

## Dejar de fumar con el cigarrillo electrónico

**El 80% de los fumadores que deciden dejar de fumar con el cigarrillo electrónico consiguen abandonar el tabaquismo de forma eficaz. Un requisito imprescindible para formar parte de este 80% es escoger un establecimiento donde le asesoren correctamente sobre la elección de su cigarrillo electrónico y la importancia de su mantenimiento para evitar abandonos prematuros y la recaída en el tabaco tradicional.**

Los que conocemos el mundillo de los cigarrillos electrónicos podemos encontrar entre los aficionados al vapeo a varios tipos de usuarios. Primero están aquellos que han conseguido dejar de fumar y se han pasado definitivamente al cigarrillo electrónico. También hay muchos que combinan el cigarro tradicional con el vapeo, los típicos “fumadores sociales” que en algunas circunstancias, sobre todo en compañía de fumadores, continúan echando mano del tabaco. Y finalmente, los que probaron en su momento los cigarrillos electrónicos con la intención de dejar de fumar pero volvieron a caer en el viejo hábito.

¿Por qué algunos usuarios de cigarrillos electrónicos fracasan en su intento de abandonar el tabaco?

El cigarrillo electrónico ha demostrado ser la mejor arma inventada hasta ahora para dejar de fumar con éxito: “engaña” al cerebro reproduciendo el ritual al que estábamos acostumbrados como fumadores, lo que combate la dependencia psicológica. Por su parte, los líquidos con nicotina —especialmente indicados para los que se inician en el cigarrillo electrónico como alternativa al tabaco— sirven para contrarrestar la falta de esta sustancia en el organismo. Sin embargo muchos usuarios no logran dejar de fumar. ¿Cuál es el motivo? La experiencia nos dice que en el 90% de los casos se debe a una mala elección del cigarrillo electrónico.

Cuando uno se propone dejar de fumar y pasarse al cigarrillo electrónico —un paso más que recomendable para la salud y el bolsillo—, merece la pena informarse bien y buscar el consejo de quienes conocen las mejores alternativas. Para empezar, es fundamental elegir correctamente el equipo de vapeo. Existe una gran variedad de kits de inicio dirigidos en especial a los principiantes que desean dejar de fumar. Aquí puedes ver los kits de inicio que te proponen desde vitalcigar.es -empresa líder en la venta online de cigarrillos electrónicos-, una selección de cigarrillos electrónicos con diversas prestaciones y para todos los bolsillos.

En cualquier caso, hay un par de detalles han de quedarte muy claros antes de probar con el cigarrillo electrónico para dejar de fumar, ya sea o no tu primera vez:

—Algunos de los componentes de los cigarrillos electrónicos deben ser sustituidos de vez en cuando, pues pierden efectividad con el uso. Es el caso del atomizador, la cámara por la que pasa el líquido y donde la resistencia eléctrica lo vaporiza. Con el tiempo los atomizadores van acumulando residuos, se atascan y generan menos vapor. Un cigarrillo electrónico sin los recambios periódicos adecuados pierde efectividad, y la experiencia de vapeo deja de ser satisfactoria. Los expertos indican que ésta es

una de las principales causas de la recaída en el tabaco tradicional.

—Aun cuando cuentes con un equipo en perfecto estado, es posible que esa experiencia no termine de convencerte porque necesites aspirar con mucha fuerza para producir la cantidad de vapor que esperabas. Comparados con los tradicionales, los cigarrillos electrónicos suelen requerir más energía al darles una calada. Aunque al poco tiempo uno se acostumbra, ésta es una de las características que desaniman a muchos usuarios. Por eso en muchos comercios de cigarrillos electrónicos recomiendan, entre otros, el Kit de Inicio Kanger Protank 3 Mini. Es un juego con dos cigarrillos completos —baterías y atomizadores incluidos— para que siempre tengas uno de ellos disponible (otro detalle importante para no recaer en el tabaco). La ventaja del Kanger Protank 3 Mini, más avanzado que los kits de inicio básicos, es que ofrece mucha menos resistencia a la aspiración que la mayoría de modelos. De esta manera podrás disfrutar de una experiencia mucho más cercana a la del cigarro tradicional en tu intento para dejar de fumar.

—Y por último, no olvides que no existe un cigarrillo electrónico universalmente ideal, sino que cada usuario tiene el suyo propio. Si ya has intentado pasarte al vapeo antes, harás bien probando de nuevo, pero esta vez con el asesoramiento de profesionales. En [vitalcigar.es](http://vitalcigar.es) pueden ofrecerte orientación, ayudarte a dejar de fumar y encontrar el cigarrillo electrónico ideal para ti.

Vitalcigar ofrece un servicio de asesoramiento y atención al cliente disponible las 24 horas, tanto por e-mail como por teléfono. Una opción muy recomendable para encontrar la ayuda que necesitas. Por supuesto existen más opciones y estará en tu mano encontrar la que más te satisfaga.

Dejar de fumar con el cigarrillo electrónico es posible, miles de ex-fumadores lo constatan. El éxito para dejar de fumar dependerá de ti y de tu buena elección.

**Datos de contacto:**

Ediciones logosur

Nota de prensa publicada en: [España](#)

Categorías: [Nacional](#) [Medicina](#) [Nutrición](#) [Telecomunicaciones](#)

---

**NotasdePrensa**

<https://www.notasdeprensa.es>