



Processo alla sigaretta elettronica: i dati sulla disassuefazione

A cura di Rocco Mercuri, Dipartimento Patologia delle Dipendenze ASL TO3 – Regione Piemonte

Il presente contributo si riferisce all'attuale dibattito sulla funzione della sigaretta elettronica come strumento per smettere di fumare fornendo informazioni sugli aspetti comportamentali e simbolici del fumo.

La collocazione principale dei fumatori che hanno intenzione di smettere è prevalentemente nella fase della **contemplazione** nella quale la caratteristica principale è l'**ambivalenza**. Permettendo (ancora) di fumare dove non si può e non creando fumo passivo, l'effetto di etichettamento negativo del fumo (e spesso del fumatore) risulta molto più "sfumato", ridando un nuovo appeal all'insieme e sostenendo l'ambivalenza grazie alle ambiguità irrisolte insite nella presentazione della e-cig:

- è/non è una sigaretta
- è/non è un farmaco
- serve per smettere/serve per continuare
- è innocua/è meno dannosa
- fumi/non fumi (dal p.d.v. comportamentale)

Dal punto di vista comportamentale, la e-cig non aiuta ad estinguere l'automatismo gestuale del "mettere in bocca", poiché compensa in modo mimetico la sensazione di riempimento orale che diversamente richiederebbe altri tipi di canalizzazione gestuale. Un altro effetto è quello di abbassare la soglia di autopercezione del danno da fumo.

Poiché una delle modalità con cui viene usata è quella "**a ponte**", la e-cig copre i momenti del non fumo in un continuum esperienziale che non favorisce il "taglio" decisionale/comportamentale.

Rispetto all'assunzione di nicotina come riduttore del *craving* che sostiene la dipendenza il dato di letteratura è ancora controverso e riguarda le normali sigarette.

Tuttavia in alcune ricerche (Bullen et al. 2010, Barrett 2010, Buchhalter et al. 2005) si è visto che le sigarette denicotinizzate riducono il *craving* più che un inalatore nicotinizato; ciò che sembrerebbe funzionare nella gestione della dipendenza quindi sarebbe principalmente l'"effetto placebo" collegato agli stimoli correlati al fumo.

Per quanto riguarda gli **adolescenti**, la e-cig viene utilizzata dalla popolazione giovanile essenzialmente per 3 motivi: per curiosità, per la novità del prodotto e per uso voluttuario indotto dalla pubblicità e dalle presentazioni sempre più accattivanti.

Non esistono però dei dati definitivi che indichino le sigarette elettroniche come "**gateway**" per l'uso dei prodotti a base di tabacco; solo uno studio polacco del 2012 (Goniewicz, Zielinska-Danch) riporta che un quinto della popolazione giovanile intervistata (15-24 aa.) dichiarava di aver usato la e-cig almeno 1 volta nella vita, peraltro dopo aver usato sigarette normali; anche qui "la **teoria del passaggio**" riferita alle droghe ("dallo spinello all'eroina, dalle droghe leggere alle droghe pesanti, e così via..") e applicata alla e-cig si scontra con la multifattorialità del fenomeno.

Bibliografia

- Bullen C, et al. Effect of an electronic nicotine delivery device (e cigarette) on desire to smoke and withdrawal, user preferences and nicotine delivery: randomised cross-over trial. *Tob Control*. 2010 Apr;19(2):98-103. doi: 10.1136/tc.2009.031567.
- Barrett SP. The effects of nicotine, denicotinized tobacco, and nicotine-containing tobacco on cigarette craving, withdrawal, and self-administration in male and female smokers. *Behav Pharmacol*. 2010 Mar;21(2):144-52.
- Buchhalter AR, et al. Tobacco abstinence symptom suppression: the role played by the smoking-related stimuli that are delivered by denicotinized cigarettes. *Addiction*. 2005 Apr;100(4):550-9.
- Goniewicz ML, et al. Electronic cigarette use among teenagers and young adults in Poland. *Pediatrics*. 2012 Oct;130(4):e879-85. doi: 10.1542/peds.2011-3448. Epub 2012 Sep 17.

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