Copyright - Il Pensiero Scientifico Editore downloaded by IP 18.97.9.169 Mon, 05 Oct 2026, 17:56:01

LO SAI MAMMA?

63. SVAPO E ADOLESCENTI

La parola *vaping* o "svapo" viene utilizzata per definire l'atto della vaporizzazione e inalazione di vapore mediante una sigaretta elettronica o un vaporizzatore.

Le sigarette elettroniche sono dispositivi elettrici alimentati a batteria in grado di riscaldare un liquido, che può contenere nicotina e/o altri aromi, fino a vaporizzarlo. Il liquido è conservato in cartucce monouso o ricaricabili a seconda del tipo di sigaretta elettronica. Alcuni dispositivi di svapo, soprattutto quelli promossi per i più giovani, sembrano oggetti di uso quotidiano come unità USB, orologi, penne e pennarelli.

Originariamente questi dispositivi sono stati sviluppati come strumento utile ad aiutare le persone a smettere di fumare, in quanto la presenza di nicotina nel liquido avrebbe potuto favorire una graduale riduzione dell'uso delle sigarette tradizionali. Tuttavia, essendo queste sigarette proposte anche ai non fumatori, spesso i giovani e gli adolescenti iniziano con lo svapo e passano successivamente alle sigarette.

Lo svapo tra gli adolescenti è molto aumentato anche perché molti di loro credono che sia "fumare sicuro". Circa 1 studente su 5 delle scuole superiori svapa. Va sottolineato che lo svapo, oltre a condizionare i consumatori alla gestualità tipica del fumatore di sigarette, può esporre l'utilizzatore alla nicotina e di conseguenza alla dipendenza. Inoltre, i dispositivi per sigarette elettroniche possono essere utilizzati per assumere marijuana e altre droghe.

L'uso giovanile di sigarette elettroniche dovrebbe essere attivamente scoraggiato, al pari delle sigarette di tabacco essendo il fumo tra i giovani ancora diffuso. Mentre la pubblicità è vietata per i prodotti di tabacco e si lotta contro il tabagismo, è invece presente la pubblicità di sigarette elettroniche – spesso profilata per i più giovani – soprattutto sui social.

Un'indagine coordinata dall'Istituto Superiore della Sanità su richiesta del ministero della Salute svolta tra il 2017 e il 2018 ha rivelato che tra 1680 studenti

PERCHÉ DOVREI ESSERE PREOCCUPATO PER LO SVAPO COME GENITORE?

- Molti dispositivi di svapo contengono nicotina, la stessa sostanza chimica che crea dipendenza nelle sigarette e che porta a un probabile passaggio verso il consumo di sigarette tradizionali.
- Uno su 5 studenti delle scuole superiori svapa.

CHE ASPETTO HANNO I DISPOSITIVI DI SVAPO?

- I dispositivi di svapo più diffusi sembrano unità USB, pennarelli, orologi o penne.

COME POSSO SAPERE SE MIO FIGLIO STA SVAPANDO?

- Cerca questi segni rivelatori:
  - odori di frutta o caramelle
  - problemi di respirazione
  - tosse inspiegabile
  - piaghe alla bocca
  - aumento della sete
  - epistassi
  - schiarimento della gola
  - maggiore irritabilità
  - sbalzi di umore.

COME PARLO A MIO FIGLIO DELLO SVAPO?

- Chiedi a tuo figlio di condividere cosa pensa dello svapo.
- Condividi fatti e indicazioni sui danni dello svapo.

- Copyright - Il Pensiero Scientifico Editore downloaded by IP 18.97.9.169 Mon, 05 Oct 2026, 17:56:01

italiani di scuola media e scuola superiore di età compresa tra i 13 e i 15 anni, il 18% dichiara l'uso di sigarette elettroniche, contro l'8% nel 2014. In pratica, in pochi anni, i giovani "svapatori" sono più che raddoppiati. Ne è conseguito il divieto di vendita a soggetti minori di anni 16.

L'Organizzazione Mondiale della Sanità sottolinea che il tabacco è dannoso per la salute in ogni sua forma e non ci sono prove che le sigarette elettroniche siano meno pericolose di quelle tradizionali.

Quali sono i rischi per gli adolescenti che svapano?

L'aerosol dello svapo non è innocuo alla salute. Oltre alla nicotina alcune sostanze pericolose, come la formaldeide, si formano quando il liquido con la nicotina viene riscaldato a temperature elevate. Alcuni degli ingredienti dell'aerosol a lungo termine potrebbero anche essere dannosi per i polmoni, non è possibile conoscere gli effetti di tutti gli aromi utilizzati.

Inoltre, nel corso degli anni si sono verificati alcuni incendi provocati dalle esplosioni del dispositivo causati da batterie difettose che hanno provocato anche gravi lesioni alla persona.

In presenza di bambini soprattutto se piccoli è necessario prestare attenzione anche ai liquidi delle sigarette elettroniche, che vanno considerati come veri e propri agenti tossici, pericolosi anche in piccole quantità.

Come faccio a sapere se mio figlio sta svapando?

A differenza delle sigarette, che sono disponibili in forme standard e hanno un odore distinto, le sigarette elettroniche sono più difficili da rilevare (per esempio quelli a forma di penna potrebbero confondersi negli astucci di scuola).

Alcuni segnali però potrebbero essere indicativi:

- l'odore di frutta o caramelle (la maggior parte degli adolescenti preferisce vaporizzatori con aromi dolci),
- la bocca secca (i ragazzi tendono a bere più del solito),
- problemi respiratori, la comparsa di tosse inspiegabile,
- schiarimento della gola,
- sangue dal naso,
- ulcere alla bocca,
- aumento dell'irritabilità o sbalzi d'umore.

Cosa possono fare i genitori per impedire agli adolescenti di svapare?

Parlare presto ai propri figli delle conseguenze sulle sostanze chimiche e nocive che le persone inalano quando svapano.

Cosa possono fare i genitori se il loro adolescente è dipendente dallo svapo?

Smettere di svapare è difficile quanto smettere di fumare.

Se i genitori sono preoccupati che i propri figli siano dipendenti dallo svapo, è importante sapere che ci sono diverse opzioni di trattamento. Parlare con il proprio medico per avere informazioni circa gli approcci terapeutici che possono aiutare a curare la dipendenza da nicotina o la consulenza di uno specialista della dipendenza. •

Fonte: JAMA Pediatr Published online February 22, 2021. doi:10.1001/jamapediatrics.2020.6689