



Más información en:  
tu centro de salud

[www.hoynofumo.com](http://www.hoynofumo.com)  
[www.juntadeandalucia.es/salud/esxmi](http://www.juntadeandalucia.es/salud/esxmi)

**900 850 300**

¡ Ahora también puedes dejar  
de fumar POR TELÉFONO !



JUNTA DE ANDALUCIA  
CONSEJERÍA DE IGUALDAD, SALUD Y POLÍTICAS SOCIALES

CONSEJERÍA DE IGUALDAD, SALUD Y POLÍTICAS SOCIALES



JUNTA DE ANDALUCIA

Información  
sobre  
**Caehimbas**



## ¿Qué sabemos sobre las cachimbas?

Las **cachimbas** (también llamadas pipas de agua, hukas, shishas, narguiles...) son utensilios generalmente utilizados para fumar una mezcla de tabaco con aromas o sabores.

La principal característica es que emplea agua para enfriar y filtrar el humo de la combustión, que se realiza por medio de carbón o de otras sustancias.

La aspiración del humo se consume a través de una manguera, cuya boquilla es frecuentemente compartida por quienes consumen.



En la última década su uso ha ido extendiéndose, especialmente en población joven, debido a su marcado carácter social, su imagen de aparente inocuidad y el empleo de sabores que suelen ser suaves y dulces.

El consumo típico suele durar entre 20 y 90 minutos y no parece haber diferencias entre sexos.

## Es necesario tener en cuenta que:

- 1.- Los agentes de combustión (como carbón u otras sustancias) que se emplean en las cachimbas emiten sus propios compuestos tóxicos (como monóxido de carbono, metales pesados y toxinas) que pueden causar cáncer.
- 2.- El tabaco contiene sustancias cancerígenas y alquitrán, que no son solubles en el agua, y pasan al conducto respiratorio de quienes lo consuman. Está ampliamente demostrado su efecto sobre el cáncer de pulmón, las enfermedades cardiovasculares y la enfermedad pulmonar obstructiva crónica (EPOC).
- 3.- Es perjudicial la exposición al humo ambiental, o expirado, de cachimba. Ha de evitarse su uso particularmente en presencia de menores y de mujeres embarazadas.
- 4.- En una sesión media de consumo de tabaco en cachimba, el humo aspirado correspondería, comparativamente, al humo de unos 100 cigarrillos. En una sola sesión, también se absorbería una mayor cantidad de nicotina, por lo que la dependencia se establece rápidamente.
- 5.- Estos productos son llamados “de iniciación” por la industria tabaquera, es decir, favorecen la captación de futuros consumidores. Los sabores suaves y dulces inician a jóvenes que, en un principio, quizá no son consumidores de cigarrillos.
- 6.- Existen riesgos de transmisión de infecciones respiratorias y hepatitis a través de las cachimbas, debido a que se comparten las boquillas y la manguera. Éstas habrían de esterilizarse antes y después de cada sesión.
- 7.- Resulta difícil el control de los ingredientes que se emplean en las cachimbas, tanto para la combustión como para la inhalación.

En resumen:

- En ningún caso ha de entenderse que el consumo de tabaco en cachimbas sea inocuo: este puede ser incluso más nocivo que el cigarrillo de tabaco tradicional.
- En su etiquetado o publicidad no ha de indicarse que conlleve beneficios, sea un método de reducción de daños o no tenga riesgos para la salud.

Y en todos los casos:

**ESTE PRODUCTO  
NO PUEDE SER  
CONSUMIDO  
POR MENORES  
DE 18 AÑOS.**

Es una infracción grave “vender o entregar a personas menores de dieciocho años productos del tabaco, así como cualquier otro producto que le imite e induzca a fumar” (art. 3 Ley 28/2005).

La venta de productos que contengan tabaco solo podrá realizarse a través de la red de expendedurías de tabaco y timbre o máquinas expendedoras ubicadas en establecimientos autorizados (art. 3 Ley 28/2005).

