

# Sigarette elettroniche

## Che cosa è una sigaretta elettronica?

Le sigarette elettroniche sono commercializzate con nomi diversi. I più comuni sono vape, vape pen, e-cigarette o e-cig, vaporizzatore o vaporiser, mod o tank. L'acronimo inglese ENDS sta per «electronic nicotine delivery system», ossia sistema elettronico per l'erogazione di nicotina. In pratica, si tratta di dispositivi utilizzati per inalare un aerosol. Questo aerosol si forma riscaldando un liquido. Il liquido contiene di solito glicerina, aromi, nicotina e altre sostanze chimiche.

## Di solito una sigaretta elettronica si compone di:

- un bocchino
- un serbatoio o una cartuccia contenente un liquido
- una batteria
- un atomizzatore

## In breve

Gli ENDS sono dispositivi eterogenei. In comune hanno tutti un bocchino, un serbatoio per il liquido, una batteria e un atomizzatore, detto anche vaporizzatore. Da quest'ultimo dipendono la potenza del dispositivo, la quantità di aerosol erogata e il contenuto di nicotina.

Gli ENDS sono facili da acquistare e facili da usare. Sono diventati un problema di salute pubblica soprattutto a causa del crescente consumo da parte dei giovani.

## Che tipi di sigarette elettroniche esistono?

Esistono diversi tipi di sigarette elettroniche: alcune sono sistemi aperti (tube, box mod), altre sono sistemi chiusi (monouso, pod). Una nota marca di sigarette elettroniche usa e getta è «Puff Bar», in commercio dal 2019, ma esistono numerosi altri prodotti simili di altre marche. I giovani amano le sigarette elettroniche monouso perché sono economiche e possono essere gettate senza problemi (in merito rimandiamo anche alla nostra scheda informativa su [Puff Bar e sigarette elettroniche monouso](#)).

## Dispositivi ENDS attualmente in commercio



## Perché il consumo di sigarette elettroniche è preoccupante?

Sempre più giovani fumano sigarette elettroniche. Ad attrarli è soprattutto la vasta gamma di aromi tra i quali scegliere. L'Organizzazione mondiale della sanità OMS mette in guardia: i bambini e gli adolescenti sono incuriositi e allettati soprattutto dagli aromi di frutta o di dolci, un dato confermato da ulteriori studi.

**Le sigarette elettroniche  
contengono migliaia  
di sostanze chimiche  
sconosciute.**



### **Quali rischi per la salute comportano le sigarette elettroniche?**

Sebbene le sigarette elettroniche non contengano tutte le sostanze nocive delle sigarette convenzionali, ciò non significa che non siano dannose. Molto dipende infatti dal prodotto utilizzato, dalla temperatura alla quale giunge l'atomizzatore e dalla manutenzione del dispositivo. Le sigarette elettroniche possono contenere sostanze tossiche quali arsenico, alluminio e piombo, che sono pericolose per il sistema nervoso. Secondo altri studi possono contenere anche sostanze chimiche nocive per i polmoni. Nel 2021 un gruppo di ricerca dell'Università Johns Hopkins ha rintracciato migliaia di sostanze chimiche sconosciute nelle sigarette elettroniche, tra cui anche sostanze chimiche industriali.

### **Quale impatto hanno le sigarette elettroniche sull'ambiente?**

Poiché le sigarette elettroniche contengono sostanze chimiche nocive, metalli e nicotina, smaltirle con i rifiuti domestici è un problema. Possono contaminare l'aria, l'acqua e il suolo. In altre parole, ciò che resta di una sigaretta elettronica consumata dovrebbe essere considerato un rifiuto speciale, poiché pericoloso. L'impatto ambientale è particolarmente preoccupante nel caso delle sigarette elettroniche usa e getta (ad es. le Puff Bar).

Nel 2019 sul mercato si contavano oltre 15'000 aromi diversi. Da allora in Svizzera sono aumentate sia la scelta di aromi, sia la disponibilità di sigarette elettroniche nei negozi online, nei chioschi e nei commerci specializzati. In tal modo aumenta anche la probabilità che i giovani inizino a fumare, poiché il consumo di sigarette elettroniche conduce sovente al consumo di tabacco.

### **In che modo le sigarette elettroniche possono essere d'aiuto per smettere di fumare sigarette convenzionali o per limitare i danni del tabagismo?**

Molti pensano che le sigarette elettroniche siano meno dannose delle sigarette convenzionali. In merito vi è un dibattito, poiché ci si chiede se questi dispositivi possano essere d'aiuto per smettere di fumare sigarette convenzionali o per limitare i danni del tabagismo. Tuttavia, non vi sono ancora dati scientifici sufficienti per affermare con certezza che le sigarette elettroniche sono davvero efficaci come ausilio per smettere di fumare sigarette convenzionali.



L'impatto ambientale è particolarmente preoccupante nel caso delle sigarette elettroniche usa e getta (ad es. le Puff Bar).