

Sigaretta Elettronica: La sigaretta elettronica permette di smettere di fumare?

La sigaretta elettronica non è un presidio medico contro il tabagismo quindi non è in grado, di per se, di far smettere di fumare.

Premesso che è necessaria una buona dose di "buona volontà", la sigaretta elettronica può aiutare:

- permette di "fumare" assumendo (se lo si desidera) la nicotina senza assumere tutte le sostanze tossiche delle sigarette convenzionali
- permette di mantenere la gestualità. La sigaretta, oltre che dipendenza fisica dalla nicotina, da una dipendenza "comportamentale". Il fumatore è costretto alla gestualità del fumare che rende più difficile smettere. La sigaretta elettronica permette di mantenere la gestualità compresa quella di "vedere il fumo che esce dalla sigaretta"
- permette di abbandonare gradualmente la nicotina potendo scegliere ricariche prive di questo componente

E se comunque la forza di volontà non è sufficiente per riuscire a smettere, si può ridurre il numero di sigarette tradizionali. Ogni fumatore sa benissimo che ogni sigaretta non fumata rappresenta un evidente guadagno in termini di denaro e di salute.

ID univoco: #1009

Autore: : admin

Aggiornato il: 2010-06-21 09:54