Sigarette elettroniche per smettere di fumare

Data 27 ottobre 2013
Categoria scienze_varie

E' stato pubblicato il primo studio randomizzato e controllato sull'efficacia delle sigarette elettroniche.

Molti fumatori per cercare di smettere di fumare si sono rivolti alle sigarette elettroniche, sia a quelle alla nicotina che quelle senza nicotina.

Uno studio randomizzato e controllato effettuato in Nuova Zelanda si è proposto di valutare questo approccio confrontandolo con l'uso dei patches di nicotina.
Sono stati reclutati 657 soggetti adulti che volevano smettere di fumare, randomizzati in tre gruppi. Un gruppo usava sigarette elettroniche alla nicotina (16 mg), un gruppo usava patches alla nicotina (21 mg/die) e un gruppo usava sigarette elettroniche senza nicotina. Il trattamento è iniziato una settimana prima del tentativo di smettere di fumare ed è proseguito per 12 settimane dopo che i soggetti avevano smesso di fumare.
In tutti i partecipanti inoltre veniva effettuato un counselling telefonico.
A distanza di 6 mesi non fumavano il 7,3% del primo gruppo, il 5,8% del secondo gruppo e il 4,1% del terzo gruppo. Queste differenze non erano statisticamente significative.
Gli autori avvertono che la percentuale di soggetti in astinenza dal fumo risultava inferiore a quella ipotizzata al momento del disegno dello studio che, quindi, non ha avuta una potenza statistica sufficiente per determinare se le sigarette alla nicotina sono superiori o meno rispetto alle altre due opzioni.
Non si sono notate differenze tra i tre gruppi per quanto rigaurda gli eventi avversi.
Gli autori concludono che le sigerette elettroniche, con o senza nicotina, sono efficaci nell'aiutare a smettere di fumare quanto i patches di nicotina. Auspicano comunque ulteriori studi per meglio chiarire i benefici delle sigarette elettroniche.

Chedire?
Lo studio è sicuramente importante in quanto si tratta del primo RCT che ha valutato l'efficacia delle sigarette elettroniche rispetto a una delle terapie da più anni in commercio, i patches di nicotina. Purtroppo la percentuale troppo bassa di soggetti che a 6 mesi era in astinenza dal fumo rispetto ai calcoli iniziali degli autori non permette di poter trarre conclusioni robuste.
In futuro altri RCT con potenza statistica maggiore che paragonino tra loro le varie terapie in uso per smettere di fumare potranno meglio chiarire il ruolo di ciascuna.
Per il momento si può osservare che per il fumatore smettere di fumare rimane un traguardo molto difficile da raggiungere, come è dimostrato anche dai risultati di quest'ultimo studio.

RenatoRossi

Bibliografia

Bullen C et al. Electronic cigarettes for smoking cessation: a randomised controlled trial. Lancet 2013. doi:10.1016/S0140-6736(13)61842-5. Pubblicato anticipatamente online il 9 settembre 2013.