

SIGARETTA ELETTRONICA (e-cig) E PRODOTTI A TABACCO RISCALDATO (HTP): DATI SULL'UTILIZZO TRA I GIOVANI DEL LAZIO, EFFETTI SULLA SALUTE E FALSI MITI

Il 21 marzo 2024 si è svolto un webinar - organizzato dalla “Rete Lazio SPS – Scuole che Promuovono Salute” in collaborazione con la Società Italiana di Pediatria (SIP) e la Società Italiana di Tabaccologia (SITAB) - sull'uso della sigaretta elettronica e dei prodotti a tabacco riscaldato tra i giovani del Lazio. Il webinar era rivolto a dirigenti scolastici e docenti delle scuole secondarie di I e II grado aderenti alla Rete Lazio SPS. L'obiettivo era quello di condividere informazioni scientificamente attendibili e indicazioni pratiche per la prevenzione dell'abitudine al fumo, incluso l'uso delle sigarette elettroniche e dei prodotti a tabacco riscaldato. A seguito della richiesta di indicazioni chiare da parte dei docenti è stata elaborata questa nota informativa che sintetizza le informazioni scientificamente validate che sono state condivise durante il webinar.

Cosa si intende per sigarette elettroniche e prodotti a tabacco riscaldato?

Con il termine **sigarette elettroniche** e **prodotti a tabacco riscaldato** (HTP, dall'inglese Heated Tobacco Products) si intendono dei dispositivi che fanno parte del mondo del “vaping”.

Le **sigarette elettroniche (e-cig)** sono dispositivi con liquidi, con o senza nicotina, generalmente aromatizzati, che vengono riscaldati ed emettono vapori/aerosol (svapare). Gli “e-liquid” utilizzati nelle sigarette elettroniche contengono solventi, aromi e **altre sostanze irritanti e cancerogene** (secondo l'International Agency for Research on Cancer, IARC), come ad esempio la formaldeide¹.

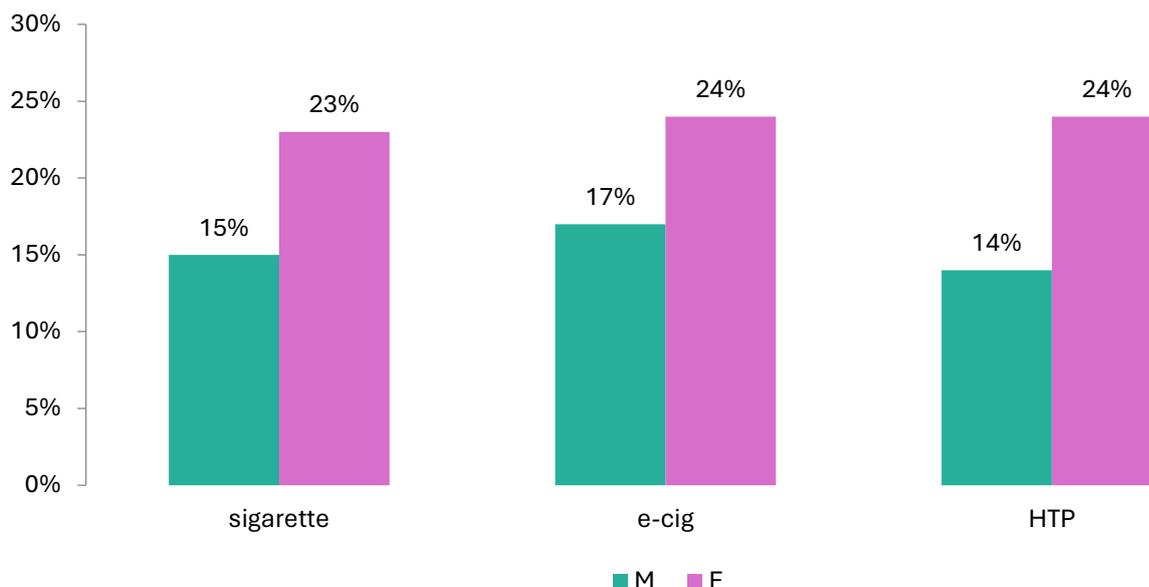
La composizione del liquido contenuto nelle sigarette elettroniche è estremamente variabile perché al momento non c'è l'obbligo di indicare le sostanze presenti né la loro concentrazione.

I **prodotti a tabacco riscaldato (HTP)** sono dispositivi elettronici che riscaldano il tabacco anziché bruciarlo come avviene nelle sigarette tradizionali. Si differenziano dalle sigarette elettroniche per il fatto che contengono tabacco e che non generano vapore, ma producono un aerosol che si sprigiona quando il tabacco viene portato ad una temperatura tra i 250 e i 350 gradi centigradi.

¹ De Marco C, Borgini A et al. E&P 2018, 42 (5-6) settembre-dicembre, p. 351-355 <https://epiprev.it/interventi/la-formaldeide-nelle-sigarette-elettroniche-e-nei-riscaldatori-di-tabacco-hnb-facciamo-il-punto>

Quanti sono i giovani del Lazio che fanno uso delle sigarette elettroniche?

Secondo i dati della IV edizione della sorveglianza GYTS (Global Youth Tobacco Survey) (www.epicentro.iss.it/gyts), un'indagine globale sull'uso del tabacco fra i giovani, nel Lazio, nel 2022, la quota di 13-15enni che hanno fatto uso di sigarette o altri prodotti da fumo (sigarette elettroniche-e-cig e prodotti a tabacco riscaldato-HTP) almeno una volta nell'ultimo mese (current smokers) è del 19%.



Si registra per il genere femminile:

- maggior uso di sigarette tradizionali, sigarette elettroniche (e-cig) e prodotti a tabacco riscaldato
- maggiore propensione a fare il primo tiro o svapo

Da sottolineare che, dall'indagine GYTS, si rileva un rischio di dipendenza elevato per tutti i tipi di prodotti, (1 ragazzo o ragazza su due riporta di aver voglia di fumare come prima cosa al mattino o di sentire un forte desiderio di fumare più volte al giorno) ed è maggiore per chi fuma solo le sigarette elettroniche con nicotina rispetto ai consumatori di sigaretta tradizionale e prodotti a tabacco riscaldato.

Fumo passivo

Si osserva un'esposizione al fumo passivo in tutti gli ambienti. I valori più allarmanti si registrano in casa e in ambito scolastico, in particolare nelle scuole superiori di II° grado: infatti il 73% dei quindicenni riferiscono la presenza di fumo passivo sia negli spazi scolastici interni che in quelli esterni rispetto al 43% dei tredicenni.

Quali sono gli effetti sulla salute delle sigarette elettroniche?

La maggior parte delle sigarette elettroniche - come le sigarette tradizionali - contengono nicotina, una sostanza che crea dipendenza, in quanto agisce direttamente su alcuni recettori cerebrali e determina il rilascio di varie sostanze, tra le quali la dopamina, coinvolta nella sensazione del piacere. È questa sostanza che spinge a ripetere l'azione per riprovare il senso di gratificazione.

Altri effetti della nicotina *percepiti come positivi* sono il calo dell'appetito con conseguente calo di peso, il miglioramento della memoria, l'aumento del livello di attenzione.

Tuttavia la nicotina ha anche effetti negativi che i fumatori, e gli adolescenti in particolare, non sempre conoscono. La nicotina ad alte dosi può causare nausea, vomito, dolore addominale, sudorazione, tachicardia, tremori, mal di testa fino alle convulsioni.

Negli adulti le sigarette elettroniche provocano effetti di tipo irritativo a carico del tratto respiratorio a causa dell'esposizione a polioili, aldeidi e nicotina ed effetti sistemici a lungo termine sul sistema cardiovascolare. Inoltre, le sigarette elettroniche potrebbero - anche se per ora le evidenze sono deboli - provocare, come le sigarette tradizionali, neoplasie a carico del tratto respiratorio per l'esposizione a nitrosamine, acetaldeide, formaldeide e metalli contenuti negli aerosol.

Negli adolescenti mancano ancora dati a lungo termine, ma attualmente è noto che gli adolescenti fumatori di sigarette elettroniche presentano sintomi respiratori come tosse cronica, bronchite ed attacchi di asma.

Tutti i dispositivi che contengono nicotina, oltre a causare dipendenza, possono provocare questi effetti e portare allo sviluppo di varie patologie.

Quando una persona è dipendente dalla nicotina e smette di usarla compaiono dei veri e propri sintomi di astinenza: insonnia, difficoltà di concentrazione, calo dell'attenzione, deflessione dell'umore, ansia.

Questi sintomi sono comunque transitori e passano nell'arco di pochi giorni o settimane. Da notare che il cervello dell'adolescente è molto sensibile agli effetti della nicotina perché non ha raggiunto ancora la maturità che normalmente avviene dopo i 20 anni.

Vaping Passivo

Gli effetti negativi sulla salute si presentano anche in caso di vaping passivo, detto anche di seconda mano. Il vapore prodotto dalle sigarette elettroniche non è innocuo, nonostante l'assenza di combustione: l'aerosol prodotto dalle sigarette elettroniche contiene particolato ultrafine in grado di far arrivare all'albero periferico bronchiale e al polmone, nicotina, aldeidi volatili, propilen-glicole, ed altri agenti chimici. Studi condotti su adolescenti sani esposti al vaping di seconda mano hanno mostrato un aumentato rischio di bronchite, tosse, difficoltà respiratoria e riacutizzazione di asma nei bambini e adolescenti asmatici.

Uso improprio dei dispositivi

Tenere in casa questi dispositivi può essere pericoloso per l'uso improprio da parte dei bambini che, attratti dai colori vivaci e dal packaging accattivante, possono rischiare delle intossicazioni a causa del contatto con il liquido o la sua ingestione.

Si registrano inoltre ustioni e danni da esplosione a causa dello scoppio della batteria a ioni di litio contenuta nella sigaretta elettronica, specialmente nei più piccoli che giocando con il dispositivo manomettono l'integrità della batteria.

Quali sono i falsi miti e credenze sulle sigarette elettroniche?

Le sigarette elettroniche prevengono l'uso della sigaretta tradizionale?

No, al contrario è stato dimostrato che le sigarette elettroniche fungono da *gateway*, ovvero da “**porta di ingresso**” per la sigaretta tradizionale: il rischio di iniziare a fumare è maggiore negli adolescenti fumatori di sigarette elettroniche rispetto ai non fumatori.

Le sigarette elettroniche sono innocue?

No, gli “e-liquid” utilizzati nelle sigarette elettroniche contengono solventi, aromi e altre sostanze irritanti o classificate come cancerogeni (formaldeide) secondo l'International Agency for Research on Cancer, IARC.

Le sigarette elettroniche aiutano a smettere di fumare?

No, un recente studio² ha evidenziato che le sigarette elettroniche per i fumatori costituiscono un ostacolo a smettere di fumare. Per i non fumatori aumentano notevolmente il rischio di iniziare a fumare.

Quali sono attualmente le regolamentazioni sul tema delle sigarette elettroniche?

In Italia, le sigarette elettroniche sono regolamentate dall'articolo 21 del Decreto Legislativo n.6 del 2016 che disciplina il controllo pre-vendita, i divieti di pubblicità, l'informazione ai consumatori, il **divieto di vendita ai minori**, le vendite online e transfrontaliere, il divieto nelle scuole, il regime fiscale agevolato. Dal 2016 ad oggi il mercato delle sigarette elettroniche però si è rapidamente trasformato con l'immissione in commercio di prodotti, come le sigarette elettroniche usa e getta, per le quali il quadro normativo è gravemente insufficiente o non rispettato. Per esempio, **non ci sono indicazioni sulle sostanze contenute nei dispositivi né sulla loro concentrazione, a parte per il contenuto di nicotina che non deve essere superiore a 20 mg/ml nei liquidi.**

² Gallus S, Stival C, McKee M, Carreras G, Gorini G, Odone A, van den Brandt PA, Pacifici R, Lugo A. Impact of electronic cigarette and heated tobacco product on conventional smoking: an Italian prospective cohort study conducted during the COVID-19 pandemic. *Tob Control*. 2024 Feb 20;33(2):267-270.

Esiste inoltre un'estrema varietà da una marca all'altra e anche tra dispositivi della stessa marca (il processo non è standardizzato).

Cosa chiedono gli esperti e le società scientifiche?

Secondo la SITAB e la SIP è urgente equiparare questi nuovi prodotti a quelli a tabacco tradizionale, sia in termini di divieto di utilizzo nei luoghi chiusi, sia di tassazione. Sono infatti facilmente accessibili per il loro costo molto abbordabile. L'uso anche nei luoghi dove esistono i divieti di fumo di tabacco tradizionale, comporta la "normalizzazione" del consumo come fosse innocuo per la salute, mentre stanno emergendo evidenze scientifiche che dimostrano esattamente il contrario.

È inoltre necessario vietare/regolamentare l'utilizzo degli aromi che sono l'elemento attrattivo che spinge i giovani ad utilizzare questi prodotti.

Cosa possono fare insegnanti e genitori?

È necessario conoscere i rischi per la salute associati a questi prodotti, per informare correttamente i **ragazzi**.

È utile partecipare alle iniziative validate e promosse dalle ASL del Lazio, anche in collaborazione con Università e Società scientifiche, per la prevenzione e il contrasto di ogni forma di dipendenza come quella da nicotina.

Riferimenti

- Sigarette elettroniche: un po' di chiarezza su rischi, dipendenza e raccomandazioni. Articolo tratto da *Pediatria Magazine* numero 6 (2023) disponibile all'indirizzo <https://sip.it/2023/08/21/sigarette-elettroniche-un-po-di-chiarezza-su-rischi-dipendenza-e-raccomandazioni/>
- L'ultima tendenza dei dispositivi da svapo: le sigarette elettroniche usa e getta si diffondono in Italia. Articolo tratto da *Tabaccologia*, 2023, V. 21 N. 2: 6-11 DOI: 10.53127/tblg-2023-A008 disponibile all'indirizzo <https://www.tabaccologiaonline.it/article/view/86>
- Global Youth Tobacco Survey 2022 <https://www.epicentro.iss.it/gyts/>