duración del dispositivo, mientras que otras no pueden pasar varias horas sin vapear.

La cantidad de consumo suele estar determinada por factores externos como el nivel de estrés o la carga de responsabilidades diarias, siendo estos los principales detonantes del incremento en el uso. Asimismo, algunas personas reportan utilizar el vaporizador con mayor frecuencia durante la noche, como una estrategia para relajarse y facilitar el sueño.

“Yo vapeo casi todo el día, digamos en mi oficina lo que pasa es que no debería, pero nadie se da cuenta, yo tengo una oficinita aparte del trabajo, yo trabajo en un Call Center, tengo mi oficina aparte y ahí yo paso vapeando, normalmente, tal vez, pero cuando ya estoy muy estresado o cuando salgo, digamos cuando salgo a tomar o así Sí, soy una chimenea, digamos, pero vapear digamos normalmente durante el día es qué es lo me ayuda es a bajar el estrés”.

Preferencias de uso

Métodos desechables

Este tipo de dispositivos resulta conveniente para personas que buscan una opción práctica y de uso inmediato. Están disponibles en una amplia variedad de sabores y marcas, lo que los convierte en una alternativa atractiva para quienes desean experimentar con el vapeo, probar nuevos sabores o utilizarlos ocasionalmente, por ejemplo, durante una fiesta.

Algunos usuarios prefieren este formato cuando no tienen acceso a otro dispositivo o han olvidado el suyo en casa. Sin embargo, también señalan limitaciones, como la posibilidad de que la batería se agote antes de consumir por completo el líquido, lo cual afecta su funcionalidad. Además, se perciben como menos confiables en comparación con otros tipos de vaporizadores.

Recargables

Existen dos tipos de vaporizadores recargables. El primero permite únicamente recargar la batería, mientras que el segundo ofrece la posibilidad adicional de rellenar el dispositivo con nuevas esencias o sales de nicotina. Este último tipo es utilizado por una minoría de usuarios, principalmente debido al costo asociado a su adquisición y al mantenimiento que requiere.

Estos vaporizadores brindan a las personas usuarias una mayor sensación de control sobre su consumo, ya que permiten regular la concentración de nicotina, así como la durabilidad del dispositivo.

Sabor de los líquidos

Existen dos preferencias marcadas entre las personas usuarias. En primer lugar, se encuentran quienes prefieren los sabores frutales, especialmente fresa, frutos rojos y arándano, debido al sabor agradable y al buen olor que emanan. Sin embargo, estas personas indican que, con el tiempo, estos sabores pueden llegar a “empalagar”, lo que las lleva a rotar entre distintas opciones.

Por otro lado, hay quienes optan por sabores mentolados, ya que les proporcionan una sensación de frescura y limpieza, lo cual valoran especialmente al vapear de forma constante.

Asimismo, en el mercado se pueden encontrar sabores “exóticos”, como café, chocolate o combinaciones de frutas. No obstante, no todas las personas usuarias están dispuestas a experimentar con nuevas opciones; es común identificar quienes consumen siempre la misma marca y sabor, y si no lo encuentran en un punto de venta, prefieren buscar otro establecimiento antes que cambiar de sabor.

Composición del vapeador

En el mercado se identifican cuatro tipos principales de vaporizadores según su composición: con sales de nicotina, con nicotina líquida, con extractos de THC (conocidos como wax) y aquellos que contienen únicamente sabor. La preferencia por uno u otro tipo depende de diversos factores, como el historial previo de consumo de cigarrillos o marihuana, la intensidad del sabor, el efecto deseado de la nicotina o la preocupación por los riesgos asociados a su consumo.

Por esta razón, no es posible definir un único perfil de consumidor de vapeadores, sino más bien una gama diversa de opciones que permiten a las personas usuarias elegir según sus expectativas sensoriales o preocupaciones sobre la salud.

En cuanto a los vaporizadores que contienen sales de nicotina, estos son percibidos como muy intensos tanto en la experiencia al vapear como en los efectos que producen. Además, su costo es considerablemente más alto en comparación con los que contienen nicotina líquida o solo sabor, con precios que pueden oscilar entre los 60.000 y 120.000 mil colones. Estos factores explican por qué este tipo de vaporizador es el menos utilizado entre los consumidores.

“Hay de 5, hay de 2, como decía, hay otro tipo que son de sales. Ya somos altos [adultos], entonces... como que tiene 1% de nicotina. Usted lo prueba y ya le da... y también puede ser que le dé también por la... como la costumbre, estarlo haciendo, aunque no tenga nicotina. Estar jalando y vapeando. A mí me pasó, porque nada, compré sin nicotina, no tiene nada, nada, solo sabor... y lo usaba más que cuando tenía nicotina.

Facilidad de compra

La facilidad con la que las personas usuarias pueden adquirir un vaporizador, independientemente de su tipo, ha sido un factor determinante en el aumento del consumo de estos dispositivos en los últimos años. Durante las sesiones, se identificó que los vapeadores se adquieren principalmente en supermercados (como AMPM o Vindi), plataformas de entrega a domicilio (Uber Eats, Pedidos Ya) y en tiendas de conveniencia, como pulperías o los comúnmente llamados “chinos”. Son pocas las personas que recurren a tiendas especializadas en vaporizadores para realizar sus compras.

La diversidad de puntos de venta ha llevado a que muchos establecimientos ofrezcan promociones para incentivar la compra, lo que influye en que los consumidores adquieran dispositivos incluso cuando no los necesitan, motivados por estrategias de mercadeo atractivas.

Esta misma accesibilidad ha facilitado que personas menores de edad accedan a los dispositivos de vapeo. Aunque la legislación vigente prohíbe la venta de cigarrillos y vapeadores a menores, los testimonios de los propios usuarios revelan que esta normativa no se cumple de manera uniforme en todos los puntos de venta. Además, se han documentado situaciones en las que menores solicitan a personas adultas que les compren estos dispositivos.

Este escenario genera una preocupación significativa entre los entrevistados, ya que favorece el inicio del consumo en edades más tempranas que las registradas para el cigarrillo convencional. Asimismo, la falta de controles efectivos afecta también a las plataformas de entrega, donde el único filtro para la compra

consiste en marcar una casilla indicando “soy mayor de edad”, sin que se exija una verificación real de la información proporcionada. Estos hallazgos se sustentan en testimonios directos de personas participantes en la investigación, uno de los cuales se presenta a continuación.

“Mi hija el año pasado viaja en la escuela que estaba viajaba en microbús y me dijo: -Ma es que me siento incomoda porque el que va a la par mía va vapeando y yo qué?. Mi hija está en sexto y es una buena escuela y entonces yo le dije: - como se llama el chico y el en que está y dijo que él está en octavo y yo dije bueno tiene como 13 años. Entonces yo le dije voy a decirle a Don José que la cambia de asiento y como permite que esas cosas pasan. Entonces yo hablé con el señor y me dijo que él no estaba enterado, que el viene manejando que el guía que es el que tiene que ir viendo tampoco le ha dicho nada, bueno la cosa es que yo tuve que decirle verdad y para un niño como que no porque ni los que tienen nicotina porque eso es lo que a mí me gustaba fumar. Al chiquillo se lo quitaron, pero consiguió otro y ahí sigue vapeando”

Según se aprecia en el relato anterior, las personas menores de edad están expuestas a la influencia del uso de vapeadores desde edades tempranas, incluso dentro del entorno escolar. Esta exposición se ve favorecida por el escaso control en los puntos de venta y por la normalización del consumo entre personas adultas, lo cual refuerza la percepción de que vapear es una práctica común y de bajo riesgo.

Precios de los vapeadores

Existen tres tipos de dispositivos que son los más adquiridos entre las personas usuarias de vapeadores. La elección de uno u otro varía según sea el perfil de la persona vapeadora y su poder adquisitivo del mismo.

El precio de los dispositivos de vapeo puede variar considerablemente según la marca y el tipo, especialmente entre los modelos desechables y los recargables. Las personas usuarias señalaron que, en establecimientos informales, como pulperías o tiendas conocidas popularmente como “chinos”, los precios tienden a ser más elevados. Además, en estos mismos puntos de venta, se ha evidenciado que los dispositivos pueden ser adquiridos por personas menores de edad.

Por otra parte, los dispositivos que permiten regular la cantidad de nicotina suelen encontrarse en tiendas especializadas. Este tipo de vaporizadores está dirigido principalmente a personas con mayor poder adquisitivo, dado su costo más elevado y características técnicas.

Argumentos que llevarían a dejar el consumo

En el presente apartado se describen los argumentos mencionados por las personas participantes que podrían llevarlos a dejar de consumir o disminuir el uso de los dispositivos de vapeo.

Efectos secundarios a raíz del consumo

Las personas usuarias de vapeadores afirman que el uso de estos dispositivos no tiene repercusiones negativas sobre su salud; por el contrario, consideran que, en comparación con el cigarrillo tradicional, representa una alternativa menos perjudicial. No obstante, al profundizar en la conversación sobre experiencias o sensaciones inusuales desde que iniciaron el vapeo, se identificaron los siguientes síntomas:

- **Dolor de garganta:** Al inhalar una gran cantidad de vapor en una sola aspiración, algunas personas reportan dolor en la garganta, lo cual asocian a una sobredosis de producto en un solo uso. Asimismo, quienes consumen el dispositivo de forma frecuente o en grandes cantidades indican presentar síntomas de carraspera. Ambos efectos suelen provocar una reducción temporal en el uso del dispositivo.
- **Dolor de cabeza:** Los sabores dulces e intensos generan en algunos usuarios malestar o presión en la cabeza. Esta reacción se atribuye a que, al no percibirse el sabor como desagradable, se incrementa la frecuencia de uso. Además, se señaló que los dispositivos que contienen sales de nicotina tienden a provocar este síntoma con mayor frecuencia.
- **Goteo nasal:** Algunas personas mencionaron la presencia de goteo de líquido por la nariz desde que incrementaron su frecuencia de vapeo. Este fenómeno lo atribuyen a la acumulación de vapor en el organismo, el cual genera una reacción que se manifiesta a través de la eliminación de líquido por las vías respiratorias superiores

Preocupación por los efectos de vapear

La preocupación por los efectos que genera el vapeo fue abordada desde la perspectiva de las personas usuarias de estos dispositivos. Las respuestas recopiladas reflejan una escasa inquietud en relación con las posibles consecuencias del uso frecuente del vapeador.

“Yo estoy consciente que esto mata, pero de algo nos tenemos que morir”

Este tipo de comentarios son los más frecuentes al abordar la preocupación que les genera el acto de vapear o las consecuencias que esto podría tener en su salud. La percepción generalizada es que, si bien reconocen que el vapeo puede causar malestar o efectos negativos, lo relativizan al compararlo con otros factores de riesgo como el sedentarismo, el consumo excesivo de azúcar o el uso de drogas ilícitas.

Este pensamiento resulta particularmente preocupante, ya que, aunque existe una conciencia del daño, no se evidencia una preocupación genuina ni una intención de modificar el comportamiento. Desde la perspectiva de un posible abordaje terapéutico, estas personas se encontrarían en una etapa de precontemplación, es decir, no reconocen plenamente la necesidad de cambiar su conducta, lo cual representa una barrera para generar conciencia sobre los riesgos reales del consumo.

Esta actitud también podría facilitar el inicio del consumo a edades más tempranas, bajo la falsa premisa de que el vapeo representa una práctica menos perjudicial en comparación con otras conductas adictivas o nocivas.

“O sea, sé que porque a ver, yo tengo tos crónica, entonces toso toda mi vida, pero desde diciembre que es como he consumido más frecuentemente también ahora es con flema que no se me va, como antes que era tos seca y ahora con flema y no sé yo, asumo que es por esto, por estar vapeando más pero igual no me afecta”

Investigación sobre vapeo

El tema de los efectos dañinos del vapeo ha generado controversia entre las personas usuarias de estos dispositivos. Muchas de ellas justifican su decisión de vapear bajo el argumento de que no existe suficiente evidencia científica concluyente que demuestre que esta práctica es perjudicial para la salud.

Según las personas consumidoras, existe poca documentación sobre los efectos de vapear, debido a que es una práctica relativamente nueva. Esta escasa evidencia científica les genera desconfianza y es percibida como “alarmista”, dado que consideran que no han pasado suficientes años para conocer las consecuencias a largo plazo.

El conocimiento sobre los efectos de los vaporizadores parece estar limitado a cierta cantidad de personas, pues hay quienes creen que el vaporizador no tiene la suficiente investigación para reconocer los efectos en el cuerpo. De igual forma se aprecia un grado de desconocimiento de información relacionada con estos dispositivos. Algunos de los usuarios, especialmente los esporádicos, manifestaron que desconocían lo que estaban fumando (vapeando), es decir, las sustancias que contiene los líquidos para vapear. Este desconocimiento, lleva a suponer que todos los vaporizadores contienen únicamente un tipo esencia, sin considerar que también contienen nicotina. A pesar de la existencia de versiones sin esta sustancia.

Asimismo, aunque las cajas de los vaporizadores incluyen advertencias e imágenes sobre efectos secundarios, como lo exige la Ley 10066 estas no parecen generar un impacto significativo. En muchos casos, dicha información es ignorada, cubierta o incluso raspada por los consumidores para evitar verla, lo cual evidencia una resistencia a reconocer los posibles riesgos asociados al consumo.

Las personas participantes indicaron que su conocimiento sobre los efectos negativos del vapeo proviene principalmente de noticias internacionales sobre muertes o enfermedades respiratorias graves relacionadas con esta práctica. Sin embargo, se mantiene un alto grado de escepticismo, especialmente frente a afirmaciones como que el vapor puede acumularse en los pulmones en forma de gotas de agua, afectando la salud respiratoria.

Por otro lado, quienes han investigado sobre el tema o tienen mayor acceso a información, consideran que el daño no proviene tanto del contenido del dispositivo como de la frecuencia con que se vapea. Esta percepción se presenta principalmente entre personas que buscan sustituir el consumo de cigarrillos convencionales, ya que consideran que el vapeo no genera rechazo social por su olor y, en consecuencia, lo utilizan con mayor frecuencia y regularidad.

De este modo, se observa una tendencia a minimizar los riesgos del vapeo, atribuyendo los síntomas como tos o resequedad en la garganta a un uso excesivo, y no a los componentes del dispositivo. Esta percepción limita la toma de conciencia sobre los verdaderos riesgos del vapeo.

Finalmente, las personas participantes cuestionan la validez de investigaciones actuales sobre el vapeo, argumentando que el corto tiempo de presencia en el mercado impide conocer sus efectos a largo plazo. Esta comparación se establece en contraposición con el cigarrillo tradicional, sobre el cual sí existen estudios de largo plazo que permiten evidenciar con claridad sus consecuencias en la salud.

“Es lo que yo le digo, o sea, con el cigarrillo, ya todos sabemos el daño que nos causa cuando estamos mayores o de aquí a corto, mediano, largo plazo, con el vapeo, todavía hay que ver al largo plazo, mira, este señor tiene 20 años de vapear, que el cuál es una repercusión, los estudios todavía no se han hecho”

Se desprende de la opinión anterior que, para las personas usuarias de dispositivos de vapeo, la investigación sobre los efectos del consumo sería considerada relevante únicamente si se realizara con personas que tuvieran varios años utilizando estos dispositivos. En caso contrario, tienden a atribuir los efectos negativos a otros factores no relacionados con el vapeo.

Comparación con otras sustancias

El vapeo se compara principalmente con dos sustancias, según el perfil de la persona usuaria. En primer lugar, la comparación más frecuente es entre el cigarrillo convencional y el vaporizador, dado que ambos pueden contener nicotina. Las personas que anteriormente fumaban cigarrillos, o que aún lo hacen, señalan que la experiencia al vapear no es equivalente, especialmente debido a que algunos vaporizadores poseen una concentración menor de nicotina.

En el caso de los dispositivos que utilizan sales de nicotina, que contienen una concentración más alta y un efecto más fuerte, los fumadores también consideran que no ofrecen el mismo “sentimiento” o satisfacción que produce fumar un cigarrillo tradicional.

“Cuando empecé lo empecé como el grande, digamos el que usted lo calibre, que se le pone cuanta nicotina, y no, no me sentía bien. Luego probe IQOS y completamente diferente a la cabeza. Como no sé si la esencia la que llevaba era muy fuerte, probé varias, hasta probé el de cannabis y tabaco, pero no, no me no me llamó la atención y me da mucho ahogo, sentía como ahogo, como me faltaba mucho el aire, entonces no me gustó y ya me quedé con éste”

La razón principal por la que algunas personas prefieren el cigarrillo convencional frente al vaporizador se relaciona con la percepción de que este último “genera demasiado humo” y requiere una forma diferente de inhalación. Además, el hecho de observar cómo el cigarrillo se va consumiendo mientras realizan otras actividades les genera cierto placer. Este aspecto visual y temporal del consumo, el ver cómo el cigarrillo se gasta, resulta gratificante para algunas personas fumadoras.

A pesar de que todas las personas fumadoras reconocen los efectos negativos del cigarrillo en el cuerpo, muchas aseguran que, si estuviera en sus manos, volverían a consumirlo. Indican que reconsiderarían esta práctica si se eliminaran aspectos como el olor, el manchado de los dientes o el rechazo social que provoca fumar en presencia de otras personas.

La segunda sustancia con la que se compara el vaporizador es la marihuana, ya que ambas pueden consumirse mediante dispositivos de vapeo. Es común encontrar personas que utilizan vaporizadores tanto para nicotina como para concentrados de cannabis tipo wax.

Estos wax son dispositivos electrónicos, también conocidos como vape pens, diseñados para calentar y vaporizar extractos de cannabis sin llegar a quemarlos, lo que produce un vapor más suave, de menor olor y de fácil inhalación. El dispositivo alcanza temperaturas específicas que permiten la vaporización del wax, evitando la combustión.

Las personas usuarias de este tipo de vaporizadores prefieren el uso de concentrados de THC debido a su alta potencia y a que los efectos se manifiestan más rápidamente en comparación con el consumo tradicional. Se estima que estos concentrados pueden contener hasta un 80 % de THC.

Entre quienes consumen ambos tipos de vaporizadores (de nicotina y de THC), se suele manifestar una preferencia por los dispositivos con cannabis, dado que proporcionan una mayor sensación de relajación y permiten disfrutar los efectos de la sustancia sin el olor característico de la marihuana fumada.

“Siento que son cosas aparte el ride de fumar vapo con mota es una cosa y el ride de vapeo es otra cosa. De hecho, tengo muchos compas que por ejemplo solo les gusta la marihuana y entonces solo vapean con marihuana y es como todo lo que tenga que ver con el tabaco cero, entonces son dos cosas aparte creo yo”

Se evidencia una clara preferencia, por parte de un grupo de personas, por el uso de vaporizadores con líquidos que contienen cannabis, son altamente valoradas por quienes los utilizan, lo cual incrementa el atractivo de este tipo de dispositivos cuando se trata del consumo de esta sustancia.

Control de consumo

En general, las personas usuarias manifestaron que logran reducir el consumo de vaporizadores cuando perciben un incremento en la frecuencia de uso o en la cantidad de dispositivos adquiridos. Este aumento suele asociarse a malestares físicos, como dificultades respiratorias, sensación de ahogo, incomodidad con el olor derivado del sabor del vaporizador, o bien a la imposibilidad de pasar períodos sin vapear.

El mecanismo de control consiste, en la mayoría de los casos, en dejar de comprar el dispositivo por un tiempo. Sin embargo, esta estrategia se limita a contextos cotidianos, ya que, en situaciones sociales o eventos festivos, las personas tienden a utilizar el vaporizador de otras personas o incluso a adquirir uno nuevo para la ocasión.

Esta capacidad de hacer pausas sugiere que, en ciertos perfiles de consumo, no existe una dependencia severa al vaporizador, lo cual refuerza la idea de que su uso puede estar influenciado por factores como la moda o la presión social. En contraste, las personas que consumen tanto cigarrillos convencionales como vaporizadores tienden a mostrar una menor capacidad de autorregulación respecto a la nicotina, al contar con múltiples fuentes de consumo.

“Yo creo que tampoco está tan tuanis el vapo. Cuando yo pase fumando vapo toda la noche y al día siguiente yo respiraba y respiraba con sabor a, como a tutti frutti, como sabor a durazno, yo se los juro que yo sentía que tenía el sabor pegado a los pulmones. Ah y yo dije, o sea, tampoco es que esto sea verdad, o sea, al final de cuentas igual esto está verdad entrando al sistema y también está generando algo porque ahí está, o sea, es decir, al día siguiente yo lo sentía”

Dejar de consumir

El vapeo no es percibido por parte de gran cantidad de usuarios como perjudicial para la salud, a pesar de la evidencia que documenta sus efectos negativos. Ante la consulta sobre si estuvieran dispuestos a dejar de vapear, las respuestas se encuentran divididas.

Por un lado, se encuentran aquellas personas que anteriormente fumaban cigarrillos y que perciben ventajas en el cambio al vapeo, tales como una mejoría en la capacidad respiratoria, mayor aceptación social y reducción de costos económicos. Estas personas manifiestan no tener intención de abandonar el vapeo, ya que no identifican una razón suficientemente válida para hacerlo. Además, suelen asociar su uso con la gestión del estrés y la ansiedad, elementos que consideran difíciles de afrontar sin el dispositivo. Desde su perspectiva, el daño potencial a sus pulmones es inferior al causado por el consumo de cigarrillos tradicionales.

Por otro lado, existe un grupo de personas vapeadoras y fumadoras con una marcada dependencia hacia el dispositivo, quienes sostienen una actitud de resignación frente a los posibles efectos adversos en su salud. Expresiones como “de algo me tengo que morir” evidencian una falta de motivación o disposición para abandonar el consumo, incluso frente a información que advierte sobre los riesgos del vapeo.

“No creo, no, no es que no creas que no lo quiero dejar ósea ya por gusto mío, porque ya es un montón de otras cosas y todo, digo yo no hay, voy a dejarme algo”

En un segundo grupo se ubican aquellas personas fumadoras que, eventualmente, manifiestan el deseo de dejar de vapear. Este grupo es consciente de los posibles efectos negativos que el vapeo podría tener en su salud a largo plazo. Dentro de este conjunto también se encuentran personas que consumen cigarrillos tradicionales y que, en caso de abandonar el vapeo, consideran altamente probable volver al consumo de cigarrillos.

En este sentido, aunque existe una intención declarada de dejar el vapeo, esta está condicionada por la incertidumbre de lograrlo exitosamente. Por el contrario, algunos usuarios afirman que podrían recurrir a otras sustancias para controlar los factores desencadenantes que los llevan a vapear, como el estrés o la ansiedad.

Estas personas reconocen que enfrentarían dificultades en el proceso de cesación, especialmente por los sentimientos de ansiedad o miedo que experimentan ante la ausencia del dispositivo, o por la imposibilidad de usarlo en determinados espacios (en el caso de usuarios frecuentes). En contraste, quienes vapean de forma ocasional consideran que podrían dejarlo sin mayor dificultad; sin embargo, no lo perciben como una necesidad, dado que su consumo no es regular.

Por último, se identifica un tercer grupo conformado por personas que actualmente desean dejar el vapeo o que ya se encuentran en proceso de hacerlo. En este grupo se distinguen dos perfiles principales: por un lado, quienes han tomado conciencia de las consecuencias del vapeo para su salud, así como del grado de dependencia en el que se encontraban, incapaces de pasar un día sin el dispositivo o de esperar a que se

agotara, y han optado por reducir progresivamente su consumo o suspenderlo por completo. Por otro lado, se encuentran aquellas personas que, al tener hijos o menores de edad a su cargo, desean evitar ser una influencia negativa y deciden dejar de vapear por responsabilidad y ejemplo.

“Yo he dejado de vapear cuánto estoy vapeando, demasiado. Yo dejé porque estaba vapeando mucho, yo lo dejé en diciembre. Porque yo tengo hijos también, entonces mis hijos eran como ma ya, porque ellos sí, saben, ellos si saben que la mamá y cigarrillo y todo, entonces mis ellos estaban como Ay ma, ya no vapee más, vea qué lo dicen todos y yo bueno, bueno, bueno, y así empecé este ya después me los compra a escondidas, hasta que ya hasta que ya ya, ya se me quitó como la ansiedad y como le digo lo que hago es que cuando salgo con alguna amistad, entonces ahí si compramos uno para compartir para el momento y eso es otra cosa que yo decía. Por ejemplo, ese lo que trae 500 puff, me duraba menos de 3 días y yo decía cómo, cómo yo me voy a fumar 500 en menos de 3 días, eso es una dice una que es mentira lo que traen porque es demasiado lo que estaba fumando”

Acompañamiento

El acompañamiento resulta fundamental para las personas que deciden dejar de vapear. Aquellos usuarios que se muestran eventualmente dispuestos a abandonar el dispositivo expresan un claro interés por contar con apoyo personalizado, ya sea de tipo médico, terapéutico o a través del respaldo de personas cercanas. Esto les permite afrontar de manera más efectiva posibles recaídas o momentos de necesidad, brindándoles herramientas para manejar los síntomas asociados al síndrome de abstinencia.

De forma paralela, quienes se encuentran en proceso de cesación del consumo de cigarrillos convencionales también coinciden en la importancia del acompañamiento, particularmente para sobrellevar la ansiedad o el deseo de fumar. Esta necesidad refuerza la evidencia de que los síntomas del síndrome de abstinencia son un obstáculo común en ambos escenarios.

No obstante, algunas personas consideran que este acompañamiento no siempre es imprescindible y que su eficacia depende de factores como la voluntad personal, la motivación individual y la capacidad para sostener el compromiso con el cambio.

En los casos donde sí se requiere apoyo, es común que durante los primeros meses se realicen ajustes significativos en la dinámica social. Esto incluye evitar espacios o actividades donde el consumo sea habitual, como reuniones con amistades que vapean o eventos donde se consumen bebidas alcohólicas. Esta decisión evidencia la necesidad de modificar entornos y hábitos mientras se transita el proceso de abandono, destacando la relevancia de un entorno de apoyo y comprensión.

“Tiene que hacerse de un padrino, una persona que lo guía, a una persona que ya tiene, pues mínimo un año o dos años, de haber vapeado que ya conoce el teje y maneje esa situación y lo pueda guiar aún por dos cosas. Número 1 para lograr que la persona deje de fumar, porque ese es el fin de esa persona y número 2 para evitar que los rueden y para que sepas qué es lo que va a utilizar, como decía la compañera ahora la compañera al lado de los de los desechables, con un desechable, una persona no va a dejar de fumar. Eso es algo mentira, le están vendiendo una cortina de humo. Esa persona necesita algo más fuerte y satisfactorio que el cigarrillo o vaporizador y ocupa una persona que no sé le ayude a encontrar ese reemplazo o por lo menos lo acompañe, escuché y aliente a no caer de nuevo”

Dejar de consumir

En el contexto del abandono del vapeo y el apoyo disponible para lograrlo, las personas participantes mencionaron la existencia de las clínicas para dejar de fumar, servicio que ofrece la Caja Costarricense del Seguro Social (CCSS).

De acuerdo con la información publicada en el sitio web oficial de la CCSS, esta institución ha habilitado clínicas de cesación del fumado en 28 de los 29 hospitales del país. La Dra. Wing Ching Chan Cheng, coordinadora de la Comisión de Implementación y Fortalecimiento del Programa de Cesación del Fumado, señala que estas clínicas brindan a las personas usuarias un abordaje integral, que incluye terapia farmacológica y apoyo psicológico, con el objetivo de ayudarlas a superar la dependencia física, psicológica y social asociada al consumo de nicotina.

“En el hospital que hay clínicas para la cesación de fumado, lo que le dan es fluoxetina, que es un medicamento que actúa sobre el sistema nervioso central y entonces sí, fluoxetina y digamos, por ejemplo, yo he tomado no por dejar de fumar. Tomé fluoxetina en un tiempo que estoy con mucha ansiedad y a mí más bien sí, como que me concentraba, pero estaba muy, muy eufórica siempre y de sentido, digamos yo la deje de notar y no creo por experiencia que sea la mejor alternativa para dejar de fumar”

Las personas participantes que han formado parte de dichas clínicas indicaron que no estarían dispuestos a recibir ayuda a través de este mismo proceso estandarizado por la CCSS. Argumentan que la terapia incluye el suministro de fármacos adictivos, que pueden generar somnolencia, lo cual interfiere con sus actividades cotidianas.

Asimismo, consideran que recurrir al uso de medicamentos para dejar de vapear, no representa un beneficio real para su salud, ya que, desde su perspectiva, se sustituye una sustancia por otra.

“estas dejando de fumar y dañarte los pulmones, pero esas pastillas son super fuertes y te dañan el hígado y al final la mente porque te haces adicto”

Por ello, es necesario contar con un espacio donde, en que las personas interesadas en dejar de fumar o vapear reciban las herramientas adecuadas para lograrlo, sin necesidad de recurrir al consumo de fármacos que puedan comprometer su bienestar físico o interferir con su vida diaria.

Otras alternativas

Medicamentos

Entre las personas entrevistadas que no contemplan dejar de fumar, ya sea mediante vaporizadores o cigarrillos convencionales, en un futuro cercano, se identificó que una alternativa considerada para disminuir los niveles de ansiedad asociados a la abstinencia es el uso de parches o chicles con nicotina.

Esta opción es vista como una solución viable, ya que permitiría continuar obteniendo la sensación generada por la nicotina sin exponer directamente los pulmones, dientes, uñas y otros órganos a los daños del fumado convencional.

Según la Administración de Alimentos y Medicamentos de los Estados Unidos (FDA, por sus siglas en inglés), (FDA, 2022) existen siete medicamentos aprobados para ayudar a las personas a dejar de fumar. En Costa Rica, sin embargo, acceder a estos productos, particularmente los chicles y parches de nicotina, resulta complejo.

De acuerdo con los participantes, es fundamental facilitar el acceso a estos tratamientos farmacológicos y no depender únicamente del enfoque de abstinencia. Argumentan que la cesación debe ser un proceso progresivo que inicie con la reducción paulatina de la nicotina y, por ende, de la dependencia. Además, mencionan que el conocimiento sobre estos productos es limitado en farmacias y centros de salud, por lo que terminan recurriendo a tiendas tipo outlet, lo cual les genera desconfianza respecto a la calidad y seguridad de los productos adquiridos.

“Aquí no hay parches y eso es algo muy importante aquí para conseguir parches de nicotina sumamente difícil. Nosotros encontramos en un outlet, pero aquí no hay de eso es ilegal, eso ayudaría un montón. Parches de nicotina, chicles de nicotina, aquí está solo, los venden como la bíblica y son carísimos. Las bolsitas de nicotina que los mantenía en las encías, que también tiene sus problemas, pero aquí no hay una alternativa real aparte de la abstinencia, lo cual a mí me parece absurdo”

Entre las personas dispuestas a dejar de vapear, existe apertura a sustituir esta práctica por actividades que generen sensaciones similares a las que experimentan al vapear, principalmente asociadas a la regulación del estrés y la ansiedad.

Algunos fumadores consideran que esto es posible, ya que, al realizar actividades como ejercicio físico, deportes extremos o conducir motocicleta, experimentan una sensación de libertad y liberación de sustancias como la dopamina, lo cual contribuye a reducir los niveles de ansiedad.

Se reconoce la necesidad de identificar estrategias adecuadas y brindar herramientas personalizadas para apoyar el abandono del vapeo. Este proceso no puede ser estandarizado, ya que las motivaciones y patrones de consumo varían entre personas usuarias. Por tanto, resulta fundamental que cada individuo transite por un proceso acorde con sus características, necesidades y condiciones personales.

En este sentido, los participantes coinciden en que sería valioso contar con un acompañamiento personalizado, en el que el profesional a cargo pueda guiar el proceso de cesación, brindando orientación y recursos adaptados a las circunstancias de cada persona.

“Si estuviese dispuesto, yo, por ejemplo, como siempre lo hago cuando tengo estrés, cuando yo tengo mucho estrés y tengo tiempo para ir al gimnasio, pues no necesito fumar ya me descargo en el gimnasio, pero generalmente cuando tengo mucho estrés es que tengo mucho trabajo y no tengo tiempo de ir al gimnasio”

Ley N.10066

Objeto: “Regular los Sistemas Electrónicos de Administración de Nicotina (SEAN) y Sistemas Similares sin Nicotina (SSSN), así como los dispositivos electrónicos que utilizan tabaco calentado y tecnologías similares, y crear un impuesto con destino específico sobre la importación o fabricación nacional de los SEAN/SSSN, así como sobre los dispositivos electrónicos que utilizan tabaco calentado y tecnologías similares, sus accesorios y otros bienes complementarios, incluyendo el líquido para su uso, a favor de la Caja Costarricense de Seguro Social (CCSS)”.

Desde el 14 de diciembre del 2021 se aprueba la Ley 10066 en Costa Rica, la cual busca regular el uso, prohibir la venta y crear un impuesto específico para estos dispositivos.

El conocimiento sobre esta ley se encuentra principalmente entre personas consumidoras de mayor edad, quienes se informaron a través de noticias o redes sociales, donde se anunciaron los efectos negativos del vapeo, casos recientes reportados por la Caja Costarricense del Seguro Social y la entrada en vigor de la normativa. Por el contrario, las personas consumidoras más jóvenes y aquellas que residen fuera del Gran Área Metropolitana (GAM) manifiestan un desconocimiento general sobre la existencia y el contenido de dicha ley.

“El día siguiente que salió esa ley y no tenían nada a la semana porque mi novio necesita fumar, o sea, él es adicto. Esa semana, no fumo porque no conseguimos la semana siguiente ya fui a la persona y él me explicó que la ley hay algo, no sé cómo explicar esto, que hay algunos que sí son permitidos, y eso fue lo que me dijo, como que algunos sí tienen un registro que sí los permiten estar en El País. Después me di cuenta de que hay lugares como ciertas pulperías o afuera del GAM que lo seguían vendiendo ilegalmente porque les vale verga”

De igual forma, las personas participantes consideran que la ley “está solo en el papel, no existe en la vida real”. Manifiestan que no han percibido cambios significativos en los establecimientos ni en los puntos de venta. Únicamente han observado restricciones para vapear en ciertos espacios, como bares y restaurantes, aunque esto depende en gran medida de la decisión del propietario, el tiempo que lleven las personas vapeando en el lugar y, en algunos casos, de la relación de amistad que se tenga con el dueño.

Así, con base en la facilidad de compra observada en distintas regiones del país, el consumo dentro de establecimientos y el desconocimiento general sobre la legislación vigente, se puede inferir que el alcance de la normativa no tiene el impacto esperado por parte de la Procuraduría General de la República. Por ello, más allá de establecer leyes que prohíban y regulen el consumo de vaporizadores, es fundamental garantizar el cumplimiento efectivo de estas disposiciones.

Contextos de consumo

Respecto al contexto del primer consumo, la mayoría de las personas indican que este ocurre en situaciones sociales o en fiestas, donde alguien que ya utiliza vaporizadores les invita a probarlo. La curiosidad, combinada con la idea de que “no huele ni deja rastros como el cigarrillo”, suele motivar a las personas a iniciarse en el uso de estos dispositivos.

“En sí en el Rave es demasiado. Sobre todo, porque patrocinan. Entonces todo es más fácil porque es gratis, están dando gratis a todo el mundo. Entonces no estaríamos como antes sino por Dios es gratis, todo el mundo quiere y todo el mundo esta entonces uno quiere también. Está muy loco el Rave, pero necesita tener algo para fino, algo para ocuparse.”

El acompañamiento social juega un papel relevante en el inicio del consumo de vaporizadores. Las personas usuarias indicaron que estar en compañía de amigos y/o personas cercanas influyó significativamente en su primera experiencia con los dispositivos, comúnmente conocidos como “vapos”. Sin embargo, aclaran que este factor no resulta determinante en su uso cotidiano, ya que el consumo diario responde más a motivaciones personales, como la ansiedad, el estrés o la costumbre adquirida.

“En lo personal este como le digo yo lo hago a veces este me gusta salir como más solilla, a veces cuando estoy con amigos en fiestas, pero no con todo el mundo, así como para relajarse, para sentirme tranquila. Pero como en lugares y como que muy, muy llenos de gente como que no veo. Me gusta más como más tranquila en la casa o salgo al parque o así cuando salgo con el perro le voy dando la vuelta al perro, ahí tranquilo”

Vapear se ha convertido en una actividad común en ambientes festivos, especialmente entre personas jóvenes. Los vaporizadores, por sus sabores y aromas variados, añaden un elemento percibido como moderno y atractivo en reuniones sociales. En este contexto no existe un espacio definido para iniciar o continuar con el consumo; más bien, puede darse en cualquier momento y lugar donde exista un ambiente propicio.

El acto de vapear a menudo se percibe como una alternativa más elegante y menos invasiva que fumar cigarrillos tradicionales. Además, el vapor aromatizado contribuye a generar una atmósfera festiva, brindando una experiencia sensorial única asociada a placer y relajación.

“Ahora lo que a mí me da, y si y si viene alguien, digamos yo estoy en un lugar y pasa alguien fumando me entiende el olor, me dan acabas de fumar y como ese alguien que está fumando, con ese colorcito uf menos ganas de una vez”

Las personas usuarias reconocen que el sabor agradable y la ausencia de olor en el cuerpo, ha sido un factor determinante para optar por los vaporizadores, tanto las personas que fumaban anteriormente como en los que no tenían ese hábito. El hecho de que el vapor no tenga un olor tan fuerte y desagradable para las personas que se encuentran a su alrededor, les brinda mayor libertad para vapear en espacios cerrados, cerca de familiares o incluso en espacios públicos, como bares, restaurantes, lugares de trabajo. De acuerdo con la ley No. 9028, Ley General de Control del Tabaco y sus Efectos Nocivos en la Salud de Costa Rica, prohíbe el fumado dentro de establecimientos cerrados. Esta normativa aplica también al vapeo, aunque muchas personas no lo perciben de la misma manera que el cigarrillo tradicional, especialmente por la diferencia en el olor.

“Yo tengo unos compañeros, ellos fuman, pero como dice usted, no se nota, va bien. Yo he visto, mis compañeros están en el baño así, o sea, como que el humo desaparece muy rápido, entonces no entiendes, se ve, ni se ve ni se ve, y el olor tal vez depende de lo que se está fumando. Parece un aroma del baño. No es como el cigarrillo que usted siente la patada en cualquier momentito”

Estas características han contribuido a que el vapeo sea más aceptado y/o tolerado dentro de la población costarricense. Asimismo, las personas usuarias señalan que consumir vaporizadores representa un menor gasto económico “en el vicio”, ya que el costo de los cigarrillos es considerablemente más alto en comparación con un vaporizador recargable, cuyo precio oscila entre los 5.000 y 10.000 colones, con una duración aproximada de hasta 22 días, dependiendo del uso.

Entre quienes consumen tanto cigarrillos como vaporizadores, no existe una preferencia clara por uno u otro. La elección depende del contexto: si la situación permite fumar cigarrillo, lo prefieren por el efecto que les produce; pero si el olor puede resultar molesto para las personas a su alrededor, optan por el vaporizador. En consecuencia, no se evidencia una diferenciación marcada entre ambos tipos de consumo en términos de sensaciones o preocupación por la salud, sino que predomina un criterio de conveniencia y comodidad.

“La gente vapeando vapeando y vapeando todo el día y terminó consumiendo igual o más que si estuviese fumando cigarrillos”

Sin embargo, las personas usuarias de vaporizadores reconocen que el uso de estos dispositivos, en lugar de cigarrillos, no las exime de posibles problemas futuros en su sistema respiratorio. Aun así, predomina una percepción generalizada de invulnerabilidad expresada en la idea de: “eso no me va a pasar a mí”.

“Es que yo tengo entendido que el cigarrillo lo llena a uno de humo, pero el vapo de vapor lo llena, a uno, entonces lo que hace es que le llena de agua los pulmones es peor no”

Este comentario es común entre las personas que vapean: reconocen que vapear es perjudicial, pero al indagar más a fondo sobre los efectos del vapeo en comparación con el cigarrillo, se evidencia que, aunque reconocen que ambos dispositivos son dañinos, no manifiestan una preocupación real ni una comparación crítica entre ellos.

Quienes han fumado cigarrillos consideran que el vaporizador también les afecta la salud, pero no tanto como el cigarrillo tradicional; por esta razón decidieron cambiar de producto. Esto ocurre incluso cuando su frecuencia y cantidad de consumo de vaporizadores es significativamente mayor a la que tenían con los cigarrillos.

En otras palabras, las personas vapedoras reconocen que eventualmente el uso del vaporizador puede dañar su cuerpo, pero creen que el ritmo de deterioro es mucho menor en comparación con el cigarrillo.

La motivación para consumir vaporizadores puede analizarse desde diferentes perspectivas, relacionadas con factores como el estrés, la ansiedad, el aburrimiento y la necesidad de realizar acciones repetitivas.

En primer lugar, muchas personas recurren al vapeo como una forma de aliviar el estrés y la ansiedad. El acto de inhalar y exhalar puede tener un efecto calmante, similar a las técnicas de respiración utilizadas en la meditación. Asimismo, la nicotina presente en muchos líquidos para vaporizadores actúa como un estimulante que proporciona una sensación temporal de relajación y alivio de la tensión.

“dependiendo del estrés y la presión, yo trabajo en un área de mucha presión, es mucho estrés, entonces sí digamos cada rato, porque me relaja, Entonces cada toquecito, que es algo, digo yo, sí lo consumo bastante.”

Por otro lado, el aburrimiento es considera otro factor que impulsa el uso de vaporizadores. En momentos de inactividad, las personas fumadoras a menudo buscan formas de ocupar su tiempo o bien distraerse mientras realizan otras actividades. El vapeo se convierte así en una opción accesible y repetitiva que le proporciona al fumador la sensación de entretenimiento y ocupación.

“Normal ahí cuando estoy esperando el bus y como no huele mal la gente no se molesta, pero es ahí como esperando solo por hacerlo”

La necesidad de tener algo en las manos y/o realizar la acción de exhalar vapor también juega un papel crucial para continuar vapeando. Para muchas personas el vapeo satisface la necesidad física relacionada con manipular objetos y realizar movimientos repetitivos, similar a otros hábitos como morderse las uñas o jugar con un lapicero. Además, el acto de exhalar vapor resulta visual y sensorialmente gratificante, lo que puede contribuir al desarrollo de un ciclo de comportamiento adictivo.

“Cuando estoy muy ansioso, cuando estoy muy loco trabajando, nada más agarro y sigue y ya siguen lo mío, pero casi todo el día, como para pensar mejor así una actividad constante”

En resumen, el consumo de vaporizadores va más allá de la simple ingesta de nicotina, ya que se entrelaza con aspectos de comportamiento, satisfacción personal y la liberación de sustancias en el cerebro.

Para las personas usuarias, vapear representa una serie de beneficios en comparación con el consumo de cigarrillos tradicionales, así como ventajas prácticas y sociales asociadas a esta práctica. Las sesiones realizadas permiten comprender por qué muchos optan por vapear en lugar de fumar.

En primer lugar, los usuarios consideran que vapear es menos dañino que fumar cigarrillos convencionales. Aunque las investigaciones sobre los efectos a largo plazo del vapeo aún están en desarrollo, existe una conciencia general de que su consumo sigue siendo perjudicial para la salud.

El olor es otro factor determinante. A diferencia del humo del cigarrillo, que suele ser notoriamente desagradable y persistente, el vapor emitido por los dispositivos tiene aromas más suaves y agradables. Esto permite que las personas usuarias puedan vapear en distintos espacios sin generar molestias a quienes las rodean, evitando comentarios negativos o situaciones de rechazo social.

“Por ejemplo, yo me levantaba y tal vez estaba de Goma y me leía como los dedos y así hasta que se me revolvía la panza del olor del cigarrillo, entonces creo que ese tipo de cosas no las tiene el vapo”

Asimismo, aunque el vapor generado por los vaporizadores puede ser más abundante que el humo de un cigarrillo se disipa con rapidez, lo que reduce las molestias y el impacto en espacios cerrados como bares y restaurantes. Esta característica permite que las personas usuarias puedan vapear sin necesidad de salir del lugar en el que se encuentran. Como resultado, ha aumentado la presencia de personas vapeando en diversos entornos, lo que ha llevado a algunos establecimientos a colocar letreros que prohíben el uso de estos dispositivos.

La convivencia social y el atractivo sensorial del vapo también son factores clave en su popularidad. Los dispositivos suelen ser compactos y fáciles de transportar, lo que los hace prácticos para llevar consigo y utilizar en distintos contextos.

“Yo legalmente no ando hasta en la puerta del carro, para que no se me olvide, o me lo meto ahí en la bolsa del pantalón para andarlo es que es practico no incomoda”

Esta practicidad permite que las personas consumidoras tengan acceso al dispositivo en prácticamente cualquier lugar, ya que pueden transportarlo fácilmente en la mano, el bolsillo del pantalón o en la cartera, en el caso de las mujeres. A su vez, esta facilidad de transporte favorece un consumo más frecuente.

Por otro lado, los líquidos utilizados en los vaporizadores están disponibles en una amplia variedad de sabores atractivos, que van desde frutas y dulces hasta combinaciones más complejas. Esta diversidad brinda al usuario una experiencia placentera y personalizada, ya que puede cambiar de sabor entre un dispositivo y otro, algo que no es posible con el cigarrillo tradicional.

“No te vas a empalagar, pero a mí sí a veces, pero por ese cambio, como el sabor de vez en cuando, porque si a veces empalaga entonces quiero comprar como otros o tal vez comprar dos diferentes. Pero siempre podemos estar cambiando no como un cigarrillo que sabe igual, nada más lo cambias y es una nueva experiencia”

Por otra parte, el acceso y la disponibilidad representan beneficios significativos. Los productos de vapo son fáciles de adquirir tanto en tiendas físicas como en plataformas en línea, lo que facilita que las personas usuarias se mantengan abastecidas del dispositivo.

Este contexto refuerza la frecuencia del consumo de vaporizadores y contribuye a que, socialmente, se perciban como algo inofensivo. La publicidad y la facilidad de adquisición despiertan la curiosidad, lo que a su vez facilita el acceso y fomenta el inicio del consumo.

Finalmente, la percepción social del vapeo también representa un elemento relevante. A medida que la sociedad se ha vuelto más consciente de los peligros del tabaco, vapear es visto como una práctica más aceptable. Las personas usuarias reportan que reciben menos juicios negativos y estigmatización por vapear en comparación con fumar cigarrillos, especialmente en contextos donde se promueve un estilo de vida saludable y existe una mayor conciencia sobre los efectos nocivos del fumado convencional.

“Creo que no, personalmente no, creo que es peor con el cigarrillo. No sé, yo, yo no sé, creo que digamos como que el vape hay gente que considera que es como más sano. Sí se pudiera, son como si fueran grados de estigma, lo más bajo sería el vape, luego cigarrillo, y para mucha gente todavía la mota es lo peor que puede haber en la vida”.



Caracterización general del perfil de los usuarios de dispositivos de vapeo

En respuesta al objetivo general del presente informe: caracterizar el perfil de las personas consumidoras de vapeo, según factores racionales y emocionales que motivan el consumo de este tipo de sustancia psicoactiva, se obtuvieron cuatro grupos grandes de arquetipos, clasificación que se explica a continuación:

Perfiles construidos

EL FUMADOR

Perfil demográfico:

- Sexo: Hombres y mujeres por igual.
- Edad: En su mayoría, este grupo está compuesto por jóvenes adultos, de los cuales el 74% de ellos se encuentra en el rango de 18 a 35 años. Sin embargo, también hay una presencia significativa de personas mayores de 36 años, que representan el 26% del total. Un rasgo distintivo de este perfil es su experiencia en el vapeo: el 50% de sus integrantes lleva más de un año utilizando dispositivos de vapeo, lo que evidencia un nivel de compromiso y adaptación al hábito que supera la simple curiosidad inicial.

Psicografía y motivaciones:

Motivación principal: En este grupo, la principal motivación hacia el vapeo es el deseo de abandonar el cigarrillo tradicional. Para ellos, se trata de una alternativa percibida como menos dañina y una herramienta para reducir o eliminar el consumo de tabaco. Aunque algunos han logrado dejar de fumar por completo, otros permanecen en una fase de transición, donde el cigarrillo ocasional aún

forma parte de su rutina. Este perfil refleja una relación compleja con la nicotina: el 27% prefiere que su experiencia de vapeo mantenga un sabor fuerte a nicotina, lo que evidencia la persistencia de la dependencia química, aun cuando han cambiado el método de consumo. Así, el vapeo no solo actúa como sustituto, sino que ha evolucionado hasta convertirse en un elemento central de su identidad diaria, con el 53% afirmando que es una pieza clave en su rutina.

Hábitos de consumo: El Fumador ha integrado el vapeo profundamente en su vida cotidiana, con un 57% que lo utiliza a diario y varias veces al día. Esta frecuencia evidencia una necesidad constante de acceder al dispositivo y una rutina firmemente establecida. Al momento de elegir, prioriza la simplicidad y la facilidad de uso; para este perfil, “lo simple es mejor”. Esta preferencia por dispositivos básicos refleja un enfoque práctico: no busca una experiencia sofisticada o tecnológica, sino una que cumpla su función de manera eficaz y sin complicaciones. Llama la atención que el 50% afirma vapear más que cuando fumaba cigarrillos, lo que sugiere una posible escalada en la frecuencia de consumo, mientras que un 28% mantiene un patrón equivalente al que tenía con el tabaco.

Entorno de consumo: El contexto de consumo del Fumador se asemeja al de su anterior hábito de fumar. Tiende a vapear en momentos de pausa, en situaciones de estrés, después de las comidas o en espacios donde antes habría encendido un cigarrillo. Aunque el vapeo constituye una parte esencial de su rutina, prefiere entornos donde pueda hacerlo sin restricciones, adaptando su consumo tanto a espacios cerrados como al aire libre. Esta capacidad de incorporar el vapeo en distintos escenarios de la vida diaria refleja su flexibilidad, pero también la necesidad de mantener un acceso constante al dispositivo.

Impacto en su vida diaria: El impacto del vapeo en la vida diaria de el Fumador es profundo. Para el 53% de este grupo, vapear se ha convertido en una actividad esencial, difícil de evitar a lo largo del día. Aunque han realizado la transición desde el cigarrillo, muchos perciben que han desarrollado una dependencia igual de intensa hacia el vapeo. Este hábito ha redefinido su rutina cotidiana y, en algunos casos, la frecuencia de uso ha superado la del cigarrillo tradicional, lo que evidencia una nueva forma de dependencia. Si bien el cambio al vapeo puede representar un paso hacia la reducción de ciertos riesgos asociados al tabaquismo, la necesidad constante de consumir plantea interrogantes sobre su verdadero impacto en la salud y el bienestar a largo plazo.

EL CURIOSO

Perfil demográfico:

- Sexo: Hombres y mujeres por igual.
- Edad: El Curioso es un arquetipo representado equitativamente por hombres y mujeres, con una mayoría significativa en el rango de 18 a 35 años. Mientras que un porcentaje menor pertenece a la categoría de 36 años o más. Este grupo está en una fase de exploración y descubrimiento en su relación con el vapeo, dado que gran parte de sus integrantes ha iniciado el consumo en los últimos seis meses.

Psicografía y motivaciones: Este perfil se define por un marcado interés en experimentar y descubrir nuevas sensaciones. Su principal motivación para vapear es la curiosidad, tanto por la variedad de sabores disponibles como por la tecnología innovadora de los dispositivos. Aunque han desarrollado gusto por el vapeo, no necesariamente lo combinan con el consumo de tabaco. Para ellos, el atractivo radica en la diversidad de experiencias que el vapeo ofrece, convirtiéndose además en una herramienta para integrarse socialmente y explorar diferentes estímulos sensoriales.

Hábitos de consumo: El Curioso no ha incorporado el vapeo como parte de su rutina diaria. Su uso es ocasional y se limita a momentos específicos, como eventos sociales, fiestas o ciertas horas del día, ya sea en casa o en lugares públicos. Aunque muestran preferencia por sabores frutales y dulces, la frecuencia de consumo se ha mantenido estable desde que comenzaron. Pueden pasar largos periodos sin vapear, y algunos han comenzado a notar que recurren al dispositivo en momentos de estrés o ansiedad, aunque esto no ha transformado el vapeo en un hábito cotidiano.

Entorno de consumo: El entorno de consumo del Curioso se centra en eventos sociales y ocasiones especiales. Prefiere utilizar el dispositivo en fiestas, reuniones y situaciones que favorecen una experiencia compartida y social. Su elección de dispositivos llamativos e innovadores responde al interés en destacarse y experimentar algo nuevo, contribuyendo a su percepción del vapeo como una práctica distintiva, moderna y ligada a la modernidad.

Impacto en su vida diaria: Para el Curioso, el vapeo no tiene un impacto relevante en su vida diaria. Aunque disfrutan de la actividad, no la consideran una parte central de su rutina. Su consumo es esporádico y se asocia principalmente con contextos sociales y de ocio, sin llegar a convertirse en un hábito constante. Para ellos, el vapeo representa una experiencia de exploración y disfrute, pero no modifica de manera significativa su vida cotidiana ni sus hábitos establecidos.



EL SOCIAL

Perfil demográfico:

- Sexo: Hombres y mujeres por igual.
- Edad: El Social es un perfil equilibrado en términos de género, integrado tanto por hombres como por mujeres. La mayoría de este grupo son jóvenes de 18 a 35 años, mientras que una proporción menor en el rango de 36 años o más. Gran parte de este grupo lleva más de un año vapeando, reflejando un nivel considerable de experiencia y familiaridad con la práctica.

Psicografía y motivaciones:

Motivación principal: La principal motivación de el Social radica en la influencia y la interacción con su círculo cercano. El vapeo se ha consolidado como un elemento central de su vida social, integrándose de forma natural en actividades como fiestas, reuniones y eventos. El deseo de encajar y compartir experiencias con amistades es fundamental para este perfil. Asimismo, la preferencia por dispositivos innovadores y visualmente atractivos, junto con sabores frutales y dulces, refleja su interés por destacar y explorar nuevas sensaciones en un entorno colectivo.

Hábitos de consumo: El consumo del Social está estrechamente vinculado a su entorno de interacción. Aunque el vapeo es una presencia constante cuando está con amigos, este grupo puede pasar largos períodos sin consumirlo cuando se encuentra solo. Su uso es regular en eventos y reuniones, donde el vapeo funciona como un elemento de conexión y conversación con otros. Si bien no han aumentado su frecuencia de consumo desde que iniciaron, les resulta difícil abstenerse cuando están en compañía de amistades que también vapean.

Entorno de consumo: El entorno preferido para el vapeo del Social incluye fiestas, reuniones y cualquier evento donde coincidan con amigos y conocidos. En estos contextos, el vapeo no solo

representa un disfrute personal, sino también una actividad social que facilita la interacción y el intercambio de opiniones sobre productos y experiencias relacionadas. La participación en estos espacios es esencial para este grupo, y su elección de dispositivos y sabores está influenciada por el deseo de mantener su relevancia e interés dentro del círculo social.

Impacto en su vida diaria: Para el Social, el vapeo tiene un impacto notable en su vida social. Aunque pueden pasar tiempo sin vapear cuando están solos, esta práctica se convierte en un elemento central de su experiencia en grupo. Más que un hábito individual, el vapeo funciona como un componente integrador en sus interacciones, donde compartir esta actividad con amigos refuerza su sentido de pertenencia y fortalece los lazos con su círculo social.

EL RELAJADO

Perfil demográfico:

- Sexo: Hombres y mujeres por igual.
- Edad: El arquetipo del Relajado abarca a hombres y mujeres de todas las edades. Aunque la mayoría lleva más de un año vapeando, el grupo incluye personas con diversos niveles de experiencia y tiempo de consumo.

Psicografía y motivaciones:

Motivación principal: La principal motivación para el Relajado es la búsqueda de calma y alivio del estrés. Para este arquetipo, el vapeo se ha convertido en una herramienta esencial para manejar la ansiedad y enfrentar el día a día en entornos laborales, académicos o personales. Lo considera como una forma de relajación y disfrute, empleándolo para crear momentos de calma en su rutina diaria.

Hábitos de consumo: El vapeo es un hábito constante para el Relajado, utilizado principalmente en momentos en los que busca calmarse o aliviar tensiones. Aunque su consumo se mantiene estable desde el inicio, el tipo de dispositivo no es de gran importancia para ellos, siempre y cuando cumpla con su función de proporcionar alivio. Prefieren sabores frutales y dulces, aunque algunos también disfrutan del sabor a nicotina. Pueden pasar largos períodos sin vapear si están solos, pero encuentran difícil abstenerse cuando experimentan momentos de estrés o ansiedad.

Entorno de consumo: El entorno de consumo del Relajado es versátil, ya que el vapeo se ajusta a sus necesidades emocionales y no está necesariamente vinculado a un contexto social específico. Recurre a él en cualquier lugar donde necesiten relajarse, ya sea en casa, en el trabajo o en espacios de estudio u otras actividades. La flexibilidad del dispositivo y la variedad de sabores les permiten adaptar la experiencia del vapeo a sus necesidades de relajación personal.

Impacto en su vida diaria: Para el Relajado, el vapeo es una parte integral de la rutina diaria, utilizada como herramienta para manejar la ansiedad y el estrés. Aunque la frecuencia de consumo no ha aumentado desde que comenzaron, sigue siendo fundamental para su bienestar emocional. La posibilidad de adaptar el vapeo a momentos específicos de necesidad lo convierte en un recurso valioso para preservar su equilibrio y afrontar las tensiones del día a día.

IX. Discusión

Dentro de los principales aspectos abordados en esta discusión, destacan varios bloques de resultados que merecen ser ampliados. El primero de ellos se refiere a las experiencias iniciales con los dispositivos de vapeo.

Los hallazgos revelan que no existe un motivo generalizado para comenzar a utilizar vaporizadores. En su lugar, se identificaron tres escenarios claramente diferenciados. En primer lugar, se encuentran las personas que fumaban, o continúan fumando, cigarrillos tradicionales, y que ven en el vaporizador una opción adicional para reducir el consumo de tabaco y, con ello, mitigar el impacto en su salud. Si bien los productos de vapeo contienen una menor cantidad de sustancias tóxicas en comparación con el cigarrillo convencional, los beneficios de su uso siguen siendo objeto de debate. En este sentido, el estudio de Alvear (2017) sostiene que, ante la falta de certeza sobre los riesgos, aunque estos sean mínimos, “se debería aplicar el principio de precaución, es decir, no se debería recomendar su uso para personas, sobre todo si no han sido fumadores en el pasado”. Además, la presencia de nicotina, una sustancia adictiva, es otro argumento para no recomendar el uso de vaporizadores.

Otro hallazgo relevante de la investigación es que algunas personas iniciaron el consumo de vaporizadores por curiosidad, motivadas por su entorno social. En este contexto, la publicidad ha jugado un papel clave en la percepción positiva del vapeo. La exposición en redes sociales, series, películas y otros eventos de entretenimiento ha influido significativamente en la decisión de iniciarse en esta práctica. Un estudio de Pokhrel et al. (2018) indica que una mayor presencia de contenido publicitario relacionado con el vapeo en redes sociales incrementa las expectativas positivas hacia su consumo, particularmente entre adultos jóvenes. Esto respalda la hipótesis ampliamente discutida en la literatura: a mayor exposición, mayor probabilidad de consumo.

La presión de pares fue otro de los elementos identificados en los resultados. Se constató que, para un grupo de personas, la influencia de otras personas externas los “obligó” a integrarse en determinados círculos sociales, lo que implicaba adoptar conductas como vapear. En estos casos, el uso del vaporizador fue visto como una forma de sentirse incluidos, ya sea en su grupo de amigos o en ambientes laborales.

En relación con la presión social y su impacto en jóvenes, el Instituto Nacional de Salud Pública de México (INSP, 2021) publicó el estudio Evidencia actualizada sobre vapeo, en el cual se aborda el uso reciente de estos dispositivos. En dicho informe, se señala que los Sistemas Electrónicos de Administración de

Nicotina (SEAN) fueron concebidos inicialmente como una alternativa para adultos fumadores. No obstante, los líquidos saborizados resultaron especialmente atractivos para adolescentes y jóvenes, siendo estos productos más consumidos por quienes nunca habían fumado previamente. Este fenómeno sugiere que, para esta población, el acceso al vapeo se facilitó al estar asociado con productos llamativos y con la posibilidad de integrarse socialmente mediante esta conducta.

Tanto la presión de grupo como la publicidad parecen reforzar la hipótesis de que el consumo elevado de vaporizadores obedece, en gran medida, a una cuestión de moda. En este sentido, personas de distintas edades, niveles educativos o condiciones socioeconómicas pueden verse inmersas en esta práctica.

Por otra parte, para algunas personas el vapeo se ha convertido en parte de su rutina diaria, ejecutado de forma automática, lo que evidencia una posible dependencia. Estas personas suelen vapear mientras realizan actividades cotidianas como estudiar o conducir.

En contraste, otros usuarios reportan un consumo más “regulado”, limitado a momentos específicos como el tiempo libre, las mañanas antes de ir al trabajo o al final del día para relajarse. También hay quienes reservan el uso del vaporizador para ocasiones particulares, como después de un día laboral estresante, o únicamente en contextos sociales como fiestas. Este último grupo no considera el vapeo como una necesidad en su vida cotidiana y, por lo general, no adquiere dispositivos propios.

A partir de los escenarios analizados, se pueden concretar algunos elementos clave en la conducta de vapear. El uso del vaporizador se establece como una alternativa adicional al cigarrillo, influenciado por la presión de grupo en determinadas actividades, la curiosidad por experimentar algo nuevo y el consumo asociado a la dependencia de la nicotina.

En cuanto a la permanencia en el uso de estos dispositivos, la motivación principal identificada fue el manejo del estrés. Las personas asociaron el acto repetitivo de vapear con un efecto tranquilizante. Es decir, los efectos de la nicotina les ayudan a disminuir sensaciones de ansiedad o tensión. Este es un hallazgo relevante, ya que está comprobado que la nicotina produce diversos efectos en el organismo, siendo el más destacado su capacidad de generar dependencia.

Otros factores que han contribuido a la aceptación social del vapeo son el sabor y el olor agradables que emiten estos dispositivos. A diferencia del cigarrillo tradicional, el vapor no genera molestias significativas a las personas del entorno, lo que facilita su uso en prácticamente cualquier espacio.

Es importante destacar que los fumadores no han percibido un cambio significativo en cuanto a las restricciones o limitaciones para adquirir estos productos. Esto refleja que, a pesar de la existencia de una ley reguladora, no se ha implementado un control efectivo sobre la comercialización y el uso de los dispositivos de vapeo. La facilidad de acceso contribuye al aumento del consumo, incluso entre menores de edad, quienes logran adquirir estos productos sin mayores obstáculos.

En relación con la percepción de riesgo, las personas usuarias de dispositivos electrónicos de vapeo tienden a minimizar los posibles daños que estos podrían causar. Algunos participantes señalaron que anteriormente eran fumadores de cigarrillos y optaron por cambiar su forma de consumo hacia el vapeo. Para ellos, esta transición representó una mejora percibida, especialmente porque ciertos dispositivos permiten la recarga de líquidos con sabores y concentraciones de nicotina seleccionadas, lo que se interpreta como una ventaja en términos de control y comodidad.

Diversos estudios internacionales han evidenciado que las personas perciben un menor riesgo al vapear en comparación con fumar cigarrillos tradicionales. Por ejemplo, la Universidad de los Andes señala en uno de sus artículos: “La persona piensa que vapear es de menor rango que el cigarrillo, que es más suave, que no tiene los mismos riesgos, pero no es cierto. Vapear es igual que fumar, inclusive más grave”, afirma Luis Jorge Hernández, profesor de la Facultad de Medicina y experto en salud pública. Este hallazgo refleja que muchos consumidores no perciben adecuadamente las consecuencias del uso del vapeo (Universidad de los Andes, s.f.).

En cuanto a los efectos a largo plazo del uso de dispositivos electrónicos de vapeo, algunas investigaciones coinciden en que aún se requiere más tiempo para establecer evidencia concluyente, dado que estos productos son relativamente nuevos en el mercado. Sin embargo, su creciente popularidad demuestra que el vapeo se ha convertido en una tendencia, especialmente entre adolescentes y adultos jóvenes. Por otro lado, estudios de corto plazo han identificado consecuencias preocupantes como dependencia, ansiedad, depresión, trastornos del sueño, exposición a sustancias químicas potencialmente cancerígenas, bronquitis crónica y daños pulmonares que podrían comprometer la vida de los consumidores.

Como se ha mencionado en los resultados de esta investigación, uno de los factores que influye positivamente en la aceptación del vapeo es el olor. Los participantes destacaron el uso de dispositivos electrónicos con líquidos saborizados, señalando que estos emiten aromas agradables, a diferencia del olor penetrante y persistente del cigarrillo tradicional. Esta característica, junto con la facilidad de uso y portabilidad del dispositivo, representa un atractivo adicional para las personas usuarias.

Según datos del CDC (Centros para el Control y la Prevención de Enfermedades), en 2022 la mayoría de los jóvenes que reportaron usar cigarrillos electrónicos lo hicieron con productos saborizados (84.9%). Entre

los estudiantes de secundaria que usaban estos productos, los sabores más populares fueron los frutales (69.1%), seguidos por menta (29.4%), mentol (26.6%) y sabores como golosinas, postres u otros dulces (38.3%) (Centros para el Control y Prevención de Enfermedades, 2024).

Con base en lo anterior, se puede considerar que el acceso a dispositivos con múltiples opciones de saborizantes puede incentivar un mayor consumo de vapeo, ya que las personas tienden a probar diferentes sabores según sus preferencias. Este comportamiento podría representar un riesgo para la salud, al introducir diversas sustancias químicas en el organismo de forma recurrente.

Actualmente, el mercado de dispositivos electrónicos de vapeo ha mostrado un crecimiento significativo. Se ha reportado un aumento en las ventas, lo que ha generado la apertura de numerosas tiendas físicas, facilitando así la adquisición de estos productos.

Por otra parte, algunas personas utilizan el vaporizador como una estrategia para dejar de fumar cigarrillos tradicionales. En estos casos, el vapeo representa una vía para continuar consumiendo nicotina sin absorber otros componentes nocivos presentes en el cigarro convencional. Sin embargo, es ampliamente reconocido que los cigarrillos contienen una mayor cantidad de sustancias perjudiciales para la salud.

No obstante, existen opiniones divergentes entre especialistas. Por ejemplo, la doctora Mar Fernández Nieto, especialista en Alergología del Hospital Universitario Fundación Jiménez Díaz, afirmó que: “Es falso que el cigarrillo electrónico, el denominado vapeo, ayuda a dejar de fumar”. Además, diversas sociedades médicas profesionales, como la Sociedad Española de Neumología y Cirugía Torácica, desaconsejan su uso y solicitan que también se prohíba en espacios libres de humo (Nieto y García, 2022).

En el marco de la presente investigación, las personas participantes fueron enfáticas al explicar las razones que motivaron su consumo. En varios testimonios se mencionó que el inicio en el uso de vapeadores estuvo influenciado por la presión de pares, la publicidad y las redes sociales. Estos hallazgos coinciden con lo señalado por otras investigaciones previas y respaldan la evidencia ya documentada sobre los factores sociales que inciden en el inicio del vapeo.

Las personas participantes manifestaron sentirse “bombardeadas” por estímulos sociales que las empujaban a mantenerse en sintonía con quienes ya utilizaban vapeadores. Además de la curiosidad, otros factores que influyeron fueron las relaciones laborales, ya que en algunos entornos el uso del vaporizador se normaliza en áreas de fumado, lo que puede generar presión para participar en esta conducta.

Un ejemplo relevante es el caso reportado en Aragón Noticias (2023), donde se indica que el 57 % de los jóvenes en España considera que fumar está de moda, debido a la influencia de actores, streamers, influencers y otras figuras públicas en redes sociales. Esta alarmante estadística proviene de un estudio reciente del Observatorio de la Asociación Española Contra el Cáncer, el cual concluye que “la influencia de las redes sociales entre adolescentes y jóvenes ha hecho que normalicen nuevas formas de consumo”, particularmente el uso de cigarrillos electrónicos o vapeadores.

Con respecto a los hábitos de consumo, se observó que son pocos los usuarios que regulan la cantidad de nicotina en sus dispositivos. Esto se debe, en parte, a que los dispositivos que permiten este control suelen ser más costosos y poco prácticos para su adquisición. En contraste, los vapeadores desechables, que contienen una dosis fija de nicotina, son más accesibles y están disponibles en múltiples puntos de venta. Los dispositivos regulables son utilizados principalmente por personas que están en proceso de dejar el cigarrillo y requieren ajustar gradualmente la cantidad de nicotina para reducir su dependencia.

En cuanto a los espacios de consumo, no se identificó un lugar preferido de forma generalizada. Dado que los vaporizadores son de fácil transporte y socialmente aceptados, las personas los utilizan en el momento y lugar en que lo desean. Sin embargo, existe cierto consenso entre los participantes en que los espacios abiertos son más adecuados para vapear, no por una razón específica relacionada con el consumo, sino por el entorno visual y su asociación con la reducción del estrés.

Al comparar el vapeo con otras sustancias, las personas exfumadoras de cigarrillo indicaron que no perciben una mejora significativa en cuanto a la sensación que produce, aunque sí reconocen ciertos beneficios en términos de salud. Por otro lado, quienes consumen marihuana manifestaron que prefieren esta sustancia sobre el vaporizador, ya que consideran que genera efectos más satisfactorios.

En relación con el uso combinado de sustancias, los participantes señalaron que el vapeo suele mezclarse con el consumo de alcohol, especialmente en contextos festivos. Asimismo, algunos mencionaron que también puede combinarse con otras drogas, lo que evidencia la presencia de patrones de policonsumo en determinados entornos sociales.

Con respecto al cese del consumo de vapeadores, el Ministerio de Salud ha trabajado en la provisión de herramientas que permitan a las personas dejar de fumar o vapear. Entre las opciones disponibles se encuentran las Clínicas de Cesación de Tabaco de la CCSS, impulsadas por la Comisión para su implementación, así como los 16 Centros de Atención Integral del IAFA, los cuales brindan atención gratuita, sin distinción migratoria y sin necesidad de estar afiliado al seguro social. Cabe destacar que estas iniciativas también contemplan la cesación del uso de dispositivos de vapeo.

Según el Centro para el Control y la Prevención de Enfermedades, existen siete medicamentos aprobados por la Administración de Alimentos y Medicamentos para apoyar el proceso de cesación del tabaquismo y el vapeo. Algunas de estas alternativas incluyen productos de reemplazo de nicotina (como parches, tabletas, chicles, inhaladores orales y aerosoles nasales), así como medicamentos en pastilla como la vareniclina y el bupropión SR. En ciertos casos, el acceso a estos tratamientos implica un costo para la persona usuaria.

Entre las estrategias recomendadas para dejar de fumar o vapear se encuentran: establecer una fecha precisa para dejar el hábito, realizar actividad física regularmente, buscar apoyo psicológico o consejería, mantener una alimentación saludable, evitar el contacto con personas que vapean, fomentar el establecimiento de límites personales y aprender a decir no, así como incorporar actividades de relajación que contribuyan a manejar el estrés.

Es fundamental mencionar que en el país el consumo de dispositivos de vapeo se está iniciando a edades cada vez más tempranas, incluyendo la niñez y la adolescencia. A pesar de que la Ley N.º 10066, aprobada el 14 de diciembre de 2021, establece regulaciones sobre la venta y publicidad de estos productos, su implementación efectiva, especialmente en lo que respecta a la mercadotecnia dirigida a personas jóvenes, aún presenta debilidades significativas.

Los usuarios reconocen que no existe suficiente investigación sobre los efectos a largo plazo del uso de vaporizadores, en parte debido a que se trata de dispositivos relativamente recientes. La información disponible no les genera confianza plena; sin embargo, sí manifiestan interés y preocupación por conocer qué otros componentes contienen estos dispositivos. En este sentido, se concluye que, aunque los consumidores no tengan certeza sobre la veracidad de las investigaciones existentes, es fundamental que cuenten con información clara y accesible sobre los ingredientes y compuestos de los vaporizadores, como parte de sus derechos como consumidores.

Cuando se plantea la posibilidad de dejar de vapear, las opiniones se encuentran divididas. Algunas personas, especialmente aquellas que comenzaron a vapear como una forma de dejar de fumar cigarrillos, no conciben abandonar por completo el consumo de nicotina, debido a la ansiedad que esto les podría generar. En contraste, quienes vapean de manera ocasional consideran que dejar de hacerlo sería relativamente sencillo, al no formar parte de una práctica constante en su vida cotidiana.

Entre quienes están dispuestos a dejar de vapear, se observa un interés por encontrar actividades alternativas que les ayuden a manejar el estrés sin necesidad de recurrir a ninguna sustancia. Además, consideran que el proceso requiere de acompañamiento y seguimiento profesional para abordar adecuadamente las necesidades emocionales y los obstáculos que puedan surgir durante la cesación.

Por estas razones, se concluye que el vapeo puede considerarse, en muchos casos, una moda impulsada por el auge de la publicidad, la facilidad de acceso y métodos de pago, más allá de una necesidad física derivada de la adicción. Ante este panorama, es esencial desarrollar estrategias junto con las personas consumidoras que promuevan herramientas de manejo del estrés y la ansiedad, evitando así la dependencia de un dispositivo que aparentemente “alivia” el malestar, incluso cuando se utiliza sin nicotina y continúa generando efectos similares.

X. Recomendaciones

Es fundamental reconocer que el inicio del consumo de vapeadores en Costa Rica se está dando en edades cada vez más tempranas, incluyendo la niñez y la adolescencia. Esta situación evidencia la urgente necesidad de incorporar de manera prioritaria el abordaje preventivo del uso de vaporizadores en los diferentes programas de promoción de la salud que desarrollan las instituciones del país.

En este sentido, resulta imprescindible fortalecer los programas de prevención y atención integral contemplados en la Ley N.º 9028, así como reforzar la fiscalización y vigilancia sobre la publicidad, promoción y patrocinio de los productos de vapeo. Asimismo, se debe garantizar el cumplimiento efectivo de la prohibición de fumar en espacios públicos cerrados y al aire libre, conforme a lo establecido en dicha ley y en la Ley N.º 10066, que regula el uso de los Sistemas Electrónicos de Administración de Nicotina (SEAN).

De igual forma, es prioritario reforzar la regulación de la publicidad en medios digitales, ya que la industria ha encontrado en las redes sociales un canal eficaz para promover el consumo de cigarrillos electrónicos, especialmente entre los jóvenes. La alta exposición y el uso frecuente de estas plataformas por parte de adolescentes facilita la captación de nuevos consumidores. Por tanto, se hace necesario fortalecer los programas preventivos dirigidos específicamente a esta población.

Adicionalmente, se recomienda implementar programas orientados al desarrollo de habilidades blandas, que enseñen a la población, especialmente a niños y adolescentes, a manejar el estrés, la ansiedad y a establecer límites. Este enfoque permitiría dotar a las personas de herramientas para enfrentar situaciones de riesgo sin recurrir al uso de dispositivos como los vaporizadores.

XI. Referencias

- Administración de Alimentos y Medicamentos. (2022). ¿Quieres dejar de fumar? Los productos para dejar de fumar aprobados y autorizados por la FDA pueden ayudarte. https://www.fda.gov/consumers/articulos-para-el-consumidor-en-espanol/quieres-dejar-de-fumar-los-productos-para-dejar-de-fumar-aprobados-y-autorizados-por-la-fda-pueden?los_productos_para_dejar_de_fumar_aprobados_y_autorizados_por_la_fda_pueden_ayudarte=
- Alvear, G. S. (2017). Cigarrillos electrónicos. ¿Podemos recomendar su uso? *Revista Chilena de Enfermedades Respiratorias*, 33(2). https://scielo.conicyt.cl/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S0717-73482017000200118
- Aragón Noticias. (2023). Las redes sociales normalizan vapear entre los adolescentes. CARTV. <https://www.cartv.es/aragonnoticias/noticias/redes-sociales-o-la-normalizacion-de-vapear-entre-los-adolescentes-18200>
- Carrasco, C. (2015). El vapeo que nos confunde: oportunidades y amenazas del cigarrillo electrónico. *Revista Española de Drogodependencias*, 40(1). https://www.aesed.com/descargas/revistas/v40n1_4.pdf
- Centros para el Control y Prevención de Enfermedades. (s.f.) Datos breves sobre los riesgos de los cigarrillos electrónicos para los niños, adolescentes y adultos jóvenes https://www.cdc.gov/tobacco/basic_information/e-cigarettes/spanish/los-riesgos-de-los-cigarrillos-electronicos-para-jovenes.html
- Centros para el Control y Prevención de Enfermedades. (2024). Uso de cigarrillos electrónicos entre los jóvenes. <https://www.cdc.gov/tobacco/e-cigarettes/youth.html>
- Córdoba, R. (2014). El desafío de los cigarrillos electrónicos. *Atención Primaria*, 46(6), 307-312. <https://www.elsevier.es/es-revista-atencion-primaria-27-articulo-el-desafio-los-cigarrillos-electronicos-S0212656714000602>
- Instituto de Nacional de Salud pública de México. (2021). Evidencia actualizada sobre vapeo: un reporte del Repositorio SEAN. https://www.insp.mx/resources/images/stories/2021/docs/210415_reporte_ends_repository.pdf

- Instituto sobre Alcoholismo y Farmacodependencia. (2023). El desconocimiento del vapeo es una amenaza para los jóvenes. [Facebook Live]. <https://www.facebook.com/iafacr/videos/629112305422189>
- Ivankovich-Guillén, C. y Araya-Quesada, Y. (2011). "Focus groups": Técnica de investigación cualitativa en investigación de mercados. *Ciencias Económicas*, 29, 1.
- Kale, D., Tattan-Birch, H., Brown, J., Cox, S., Dawkins, L., Goniewicz, M. L., Morris, K., & Shahab, L. (2023). Examining acute psychopharmacological effects of nicotine vaping versus heated tobacco products in a randomised crossover study of product naïve adult smokers. *Scientific reports*, 13(1), 22676. <https://doi.org/10.1038/s41598-023-49602-3>
- Liquete, L. P. (2017). Riesgo percibido sobre el consumo ocasional de tabaco tradicional y electrónico en adolescentes. *Pediatría Atención Primaria*, 19(74). http://scielo.isciii.es/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S1139-76322017000200005
- Nieto, M. F., & García, J. M. I. (2022). Vapear para dejar de fumar ¿funciona? Tu canal de salud. <https://www.tucanaldesalud.es/es/tusaludaldia/articulos/vapear-dejar-fumar-funciona>
- Organización Mundial de la Salud. (2014). Tabaco: Cigarrillos electrónicos <https://www.who.int/es/news-room/questions-and-answers/item/tobacco-e-cigarettes>
- Pokhrel, P., Fagan, P., Herzog, T., Laestadius, L., Buente, W., Kawamoto, C. Lee, C. & Unger, J. (2018) Social media e-cigarette exposure and e-cigarette expectancies and use among young adults, *Addictive Behaviors*, (78) 51-58. <https://doi.org/10.1016/j.addbeh.2017.10.017>
- Universidad de los Andes (s.f.). Cigarrillo vs. vapedor. Debate entre la libertad individual y el beneficio o daño social.
- Yong, H., Gravely, S., Borland, R., Gartner, C., Cummings, K., East, K, Tagliaferri, S., Elton-Marshall, T., Hyland, A., Bansal-Travers, M. y Fong, G. (2022). ¿Influyen las percepciones de los fumadores sobre la nocividad de la terapia de reemplazo de nicotina y los productos de vapeo de nicotina, en comparación con los cigarrillos, en su uso como ayuda para dejar de fumar? Hallazgos de las encuestas sobre tabaquismo y vapeo de cuatro países del ITC, *Nicotine & Tobacco Research*, 24, 9, p. 1413-1421, <https://doi.org/10.1093/ntr/ntac087>

XII. Anexos

Anexo 1: Guía de sesiones Guía de trabajo para la Sesión de Vapeo

Duración: 1:30 horas a 2:00 horas

Presentación

La presente investigación, desarrollada por CID Gallup para el Instituto sobre Farmacodependencia y Alcoholismo (IAFA), tiene como objetivo comprender en profundidad los patrones de consumo de vaporizadores en Costa Rica. Esta guía de investigación se centra en recolectar datos detallados y precisos que permitirán identificar tendencias, motivaciones y características demográficas de los consumidores de vaporizadores en el país.

La participación en esta investigación es completamente voluntaria y se puede optar por no responder a cualquier pregunta en cualquier momento. Sin embargo, la colaboración de los participantes es invaluable para el éxito de este estudio y para el desarrollo de estrategias efectivas en la lucha contra la farmacodependencia y el abuso de sustancias en Costa Rica.

Agradecemos de antemano su cooperación y confianza en esta importante iniciativa. Su participación contribuirá significativamente a mejorar la comprensión del consumo de vaporizadores en nuestro país y a la implementación de políticas públicas más informadas y efectivas.

Rueda de Intereses

El facilitador explica brevemente el objetivo de la actividad:

“Vamos a hacer una actividad rápida llamada ‘Rueda de Intereses’. Esto nos ayudará a conocernos mejor y a empezar a sentirnos más cómodos unos con otros.”

Identificación de Intereses

En cada sección del círculo, los participantes deben escribir una respuesta a las siguientes cuatro preguntas:

- ¿Cuáles son sus hobbies favoritos?
- ¿Cuáles son sus lugares favoritos para visitar?
- ¿Qué actividades les gusta hacer para relajarse?
- ¿Cuáles son sus creencias religiosas? (general)

Bloque 1: Primera experiencia y uso de cigarrillos

Estas preguntas están dirigidas a: Entender los patrones de comportamiento y las motivaciones detrás del primer uso de vaporizadores, así como las diferencias percibidas entre fumar cigarrillos tradicionales y vapear.

- Contexto de la Primera Experiencia: Identificar los factores y circunstancias que llevaron a los participantes a probar vaporizadores por primera vez.
- Cigarrillos: Analizar las diferencias percibidas entre fumar cigarrillos tradicionales y vapear. Factores de mayor importancia: el diagrama de venn comparando atributos y las experiencias de usuarios que iniciaron su uso de vaporizadores para dejar los cigarrillos.
- Contexto de la Primera Experiencia.

Pregunta principal:

- ¿Cuándo fue la primera vez que escucharon sobre los vaporizadores?
- ¿Qué los motivó a probar un vaporizador por primera vez?

Preguntas de indagación:

- ¿En qué situación se encontraban cuando decidieron probar un vaporizador por primera vez (fiesta, reunión con amigos, solo en casa, etc.)? ¿Hace cuanto fue?
- ¿Estaban solos o acompañados durante su primera experiencia con un vaporizador? ¿Con quienes estaban y cuál fue su rol?
- ¿Hubo algún evento o circunstancia específica que los llevó a tomar la decisión de probar el vaporizador?
- ¿Qué expectativas tenían antes de consumir vaporizadores por primera vez?
- cigarrillos (crear un diagrama de venn en la pizarra: un lado cigarrillos en el otro vaporizadores)

Pregunta principal:

- ¿Fuman o fumaron en algún momento cigarrillos tradicionales?
- ¿Cómo describirían la diferencia entre fumar cigarrillos tradicionales y vapear?

Preguntas de indagación:

- ¿Han considerado el vapeo como una forma de dejar de fumar? ¿Por qué sí o por qué no? ¿Si han hecho uso del vapeo para esto, les ha funcionado?
- ¿Hay lugares donde prefieren vapear en lugar de fumar cigarrillos tradicionales? ¿Por qué?
- Diagrama: ¿Hay alguna preocupación de salud que tengan específica del vapeo en comparación con fumar cigarrillos tradicionales? ¿O viceversa?

- Diagrama: ¿¿Qué opinan sobre el sabor de los cigarrillos tradicionales en comparación con los líquidos de vapeo/ vaporizadores en general?
- Diagrama: ¿¿Sienten que hay una diferencia en la aceptación social entre fumar cigarrillos tradicionales y usar vaporizadores?
- Diagrama: ¿¿Cómo compararían la conveniencia de fumar cigarrillos tradicionales en comparación con usar vaporizadores (en términos de facilidad de uso, mantenimiento, etc.)?
- Diagrama: ¿Han notado alguna diferencia en la disponibilidad de cigarrillos tradicionales y productos de vapeo en su área?
- Diagrama: ¿¿Qué papel juegan los costos en su decisión de fumar cigarrillos tradicionales o usar vaporizadores?
- ¿Cómo creen que varían los motivadores para vapear entre personas que han fumado cigarrillos tradicionales y aquellos que nunca lo han hecho?

Bloque 2: Motivaciones

Estas preguntas están dirigidas a explorar tanto las motivaciones personales (intrínsecas) como las influencias externas (extrínsecas) detrás del consumo de vaporizadores, evaluando los beneficios percibidos y las experiencias relacionadas con el vapeo.

Intrínsecas: Explorar los factores personales que influyen en la decisión de usar vaporizadores, incluyendo los beneficios percibidos, el impacto en el bienestar, el placer y la satisfacción.

Extrínsecas: Impacto del grupo social en la decisión de consumir vaporizadores. Aceptación social del vaporizador en el entorno del participante. Influencia de la desaprobación familiar en la decisión de reducir o dejar el consumo.

Intrínsecas

Pregunta principal:

- ¿Qué factores personales influyen en su decisión de usar un vaporizador? (Ejemplo: salud, costo, comodidad)
- ¿Cuáles consideran que son los principales beneficios personales que obtienen del consumo de vaporizadores? (Si mencionan que fuman vape para dejar el cigarrillo indagar por que fuman cigarrillo)

Preguntas de indagación:

- ¿Cómo creen que el consumo de vaporizadores ha impactado su bienestar general (físico, mental, emocional)?
- ¿Hasta qué punto consume vaporizadores por el placer o la satisfacción que le proporciona? ¿Cómo describirían la sensación de bienestar o euforia que experimentan al consumir vaporizadores?
- ¿Qué expectativas tienen cuando deciden consumir vaporizadores?
- ¿Se cumplen esas expectativas? ¿Cómo se sienten cuando el vaporizador no cumple con sus expectativas?
- ¿Qué situaciones particulares tienen para usar los vaporizadores?
- Pregunta principal: ¿Qué características del vapeo disfrutan más (sabores, dispositivos, control de nicotina, etc.)?
- ¿Qué tan importante es para ustedes la variedad de sabores en los líquidos de vapeo?

Extrínsecas

Pregunta principal:

- ¿Cómo describirían la influencia de sus amigos o grupo social en su decisión de consumir vape?

Preguntas de indagación:

- ¿Han sentido presión social para consumir vape? ¿En qué contextos?
- ¿Consideran que el consumo de vape está socialmente aceptado en su entorno? ¿Por qué? ¿Qué opinan sus amigos y familiares sobre su consumo de vaporizadores? Saben sus familiares de su uso de vapeo
- ¿La preocupación o desaprobación de sus seres queridos ha influido en su deseo de reducir o dejar el consumo?
- ¿Qué papel juegan las tendencias y modas en su decisión de vapear?

Bloque 3: Hábitos

Estas preguntas están dirigidas a: Comprender la rutina de consumo de vaporizadores de los participantes, así como sus preferencias y comportamientos asociados, para identificar patrones de uso y factores que podrían influir en estos hábitos.

Rutina de compra: Rutinas, métodos, lugares, cantidades y calidad del consumo. Otras sustancias: combinación o sustitución por otras sustancias.

Rutina de uso

Pregunta principal

- ¿Actualmente cómo describirían su rutina de consumo de vaporizadores?
- ¿Es algo regular o esporádico?
- ¿Con qué frecuencia consumen vaporizadores (diariamente, semanalmente, mensualmente, ocasionalmente)?

Preguntas de indagación:

- ¿Consumen vaporizadores solo en ciertos momentos del día? ¿Cuáles y por qué?
- ¿Ha cambiado la frecuencia de su consumo a lo largo del tiempo?
- ¿Qué factores han influido en estos cambios?
- ¿Cuál es su método preferido para consumir vaporizadores (desechables o recargables) y por qué? ¿Han cambiado su método de consumo a lo largo del tiempo? ¿Qué motivó ese cambio?
- ¿Dónde prefieren consumir vaporizadores (en casa, en casa de amigos, al aire libre, en eventos sociales, etc.)? ¿Qué tan importante es el ambiente o lugar para su experiencia de consumo de vaporizadores? ¿Evitan consumir vaporizadores en ciertos lugares?
- ¿Por qué? ¿Hay lugares donde se sienten más cómodos consumiendo vaporizadores? ¿Qué características tienen esos lugares?
- ¿Cuál es la cantidad de tabaco que consumen en el vaporizador?
- ¿Con qué frecuencia compra usted vaporizadores o líquido y de qué cantidad? ¿Consideran que consumen más, menos o la misma cantidad de vaporizadores en comparación con otros consumidores que conocen? ¿Por qué?
- ¿Cómo eligen la calidad de vaporizadores que consumen? ¿Qué factores consideran importantes? ¿Han experimentado diferencias significativas en su experiencia de consumo basadas en la calidad de vaporizadores?
- ¿Consumen vaporizadores más frecuentemente cuando están solos o en compañía de otros? ¿Por qué?

- ¿Cómo varía su consumo de vaporizadores en contextos sociales en comparación con cuando están solos?
- ¿Qué tan fácil o difícil es para ustedes conseguir vapes? ¿Influye esto en su frecuencia de consumo? ¿Generalmente donde compran vaporizadores?
- ¿Tiene en todo momento su vaporizador? ¿Siente ansiedad si no lo tiene en todo momento?

Otras sustancias

- ¿Hay alguna otra sustancia que les ayude a sentir lo mismo que los vaporizadores/cigarrillos? Si la respuesta es sí:
- ¿Qué sustancia(s) y en qué situaciones prefieren usarlas? ¿Cómo comparan los efectos de esa sustancia con los del vaporizador? Si la respuesta es no:
- ¿Qué aspectos de los vaporizadores consideran que son mejores o más efectivos en comparación con otras sustancias? ¿Hay algo específico de los vaporizadores que no encuentren en otras sustancias (efectos, sensación, manejo del estrés, etc.)?
- ¿Suelen mezclar vaporizadores con alguna otra sustancia para mejorar el efecto? Indagar si de fiesta es común que fumen Si la respuesta es sí:
- ¿Cuál(es) sustancia(s) mezclan con vaporizadores y por qué? ¿Qué efectos adicionales buscan al mezclar vaporizadores con otras sustancias? Si la respuesta es no:
- ¿Por qué prefieren no mezclar vaporizadores con otras sustancias?
- ¿Consideran que el vaporizador por sí solo es suficiente para obtener los efectos que desean? ¿Por qué?

Bloque 4: Reflexión sobre el Consumo

Estas preguntas están dirigidas a: Explorar la reflexión personal sobre el consumo de vaporizadores y sus efectos adversos, así como identificar las motivaciones y estrategias para reducir o dejar el consumo, y comparar los vaporizadores con otras sustancias o actividades para obtener una visión completa de las perspectivas de los consumidores sobre su consumo y el cambio potencial.

Efectos Adversos: Preocupaciones sobre los posibles efectos a largo plazo en la salud física y mental. Impacto del vaporizador en la productividad, concentración y desempeño en actividades cotidianas, así como en las responsabilidades y relaciones personales.

Motivaciones para Reducir el Consumo: Visiones futuras en relación con el consumo de los vaporizadores y los cambios deseados. Razones personales para reducir el consumo y los beneficios esperados. Necesidades de apoyo y recursos para dejar de consumir vaporizadores.

Auto reflexión y Consumo

- ¿Toman tiempo para reflexionar sobre su consumo de vaporizadores y sus efectos en su vida? ¿Qué conclusiones han sacado? ¿Sienten que hay aspectos de su vida que han mejorado o empeorado gracias al consumo de vaporizadores? ¿Cuáles?
- ¿Sienten que tienen control sobre su consumo de vaporizadores?
- ¿Por qué o por qué no?
- ¿En qué momentos sienten que el consumo de vaporizadores es más una necesidad que una elección consciente necesidad?

Efectos Adversos

- ¿Qué efectos secundarios conocen sobre el consumo de vaporizadores? ¿Dónde obtuvieron la información sobre estos efectos secundarios?
- ¿Están preocupado por los posibles efectos a largo plazo del vaporizador en su salud física o mental?
- ¿Han notado algún cambio en su salud que atribuyan al consumo de vaporizadores? ¿De qué tipo?
- ¿Cómo afecta el consumo de vaporizadores a su productividad, concentración o desempeño en actividades cotidianas? ¿Han sentido que el consumo de vaporizadores interfiere con sus responsabilidades o relaciones personales? ¿Hasta qué punto estos efectos negativos influyen en su deseo de seguir consumiendo vaporizadores?

Motivaciones para Reducir el Consumo

Pregunta principal:

- ¿Cómo se ven a sí mismos en el futuro en relación con el consumo de vaporizadores?
- ¿Qué cambios les gustaría hacer en su vida respecto al vaporizadores y cómo planean lograrlos?

Preguntas de indagación:

- ¿Hay alguna razón personal que les motive a reducir su consumo de vaporizadores (mejorar la salud, aumentar la productividad, etc.)?
- ¿Qué beneficios esperan obtener si deciden reducir su consumo de vaporizadores?
- ¿Han intentado reducir su consumo de vaporizadores en el pasado?
- ¿Cómo fue esa experiencia? ¿Qué obstáculos encontraron al intentar reducir su consumo y cómo los superaron?
- ¿Cómo imaginan el proceso de dejar de consumir vaporizadores?
- ¿Qué apoyo o recursos creen que necesitarían?
- ¿Han considerado buscar ayuda profesional para dejar de consumir vaporizadores? ¿Por qué o por qué no?
- ¿Han considerado otras actividades o métodos para obtener los mismos beneficios que les proporciona el vaporizador (ejercicio, meditación, etc.)? chicles de nicotina, parches de nicotina.
- ¿Qué tan dispuestos estarían a probar alternativas al vaporizador para manejar el estrés o mejorar su bienestar?
- ¿Cómo comparan el vaporizador con otras sustancias o actividades en términos de beneficios y riesgos? ¿Qué ventajas ven en dejar el vaporizador y optar por estas alternativas?
- ¿Cómo creen que sería su vida si dejara de consumir vaporizadores?
- ¿Qué aspectos mejorarían?
- ¿Qué desafíos anticipan al dejar el vaporizador y cómo planean enfrentarlos?

Perfil de las Personas Usuarías de dispositivos de vapeo, según factores racionales y emocionales que motivan el consumo de este tipo de sustancia psicoactivas.

COSTA RICA.

Proceso de Investigación,
Diciembre 2024.



**MINISTERIO
DE SALUD**

**GOBIERNO
DE COSTA RICA**

IAFA