

# 50 STUDI INDIPENDENTI

Sulla sigaretta elettronica  
e sul principio della riduzione del rischio



ANAFE è l'associazione nazionale produttori fumo elettronico aderente a Confindustria, che dal 2012 rappresenta il comparto e che oggi riunisce la maggioranza delle imprese italiane produttrici di sigarette elettroniche e liquidi da inalazione. L'associazione è iscritta al Registro Trasparenza del Ministero dello Sviluppo Economico e, in ambito europeo, è membro di IEVA – Independent European Vaping Alliance – attiva presso le principali istituzioni dell'UE al fine di rappresentare, promuovere e tutelare gli interessi dei propri associati.

ANAFE si fa promotrice di un approccio pragmatico e non ideologico che, basandosi sul principio del rischio ridotto, garantisce agli attuali fumatori adulti di sigarette tradizionali che non vogliono o che non riescono a smettere di fumare, un'alternativa concreta per la tutela della salute. A riprova di ciò, uno studio del 2019 del Public Health of England (l'agenzia governativa del Ministero della Salute inglese), ha dimostrato che i danni ai polmoni derivanti dall'utilizzo della sigaretta elettronica sono del 95% inferiori rispetto a quelli legati al consumo della sigaretta tradizionale.

ANAFE disincentiva comunque ogni forma di fumo, sia elettronico sia tradizionale, secondo il principio per cui «se non fumi, non devi iniziare; se fumi, devi smettere; se non riesci a smettere, valuta la sigaretta elettronica come strumento di riduzione del rischio».

Associazione  
Nazionale  
Produttori  
Fumo Elettronico



**ANAFE**  
CONFINDUSTRIA FEDERVARIE

Secondo l'OMS, il fumo rappresenta la seconda causa di morte al mondo e la principale causa di morte evitabile: quasi 6 milioni di persone perdono la vita ogni anno per i danni da fumo e tra le vittime quasi 1 milione sono non fumatori esposti al fumo passivo.

Solo in Italia, si stima che il fumo sia la causa di oltre 80mila decessi annuali: ci sono 11 milioni di fumatori, che corrispondono al 21% della popolazione. Ogni anno, nel nostro Paese, muoiono fra le 73.000 e le 80.000 persone per malattie legate al fumo.

Secondo i dati presentati in occasione del World No Tobacco Day 2020, durante il lockdown, si è registrata in Italia una diminuzione del numero di fumatori dell'1,4%, cioè 630.000 fumatori in meno e una riduzione della vendita di sigarette del 4,2%. Sempre durante il lockdown, è stato registrato +1% di consumatori di sigarette elettroniche e, in generale, per la prima volta nel 2019, il numero dei fumatori è sceso sotto il 19%.

# MINISTERO DELLA SALUTE UK

## **SIGARETTE ELETTRONICHE: AGGIORNAMENTO DELLE PROVE - UN RAPPORTO COMMISSIONATO DALLA SANITÀ PUBBLICA IN UK**

Si tratta di uno degli studi più famosi al mondo che, analizzando un centinaio di altri studi, giunge alla conclusione di come la sigaretta elettronica sia al 95% meno rischiosa del tabacco combusto. È la linea guida che il Ministero della Salute inglese utilizza per valutare le sue azioni.

Il primo studio è del 2015 con una revisione nel 2018.

La Gran Bretagna è l'unico paese al mondo che ha visto diminuire in maniera importante e sensibile i casi di tumore nonché il numero di fumatori grazie all'utilizzo del rischio ridotto.

## **MINIMIZZAZIONE DEL DANNO E CONTROLLO DEL TABACCO: REFRAMING, OPINIONI SOCIALI SULL'USO DELLA NICOTINA PER SALVARE RAPIDAMENTE VITE UMANE**

Una revisione dello studio precedente, con ancora maggiori dettagli e il grado di rischio per ciascun strumento presente sul mercato.

[Link studio – CLICCARE QUI](#)



# UNIVERSITA' DI PITTSBURGH

## DIPENDENZA DA SIGARETTE ELETTRONICHE E SIGARETTE IN UNO STUDIO TRASVERSALE SU ADULTI STATUNITENSIS

Si dimostra, attraverso uno studio su vasta scala (oltre 10.000 utilizzatori), come la dipendenza da nicotina liquida e in generale dalle sigarette elettroniche sia molto meno forte e impattante rispetto alle sigarette tradizionali

[Link studio – CLICCARE QUI](#)



# UNIVERSITA' DEL WEST VIRGINIA

## ASSOCIAZIONE DELL'USO DI SIGARETTE ELETTRONICHE CON IL CARICO CORPOREO DI PIOMBO, CADMIO, BARIO E ANTIMONIO: NHANES 2015-2016

L'uso delle sigarette elettroniche non impatta sul livello di metalli tossici nel sangue e nelle urine. I livelli rilevati sono pari a quelli di un non fumatore.

[Link studio – CLICCARE QUI](#)



# UNIVERSITA' DI MEMPHIS

L'IMPATTO DEL DIVIETO DI VENDITA DI LIQUIDI AROMATIZZATI NELLA CITTÀ DI SAN FRANCISCO

Si dimostra come gli aromi siano fondamentali nel percorso di disassuefazione dal tabacco combusto e di come il divieto di vendita degli stessi abbia innalzato il numero dei fumatori.

[Link studio – CLICCARE QUI](#)



# AMERICAN COLLEGE OF CARDIOLOGY

## EFFICACIA E SICUREZZA DELLE SIGARETTE ELETTRONICHE PER LA CESSAZIONE DEL FUMO

L'utilizzo di sigarette elettroniche nelle terapie di cessazione porta a risultati migliori rispetto alla mera terapia senza l'utilizzo di strumenti a rischio ridotto.

[Link studio – CLICCARE QUI](#)



# UNIVERSITA' DI CAGLIARI

## EFFETTI DELLO SVAPO SULL'ASMA: RISULTATI DI UN SONDAGGIO WEB E DI UN'INDAGINE CLINICA

Nei pazienti asmatici, il passaggio dalle sigarette tradizionali a quelle elettroniche porta a significativi miglioramenti della malattia aumentando così la qualità della vita del paziente, senza influenzare negativamente il funzionamento dei polmoni.

[Link studio – CLICCARE QUI](#)



# UNIVERSITA' DI PARIGI SUD

(Dipartimento di  
Medicina)

## LA SPERIMENTAZIONE SULLE SIGARETTE ELETTRONICHE AUMENTA LA TRANSIZIONE AL FUMO QUOTIDIANO TRA I GIOVANI FUMATORI IN FRANCIA?

Uno studio su circa 40.000 diciassetenni francesi rileva che non ci sono prove che l'uso della sigaretta elettronica abbia successivamente portato all'utilizzo quotidiano di tabacco tradizionale. (NO ENTRYGATE EFFECT)

[Link studio – CLICCARE QUI](#)



# UNIVERSITA' DI DUNDEE UK

## EFFETTI CARDIOVASCOLARI DEL PASSAGGIO DALLE SIGARETTE TRADIZIONALI A QUELLE ELETTRONICHE

Lo studio dimostra come i fumatori che passano alla sigaretta elettronica, già dopo 1 solo mese di utilizzo, riscontrano importanti miglioramenti dell'attività vascolare e delle funzioni endoteliali.

In particolare, a beneficiarne in misura maggiore sono le donne.

[Link studio – CLICCARE QUI](#)



# CENTRO ANTIFUMO OSPEDALE SAN GIOVANNI BOSCO DI TORINO E ASL TO2

## LIVELLI DI MONOSSIDO DI CARBONIO A SEI MESI DI DISTANZA DAL PASSAGGIO ALLE E-CIG

Lo studio dimostra, tramite osservazioni prolungate nel tempo (fino a 1 anno), come - su 40 uomini adulti - il passaggio alla sigaretta elettronica determini una fortissima riduzione dei livelli di Monossido di Carbonio nell'organismo. Già dopo 6 mesi dalla transizione questi equivalgono a quelli di un non fumatore.

[Link studio – CLICCARE QUI](#)



# QUEEN MARY UNIVERSITY OF LONDON

## UNA PROVA RANDOMIZZATA DI SIGARETTE ELETTRONICHE RISPETTO ALLA TERAPIA SOSTITUTIVA BASE DI NICOTINA

Le sigarette elettroniche offrono una performance di allontanamento dal fumo tradizionale molto più efficace rispetto alle terapie a base di nicotina\* (cerotti e pastiglie). In particolare, su un campione di 886 partecipanti, i livelli di cessazione derivanti dalla sigaretta elettronica sono stati doppi rispetto alle terapie tradizionali. Inoltre, l'80% dei fumatori cronici ha apprezzato il ricorso alla sigaretta elettronica rispetto all'uso di farmaci a base di nicotina (soddisfacente solo il 9% del campione).

Nessuna evidenza su effetti collaterali è stata rilevata in entrambi i gruppi.

[Link studio – CLICCARE QUI](#)



# UNIVERSITY COLLEGE OF LONDON

## L'USO COMBINATO - E FALLIMENTARE - DI E-CIG E FARMACI PER SMETTERE DI FUMARE

Lo studio dimostra come l'uso combinato di sigarette elettroniche e farmaci per smettere di fumare crei un più elevato tasso di dipendenza e quindi di fallimento nello switch, rispetto al mero uso di sigarette elettroniche.

[Link studio – CLICCARE QUI](#)



# ROSEWELL PARK CANCER INSTITUTE Buffalo - USA

## ESPOSIZIONE ALLA NICOTINA E AD AGENTI TOSSICI SELEZIONATI NEI FUMATORI DI SIGARETTE CHE SONO PASSATI ALLE SIGARETTE ELETTRONICHE: UNO STUDIO OSSERVAZIONALE LONGITUDINALE

Lo studio dimostra come il passaggio dalle sigarette tradizionali a quelle elettroniche, riduca in modo sostanziale l'esposizione ai carcinogeni e ad altre sostanze intossicanti derivanti dalla combustione.

[Link studio – CLICCARE QUI](#)



# UNIVERSITA' DI CATANIA

## EFFETTI SULLA SALUTE NEI FUMATORI MALATI DI BPCO CHE PASSANO ALLE SIGARETTE ELETTRONICHE: UN FOLLOW-UP RETROSPETTIVO-PROSPETTICO DI 3 ANNI

Lo studio dimostra che i fumatori affetti da BPCO (broncopolmonite cronica ostruttiva), tramite l'utilizzo della sigaretta elettronica, migliorano oggettivamente i loro parametri vitali e soggettivamente la propria qualità della vita. E i risultati durano nel tempo!

[Link studio – CLICCARE QUI](#)



# KAUNAS UNIVERSITY

## CARATTERIZZAZIONE DELLE DIFFERENZE DI DISPERSIONE SPAZIALE E TEMPORALE TRA IL VAPORE DI SIGARETTA ELETTRONICA ESALATA E IL FUMO DI SIGARETTA TRADIZIONALE

Lo studio dimostra come il vapore passivo tecnicamente non esiste. Comparando i residui di sigarette elettroniche e sigarette tradizionali nell'aria, nel primo caso i valori di purezza dell'aria risultavano normalizzati in pochi secondi. Nel caso delle sigarette tradizionali, invece, occorrevano oltre 30 minuti.

[Link studio – CLICCARE QUI](#)



# UNIVERSITY OF EAST ANGLIA

## IL CONTRIBUTO UNICO DELLE SIGARETTE ELETTRONICHE PER LA RIDUZIONE DEL DANNO DA TABACCO NEL SOSTENERE LA PREVENZIONE DELLE RICADUTE DEL FUMO

La ricerca indica il vaping come potente strumento di riduzione del rischio, in quanto la sigaretta elettronica è l'unico ANDS (alternative nicotine delivery system) che può sostituire fisicamente, psicologicamente, socialmente e culturalmente le sigarette tradizionali.

[Link studio – CLICCARE QUI](#)



# CENTRE FOR DISEASE CONTROL AND PREVENTION USA

## VALUTAZIONE DELLE ESPOSIZIONI CHIMICHE ALL'INTERNO DI UN VAPE SHOP

Lo studio dimostra come nei negozi di sigarette elettroniche l'esposizione a sostanze chimiche, formaldeide, nicotina e glicole propilenico siano tutti al di sotto dei limiti all'esposizione occupazionale, non generando rischi né per i dipendenti né per i clienti.

[Link studio – CLICCARE QUI](#)



# UNIVERSITA' DI CATANIA

## IMPATTO SULLA SALUTE DELLE SIGARETTE ELETTRONICHE: UNO STUDIO PROSPETTICO DI 3,5 ANNI SU UTENTI GIORNALIERI REGOLARI CHE NON HANNO MAI FUMATO

Lo studio - che ha monitorato per oltre 3 anni e mezzo utilizzatori giornalieri di sigarette elettroniche che non avevano mai fumato - non riscontra nessun cambiamento nei parametri relativi alla spirometria, nessun sintomo di infiammazione e nessun danno all'apparato respiratorio, anche in comparazione con un campione di non fumatori né di sigarette tradizionali né di e-cig.

Nessun cambiamento è stato rilevato nella pressione sanguigna e nel battito cardiaco.

[Link studio – CLICCARE QUI](#)



## LE POTENZE CANCEROSE DELLE EMISSIONI DEI PRODOTTI A BASE DI NICOTINA VAPORIZZATA, COMPRESSE LE SIGARETTE ELETTRONICHE, CON QUELLE DEL FUMO DI TABACCO

**UNIVERSITÀ DI  
SAINT ANDREW**  
Irvine, California - USA

La ricerca compara il potenziale cancerogeno di diversi strumenti contenenti nicotina: dagli inalatori medicali, alle sigarette elettroniche, fino al tabacco riscaldato e alle sigarette tradizionali.

Le sigarette elettroniche hanno un potenziale estremamente basso, al pari degli inalatori di nicotina farmaceutici, benché alcuni modelli, ad alti wattaggi, abbiano delle emissioni più pericolose.

[Link studio – CLICCARE QUI](#)



# INSTITUTE PASTEUR Lille, France

## CONFRONTO DEGLI EFFETTI CELLULARI E TRASCRITTOMICI TRA IL VAPORE DI SIGARETTA ELETTRONICA E IL FUMO DI SIGARETTA NELLE CELLULE EPITELIALI BRONCHIALI UMANE

La ricerca dimostra come la sigaretta elettronica abbia un impatto risibile sulle cellule bronchiali rispetto alla sigaretta tradizionale.

[Link studio – CLICCARE QUI](#)



# UNIVERSITY COLLEGE London

## ESPOSIZIONE A NICOTINA, CANCEROGENO E TOSSINA NEGLI UTILIZZATORI DI SIGARETTE ELETTRONICHE E TERAPIA SOSTITUTIVA ALLA NICOTINA A LUNGO TERMINE

Benché le sigarette elettroniche, i medicinali a base di nicotina e le sigarette tradizionali offrano simili livelli di assunzione di nicotina, i primi due emettono - in maniera sostanziale - minori componenti cancerogeni.

[Link studio – CLICCARE QUI](#)



# UNIVERSITA' DI CATANIA

## CAMBIAMENTI NELLA BREATHOMICS DA UNO STUDIO RANDOMIZZATO DI 1 ANNO SULLA CESSAZIONE DEL FUMO DI SIGARETTE ELETTRONICHE

I fumatori che passano integralmente alla sigaretta elettronica, mostrano sostanziali progressi nell'attività spirometrica e respiratoria.

[Link studio – CLICCARE QUI](#)



# UNIVERSITY OF NEVADA

**STUDIO LONGITUDINALE INTENSIVO SULLA RELAZIONE TRA L'USO DI SIGARETTE ELETTRONICHE SIMILI A SIGARETTE E IL FUMO DI SIGARETTA TRA I FUMATORI DI SIGARETTE ADULTI SENZA PIANI IMMEDIATI PER SMETTERE DI FUMARE**

L'uso di sigarette elettroniche somministrate a fumatori che non intendevano smettere di fumare rileva uno switch rilevante anche nel lungo periodo.

[Link studio – CLICCARE QUI](#)



# UNIVERSITA' DI ATENE

## EFFETTI DELLA SIGARETTA ELETTRONICA SULLA FUNZIONE PIASTRINICA E VASCOLARE DOPO QUATTRO MESI DI UTILIZZO

L'uso di sigarette elettroniche rinvigorisce il sistema vascolare irrigidito dal fumo tradizionale, già dopo 4 mesi di utilizzo.

[Link studio – CLICCARE QUI](#)



# UNIVERSITA' DI MILANO

## VANTAGGI DELLE SIGARETTE ELETTRONICHE NELLA RIDUZIONE DEL FUMO E NELLA SALUTE POLMONARE TRA I FUMATORI CRONICI CHE SI SOTTOPONGONO A UN PROGRAMMA DI SCREENING DEL CANCRO AI POLMONI A 6 MESI

Lo studio dimostra come le sigarette elettroniche contenenti nicotina siano il metodo più efficace per ridurre il consumo di tabacco e migliorare lo status dell'apparato polmonare.

[Link studio – CLICCARE QUI](#)



# UNIVERSITA' DI RYAHD

## STATO PARODONTALE CLINICO E PROFILO DELLE CITOCHINE DEL FLUIDO CREVICOLARE GENGIVALE TRA I FUMATORI DI SIGARETTE, I CONSUMATORI DI SIGARETTE ELETTRONICHE E I NON FUMATORI

L'uso di sigarette tradizionali comporta un più alto livello di infezioni  
parodontali rispetto alle sigarette elettroniche.

[Link studio – CLICCARE QUI](#)



# UNIVERSITA' DI ZURIGO

## CONFRONTO DEI LIVELLI DI RADICALI LIBERI NELL'AEROSOL DI SIGARETTE CONVENZIONALI, SIGARETTE ELETTRONICHE E PRODOTTI DEL TABACCO NON BRUCIATI DAL CALORE

Lo studio, dopo aver verificato che nelle sigarette elettroniche non siano praticamente presenti sostanze considerate pericolose o potenzialmente pericolose per la salute, analizza i livelli di Radicali Liberi.

Nell'aerosol prodotto dalle sigarette elettroniche non si rileva produzione di radicali liberi, rispetto alla massiccia produzione da parte delle sigarette tradizionali.

[Link studio – CLICCARE QUI](#)



# CONSORZIO DI UNIVERSITA' AMERICANE

## ESAMINANDO LA RELAZIONE TRA LO SVAPO E L'INIZIAZIONE AL FUMO TRA I GIOVANI AMERICANI E I GIOVANI ADULTI: UN CONTROLLO DELLA REALTÀ

Lo studio dimostra che, seppur dal 2014 ci sia stato un incremento degli utilizzatori di sigarette elettroniche, sia tra i giovani sia tra gli adulti, questo fatto ha comportato una riduzione più che proporzionale dei fumatori di sigarette tradizionali.

[Link studio – CLICCARE QUI](#)



# KING'S COLLEGE LONDON - UK

## UNO STUDIO PILOTA PRE-POST SULLE SIGARETTE ELETTRONICHE PER RIDURRE IL FUMO NELLE PERSONE CON GRAVI MALATTIE MENTALI

La sigaretta elettronica riduce in modo significativo l'utilizzo della sigaretta tradizionale tra i pazienti con importanti malattie psichiche.

[Link studio – CLICCARE QUI](#)



# UNIVERSITY OF ADANA

## L'EFFETTO DELLE SIGARETTE ELETTRONICHE SULLA QUALITÀ DELLA VOCE

Le sigarette possono causare cambiamenti nelle prestazioni della voce. Obiettivo dello studio è quello di studiare l'effetto delle sigarette elettroniche sulle prestazioni vocali rispetto alle sigarette convenzionali. I valori medi dell'Indice Voice Handicap dei consumatori di sigarette convenzionali sono risultati più alti rispetto a quelli dei consumatori di sigarette elettroniche.

[Link studio – CLICCARE QUI](#)



## LE E-CIG EMETTONO LIVELLI DI FORMALDEIDE MOLTO ELEVATI SOLO IN PARTICOLARI CONDIZIONI D'USO PER GLI UTENTI: STUDIO DI REPLICA PIU' RECENTE IN CONDIZIONI D'USO REALISTICHE E VERIFICATE

# UNIVERSITA' DI ATENE

Replica di uno studio del 2015 che ha identificato livelli 5-15 volte superiori di emissioni di formaldeide da una sigaretta elettronica di vecchia generazione testata a 5,0 V rispetto alle sigarette di tabacco. E' stata utilizzata la stessa apparecchiatura di e-sigaretta e e-liquido, controllando al contempo la generazione di sbuffi secchi. Le emissioni di formaldeide sono state misurate sia in condizioni realistiche che di sbuffi secchi.

Gli elevati livelli di emissioni di formaldeide, riportati dal precedente studio, sono stati causati da condizioni d'uso non realistiche, verificatesi in situazione di dry burn (cioè tiri con sigaretta elettronica priva di liquido).

[Link studio – CLICCARE QUI](#)



# GEORGETOWN UNIVERSITY

## IL RAPPORTO TRA L'USO DI SIGARETTE ELETTRONICHE E I TENTATIVI DI SMETTERE DI FUMARE: APPROFONDIMENTI DA UN AMPIO SONDAGGIO STATUNITENSE RAPPRESENTATIVO A LIVELLO NAZIONALE

L'uso della sigaretta elettronica massimizza le possibilità di smettere di fumare rispetto ad altri trattamenti.

[Link studio – CLICCARE QUI](#)



# EBERHARD KARL UNIVERSITY TUEBINGEN

## GLI AEROSOL DI VAPORE ELETTRONICO NON COMPROMETTONO L'INTEGRITÀ OSSEA DIVERSAMENTE DAL FUMO DI SIGARETTA

L'inalazione di vapore prodotto dalle sigarette elettroniche non influenza negativamente sullo sviluppo scheletrico dei topi, mentre invece il tabacco combusto ha un impatto rilevante.

[Link studio – CLICCARE QUI](#)



# ALTRI STUDI SELEZIONATI

## STUDI SELEZIONATI DALL'AEMSA 2015/2016

[Link studio – CLICCARE QUI](#)

## STUDI SELEZIONATI 2015

[Link studio – CLICCARE QUI](#)

## STUDI SELEZIONATI DA LEGALIZE VAPING AL 2019

[Link studio – CLICCARE QUI](#)



## ALTRI STUDI SELEZIONATI

- <https://pubmed.ncbi.nlm.nih.gov/30880017/>
- <https://link.springer.com/article/10.1007/s11739-018-02011-1>
- <https://pubmed.ncbi.nlm.nih.gov/29679608/>
- <https://europepmc.org/article/med/31838445>
- <https://cebp.aacrjournals.org/content/26/12/1795>
- [https://journals.lww.com/md-journal/Fulltext/2016/12060/Crosstalk\\_between\\_oral\\_and\\_general\\_health\\_status.74.aspx#](https://journals.lww.com/md-journal/Fulltext/2016/12060/Crosstalk_between_oral_and_general_health_status.74.aspx#)
- <https://tobaccocontrol.bmj.com/content/26/3/284>
- <https://cancerpreventionresearch.aacrjournals.org/content/8/9/873.abstract>

