



DIPENDENZE | SVIZZERA

# Narghilé, Snus & Co.



Nicotina  
Dipendenze  
Catrame  
Aromi  
Sniffare  
Cancro

Informazioni, aiuto e consigli



dipendenzesvizzera.ch/aiuto



**Dipendenze Svizzera**  
Av. Louis-Ruchonnet 14  
CH-1003 Losanna

Tel. 021 321 29 11  
IBAN: CH63 0900 0000 1000 0261 7  
[www.dipendenzesvizzera.ch](http://www.dipendenzesvizzera.ch)

# Narghilé, Snus & Co.

È risaputo che fumare sigarette crea dipendenza ed è dannoso per la salute. Anche altri modi di consumare tabacco creano dipendenza e nuociono alla salute.

Per esempio, il fumo di shisha contiene, proprio come quello delle sigarette tradizionali, sostanze nocive che vengono inalate durante il consumo.

Il tabacco da sniffo, da masticare o lo snus sono anch'essi nocivi, anche se non viene inalato fumo. Le persone che consumano tabacco senza fumo hanno un rischio ridotto di sviluppare il cancro ai polmoni rispetto a coloro che fumano, ma rimangono esposti a gravi conseguenze fisiche. Sniffare, masticare o consumare snus aumenta ad esempio il rischio di tumore della cavità boccale o del pancreas.

Vi sono ancora delle aree di incertezza, poichè gli studi scientifici sulla questione sono ancora incompleti; tuttavia, i seguenti punti sono certi:

## Shisha, narghilé (pipa ad acqua)

Fumare shisha non è più sano del consumo di sigarette tradizionali. Anche se il contenuto di nicotina del tabacco per shisha è più basso, durante una sessione di shisha si consuma una quantità di tabacco molto maggiore rispetto al consumo quotidiano di sigarette da parte delle fumatrici o dei fumatori tradizionali. L'acqua della shisha non ha alcuna funzione filtrante e sostanze nocive aggiuntive vengono inalate direttamente.

- La nicotina contenuta nel tabacco può causare dipendenza e portare a malattie cardiovascolari.
- Catrame e altre sostanze nocive aumentano il rischio di cancro, in particolare ai polmoni, alla bocca e alla gola.
- Anche il fumo di shisha senza tabacco aumenta il rischio di cancro ed è associato all'assorbimento di sostanze nocive nell'organismo.
- Lunghe sessioni di shisha possono causare un'intossicazione da monossido di carbonio, i cui sintomi includono mal di testa e vertigini.

## Tabacco da sniffo

Il tabacco da sniffo è tabacco sotto forma di polvere finissima. La nicotina è assorbita dalla mucosa nasale e trasportata fino al cervello attraverso il sangue.

- La nicotina contenuta nel tabacco da sniffo può rendere dipendenti.
- Sniffando il tabacco, è possibile irritare la mucosa nasale che successivamente si infiamma.
- Il tabacco da sniffo contiene anch'esso sostanze cancerogene.

## Snus e tabacco da masticare

Nel caso del tabacco da masticare e dello snus, la nicotina penetra nel corpo attraverso la cavità orale.

- La nicotina contenuta nel tabacco da masticare e nello snus può portare a una forte dipendenza.
- Un consumo regolare e frequente può danneggiare le gengive e la mucosa orale, può alterare il colore dei denti e provocare carie.
- Lo snus e il tabacco da masticare contengono sostanze che possono generare tumori quali ad esempio: cancro della cavità orale, del pancreas e dell'esofago.

## Menta, miele, aromi di frutta, ...

I fabbricanti di tabacco aggiungono spesso ai loro prodotti aromi e gusti dolciastri per renderli più piacevoli al gusto. Aromi di questo tipo riducono l'amaro del tabacco, favoriscono l'inizio del consumo e rendono più difficile smettere di fumare. Questi aromi potrebbero aumentare la dipendenza e i loro effetti sul corpo sono sconosciuti. Tuttavia, ci sono già indicazioni che suggeriscono che siano dannosi per la nostra salute.

## Vendita e disposizioni legali

Dal 1° ottobre 2024, in Svizzera è in vigore la legge sui prodotti del tabacco. Essa vieta la vendita di prodotti contenenti tabacco o nicotina alle persone di età inferiore ai 18 anni. Ciò vale anche per le sigarette elettroniche, lo snus, il tabacco da fiuto o prodotti simili – anche se non contengono né nicotina né tabacco.