

# Tutun încălzit

Heated Tobacco Products (HTPs)



## Efecte asupra sănătății

Produsele cu tutun încălzit HTPs (Heated Tobacco Products):

- eliberează aerosoli cu miros de tutun și nicotină, fără semnele combustiei: foc, fum și scrum, care, ulterior, vor fi inhalati de utilizatori
- conțin nicotină care dă adicție asemeni țigaretelor obișnuite<sup>1</sup>
- produc emisii de substanțe chimice care determină:
  - afectarea respirației și a plămânilor (astm, bronșită)
  - afectarea inimii și a vaselor de sânge<sup>2</sup>
  - afectarea sistemului nervos al adolescenților, care este în curs de dezvoltare (poate afecta atenția, învățarea, starea de spirit și controlul impulsurilor)<sup>3</sup>
- nu există suficiente dovezi
  - care să sugereze că acestea sunt mai puțin dăunătoare decât țigaretile obișnuite
  - că ajută oamenii să renunțe la fumatul convențional
- acelerează dezvoltarea bolilor cronice pe tot parcursul vieții

# Beneficii pentru sănătate ale renunțării la fumat<sup>3</sup>

Interval de timp	Efecte
După 20 de minute	Ritmul cardiac și tensiunea arterială revin la normal
După 12 ore	Nivelul de monoxid de carbon din sânge se normalizează
După 2-12 săptămâni	Circulația sângelui se îmbunătățește și funcția pulmonară crește
După 1-9 luni	Tusea și dificultățile de respirație se reduc
După 1 an	Riscul de a dezvolta boală coronariană scade la jumătate față de un fumător
După 5-15 ani	Scade riscul de accident vascular cerebral
După 10 ani	Riscul de a dezvolta cancer pulmonar este redus la jumătate față de un fumător, iar riscul de a dezvolta cancer la nivelul gurii, gâtului, esofagului, vezicii urinare, colului uterin și pancreasului scade
După 15 ani	Riscul de a dezvolta boală coronariană este egal cu cel al unui nefumător

# Țigăreta electronică

## Efecte asupra sănătății



- țigaretile electronice sunt dăunătoare sănătății
  - lichidele utilizate în țigaretile electronice pot conține cantități variate de nicotină și substanțe nocive
- e-țigăreta conține metale grele (crom, nichel, staniu și plumb) și compuși carbonilici (formaldehida, acetaldehida, acroleina, glioaxalul) periculoși pentru sănătate
  - formaldehida este cancerigenă
  - acetaldehida posibil cancerigenă
  - acroleina este un iritant puternic al sistemului respirator
  - glioaxalul produce modificări în structura genetică
- anumite arome care conțin diacetil, cinamaldehydă și benzaldehidă sunt periculoase pentru sănătate atunci când sunt încălzite și inhalate (diacetilul poate provoca boli pulmonare grave)
- e-țigăreta poate produce răni fizice și arsuri din cauza faptului că dispozitivul poate exploda
- expunerea intenționată sau accidentală la e-lichid (contact cu pielea, cu ochii sau înghițire) poate provoca efecte nocive și chiar fatale asupra sănătății
- țigaretile electronice cu/fără arome prezintă aceleași riscuri pentru sănătate<sup>3</sup>