e-ISSN **3073-1151**
Julio-Septiembre, 2025
Vol. **2**, Núm. **3**, **294-297**
https://doi.org/10.63415/saga.v2i3.173

SAGA
Revista Científica Multidisciplinar
https://revistasaga.org/

Artículo de Investigación

¿Existe una relación entre el uso de vapeadores y la salud mental en estudiantes del área de la salud?

Is there an association between vaping and mental health among students in the health sciences field?

Verónica Tobón Pérez[1], Ana Karina Cisneros Pérez[1],
Fatima Hernández Ortiz[1], Angélica Gopar Díaz[1]

[1] Universidad Anáhuac Oaxaca, Blvd. Guadalupe Hinojosa de Murat No. 1100. Oaxaca C.P. 71248. México.

Recibido: 2025-05-01 / **Aceptado**: 2025-06-02 / **Publicado**: 2025-07-01

RESUMEN

Este estudio analiza la relación entre el uso de vapeadores y la salud mental en estudiantes universitarios del área de la salud. Mediante una metodología cuantitativa de tipo transversal, se aplicaron encuestas estructuradas que permitieron identificar patrones de consumo, percepciones y posibles correlaciones con indicadores psicológicos como ansiedad, depresión y calidad del sueño. Los resultados muestran que, aunque la mayoría de los estudiantes no vapea, una proporción significativa presenta malestar psicológico. Los hallazgos subrayan la necesidad de intervenciones educativas y preventivas que promuevan estilos de vida saludables entre los futuros profesionales de la salud.

Palabras clave: vapeadores, salud mental, ansiedad, bienestar psicológico, estudiantes universitarios

ABSTRACT

This study explores the relationship between e-cigarette use and mental health in university students studying health sciences. Using a cross-sectional quantitative methodology, structured surveys were conducted to identify consumption patterns, perceptions, and possible correlations with psychological indicators such as anxiety, depression, and sleep quality. Results indicate that although most students do not vape, a significant proportion exhibits psychological distress. These findings highlight the need for educational and preventive interventions aimed at promoting healthy lifestyles among future health professionals.

keywords: e-cigarettes, mental health, anxiety, psychological well-being, university students

RESUMO

Este estudo analisa a relação entre o uso de cigarros eletrônicos (vapeadores) e a saúde mental em estudantes universitários da área da saúde. Por meio de uma metodologia quantitativa de corte transversal, foram aplicados questionários estruturados que permitiram identificar padrões de consumo, percepções e possíveis correlações com indicadores psicológicos como ansiedade, depressão e qualidade do sono. Os resultados mostram que, embora a maioria dos estudantes não utilize vapeadores, uma proporção significativa apresenta desconforto psicológico. Os achados ressaltam a necessidade de intervenções educativas e preventivas que promovam estilos de vida saudáveis entre os futuros profissionais da saúde.

palavras-chave: vapeadores, saúde mental, ansiedade, bem-estar psicológico, estudantes universitários.

Forma sugerida de citar (APA):

Tobón Pérez, V., Cisneros Pérez, A. K., Hernández Ortiz, F., & Gopar Díaz, A. (2025). ¿Existe una relación entre el uso de vapeadores y la salud mental en estudiantes del área de la salud? *Revista Científica Multidisciplinar SAGA*, 2(3), 294-297. https://doi.org/10.63415/saga.v2i3.173

Esta obra está bajo una licencia internacional

Creative Commons de Atribución No Comercial 4.0

INTRODUCCIÓN

En los últimos años, el uso de cigarrillos electrónicos ha aumentado significativamente, especialmente entre adolescentes y adultos jóvenes. Estos dispositivos, inicialmente diseñados para ayudar a dejar de fumar, han ganado popularidad entre los estudiantes universitarios por su disponibilidad, atractivos sabores y percepción de menor daño en comparación con el tabaco convencional. Diversos estudios han alertado sobre sus efectos negativos en la salud física y mental, incluyendo ansiedad, depresión y deterioro cognitivo.

Particularmente en estudiantes del área de la salud, este fenómeno es preocupante. Por un lado, se encuentran en una etapa vulnerable del desarrollo; por otro, serán los futuros promotores de conductas saludables en la población. La presente investigación tiene como objetivo analizar si existe una relación entre el uso de vapeadores y la salud mental en estudiantes de medicina, considerando su frecuencia de consumo, percepción de riesgo y estado emocional.

MATERIALES Y MÉTODOS

Diseño del estudio: Observacional, descriptivo, transversal con enfoque cuantitativo. Población: Estudiantes de la licenciatura en Médico Cirujano de la Universidad Anáhuac Oaxaca.

Muestra: Se calculó una muestra de 139 estudiantes a partir de una población total de 220 alumnos, con un 95% de confianza. Instrumentos: Se aplicaron tres instrumentos validados: una encuesta sobre el uso de vapeadores (20 ítems), una evaluación de conocimientos sobre vapeo (15 ítems) y el cuestionario GHQ-12 para evaluación de salud mental. Variables: Independiente: uso de vapeadores. Dependientes: indicadores de salud mental (ansiedad, depresión, sueño). Sociodemográficas: edad, sexo, hábitos. Análisis estadístico: Se emplearon medidas de tendencia central (media, mediana, moda), desviación estándar y prueba de chi cuadrada para establecer inferencias.

RESULTADOS

De los 150 estudiantes encuestados, el 26.7% (n=40) reportó haber vapeado alguna vez, mientras que el 73.3% (n=110) indicó que no utiliza estos dispositivos. Al analizar la variable sexo, se identificó que un 64% de los participantes eran mujeres (n=96) y un 36% hombres (n=54). En cuanto al semestre cursado, la mayoría pertenecía a los primeros cuatro semestres, la salud mental se evaluó mediante el GHQ-12, donde el 80% (n=120) obtuvo puntuaciones en el rango de bienestar psicológico (0–12), el 16.7% (n=25) presentó niveles de malestar leve a moderado (13–20), y el 3.3% (n=5) malestar psicológico significativo (≥21). De los vapeadores, el 15.8% (n=6) reportó síntomas relevantes de malestar psicológico, mientras que entre quienes no vapeaban, este porcentaje fue del 21.6% (n=24).

Respecto a los síntomas físicos asociados al vapeo, los más comunes fueron tos (18.4%), mareo (15.8%), dolor torácico (10.5%) y fatiga (7.9%), además, un pequeño grupo reportó síntomas neurovegetativos como ansiedad aguda, pérdida de apetito y taquicardia tras el uso frecuente de cigarrillos electrónicos.

Las pruebas de chi-cuadrada no arrojaron asociaciones estadísticamente significativas entre el uso de vapeadores y el sexo ($p > 0.05$). Sin embargo, se observó una tendencia en las mujeres a identificar el vapeo como un riesgo grave para la salud, mientras que los hombres tendieron a subestimarlo, en cuanto al conocimiento sobre los componentes del vapeo, el 83% identificó correctamente que contiene nicotina, pero menos del 45% sabía que también puede contener compuestos como THC o formaldehído.

DISCUSIÓN

Los hallazgos de este estudio revelan un panorama complejo en torno al uso de vapeadores y la salud mental de estudiantes universitarios del área de la salud. Aunque el porcentaje de consumo reportado no supera el 30%, su existencia dentro de una comunidad médica formativa genera preocupación, los futuros profesionales de la salud no solo están

expuestos al estrés académico, sino también a factores sociales que promueven el consumo de sustancias aparentemente "inofensivas".

La literatura reciente como la difundida por la OMS (2023) y el INSP (2022) respalda la idea de que el vapeo puede tener consecuencias adversas en la salud física y mental, aun en usuarios ocasionales. En este estudio, aunque no se encontró una relación estadísticamente significativa entre el uso de vapeadores y los niveles de malestar psicológico, sí se observaron patrones concordantes con investigaciones previas, estudios como los de ClikiSalud.net (2023) y EsMental.com (2023) destacan que incluso el uso intermitente de nicotina puede alterar la química cerebral, provocando cambios en el estado de ánimo, el sueño y el control emocional.

Además, el hecho de que varios participantes que no consumen vapeadores también presentaran síntomas de malestar psicológico sugiere que hay múltiples factores influyendo en el bienestar emocional del alumnado: carga académica, ansiedad por desempeño, hábitos alimenticios y sueño, etc.

CONCLUSIONES

El presente estudio sugiere que existe una relación potencial, entre el uso de vapeadores y el malestar psicológico en estudiantes del área de la salud. Si bien no se hallaron asociaciones estadísticas significativas, los datos evidencian tendencias relevantes que deben considerarse en intervenciones universitarias de promoción de la salud.

La evaluación mediante el cuestionario GHQ-12 demostró su utilidad como herramienta de tamizaje, detectando a estudiantes en riesgo emocional que podrían beneficiarse de seguimiento psicológico. Por su parte, las encuestas de vapeo y conocimiento permitieron identificar lagunas informativas que, si no se abordan, pueden perpetuar la percepción errónea de que el vapeo es una práctica "segura".

Se recomienda que las instituciones académicas integren programas de educación sobre riesgos del vapeo, estrategias de afrontamiento emocional y espacios de escucha activa. Asimismo, estudios longitudinales con muestras más amplias y mayor control sobre las variables permitirán establecer con mayor precisión los vínculos entre consumo de sustancias y salud mental en poblaciones estudiantiles.

En resumen, el estudio no pretende demonizar el vapeo, sino entenderlo como parte de un fenómeno multifactorial que debe abordarse desde el enfoque preventivo, educativo y clínico

REFERENCIAS BIBLIOGRÁFICAS

ClikiSalud. (2023). *Adicciones: Vapear y sus riesgos para la salud*. https://www.clikisalud.net/

Es Mental. (2023). *Los riesgos del vapeo para la salud física y mental*. https://www.esmental.com/

Instituto Nacional de Salud Pública. (2022). *Consumo de tabaco y uso de cigarro electrónico en adolescentes y adultos mexicanos: ENSANUT Continua 2022*. https://ensanut.insp.mx/

Organización Mundial de la Salud. (2023). *Informe global sobre el tabaco*. https://www.who.int/

Ponciano-Rodríguez, G., & Chávez Castillo, C. A. (2020). Efectos en la salud de los sistemas electrónicos de administración de nicotina (SEAN). *Revista de la Facultad de Medicina de la UNAM*, *63*(6), 1–10

UNAM Global. (2023). *Los riesgos ocultos de los vapeadores*. https://unamglobal.unam.mx/

DECLARACIÓN DE CONFLICTO DE INTERESES

Las autoras declaran no tener conflictos de intereses.

DERECHOS DE AUTOR

Tobón Pérez, V., Cisneros Pérez, A. K., Hernández Ortiz, F., & Gopar Díaz, A. (2025)

Este es un artículo de acceso abierto distribuido bajo la licencia Creative Commons de Atribución No Comercial 4.0, que permite su uso sin restricciones, su distribución y reproducción por cualquier medio, siempre que no se haga con fines comerciales y el trabajo original sea fielmente citado.

El texto final, datos, expresiones, opiniones y apreciaciones contenidas en esta publicación es de exclusiva responsabilidad de los autores y no necesariamente reflejan el pensamiento de la revista.