

CHE COSA SONO LE SIGARETTE ELETTRONICHE?



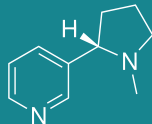
# CAPIAMONE DI PIÙ

Chi usa le sigarette elettroniche spesso non sa cosa contengano.

Le e-cig racchiudono una quantità variabile di nicotina (in genere tra 6 e 24 mg) in una miscela composta da acqua, glicole propilenico, glicerolo e altre sostanze, tra cui gli aromatizzanti.

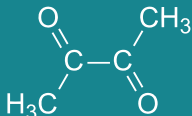
**Alcuni modelli non contengono nicotina, ma solo un vapore aromatizzato**, questo però non significa che non siano pericolose visto che negli aromi contenuti nei vaporizzatori sono presenti sostanze chimiche che – se ingerite con gli alimenti non provocano danni – ma se inalate non sono altrettanto sicure. **Inalare prodotti chimici aromatizzanti, infatti, può danneggiare i polmoni, ad esempio in alcuni vaporizzatori che contengono aromi come il caramello sono presenti diacetile e acetoina, sostanze nocive per l'apparato respiratorio.**

Eppure, tutte le case produttrici pubblicizzano “gusti” sempre diversi e accattivanti, spesso di seguito a ricerche di mercato sulle preferenze dei ragazzi più giovani.



## Nicotina

Quantità variabile  
tra 6 e 24 mg



## Prodotti chimici aromatizzanti

Come diacetile  
e acetoina



# I MODELLI

Sono molti i **modelli** in commercio: alcuni **sembrano normali sigarette, sigari o pipe**, altri **assomigliano a chiavette USB e ad altri oggetti di uso quotidiano**, gli unici a distinguersi sono i dispositivi più grandi, quelli con sistema a serbatoio, detti “mods”.

Indipendentemente dalla loro forma, **il dispositivo all'interno è lo stesso: una batteria, un elemento riscaldante e una cartuccia per contenere il liquido.**



Tra i vari modelli, bisogna **fare maggiormente attenzione a quelli chiamati “JUUL”**. Tutte le sigarette elettroniche JUUL possono contenere un alto livello di nicotina. Secondo il produttore, **un singolo baccello JUUL contiene tanta nicotina quanto un pacchetto di 20 sigarette classiche**. Questo tipo di modello è quello maggiormente venduto on-line e circa due terzi dei consumatori di JUUL tra i 15 e i 24 anni non sanno che contiene nicotina. **Da inizio 2019, JUUL è disponibile anche sul mercato italiano** e l'introduzione in Italia segue la rapida espansione avuta nel Regno Unito, negli USA, in Francia, Germania, Svizzera, e Russia.



# LA SIGARETTA ELETTRONICA È MENO DANNOSA DI QUELLA CLASSICA?

Nonostante non produca combustione, la sigaretta elettronica non è del tutto innocua

Generalmente l'aerosol per sigarette elettroniche contiene meno sostanze tossiche rispetto al mix letale di 7.000 sostanze chimiche presenti nel fumo delle sigarette normali. Tuttavia, **l'aerosol delle sigarette elettroniche non è innocuo, può contenere** sostanze nocive e potenzialmente dannose, tra cui **nicotina, metalli pesanti come piombo, composti organici volatili e agenti cancerogeni.**

LA SIGARETTA  
ELETTRONICA PUÒ  
AIUTARE I FUMATORI  
A SMETTERE?

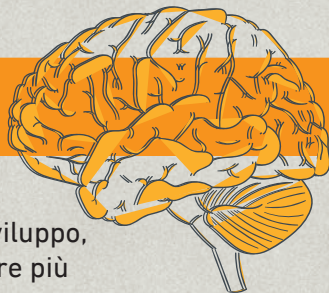


La **sigaretta elettronica può rappresentare una misura per la riduzione del fumo**, anche se non è ancora chiaro se possa essere efficace rispetto agli altri metodi già in uso contro la dipendenza da nicotina. Diversi sono gli interrogativi aperti che richiedono ulteriori ricerche. Nel **2016** su un'importante rivista scientifica è stato pubblicato uno **studio** le cui conclusioni hanno mostrato che **l'uso della sigaretta elettronica da parte dei fumatori** – che non in tutti i casi la sceglievano con l'obiettivo di smettere – **sarebbe associato a una minore probabilità di sconfiggere la dipendenza da nicotina.** Il consiglio è che, se sei fumatore e vuoi smettere di fumare, devi rivolgerti al tuo medico o a centri specializzati quali i CAF.



# QUALI SONO I DANNI SUL NOSTRO CORPO?

Lo *svaping* porta nicotina al cervello in soli 10 secondi



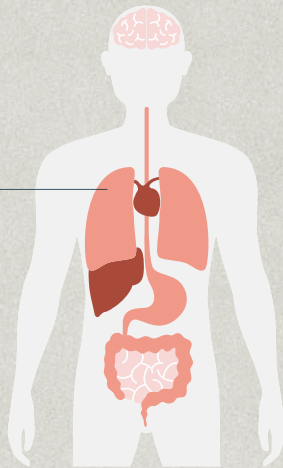
Il **cervello di un adolescente** è ancora in fase di sviluppo, per questo la dipendenza da nicotina lo può rendere più vulnerabile.

Il **consumo di nicotina può danneggiare** le parti del **cervello** che controllano l'attenzione, l'apprendimento, l'umore e la gestione degli impulsi e avere effetti a lungo termine favorendo una maggiore impulsività e disturbi dell'umore.

Inoltre, la nicotina **favorisce ipertensione e diabete**.

Le **sostanze aromatizzate** all'interno delle e-cig **possono causare danni polmonari** gravi, come la **bronchiolite obliterante o un vero e proprio danno polmonare fumo indotto**, classificato come EVALI (*E-cigarette, or Vaping, product use-associated Lung Injury*).

Coloro che svapano, potrebbero **inalare** particelle di metallo come **cromo, nickel, piombo, stagno e alluminio** e portarle direttamente nei polmoni.

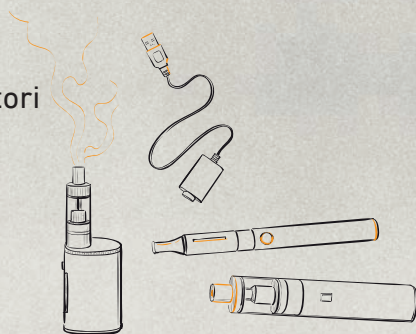


# CHE COSA SONO LE SIGARETTE ELETTRONICHE?

La sigaretta elettronica (spesso abbreviata in **e-cig**, dall'inglese) è un dispositivo che permette di **inalare vapore**, in genere **aromatizzato** con gusti diversi e contenente **quantità variabili di nicotina**. Questo vapore raggiunge l'apparato respiratorio senza che ci siano combustione del tabacco e i danni a essa correlati.

La sigaretta elettronica permette quindi di assumere la nicotina (la stessa sostanza che dà dipendenza nelle sigarette normali, nei sigari e in altri prodotti del tabacco) e nello stesso tempo consente di avere **un'esperienza tattile, olfattiva e gustativa che richiama quella del fumo**.

Questi dispositivi hanno **nomi diversi**: "e-cigs", "ehookahs", "mods", "vaporizzatori a penna", "vapes", "sistemi a serbatoio" e "sistemi elettronici di erogazione della nicotina (ENDS)". L'azione che indica il loro utilizzo viene definita attraverso il neologismo "**svapare**".



## QUALCHE NUMERO

Secondo il Rapporto annuale 2016 sul fumo dell'Istituto Superiore di Sanità, oggi, circa **due milioni di italiani fanno uso occasionale o regolare di sigarette elettroniche.**

Tra il 2017 e il 2018, **su 1.680 studenti italiani di scuola media e scuola superiore, di età compresa tra i 13 e i 15 anni, il 17,5% ha fatto uso corrente di sigarette elettroniche,** contro l'8% nel 2014: in pratica in pochi anni i giovani "svapatori" sono più che raddoppiati.

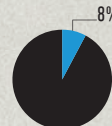


**2 MILIONI**  
utilizzatori

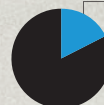
**e-cig**



Utilizzo di e-cig  
**Su 1.680 studenti della scuola media e scuola superiore**



2014



2017-2018



# LET'S TALK VAPE!



DREAM



Recenti studi inglesi hanno dimostrato la presenza nei polmoni dei fumatori passivi di alcune sostanze presenti nel vapore delle e-cigs (es. THC).

**Bambini e adulti sono stati avvelenati deglutendo, respirando o assorbendo il liquido delle sigarette elettroniche attraverso la pelle o gli occhi.**

**A livello nazionale, sono aumentate le segnalazioni ai centri antiveneni di intossicazioni nei bambini di età pari o inferiore a 5 anni causate dalle sigarette elettroniche.**



Indipendentemente dal fatto di essere o no un fumatore,  
**informati presso il tuo medico curante o sui siti specializzati.**

## **FAI ATTENZIONE A**

**Publicità ingannevole e fake news**

**LA TUA SALUTE  
È UN BENE  
DA DIFENDERE!**







Telefono Verde contro il Fumo

**800554088**

OSSERVATORIO FUMO, ALCOL E DROGA  
[www.iss.it/ofad](http://www.iss.it/ofad)

**Servizio nazionale, anonimo e gratuito attivo  
dal lunedì al venerdì dalle ore 10.00 alle 16.00**

**LET'S  
TALK  
VAPE!**



### **WALCE Onlus**

c/o SSD Oncologia Polmonare  
Regione Gonzole, 10  
10043 Orbassano (TO)

[info@womenagainstlungcancer.eu](mailto:info@womenagainstlungcancer.eu)  
[www.womenagainstlungcancer.org](http://www.womenagainstlungcancer.org)

+39 011 9026980

Seguici su

