

PROMOSSI I PRODOTTI DI NUOVA GENERAZIONE

Sigarette elettroniche miglior terapia antifumo

Da uno studio emerge che sono più efficaci di cerotti e farmaci nel combattere il vizio

di **UMBERTO TIRELLI**

Recentemente, il *New England Journal of Medicine* ha pubblicato un articolo che riportava i risultati di uno studio clinico randomizzato a un anno, in cui le sigarette elettroniche sono state confrontate con la terapia sostitutiva della nicotina (Nrt - cerotti, chewing gum, farmaci) per aiutare a smettere di fumare. Lo studio è stato condotto nel Regno Unito ed entrambi i trattamenti sono stati accompagnati da una consulenza comportamentale. Il risultato: «Il tasso di astinenza a 1 anno era del 18% nel gruppo delle sigarette elettroniche, rispetto al 9,9% nel gruppo con il sostitutivo della nicotina».

È lo studio più definitivo sull'efficacia delle sigarette elettroniche per smettere di

fumare. Ha scoperto che i tassi di cessazione del fumo a un anno con le sigarette elettroniche erano quasi il doppio di quelli ottenuti con la Nrt. Sebbene serva una certa cautela nel generalizzare i risultati anche agli Stati Uniti e all'Europa, lo studio fa crollare l'affermazione di chi sostiene che le sigarette elettroniche inibiscano la cessazione del fumo.

Un precedente studio clinico, condotto in Nuova Zelanda, aveva evidenziato che le sigarette elettroniche erano efficaci quanto la Nrt per smettere di fumare, ma quella prova utilizzava sigarette elettroniche di prima generazione, che non sono ritenute efficaci come i prodotti attualmente sul mercato. Una grande notizia per i fumatori, in quanto suggerisce che il passaggio alla sigaretta elettronica è un'op-

zione per smettere di fumare che può essere aggiunta a quelle già disponibili. Potrebbe anche essere appropriato per i medici incoraggiare i fumatori che vogliono smettere a passare alle sigarette elettroniche, anche se hanno fallito con altri approcci di cessazione.

La nicotina è il principale responsabile del passaggio da consumo occasionale al consumo abituale e ciò è particolarmente importante, in quanto incide sulla popolazione giovanile. La dipendenza innescata dalla nicotina rende complicato smettere di fumare anche quando il fumatore ne ha espressa volontà. Tuttavia i maggiori danni diretti del fumo non sono causati dalla nicotina, ma dai prodotti di combustione del tabacco. È quindi indispensabile fare un

ulteriore passo avanti, sfruttando la disponibilità di sigarette elettroniche e altri dispositivi in grado di rilasciare nicotina in maniera controllata ma con modalità simile a quella delle sigarette tradizionali, senza però rilasciare i prodotti nocivi della combustione. Rispetto ad altri sistemi di Nrt, questi prodotti a tabacco riscaldato risultano più appetibili e mantengono la gestualità del fumare sigarette. Sono prodotti che hanno l'intento di rappresentare un primo passaggio verso l'abbandono del fumo. Inoltre questi dispositivi potrebbero essere d'aiuto nella gestione delle crisi d'astinenza e potrebbero allontanare i fumatori che tentano di smettere di fumare dal concetto di proibizione che spesso risulta controproducente.

www.umbertotirelli.it
www.tirellimedical.it

© RIPRODUZIONE RISERVATA

