

La sigaretta elettronica

Quesito

In questi ultimi mesi si è fatto un gran parlare su riviste e siti internet delle "sigarette elettroniche". Sto cercando di smettere di fumare e vorrei provarle. Qual è il parere della redazione di *Sani & inForma* su questi prodotti?

Risposta

La sigaretta elettronica, brevettata in Cina nel 2003, ha tutto l'aspetto di una normale sigaretta, e come tale viene utilizzata. In commercio ne esistono varie "marche", vendute soprattutto attraverso internet, ma reperibili anche attraverso altri canali. I vari dispositivi in commercio sono molto simili quanto a struttura e funzionamento (vedi box) ma tra i diversi prodotti esistono differenze importanti nel contenuto dei filtri da inserire nella "sigaretta": alcuni contengono nicotina a contenuto fisso, altri nicotina a contenuto a scalare; altri sono del tutto privi di nicotina.

E' costituita da un cilindretto di acciaio o plastica che supporta diversi componenti: un inalatore ad una estremità, una cartuccia (filtro), che generalmente contiene nicotina, glicerina, glicole propilenico e aromi (ma può anche contenere semplicemente acqua distillata e aromi); una batteria elettrica ricaricabile fornisce energia ad un dispositivo di vaporizzazione che viene attivato dall'aspirazione generando un vapore che viene inalato procurando una sensazione simile a quella del fumo. Un led luminoso, posto sulla punta della sigaretta si illumina quando si aspira simulando la brace di una normale sigaretta. In genere il "pacchetto" delle cartucce di ricambio funziona da caricabatteria.

La sigaretta elettronica reclamizza vantaggi sia in termini di salute, perché consente di inalare nicotina (quando presente) senza inalare il catrame di tabacco e le centinaia di prodotti della sua combustione, sia dal punto di vista "sociale" perché il fumatore può continuare a "fumare" la sigaretta elettronica in qualsiasi luogo, anche dove esiste divieto, dal momento che non si produce fumo passivo.

Dopo alcuni mesi di utilizzo della sigaretta elettronica, secondo le affermazioni di chi la commercializza, la dipendenza dalla nicotina si dovrebbe ridurre e, chi proprio vuole continuare a ripetere la gestualità del "fumare" una sigaretta, può passare alle cartucce contenenti solo aromi.

I produttori non forniscono la composizione completa degli additivi presenti nelle cartucce filtro e ciò rappresenta un elemento di preoccupazione per le autorità sanitarie.

Quali dati sostengono l'efficacia e la sicurezza di questi dispositivi?

La mancanza di dati scientifici è proprio l'aspetto critico di questi dispositivi. Per quanto riguarda l'efficacia, nessun tipo di sigaretta elettronica è stata sottoposta a valutazione clinica né ha ricevuto una autorizzazione come strumento di disassuefazione dal fumo da alcuna agenzia governativa o sovranazionale. Questa è la differenza fondamentale rispetto ai medicinali contenenti nicotina, indicati per la disassuefazione dal fumo, in vendita in farmacia, che, al contrario sono stati sottoposti a rigorose sperimentazioni cliniche.

Un semplice esempio: è dimostrato che gli "inhaler", che tra i sostituti della nicotina autorizzati come medicinali sono quelli più simili alla sigaretta elettronica, non provocano una deposizione significativa di nicotina nei polmoni, in quanto oltre il 90% della dose inalata si ferma nel cavo orale, da dove viene assorbita per passare nel sangue. Nessun dato invece è disponibile sul destino della nicotina inalata con una sigaretta elettronica, e vi è il timore che si possano determinare effetti tossici per esposizione diretta e prolungata dei polmoni a questa sostanza. Inoltre, mentre con un inhaler autorizzato è possibile seguire un programma di progressiva disassuefazione dal fumo, nessuna informazione attendibile può essere fornita in questo senso a chi impiega una sigaretta elettronica.

Come va utilizzata? Per quanto tempo? Va utilizzata in modo diverso se si è forte fumatore o se ci si accontenta di una sigaretta ogni tanto? Si indica che un filtro corrisponde a 20 sigarette o 150 aspirazioni ma come si fa a tenerne conto? Dopo quanto tempo si può passare ad una concentrazione di nicotina inferiore? Quante persone ottengono veramente il risultato di

smettere di fumare? Fino a quando tutte queste domande non avranno una risposta chiara l'affermazione che la sigaretta elettronica è uno strumento per la disassuefazione dal fumo non può ritenersi fondata.

L'Organizzazione Mondiale della Sanità, nel settembre 2008, ha espresso la propria posizione su questo dispositivo, dichiarando che non lo considera un sistema di riconosciuta efficacia e sicurezza per chi vuole smettere di fumare: non esclude che possa essere utile per la disassuefazione dal fumo, ma i produttori dovranno dimostrarlo attraverso studi clinici rigorosi di efficacia e assenza di tossicità. Per il momento resta il timore che essa possa sostituire sistemi meglio sperimentati per la disassuefazione dal fumo. Inoltre, secondo l'OMS, vi è il rischio reale che molti utilizzatori della sigaretta elettronica possano diventare dipendenti da questa nuova forma di assunzione della nicotina poiché, dal momento che non si consuma rapidamente come una normale sigaretta, potrebbero essere indotti ad abusarne.

Per quanto riguarda la sicurezza a oggi sono disponibili unicamente i dati di alcune analisi tossicologiche, effettuate su specifiche marche, e quindi non generalizzabili, che hanno riscontrato la presenza in piccola quantità di composti chimici normalmente presenti nel tabacco pericolosi per l'uomo e conosciuti per essere cancerogeni, la presenza di nicotina anche nei filtri dichiarati privi e quantità di nicotina non omogenea fra i vari filtri di una stessa marca.

Naturalmente, per i filtri privi di nicotina, rimane l'incognita della potenziale tossicità che può derivare dall'inalazione prolungata di sostanze normalmente utilizzate come additivi alimentari come il glicole propilenico e le sostanze aromatizzanti. Il Ministero della Salute italiano ha imposto, nel febbraio 2010, l'applicazione sulle confezioni delle sigarette elettroniche di una etichetta che le renda conformi alle disposizioni sull'etichettatura dei prodotti tossici e nocivi, riservandosi ulteriori valutazioni ai fini dell'eventuale classificazione di questi prodotti tra i medicinali veri e propri.

Concludendo

Le uniche conclusioni che è possibile trarre è che mancano troppe informazioni per consigliare la sigaretta elettronica per smettere di fumare. Non ci sono al momento prove né che sia utile né che sia dannosa. Un aspetto che lascia molto perplessi inoltre è proprio il fatto che possano coesistere in commercio prodotti contenenti nicotina classificati come medicinali, sperimentati clinicamente, fortemente controllati per la loro composizione e sicurezza, venduti esclusivamente in farmacia o in altri esercizi autorizzati, in presenza di un farmacista, e altri prodotti, sempre contenenti nicotina, che sono commercializzati senza doversi assoggettare a questi vincoli solo per il fatto che non riportano sulla loro confezione alcuna indicazione terapeutica.

Dalle date ricordate nel testo risulta evidente che il fenomeno è molto recente ma sta interessando moltissimi Paesi, diffondendosi in modo estremamente rapido attraverso il web. E' auspicabile perciò che le autorità sanitarie europee e italiane colmino al più presto il vuoto normativo in cui si colloca questo dispositivo, chiarendone la classificazione e, di conseguenza, i canali autorizzati per la vendita ma soprattutto che si definiscano efficacia e sicurezza nelle reali condizioni di impiego. Se è vero che qualsiasi strategia che miri a ridurre i danni alla salute causati dal fumo va vista con soddisfazione, è anche vero però che non può eludere le regole che sono state fissate per proteggere la salute dei consumatori.