

---

Stampa | Stampa senza immagine | Chiudi

---

STUDIO ITALIANO

## E-cig non aiutano a smettere, ma sembrano sicure per la salute

Esiti preliminari del primo studio durato due anni: la sigaretta elettronica non pare facilitare la cessazione dal fumo di tabacco né la riduzione delle sigarette fumate

Vera Martinella



Sembra non provochino danni per la salute, ma sono poco efficaci per smettere di fumare. A dare una nuova valutazione sulle sigarette elettroniche è uno studio italiano appena pubblicato sulla rivista scientifica Tobacco Control che ha seguito per due anni quasi mille tabagisti con l'intento di verificare sicurezza ed efficacia delle e-cig, i cui

risultati sono però ancora parziali perché l'elaborazione completa dei dati è attesa per il 2019. «I dati pubblicati sono comunque di grande importanza - spiega Walter Ricciardi, presidente dell'Istituto Superiore di Sanità (Iss) e tra gli autori dello studio -, poiché ancora oggi in tutto il mondo, ci sono scarsissime informazioni sulla sicurezza a 24 mesi delle e-cig, e il dibattito scientifico è molto acceso. Nello specifico, da questo studio abbiamo a disposizione dati sulla sicurezza di 229 persone che le utilizzano da almeno due anni, mentre ad oggi il campione totale era inferiore a 100 soggetti. Sostanzialmente, lo studio conferma che la sigaretta elettronica può essere un'alternativa per gli ex fumatori per non tornare a usare sigarette tradizionali, ma la sua efficacia per smettere di fumare è minima. Inoltre, anche se ci sono state più irritazioni o infiammazioni alle vie aeree superiori tra quanti usano contemporaneamente sigarette elettroniche e tradizionali, non sono emersi gravi effetti collaterali per chi usa e-cig, un dato particolarmente importante».

**Ecco i metodi più collaudati per smettere di fumare**

## Tutti i danni del fumo, dai tumori all'impotenza

SONDAGGIO USA: I TEENAGER SONO PIÙ ATTRATTI DALLE E-CIG CHE DAL TABACCO. I dubbi sulle e-cig sono ancora molti, anche perché esistono centinaia di modelli diversi, con nicotina o meno, e con moltissimi liquidi differenti. A preoccupare gli esperti internazionali, inoltre, è il potenziale fascino che possono e sembrano avere sui più giovani. Non poche indagini e statistiche hanno infatti rilevato un aumento dell'uso delle e-cig tra i teenager, sia negli Stati Uniti che nei Paesi europei. Secondo un sondaggio condotto negli Usa dai Centers for Disease Control and Prevention federali quelle elettroniche starebbero addirittura sostituendo il tabacco tradizionale nel «rito d'iniziazione» degli adolescenti: circa la metà dei 15mila studenti delle superiori interpellati nel 2015 avevano in effetti provato a svapare, mentre solo un terzo aveva deciso di accendersi una sigaretta tradizionale. In America il numero di ragazzi che ammette d'aver fatto almeno un tiro di tabacco è in costante calo da anni: nei primi anni Novanta a provare le bionde erano circa sette studenti su 10, nel 2013 poco più di quattro su 10 e nel 2015 la quota è ulteriormente scesa al 35 per cento, ma in questo stesso anno il 45 per cento dei liceali confessa d'aver svapato infusi a base di nicotina attraverso vari dispositivi (sigarette elettroniche, pipe, penne, eccetera).

IN ITALIA CRESCE IL NUMERO DEGLI «SVAPATORI» (PER LA PRIMA VOLTA NEGLI ULTIMI TRE ANNI)

Gli utilizzatori di e-cig in Italia sono in aumento. Stando al Rapporto 2016 dell'Iss, presentato in occasione della Giornata Mondiale senza Tabacco, si registra, per la prima volta dopo tre anni, un sensibile incremento dell'uso della sigaretta elettronica: gli «svapatori» sono infatti passati dall' 1,1 per cento del 2015 al 3,9 del 2016 (nel 2014 erano l'1,6). Quelli che la usano abitualmente nel 2016 sono il 2,3 per cento (nel 2015 erano lo 0,7), i fruitori occasionali sono l'1,6 per cento (nel 2015 erano lo 0,4). Si tratta per lo più dei cosiddetti «utilizzatori duali» (che fumano cioè sia

sigarette standard sia elettroniche) che rappresentano la stragrande maggioranza (77,6 per cento) degli utilizzatori di e-cig, una percentuale che ha subito lievissime variazioni nel corso degli anni. Solo una minima parte degli «svapatori» (il 18,4 per cento) usa esclusivamente e-cig e tra questi, in parte ci sono ex consumatori di tabacco che hanno smesso (7,7 per cento), ma anche persone che si sono avvicinate per la prima volta al fumo tramite le e-cig (10,7 per cento), senza aver mai consumato tabacco.

**I DATI DELLO STUDIO ITALIANO** Lo studio appena pubblicato, e tuttora in corso, è realizzato da un gruppo di ricercatori di diversi enti italiani, tra i quali l'Iss, le università di Chieti, Torino, Catania, Parthenope di Napoli, Milano, Sapienza e Cattolica di Roma. Nello specifico, la ricerca ha coinvolto 932 fumatori di e-cig, sigarette tradizionali o entrambe. Dopo 24 mesi di follow-up, il 42,4 per cento degli e-smokers continuava solo con le sigarette elettroniche, il 18,8 aveva abbandonato qualunque tipo di sigaretta il 38,9 era ricaduto nel fumo tradizionale (con o senza sigarette elettroniche). Tra i fumatori tradizionali, il 75,6 per cento seguiva a usare il tabacco classico e il 23,1 aveva invece smesso, ma tra questi il 5,6 aveva iniziato a fumare sigarette elettroniche. Infine, tra gli utilizzatori duali, il 57,4 per cento aveva abbandonato le e-cig, ma non le sigarette classiche, il 16,6 continuava a fumare entrambe, il 26 aveva smesso di fumare sigarette tradizionali, ma l'11,7 per cento di questi proseguiva a fare uso di e-cig. Sono inoltre stati registrati 38 casi di infiammazione o irritazione alle vie aeree superiori (20 nei dual users) e 38 nuovi casi di patologie gravi potenzialmente legate al fumo. Gli ulteriori mesi di follow-up confermano quanto emerso nei primi 12 mesi: «L'aggiunta della sigaretta elettronica alle sigarette tradizionali non sembra facilitare la cessazione dal fumo di tabacco né la riduzione delle sigarette fumate quotidianamente – conclude Ricciardi -. Tuttavia, chi ha già smesso di fumare e sceglie di utilizzare esclusivamente e-cig, ha maggiori possibilità di non ritornare alle sigarette tradizionali. Non sono invece emerse problematiche specifiche relative alla sicurezza delle e-cig, né differenze significative tra i vari fumatori nel rischio di patologie legate al fumo, ma i risultati sugli eventi avversi richiedono più tempo per poter essere considerati definitivi».

Vera Martinella  
13 giugno 2016 | 19:49  
© RIPRODUZIONE RISERVATA