

## **Sigaretta elettronica: ci sono prove che sia efficace per far smettere di fumare?**

*A cura di Lidia Fubini, DoRS*

La presente relazione riporta i risultati di una revisione della bibliografia sul tema dell'efficacia della sigaretta elettronica come strumento per smettere di fumare.

### **La ricerca bibliografica**

La ricerca bibliografica è stata svolta sulle principali banche dati biomediche ed è aggiornata al mese di luglio 2013. Non è stata usata una strategia di ricerca particolare; in quanto argomento nuovo, il numero di pubblicazioni è ancora limitato, e si è ritenuto utile effettuare l'analisi di tutti i titoli reperibili sulle banche dati con l'uso della parola chiave "electronic cigarette/s" and "smoking cessation". Le pubblicazioni su tale argomento iniziano nell'anno 2009.

Sono stati reperiti:

<b>Dalla banca dati:</b>	<b>N. articoli</b>
Medline	73
EMbase	81
The Cochrane Library	1 protocollo di ricerca (1)

Di queste pubblicazioni, 27 studi sono ritenuti attinenti al tema e ne sono stati selezionati 3 sulla base del disegno dello studio e della durata del follow up (minimo 6 mesi).

### **Risultati**

Lo studio di Polosa et al (2), pubblicato nel 2011 è uno studio prospettico condotto su 40 fumatori sani (26 maschi e 14 femmine), di età compresa tra 16 e 40 anni, non intenzionati a smettere e che fumavano più di 15 sigarette al giorno.

I partecipanti, ai quali vengono fornite gratuitamente sigarette elettroniche contenenti nicotina, sono stati sottoposti a 5 visite di monitoraggio: al tempo 0, e dopo 4, 8, 12, 24 settimane. Completano lo studio 27 partecipanti, poiché 13 vengono persi al follow up.

I risultati dopo 6 mesi dimostrano che 13 dei partecipanti hanno ridotto il numero di sigarette fumate del 50%, 5 dell'80% e 9 hanno smesso del tutto.

Gli autori concludono che la sigaretta elettronica è uno strumento promettente per facilitare la cessazione del fumo di tabacco e per supportare politiche per la riduzione del rischio.

Le sigarette elettroniche fornite ai partecipanti allo studio sono state provviste dalla stessa ditta che ha finanziato la ricerca.

Lo studio di Caponnetto et al (3), presentato nel 2012 alla Conferenza della società per la ricerca sulla nicotina e il tabacco in Europa, è uno studio caso-controllo in doppio cieco effettuato su 300 fumatori non intenzionati a smettere. I partecipanti sono stati suddivisi in 3 gruppi, ognuno dotato di sigarette elettroniche con 2 diversi dosaggi di nicotina o senza nicotina. In particolare:

- Gruppo A: E-sig con nicotina 7,2 mg,
- Gruppo B: E-sig con nicotina 4,8 mg,
- Gruppo C: E-sig senza nicotina.

I risultati sono stati valutati dopo 3 e 12 mesi, e l'esito considerato come percentuale di partecipanti che hanno ridotto del 50% il numero di sigarette fumate o che si sono astenuti.

<b>A 3 mesi</b>	<b>Riduzione del 50% nel n. di sigarette</b>	<b>Astensione</b>
Gruppo A	21%	11%
Gruppo B	16%	17%
Gruppo C	19%	4%
<b>A 12 mesi</b>	<b>Riduzione del 50% nel n. di sigarette</b>	<b>Astensione</b>
Gruppo A	9%	13%
Gruppo B	8%	9%
Gruppo C	10%	4%

Gli autori evidenziano che la sigaretta elettronica è potenzialmente efficace come strumento per facilitare la cessazione o la riduzione nel numero di sigarette fumate; i risultati relativi al contenuto della nicotina sono tuttavia difficilmente interpretabili.

Il direttore del gruppo di ricerca è consulente della ditta che ha fornito le sigarette elettroniche ai gruppi dei partecipanti.

L'indagine condotta da Siegel et al (4), è stata svolta online nell'arco di 6 mesi, utilizzando un questionario inviato per email a 5000 persone che avevano acquistato la sigaretta elettronica. Gli indirizzi mail degli acquirenti sono stati forniti da una ditta produttrice di e-sig.

Dei 5000 questionari inviati, solo 216 hanno ricevuto la risposta (tasso di risposta del 4.3%); in questo campione, il numero dei maschi era più del doppio di quello delle femmine.

Tra i rispondenti, il 66,8% riporta di avere ridotto il numero di sigarette fumate, e il 48,8% di avere smesso di fumare per un periodo.

Dopo 6 mesi, il 31% dei rispondenti riferisce di non avere fumato durante i 6 mesi dell'indagine; di questi, il 57% dichiara di avere fumato nel frattempo le sigarette elettroniche.

Anche in questo studio, la sigaretta elettronica si dimostra uno strumento adeguato per la riduzione o la cessazione del fumo.

### **Considerazioni conclusive**

Nei tre studi considerati, la sigaretta elettronica si dimostra potenzialmente efficace nella riduzione e nella cessazione del fumo di tabacco, in particolare fornendo la possibilità di diminuire i sintomi del *craving* dovuti all'astinenza.

**Si segnala tuttavia che tali studi hanno limiti che non possono essere ignorati nella valutazione dei risultati:**

1. i campioni della popolazione esaminata sono piccoli o non rappresentativi,
2. può esistere un bias di selezione nella popolazione esaminata,
3. si verifica un alto numero di perdite al follow up, la cui durata è troppo breve, o il tasso di risposta è troppo basso,
4. vi sono possibili conflitti di interesse.

Allo stato attuale della conoscenza, non sarebbe corretto affermare che la sigaretta sia da consigliare a chi intende smettere di fumare, almeno fino a che non ne siano noti gli effetti sulla salute a medio e lungo termine. Inoltre, il basso numero dei trial clinici conclusi a tutt'oggi non permette di chiarire se questo dispositivo sia più o meno efficace di altri già in uso (inalatori, cerotti, gomme da masticare), come rilevato anche nella revisione di Odum et al (5).

Sono in corso al momento alcuni importanti protocolli di studio (1, 6) che potranno dare una risposta più chiara al problema considerato.

## Bibliografia

1. McRobbie H, Bullen C, Hajek P. Electronic cigarettes for smoking cessation and reduction (Protocol). Cochrane Database of Systematic Reviews 2012, Issue 11. Art. No.: CD010216. DOI: 10.1002/14651858.CD010216.
2. Polosa R, Caponnetto P, Morjaria JB, et al. Effect of an electronic nicotine delivery device (e-cigarette) on smoking reduction and cessation: a prospective 6-month pilot study. BMC Public Health. 2011;11:786.
3. Caponnetto P, Campagna D, Cibella F, Morjaria JB, Russo C, Polosa R. The efficacy and safety of an electronic cigarette (eclat) study: a prospective 12-month randomized control design Study. 14th Conference of the Society for Research on Nicotine and Tobacco-Europe. "Mission Possible – Towards a Tobacco-Free Society" 30 August – 2 September, 2012. University of Helsinki Finland.
4. Siegel MB, Tanwar KL, Wood KS. Electronic cigarettes as a smoking-cessation tool - results from an online survey. Am J Prev Med. 2011;40(4):472-475.
5. Odum LE, O'Dell KA, and Schepers JS. Electronic Cigarettes: Do They Have a Role in Smoking Cessation? Journal of Pharmacy Practice. 2012; 25:611.
6. Bullen C, Williman J, Howe C, Laugesen M, McRobbie H, Parag V, Walker N. Study protocol for a randomised controlled trial of electronic cigarettes versus nicotine patch for smoking cessation. BMC Public Health. 2013 Mar 8;13:210. doi: 10.1186/1471-2458-13-210.

**Per maggiori informazioni contattare:**

**Centro Regionale di Documentazione per la Promozione della Salute, ASL TO3**

Via Sabaudia 164, 10095, Grugliasco (TO)

Tel. 01140188210-502 - Fax 01140188501 - info@dors.it