

# Sigarette elettroniche

Le sigarette elettroniche, dette anche e-sigarette, sono dispositivi che consentono di inalare nicotina. Poiché i prodotti sono relativamente nuovi, è a disposizione un numero limitato di studi di valutazione su rischi e benefici a lungo termine. Questa scheda informativa spiega cosa sono, come vengono utilizzate e perché attualmente il loro uso è oggetto di discussione.

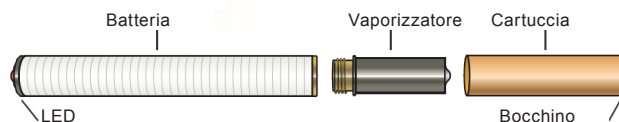
Il fumo crea una forte dipendenza e smettere di fumare non è facile. Oltre alla nicotina, una sostanza stupefacente presente naturalmente nel tabacco, anche l'abitudine fisica e sociale del fumo crea dipendenza.

Gli operatori sanitari rivestono un ruolo fondamentale nell'aiutare i fumatori a smettere di fumare e a scegliere il metodo più idoneo fra una gamma di prodotti e strategie. Questi includono farmaci soggetti a prescrizione medica, prodotti sostitutivi della nicotina, come cerotti e pastiglie, e assistenza psicologica.

Le sigarette elettroniche hanno acquisito una crescente popolarità negli anni 2000. Sebbene abbiano il potenziale di ridurre i danni causati dal fumo, non sono mai state testate scientificamente e, pertanto, la loro sicurezza e utilità come prodotto sostitutivo sono tuttora sconosciute. A differenza di altri prodotti comunemente disponibili, le autorità sanitarie in Europa non hanno ancora approvato le sigarette elettroniche come strumento efficace per smettere di fumare.

## Cosa sono le sigarette elettroniche?

Le sigarette elettroniche sono state studiate per replicare l'aspetto e la tattilità delle sigarette normali. Sono composte di tre parti: una batteria, un vaporizzatore e una cartuccia. Il dispositivo riscalda il liquido nella cartuccia, creando un vapore che viene inalato e quindi espirato dal consumatore.



Ristampa autorizzata dalla American Thoracic Society. Copyright © 2013 American Thoracic Society.\*

A differenza delle sigarette convenzionali, questi dispositivi non contengono tabacco, bensì contengono nicotina nel liquido presente nella cartuccia. Il liquido può avere diversi gusti e diverse quantità di nicotina selezionabili dal consumatore.

## Perché alcuni fumatori decidono di utilizzarle?

È opinione comune che le sigarette elettroniche siano meno dannose di quelle convenzionali, pertanto alcuni scelgono di utilizzarle per continuare la propria dipendenza in modo più sicuro. Alcune ricerche sulle opinioni dei consumatori di sigarette elettroniche suggeriscono che un beneficio chiave del prodotto sia la soddisfazione del bisogno di fumare.

Un consumatore di sigarette elettroniche racconta perché ha scelto di utilizzare il prodotto:

“Ho cominciato a usare le sigarette elettroniche anche se non avevo alcuna intenzione di smettere di fumare. Un giorno mi sono reso conto che stavo utilizzando esclusivamente le e-sigarette e da allora non ho più fumato una sigaretta normale. All'inizio può essere difficile abituarsi all'esperienza, ma una volta che si riacquistano i sensi del gusto e dell'olfatto dopo anni di fumo di sigaretta, si comincia a preferire il sapore delle sigarette elettroniche a quello “bruciato” delle sigarette normali. Credo che siano un'alternativa più sicura, anche se mi considero ancora un fumatore; se le sigarette elettroniche improvvisamente non fossero più disponibili, tornerei a fumare le sigarette normali”.

## Perché alcuni operatori sanitari hanno espresso dubbi sull'uso delle sigarette elettroniche?

Le sigarette elettroniche sono state oggetto di un intenso dibattito sui media di tutta Europa in quanto alcuni operatori sanitari hanno espresso preoccupazione in merito alla loro promozione ed utilizzo.

\* Tobacco Control Committee, American Thoracic Society. Serie di pubblicazioni educative sul tabacco, American Thoracic Society [Internet]. New York: American Thoracic Society; [ultimo accesso: 24 aprile 2013]. Disponibile su: <http://patients.thoracic.org/information-series/en/resources/tobacco-mini-c.pdf>

## Queste preoccupazioni includono:

**Mancanza di uniformità nella regolamentazione dei prodotti:** le sigarette elettroniche sono soggette a regolamentazioni differenti in tutta Europa. Questo significa che non vi è alcuna restrizione per quanto riguarda le sostanze chimiche che possono venire aggiunte alle cartucce. Inoltre, le sigarette elettroniche non sono sottoposte a severi controlli di qualità e, nonostante i prodotti abbiano spesso lo stesso nome, possono contenere quantità differenti di sostanze chimiche e nicotina.

**Incoraggiamento del comportamento dipendente:** poiché le sigarette elettroniche hanno lo stesso aspetto e tattilità delle sigarette convenzionali, i consumatori non sono incoraggiati a modificare il loro comportamento. La loro dipendenza dagli elementi fisici ed emotivi del fumo continua.

**Visibilità per gli ex-fumatori:** non vi sono restrizioni sull'uso delle sigarette elettroniche in uffici e altri luoghi pubblici dove in genere il fumo è vietato. La legislazione che proibisce il fumo nei luoghi pubblici ha contribuito a cambiare la percezione del fumo, che ora è visto come un'attività anormale e inaccettabile. Alcuni esperti ritengono che l'esposizione a persone che fumano sigarette elettroniche potrebbe rendere il fumo nuovamente accettabile, inducendo chi ha smesso, o sta cercando di smettere, a riprendere l'abitudine.

**Esposizione dei bambini al fumo:** i bambini che crescono in aree in cui la legislazione anti-fumo è stata in vigore sin dalla loro infanzia vengono esposti all'immagine del fumo da parte degli utilizzatori di sigarette elettroniche. Alcuni esperti ritengono che ciò potrebbe annullare i progressi raggiunti con la legge anti-fumo in termini di percezione del fumo stesso. Essi temono che in questo modo l'immagine del fumo, indipendentemente dal prodotto – sigaretta elettronica o convenzionale che sia – venga ancora una volta pubblicizzata a bambini e giovani in generale.

**Mancanza di prove concrete:** al momento, una delle principali preoccupazioni per gli operatori sanitari è la mancanza di ricerche sui potenziali danni per il consumatore. Sebbene si pensi che le sigarette elettroniche siano meno nocive delle sigarette convenzionali, il dispositivo contiene diverse sostanze chimiche e non sono ancora stati effettuati studi a lungo termine sugli effetti provocati da tali prodotti. Sono necessarie ulteriori ricerche incentrate sull'effetto nocivo causato dal vapore, dagli aromi e dagli additivi della nicotina.

La European Lung Foundation e la European Respiratory Society hanno deciso di rispondere all'incertezza che circonda questi prodotti conducendo ricerche per determinare gli effetti a breve e lungo termine delle sigarette elettroniche.

### ► Perché questo prodotto deve essere regolamentato?

I prodotti e i dispositivi sostitutivi della nicotina utilizzati per aiutare a smettere di fumare sono regolamentati come i farmaci. Questo significa che la European Medicines Agency controlla che tali farmaci e dispositivi funzionino e che siano sicuri per l'utilizzo.

Qualora il prodotto fosse regolamentato, le sostanze chimiche nelle sigarette elettroniche e le quantità di nicotina contenute nei dispositivi sarebbero regolati. I fumatori potrebbero fare una scelta informata fra le sigarette elettroniche ed altre terapie sostitutive della nicotina. Questo garantirebbe ai consumatori che la qualità dei prodotti è verificata e che i prodotti stessi contengono la quantità di sostanze chimiche indicata sull'etichetta.

### ► Situazione attuale in Europa

Le restrizioni e la regolamentazione delle sigarette elettroniche variano in tutto il mondo. Australia, Brasile, Cina, Singapore, Thailandia e Uruguay ne hanno completamente vietato l'utilizzo. In Nuova Zelanda, i prodotti sono regolamentati come farmaci e possono essere acquistati solo in farmacia. Sono regolamentati in modi diversi negli Stati membri: come prodotti del tabacco, prodotti farmaceutici o prodotti di consumo nell'ambito della Direttiva sulla sicurezza generale dei prodotti. Nell'ambito della revisione della Direttiva sui prodotti del tabacco, la Commissione europea ne ha proposto la regolamentazione come medicinali.



**ELF** EUROPEAN  
LUNG  
FOUNDATION



**ERS** EUROPEAN  
RESPIRATORY  
SOCIETY

La ELF è stata fondata dalla European Respiratory Society (ERS), con l'obiettivo di riunire pazienti, pubblico e professionisti della salute polmonare per apportare contributi positivi alla medicina respiratoria. La ELF si dedica alla salute respiratoria in Europa e riunisce i principali esperti europei del settore per fornire informazioni ai pazienti e sensibilizzare il pubblico in merito alle malattie polmonari.