



Claudio Zanon,
Direttore Scientifico Motore Sanità

Riduzione del Rischio e del Danno nella dipendenza da nicotina

Il quadro aggiornato su fumo tradizionale e
sistemi alternativi



A CHE PUNTO SIAMO NEL MONDO?

Breve istantanea



- I fumatori adulti, nel mondo, sono circa 1,25 miliardi (2022). La quota è scesa da circa 1/3 nel 2000 al 1/5.
- **Dati del 2023 nel mondo:**
 - **USA:** Adulti fumatori: 11,0% (minimo storico). In parallelo cresce l'uso esclusivo di e-cig tra gli adulti
 - **UK:** Adulti fumatori: 11,9%. Utilizzatori di e-cig: 9,8%. Dal 1/06/2025 vietate vape monouso.
 - **Italia:**
 - 14-17 anni: 19,3% fumatori
 - 18-69 anni: 24% fumatori
 - Cresce l'uso di prodotti a tabacco riscaldato rispetto al 2019
 - **Francia:** Adulti fumatori: 23,1%, vapors 8,3%
 - **Germania:** Prevalenza elevata per l'Europa occidentale (28%)
 - **Svezia:** Adulti fumatori 6%, tra i più bassi in UE. Snus in aumento (vietato snus in UE eccetto in Svezia).

A CHE PUNTO SIAMO NEL MONDO?

Breve istantanea



- **Dati del 2022 nel mondo:**

- **Giappone:** Adulti fumatori: 14,8%. Fortissima penetrazione di prodotti a tabacco riscaldato (HTP) con un uso corrente al 2023 al 12,4%
- **Corea del Sud:** Adulti fumatori: 19%. HTP presenti dal 2017
- **Cina:** Adulti fumatori al 2024: 23,2%. Uso delle e-cig contenuto negli adulti
- **India:** Adulti fumatori: 19%. Dal 2019 vietati vendita e importi di e-cig e HTP.
- **Australia:** Adulti fumatori: 10,6%. Dal 2024/2025 riforma per cui i vaper sono consentiti solo in ambito terapeutico e forti restrizioni e stop import ai monouso.
- **Canada:** Adulti fumatori: 10,9-12%, svapo molto diffuso tra i giovani (20-24 anni)
- **Brasile:** Adulti fumatori: 12%

COSA SAPPIAMO SUI SISTEMI ALTERNATIVI

E-cig, HTP/IQOS, snus...

- E-CIGARETTE/VAPES

- PRO:

- **Cessazione.** La **Cochrane Review** conclude con **evidenza di alta certezza** che le e-cig con **nicotina** aiutano più della **NRT** (cerotti/gomme) a smettere di fumare ≥ 6 mesi
 - **Rischio relativo VS fumo:** il rapporto OHID/King's College London 2022 stima che il rischio e la gravità della dipendenza da vaping siano inferiori al fumo; il **vaping** resta non privo di rischi, ma **l'esposizione a tossici è molto minore se si passa alle e-cig**.

- CONTRO:

- **Salute e giovani:** l'OMS chiede regole forti per prevenire l'uso giovanile e segnala rischi sanitari, specie cardiovascolari e respiratori, oltre a dipendenza nicotinica.

Per gli **adulti fumatori**, passare **completamente** alle e-cig aumenta le probabilità di **smettere** e **riduce** l'esposizione a tossici rispetto al fumo; **sconsigliate** ai **non fumatori** e ai **giovani**.

COSA SAPPIAMO SUI SISTEMI ALTERNATIVI

E-cig, HTP/IQOS, snus...

- **PRODOTTI A TABACCO RISCALDATO (HTP, es. IQOS)**
 - **PRO:**
 - Studi di emissione mostrano **riduzioni di alcuni tossici** vs sigarette; tuttavia molte analisi iniziali non coprono l'intero spettro di sostanze.
 - **CONTRO:**
 - **Cessazione:** Cochrane 2022: nessuna evidenza che gli HTP aiutino a smettere. Studio longitudinale in Giappone (2024) → HTP non favoriscono l'astinenza nè impediscono ricadute.

Gli HTP **non sono** dispositivi di cessazione con evidenza di efficacia; il **profilo di rischio è inferiore al fumo** per alcuni marcatori ma non nullo; le **prove indipendenti** su benefici clinici rimangono **inconcludenti**.

COSA SAPPIAMO SUI SISTEMI ALTERNATIVI

E-cig, HTP/IQOS, snus

- **SNUS (TABACCO ORALE IN BUSTINE, NON COMBUSTO)**
 - **Contesto regolatorio:** vendita vietata in UE (tranne Svezia, per deroga storica)
 - **PRO:**
 - **Caso Svezia:** fumo molto basso (6%), molti uomini usano snus invece di fumare.
 - **Rischio cardiovascolare:** meta-analisi indicano nessun aumento chiaro per molte MCV maggiori rispetto ai non-utilizzatori
 - **CONTRO:**
 - **Neoplasie:** review 2023 segnala aumenti per alcuni tumori (esofago/pancreas/stomaco/retto)



Rispetto al **fumo combusto**, lo snus ha **rischi minori per polmone** (assenza di combustione) ma **non è innocuo**.
Per questo, pressoché tutti regolatori europei **mantengono il divieto** extra-Svezia



TAKE HOME MESSAGE

- Il **fumo combusto** continua a **calare** nella maggior parte dei Paesi (record minimi in USA/UK).
- Le **e-cig** hanno **buone possibilità** nell'**aiutare a smettere** (se usate **al posto** delle sigarette) e **minore esposizione** a tossici, ma servono **regole forti** per **giovani/non fumatori**.
- Gli **HTP (IQOS & co.)**: **prove insufficienti** sulla **cessazione**, il loro impatto di salute pubblica **resta incerto** anche se è accertato che le sostanze cancerogene contenute sono inferiori al tabacco combusto.
- **Snus**: può **ridurre** il fumo a livello di popolazione dove è radicato (Svezia), ma con **rischi propri** (IARC lo classifica **cancerogeno**). Per questo in UE resta **vietato** (salvo Svezia).

STUDI E REVISIONI INDIPENDENTI → E-CIG

SISTEMA	STUDIO/ENTE	MISURAZIONE	RISULTATO	PRO	CONTRO
E-cig	Cochrane Living Review (2025)	Efficacia per smettere	Le e-cig con nicotina aiutano più della NRT	Supporto all'uso per fumatori adulti che vogliono smettere	Non affronta rischi a lungo termine o uso giovanile
	OHID/King's College London (2022)	Rischi Sanitari Relativi	Esposizione a tossici molto inferiore al fumo se si sostituisce completamente	Riduzione del danno per switch completo	Non risk-free; attenzione a giovani/non fumatori
	OMS - Call to Action (2023)	Impatto di popolazione	Invoca regole forti : preoccupazioni su adozione giovanile e incertezza a lungo termine	-	Non provata efficacia "di popolazione" come prodotto consumer

https://www.cochranelibrary.com/cdsr/doi/10.1002/14651858.CD010216.pub9/full?utm_source=chatgpt.com

[Nicotine vaping in England: 2022 evidence update - GOV.UK](#)

[Urgent action needed to protect children and prevent the uptake of e-cigarettes](#)

STUDI E REVISIONI INDIPENDENTI → HTP (IQOS E SIMILI)

SISTEMA	STUDIO/ENTE	MISURAZIONE	RISULTATO	PRO	CONTRO
HTP (Iqos & simili)	Cochrane (2022)	Cessazione, tossicologia	Nessuna evidenza che aiutino a smettere; alcune riduzioni di tossici vs sigarette	Possibile riduzione esposizione vs fumo	Mancano esiti clinici
	Odani et al., Japan Cohort (2024)	Cessazione/ricadute	HTP non aiutano a smettere nè a prevenire ricadute	-	Sconsigliati come ausili di cessazione
	ERS - Statement (2024)	Valutazione indipendente	Avverte su emissioni e lacune di prove indipendenti	-	Prudenza: dati indipendenti limitati, sostanze irritanti rilevate

[Heated tobacco products for smoking cessation and reducing smoking prevalence - PMC](#)
[Heated tobacco products do not help smokers quit or prevent relapse: a longitudinal study in Japan | Tobacco Control](#)
https://publications.ersnet.org/content/erj/63/2/2301808?utm_source=chatgpt.com



ALCUNE NOTE LAMPO

- ✓ Per i **fumatori adulti** che vogliono smettere: le **e-cig con nicotina** hanno la base dati più solida per aumentare l'astinenza (vs NRT), se sostituiscono **completamente** le sigarette. Regolazione rigida per limitare l'uso **giovanile**
- ✓ Gli **HTP** ostrano **riduzione di alcuni tossici** rispetto al fumo, ma non hanno prove di efficacia nella cessazione e gli aerosol non sono esenti da sostanze nocive
- ✓ Lo snus può coesistere con bassi tassi di fumo in Svezia, ma è cancerogeno (IARC) e associato a vari rischi; In UE la vendita è vietata (salvo in Svezia)