

Svapare: quali sono i rischi per la salute?



Lo svapo, spesso utilizzato come alternativa al fumo di tabacco, è gradualmente entrato a far parte della vita quotidiana di molti francesi. In una relazione di esperti dedicata ai rischi per la salute associati ai prodotti da svapo, sono stati identificati potenziali rischi per gli svapatori, tra cui effetti cardiovascolari, respiratori e cancerogeni, anche in assenza di nicotina nei prodotti. Questi rischi sono legati all'inalazione ripetuta di sostanze tossiche presenti negli e-liquid o che si formano durante lo svapo.

Per i fumatori, lo svapo dovrebbe essere considerato solo come una soluzione temporanea per smettere di fumare.

Sigarette elettroniche: abitudini a lungo termine spesso legate al fumo di tabacco

Dalla loro comparsa negli anni 2010, l'uso delle sigarette elettroniche ha registrato una crescita continua. Attualmente si calcola che più di 6 adulti su 100 svapano quotidianamente.

Questa pratica, che tende a essere a lungo termine, è accompagnata da una gamma di prodotti sempre più diversificata: un'ampia varietà di dispositivi, un ampio spettro di aromi e la possibilità per gli utenti di preparare i propri liquidi per sigaretta elettronica modificando gli ingredienti e le loro proporzioni, una pratica nota come " *fai da te* " .

Svapare comporta il riscaldamento di un liquido senza combustione. Tuttavia, questa assenza di combustione non preclude l'esposizione dello svapatore a sostanze tossiche.

Possibili effetti sulla salute a medio e lungo termine

Si ricorda che, **per quanto riguarda il tabacco da fumo, gli effetti sulla salute sono gravi, comprovati e ben documentati**. Per quanto riguarda lo svapo, l'analisi degli studi scientifici disponibili mostra che lo svapo è **associato a possibili effetti sulla salute a medio e lungo termine**. Più specificamente:

- la probabile comparsa di effetti cardiovascolari, come l'aumento della pressione sanguigna, quando i prodotti contengono nicotina;
- la possibile insorgenza di effetti sulle vie respiratorie, sul sistema cardiovascolare e sulla cancerogenesi, con o senza nicotina;
- il possibile verificarsi di effetti sullo sviluppo cardiovascolare e respiratorio del feto esposto in utero, con o senza nicotina.

La conoscenza dello svapo non ha la stessa precedenza della conoscenza del tabacco, e la distinzione tra gli effetti specifici dello svapo e quelli del tabacco fumato è complessa da studiare a causa dei modelli di utilizzo, dato che quasi tutti gli svapatori adulti sono ancora fumatori o ex fumatori.

Alla luce dei rischi identificati, deve essere evitata qualsiasi azione che possa incoraggiare le persone a iniziare a svapare, in particolare i non fumatori e i giovani, e **di impedire qualsiasi normalizzazione delle sigarette elettroniche**. Il consumo tra gli adolescenti è in gran parte guidato da una moda passeggera e dal fascino di alcuni prodotti da svapo al gusto di frutta. La potenziale presenza di nicotina solleva preoccupazioni specifiche in merito alla dipendenza.

Smettere di fumare con lo svapo: un'opzione transitoria

Le sigarette elettroniche possono essere considerate un'opzione temporanea per le persone che hanno difficoltà a smettere di fumare. Il loro utilizzo dovrebbe essere parte di un **programma di disassuefazione dal fumo**, utilizzato esclusivamente e in aggiunta ai servizi di supporto esistenti.