

# SIGARETTA ELETTRONICA: LO SAI COSA INALI?

## Nuovi consumi, vecchie dipendenze

### FUMARE FA MALE, LO SANNO TUTTI

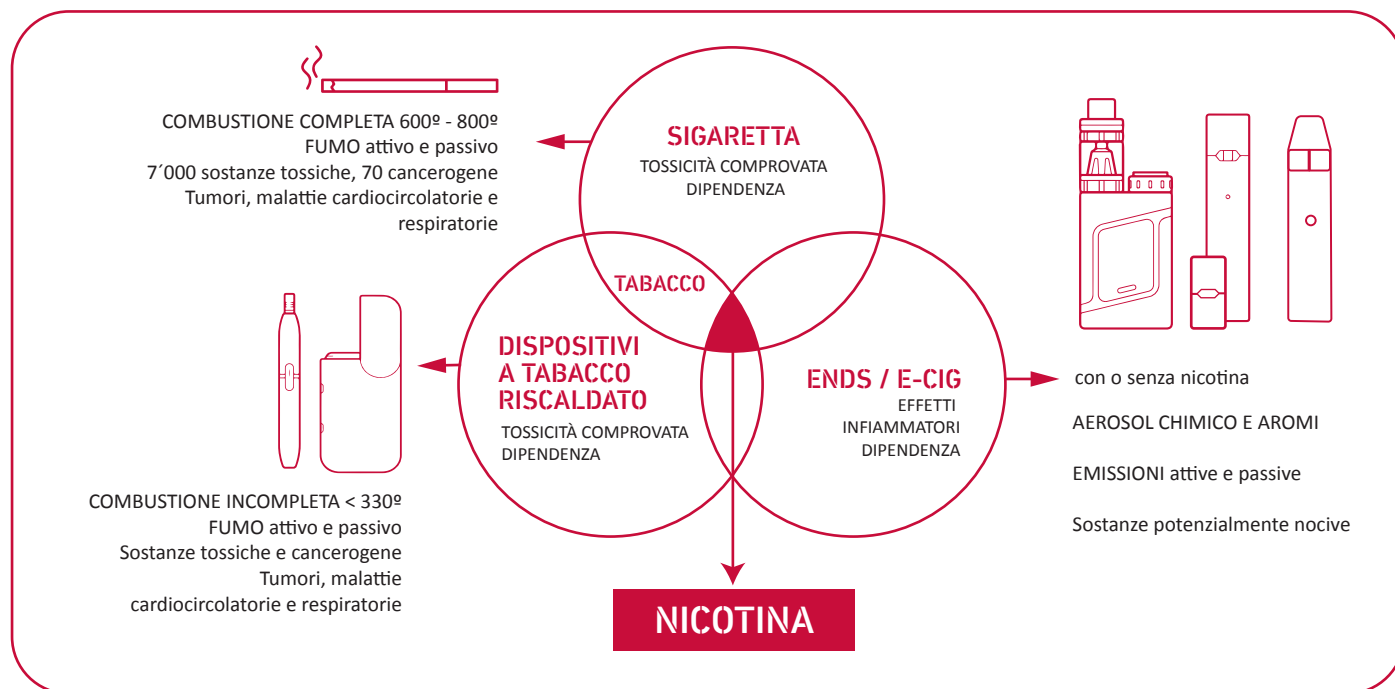
In Svizzera il fumo di sigaretta provoca ogni anno 9'500 decessi per gli effetti cancerogeni e cardiovascolari che hanno il tabacco, la nicotina e la loro combustione. Sono più di 7'000, infatti, le sostanze chimiche presenti nel tabacco, di cui almeno 70 cancerogene. Fumare, inoltre, crea dipendenza a causa della nicotina naturalmente presente nel tabacco.

### OGGI SI PUÒ FUMARE SENZA CORRERE RISCHI?

Nuovi prodotti alternativi alla classica sigaretta lasciano intendere, senza che ve ne siano le conferme scientifiche, che oggi sia possibile "svapare" riducendo enormemente i rischi per la salute.

I dispositivi a tabacco riscaldato non producono combustione ma riscaldano comunque il tabacco fino a 330° C. Contengono tutte le sostanze presenti nel tabacco il cui consumo regolare, in qualsiasi forma, è sempre nocivo per la salute. Non esiste un consumo minimo privo di rischio.

Le ENDS-Electronic Nicotine Delivery Systems, ossia dispositivi elettronici ad emissione di nicotina, non contengono tabacco ma aromi e nicotina diluiti in una miscela di glicole propilenico, glicerina vegetale, acqua e alcol che scaldano a bassa temperatura (ca. 18-25° C) per permetterne l'inalazione. Non trattandosi di semplice vapore acqueo non bisogna banalizzarne i rischi specifici: oltre a contenere tracce di metalli pesanti e sostanze chimiche potenzialmente pericolose, gli aromi contenuti non sono studiati per l'inalazione ma per l'ingestione orale e l'uso nell'industria alimentare. Mancano dati sulla sicurezza a medio e lungo termine ma è comunque già noto che queste miscele sono associate a malattie cardiovascolari.



### QUAL È LA CARATTERISTICA COMUNE DI QUESTI NUOVI MODI DI FUMARE?

Sigarette, dispositivi a tabacco riscaldato e ENDS contengono nicotina, una potente neurotossina che è anche una sostanza psicoattiva tra le più efficaci nel provocare dipendenza. A dosi elevate la nicotina può avere esiti letali. Il suo consumo regolare può causare problemi cardiovascolari e digestivi, mentre sul cervello degli adolescenti, più sensibile alla nicotina poiché ancora in fase di sviluppo, può provocare soprattutto effetti negativi su memoria, concentrazione e controllo dell'impulsività.

### QUAL È L'IMPATTO AMBIENTALE DI QUESTI DISPOSITIVI?

Le ENDS non sono biodegradabili, costituiscono dei rifiuti tossici poiché contengono plastiche e metalli pesanti come piombo, litio, cobalto e nichel nonché residui di nicotina. È un controsenso in un'epoca in cui sono prioritarie la tutela dell'ambiente e la salvaguardia delle materie prime non rinnovabili.

**FUMARE  
FA MALE,  
SVAPARE  
FA UGUALE**