



La nueva cara de la adicción a la nicotina

Entendiendo los riesgos de una tendencia en aumento y su impacto en la comunidad latina

¿QUÉ SON LAS BOLSITAS DE NICOTINA?

- ▶ Las bolsitas de nicotina son un producto nuevo que se ha vuelto más popular
- ▶ Muchos jóvenes las usan porque son pequeñas, discretas y fáciles de ocultar
- ▶ Algunas marcas populares incluyen Zyn, On!, Velo, y Rogue
- ▶ Se colocan entre el labio y la encía y la nicotina se absorbe directamente en el cuerpo

¿CÓMO AFECTAN LA SALUD?

La nicotina puede afectar especialmente a los adolescentes porque el cerebro aún está en desarrollo.

Puede causar:



Adicción rápidamente



Problemas de **concentración y memoria**



Ansiedad e irritabilidad



Mayor riesgo de usar **otros productos de tabaco**

UNA TENDENCIA EN CRECIMIENTO

- ▶ El uso de bolsitas de nicotina está aumentando rápidamente.



Entre 2019 y 2022, las ventas de bolsitas de nicotina oral aumentaron un **540%**



En 2023, las bolsitas de nicotina fueron el **cuarto** producto de tabaco más usado entre jóvenes



Muchas vienen en sabores **dulces o frutales**, lo que puede atraer a los jóvenes

SEÑALES DE USO

- ▶ Pequeños **envases redondos** similares a los de mentas
- ▶ Bolsitas blancas colocadas **debajo del labio**
- ▶ **Irritación** en las encías o labios
- ▶ **Cambios** de humor o irritabilidad relacionados con la nicotina

¿POR QUÉ ES IMPORTANTE PARA NUESTRAS COMUNIDADES?

Los jóvenes latinos en Estados Unidos tienen mayor exposición a la publicidad de productos de tabaco.

- ▶ Los adolescentes hispanos/latinos tienen mayor riesgo de usar productos con nicotina que otros jóvenes
- ▶ En California, los vecindarios latinos tienen **32%** más tiendas que venden tabaco que el promedio estatal
- ▶ Entre 2015 y 2019, se emitieron más de **6,000+** nuevas licencias para la venta de tabaco



Más tiendas de tabaco = mayor uso entre jóvenes y más dificultad para dejar el tabaco entre adultos

AYUDE A PREVENIR EL USO:

- **Hable con sus hijos:** Hable sobre las bolsitas de nicotina, sus riesgos y aclare que no son seguras, aunque no produzcan humo.
- **Apoye a su comunidad:** Participe en coaliciones o iniciativas locales que buscan proteger a los jóvenes del tabaco y la nicotina.



AYUDA GRATIS PARA DEJAR LA NICOTINA

Llama al **800-300-8086**

Visita kickitca.org

Fuentes:

1. Amanda Y Kong, et al, "Neighborhood Inequities in Tobacco Retailer Density and the Presence of Tobacco-Selling Pharmacies and Tobacco Shops," Health Education & Behavior 49, no. 3 (2022):478-487, <https://doi.org/10.1177/10901981211008390>.
2. Fernanda Alonso, et al, "Perceptions of and experiences with cigarette and e-cigarette use among a diverse population of US Latino adolescents and young adults," American Journal of Health Promotion 37, no. 5 (2023): 1-8, <https://doi.org/10.1177/08901171221151125>.
3. "Oral nicotine pouches: addiction in a new package," UNDO, California Department of Public Health, May 6, 2024, <https://www.undo.org/exposed/oral-nicotine>.
4. "Quit Now," Kick It California, accessed March 22, 2025, <https://kickitca.org/quit-now>.
5. "Quitting Zyn and Other Nicotine Pouches," EX Program, accessed March 22, 2025, <https://www.exprogram.com/ex-resources/about-quitting/get-ready-to-quit/quitting-zyn-and-other-oral-nicotine-pouches/>.
6. Sadiya Bi Shaikh, et al, "Classification, Perception, and Toxicity of Emerging Flavored Oral Nicotine Pouches," International Journal of Environmental Research and Public Health 20, no. 5 (2023): 4526, <https://doi.org/10.3390/ijerph20054526>.
7. "What is Zyn and what are oral nicotine pouches?" Truth Initiative, October 25, 2024, <https://truthinitiative.org/research-resources/emerging-tobacco-products/what-zyn-and-what-are-oral-nicotine-pouches>.
8. "Zyn & the Rise in Popularity of Nicotine Pouches: Frequently Asked Questions," Law and Policy Partnership to End the Commercial Tobacco Epidemic, August 2024, <https://www.publichealthlawcenter.org/sites/default/files/resources/Popularity-of-Nicotine-Pouches-FAQ.pdf>.