

► **Il tabacco
da fiuto
crea dipendenza
contiene sostanze
CANCEROGENE**



► Il tabacco da fiuto: Dati di fatto

Fiutare tabacco rende dipendenti e fa ammalare.

Il tabacco si può consumare in due modi: o attraverso la combustione, come col fumo di una sigaretta, oppure senza combustione, annusando polvere di tabacco.

In entrambi i casi l'organismo umano assume, fra le innumerevoli sostanze, nicotina e sostanze cancerogene così che chi annusa tabacco può diventare dipendente dalla nicotina e ammalarsi.

Il tabacco da fiuto è sostanzialmente polvere di tabacco tritata finemente. Lo si consuma spargendo una presa sul dorso della mano, quindi aspirandolo in una, poi nell'altra narice. Poi una parte viene nuovamente espulsa soffiando il naso. In Svizzera e nell'Unione Europea il tabacco da fiuto e da masticare sono comunque ammessi alla vendita.

Additivi

Il tabacco da fiuto contiene diversi additivi fra cui si annoverano aromi alla menta, al limone, al lampone o all'anice, come pure erbe aromatiche e frutta secca.

I tabacchi da fiuto aromatizzati favoriscono il primo approccio col consumo di tabacco perchè

mitigano il sapore del tabacco di per sé forte. I produttori di tabacchi propongono queste soluzioni per invogliare i giovani ad avvicinarsi a questo consumo e così il rischio che i ragazzi diventino fumatori abituali se annusano questo tipo di tabacco, è molto elevato.

► **Dipendenza dalla nicotina – quali le conseguenze?**

La nicotina è una droga molto potente, simile all'eroina e alla cocaina. Dalle mucose del naso la nicotina passa nel sangue e susseguentemente al cervello dove scatena sensazioni che possono essere piacevoli. Il ricordo di queste sensazioni positive si fissa saldamente nella memoria a lungo termine e prima o poi si ripresenta il bisogno di una nuova presa di tabacco da fiuto.

Tale meccanismo di dipendenza compare già anche nei giovani consumatori.

Dipendenza dalla nicotina in questo caso significa:

- che la circolazione sanguigna viene affaticata, perché la nicotina fa aumentare i battiti cardiaci e alza la pressione sanguigna.
- Che le pinne nasali entrano sempre in contatto col tabacco da fiuto e ciò comporta effetti dannosi per la salute delle mucose.

► Ammalarsi di cancro a causa del consumo di tabacco da fiuto?

Annusando polvere di tabacco, vie respiratorie e polmoni non sono direttamente interessati come nel fumo di sigaretta, pipa o simili. Da questo punto di vista il rischio di ammalarsi di cancro a causa del consumo di tabacco da fiuto è minore rispetto a quello di fumare.

Però tutti i tipi di tabacco da fiuto contengono certamente quantità non indifferenti di particolari sostanze cancerogene, le cosiddette nitrosammine che si formano in gran parte già durante l'es-

siccazione e la lavorazione. Queste sostanze sono fra quelle più cancerogene e si trovano in tutti i tabacchi non fumati.

E' chiaro che utilizzando questo tipo di tabacco il rischio di cancro è altrettanto elevato. In effetti, esperimenti sugli animali hanno dimostrato che anche il tabacco da fiuto aumenta in modo significativo il rischio di cancro al naso e alle vie respiratorie.

► Infiammazione della mucosa nasale

Tuttavia si sa che chi annusa regolarmente tabacco soffre più o meno costantemente di mucose nasali infiammate e di condutture nasali ostruite. Inoltre il tabacco da annuso tinge le mucose nasali

e il muco di colore brunoastro e provoca quantità maggiori di muco. L'olfatto poco alla volta si indebolisce.

► Tabacco da fiuto – un'alternativa alla sigaretta?

Sostanzialmente, ogni modo di consumare tabacco è dannoso per la salute e rende dipendenti. Ciò vale anche per il tabacco da fiuto.

È chiaro che il tabacco da fiuto danneggia il fisico con sostanze pesantemente cancerogene e irrita

le mucose nasali. Se confrontati con persone che vivono libere dal tabacco, i consumatori di tabacco da fiuto debbono mettere in conto più danni alla salute.

Pertanto il giovane deve porsi diverse domande:

- voglio diventare dipendente dalla nicotina?
- voglio introdurre nelle mie narici sostanze cancerogene?
- deve colare muco brunoastro dal mio naso?
- mi fa piacere perdere l'olfatto?

Linea stop tabacco 0848 000 181

Per farcela davvero a smettere di fumare una cosa determinante è la scelta del metodo giusto per smettere. Le consulenti della Linea nazionale Stop tabacco sono preparate in modo specialistico per informare in modo preciso sui diversi metodi di disassuefazione provati scientificamente. I fumatori possono anche farsi accompagnare da consulenti quando smettono di fumare e hanno la possibilità, durante la disassuefazione, di ricevere fino a quattro chiamate telefoniche e consulenze.



Per telefonate in **tedesco, francese e italiano** le consulenti sono raggiungibili al numero **0848 000 181** dal lunedì al venerdì, dalle 11,00 alle 19,00 (8 ct. al minuto da rete fissa).

Per le lingue **albanese, portoghese, serbo/croato/bosniaco, spagnolo e turco** esiste un numero telefonico per ciascuna:

0848 183 183 albanese

0848 184 184 portoghese

0848 185 185 spagnolo

0848 186 186 serbocroato

0848 187 187 turco

Chi compone il numero desiderato, riceve entro 48 ore la chiamata di una persona esperta della Linea stop tabacco.

www.linea-stop-tabacco.ch



**Associazione svizzera
per la prevenzione del tabagismo**

Haslerstrasse 30 | 3008 Berna

Altre informazioni e prospettivi:

Telefono 031 599 10 20 | Fax 031 599 10 35
info@at-schweiz.ch | www.at-svizzera.ch



**Associazione Svizzera
Non-Fumatori**

Casella postale 4 | 6963 Pregassona
Telefono 079 240 01 01 | Fax 091 940 44 44
Mail: asn@swissonline.ch | www.nonfumatori.ch