

► **Tabacco
mortale in
ogni sua forma**



► Tabacco mortale in ogni sua forma

Anche i tabacchi non da fumo creano dipendenza da nicotina e provocano malattie e morte.

Tutte le tipologie di consumo di tabacco danneggiano la salute. Sia esso il consumo per combustione, come con le sigarette, che anche quello senza combustione, come col tabacco da masticare. I rischi per la salute sono sì inferiori con i prodotti del tabacco non da fumo rispetto a quelli da fumo, infatti col consumo senza fumo le vie respiratorie e i polmoni non sono direttamente coinvolti. Ciononostante chi li consuma mette a grosso rischio la propria salute.

► **Rischi per la salute**

Nelle foglie del tabacco sono state individuate più di 2.500 sostanze chimiche, molte delle quali sono cancerogene. Tutti i tabacchi non da fumo contengono quantità più o meno elevate di nicotina e di sostanze cancerogene.

- Consumando prodotti del tabacco non da fumo la nicotina penetra nel sangue attraverso la mucosa del naso e della bocca, un po' più lentamente che se si fuma, e dall'apparato circolatorio arriva al cervello. Lì la nicotina raggiunge una concentrazione alta quasi come dopo una sigaretta, ma si disperde molto più lentamente. La nicotina fa battere il cuore più velocemente e alza la pressione sanguigna, per cui la circolazione sanguigna viene affaticata.

- Le nitrosamine tipiche del tabacco si formano in gran parte già durante l'essiccazione e la lavorazione del tabacco. Si trovano in tutti i tabacchi non da fumo e sono fra le sostanze fortemente cancerogene.

Il consumo di questi prodotti può condurre al tumore del pancreas, della cavità orale e dell'esofago.

Il tabacco da fiuto

Il tabacco da fiuto è tabacco tritato finemente. Una presa di questo tabacco viene inserita nel naso e dopo un po' espulsa soffiandosi il naso.

- Le mucose del naso si infiammano, le narici sono perlopiù ostruite.

Snus

Lo snus è tabacco tritato finemente. Si presenta come pasta umida da arrotolare in forma cilindrica oppure in buste porose da spingere sotto il labbro superiore o inferiore.

- Nei punti in cui viene posizionato in bocca lo snus provoca un ritiro delle gengive che rimane anche dopo che si è smesso di consumare snus.
- Nelle persone che consumano snus è minore la probabilità di sopravvivere dopo un infarto cardiaco. Il consumo di snus aumenta quindi il rischio che un infarto cardiaco si concluda con la morte del paziente.
- Inoltre le donne incinte che consumano snus corrono un rischio maggiore di aborti spontanei e nascite premature.

- I ragazzi che consumano snus presentano maggiori sintomi da dipendenza e da astinenza rispetto a chi fuma.

Tabacco da mastico

Il tabacco da mastico è un prodotto del tabacco che è offerto in rotoli, stecche, strisce, dadi o piastrelle.

- Il tabacco da mastico danneggia in modo simile allo snus soprattutto la cavità orale e le gengive.

► Situazione dal punto di vista legale

In Svizzera sono ammessi in commercio tabacco da fiuto e tabacco da mastico. Invece altri derivati del tabacco per consumo orale come lo snus non possono venire né importati né smerciati per fini commerciali. Tutti questi derivati dal tabacco in base alle direttive legislative attuali sono vietati. Soltanto singole persone possono importare e consumare tali prodotti in modica quantità per uso personale. Nel progetto per la nuova legge sui prodotti del tabacco il Consiglio federale si attiene a questo divieto. A parte i tradizionali tabacchi da fiuto e da

mastico, anche nell'Unione europea, con eccezione della Svezia, è vietato commercializzare tabacco per uso orale. L'introduzione di snus, quindi di un prodotto del tabacco in più, che crea dipendenza, danneggia la salute ed è invogliante per i giovani, deve quindi rimanere proibita in tutta la UE.

► Paragoni che non stanno in piedi

Se paragonato al fumo di sigarette, il consumo di tabacco da fiuto, da mastico e lo snus è meno rischioso. In alcuni di questi prodotti il carico di nitrosamine tipiche del tabacco è un po' più basso che nelle sigarette tradizionali. Per questo sorge l'erronea impressione che i tabacchi non da fumo siano più o meno innocui. Però dal punto di vista della promozione della salute si dovrebbero paragonare coloro che consumano tabacchi non da fumo con persone che vivono senza tabacco e non con coloro che fumano sigarette. Se li si considera in questo modo, i danni alla salute provocati da tabacco da fiuto, da mastico o lo snus sono ancora piuttosto elevati. In altre parole, anche i tabacchi non da fumo possono provocare gravi conseguenze per la salute.

► Aromen

Ai tabacchi non da fumo vengono aggiunte diversi additivi. Fra questi, anche aromi: vaniglia, ciliegia, eucalipto, lavanda, limone ed estratti da frutti, così come garofano, cannella, alloro, nice, ginepro e menta o sostanze zuccherine come

miele d'api, sciroppo di mais, glucosio, caramello e altri. Gli aromi coprono il sapore marcato del tabacco. I produttori rendono più facile l'iniziazione dei giovani al tabacco con prodotti fortemente aromatizzati e molto dolci.

► **Linea Stop tabacco 0848 000 181**



Se si consumano i prodotti del tabacco non da fumo, il contenuto di nicotina è complessivamente più elevato che nel fumo delle sigarette.

A chi intende liberarsi di nuovo dalla pesante dipendenza dalla nicotina occorre pertanto un metodo adeguato.

Le/i consulenti della Linea nazionale Stop tabacco sono preparate/i in modo specialistico per informare in modo preciso sui diversi metodi di disassuefazione provati scientificamente. Le consumatrici e i consumatori di tutti i prodotti del tabacco mentre smettono di fumare possono anche farsi accompagnare dalla Linea Stop tabacco con diverse chiamate gratuite.

Per telefonate in **tedesco, francese e italiano** la Linea Stop tabacco è raggiungibile al numero **0848 000 181** dal lunedì al venerdì, dalle 11.00 alle 19.00 (8 centesimi al minuto da rete fissa).

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

0848 183 183 albanese

0848 184 184 portoghese


0848 189 189 romancio

0848 185 185 spagnolo

0848 186 186 serbo/croato/bosniaco

0848 187 187 turco

Componendo questo numero, si riceverà entro 48 ore la chiamata di un esperto della Linea Stop tabacco.

at 
Associazione svizzera
per la prevenzione del tabagismo
Haslerstrasse 30 | 3008 Berna

Altre informazioni e prospetti:

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



Associazione
non-Fumatori

Casella postale 7 | 6963 Pregassona

Telefono 079 2540 01 01

asn@swissonline | www.nonfumatori.ch