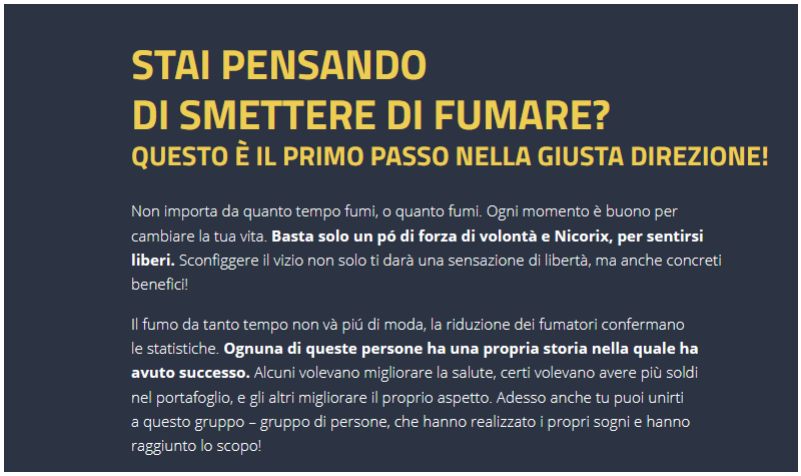
Smettere Di Fumare Con Iqos Fa Ingrassare



→ Guarda di più ←

→ Guarda di più ←
→ Guarda di più ←

La sigaretta a riscaldamento del tabacco è meno pericolosa della sigaretta comune

Le sigarette a riscaldamento del tabacco non sono sigarette elettroniche e il loro contenuto di nicotina è simile alle sigarette comuni. Scopri i rischi!
Il **vapore** generato dal riscaldamento della sigaretta **contiene nicotina a concentrazioni elevate** e **altre sostanze chimiche presenti nelle sigarette classiche**, ma a concentrazioni inferiori, anche se queste informazioni provengono soprattutto da studi effettuati dalle industrie del tabacco stesse per ottenere la registrazione del prodotto da parte delle autorità.

Le IQOS possono essere dannose quanto le sigarette

I ricercatori hanno utilizzato cellule di epitelio bronchiale umano e cellule muscolari lisce di vie aeree umane e le hanno cimentate con il vapore di un modello di eCig, con 1,2% di nicotina, con le IQOS da 1,4 mg di nicotina e con un estratto di fumo prodotto dalla combustione di sigarette con 1,2 mg di nicotina. L'esposizione alle IQOS è risultata altrettanto dannosa dell'esposizione al fumo di sigaretta a qualsiasi concentrazione. Anche le eCig pericolose se assimilate a media e alta concentrazione. Saranno tuttavia necessari ulteriori studi prospettici per dimostrare che, quanto osservato in vitro, accade anche in vivo
Per quanto riguarda le eCig, ad allarmare gli esperti è dunque anche la velocità di penetrazione sul mercato; secondo le ultime proiezioni, le eCig dovrebbero superare le sigarette tradizionali nell'arco dei prossimi 5 anni, con un fatturato che dovrebbe toccare i 10 miliardi di dollari. Dal 2014, anno di lancio in Italia e in Giappone, leader di mercato delle HBN sono le IQOS, che attualmente sono in vendita in 41 Paesi. Il mercato delle IQOS al momento è pari a quello dei sigari nel nostro Paese. Anche nel caso delle IQOS metà degli utilizzatori sono persone che non hanno mai fumato in precedenza. Insomma eCig e IQOS, più che un mezzo per smettere di fumare, appaiono sempre più come un'autostrada verso la dipendenza da nicotina per persone che non hanno mai fumato in vita loro.

Smettere di fumare ingrassare o non ingrassare? Facciamo luce su questa leggenda

Smettere di fumare ingrassare o non ingrassare? Facciamo luce su questa leggenda Fra le scuse più utilizzate dal fumatore che non intende smettere di fumare , c'è il fatto che smettere di fumare
Se è vero che fumare ingrassare, allora significa che fumare fa dimagrire? Scientificamente la nicotina è una sostanza che determina una dipendenza. Essa dà al fumatore un effetto di sazietà, cioè un effetto anoressizzante. Di conseguenza, in effetti, fumare fa dimagrire e su questo le multinazionali del tabacco hanno contato per molto tempo. Fino al 1999 alcuni studi hanno rivelato che nelle sigarette c'era l'aggiunta di acido tartarico e 2acetilpiridina, che ne potenziava l'effetto sull'appetito. C'è da chiedersi ovviamente a che prezzo? Infatti è chiaro che il fumatore non è una persona attenta alla sua salute. Nel 99% dei casi chi **dimagrisce grazie alle sigarette**, perde peso per delle carenze nutritive. I rischi quindi sono molteplici.

Smettere di fumare ed ingrassare

Smettere di fumare è una delle azioni più efficaci per migliorare la vostra salute, ma se vi state preoccupando perché temete di ingrassare, ascoltatemi.
Se smettete di fumare avrete:

Smettere di fumare fa ingrassare? Non quando si smette con le e-cig

Smettere di fumare fa ingrassare? Non quando si smette con le e-cig Pubblicato ieri su una prestigiosa rivista scientifica del gruppo "Nature" il primo studio al mondo che ha valutato il
Il legame tra fumo e peso corporeo ha una base scientifica. Diversi studi hanno dimostrato che, in media, i fumatori pesano meno rispetto agli ex fumatori. Addirittura, un ampio studio prospettico ha dimostrato che gli adolescenti che iniziano a fumare guadagnano meno peso rispetto ai loro coetanei non fumatori. La nicotina inalata con le sigarette convenzionali è nota per sopprimere l'appetito ed aumentare il metabolismo a riposo. Pertanto, l'aumento di peso in coloro che smettono di fumare è probabilmente dovuto alla combinazione della riduzione del consumo energetico a riposo con un improvviso aumento dell'appetito. Inoltre, i fumatori che decidono di smettere tendono a sostituire la gratificazione gestuale della sigaretta convenzionale con il cibo per far fronte agli alti livelli di stress. **Questo aumento di peso induce spesso a ricadute nel vizio con un inesorabile ritorno al tabagismo**.

Sigaretta che non brucia: meno tossica, ma non innocua

La sigaretta IQOS, per la propaganda è già diventata «la sigaretta che non fa male». Per gli esperti ancora no.
Motivo per cui, è l'opinione dell'esperto, «occorre **mantenere il divieto di fumo nei locali anche per l'iQOS**».

Fumo: le sigarette IQOS sono tossiche per i polmoni quanto le elettroniche e le tradizionali

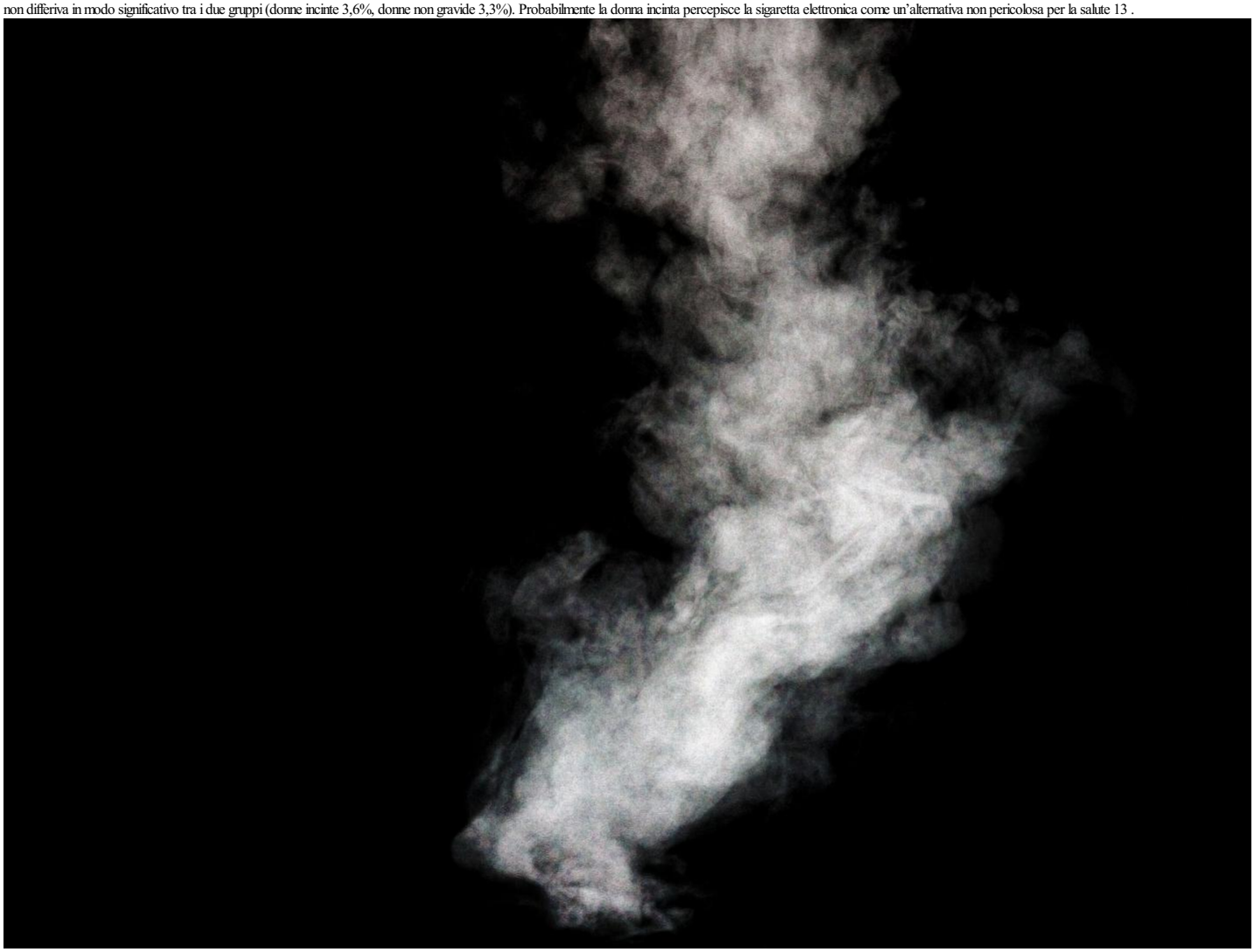
Le sigarette che riscaldano il tabacco invece di bruciarlo, come le IQOS, sono tossiche per le cellule dei polmoni quanto quelle elettroniche e quelle
I risultati dello studio. Esponendo le varie cellule a diverse concentrazioni di fumo di sigarette, di vapore delle sigarette elettroniche e di vapore del tabacco riscaldato, gli esperti hanno scoperto che quelle tradizionali e quelle con tabacco riscaldato erano molto più tossiche per le cellule, sia a basse, sia ad alte concentrazioni, mentre le sigarette elettroniche risultavano più tossiche ad alte concentrazioni. "Abbiamo osservato diversi livelli di tossicità cellulare con tutte le forme di esposizione nelle cellule polmonari umane. Ciò che è emerso chiaramente è che i nuovi prodotti non erano in alcun modo meno tossici per le cellule, rispetto alle sigarette tradizionali o a quelle elettroniche", spiegano gli scienziati.

Iqos o Sigaretta Elettronica? Confronto tra i due dispositivi

La Iqos di Philip Morris e la e-cigarette sono due alternative alla sigaretta tradizionale: conosci le differenze tra le due? Scoprile in questo articolo:
Tirando le somme della nostra analisi, possiamo concludere che la scelta tra Iqos e sigaretta elettronica dipende molto dalle **opinioni** e dall'**esperienza personale** di ciascuno.

Sigarette, e-cig e riscaldatori di tabacco: un dibattito sugli effetti ancora fumoso

Il fumo di sigaretta rimane ancora uno dei problemi di salute globale più urgenti del nostro tempo. Un terzo della popolazione dei paesi industrializzati fuma, 7 milioni sono le vittime del tabacco ogni anno e l'abitudine al fumo è in aumento nella popolazione femminile, tra gli adolescenti (l'Italia è al primo posto in Europa, con il 37%) e nei Paesi in via di sviluppo1.
In seno al NHIS è stata stimata la prevalenza dell'uso di sigarette elettroniche e sigarette convenzionali nelle donne in età fertile, dal 2014 al 2017. Quest'analisi ha coinvolto 27.920 donne di età compresa tra 18 e 44 anni (1.071 donne in gravidanza e 26.849 donne non gravide). La prevalenza dell'uso abituale di sigarette convenzionali era significativamente più basso tra le donne incinte (8%) rispetto alle donne non gravide (14,3%), mentre l'utilizzo di sigarette elettroniche non differiva in modo significativo tra i due gruppi (donne incinte 3,6%, donne non gravide 3,3%). Probabilmente la donna incinta percepisce la sigaretta elettronica come un'alternativa non pericolosa per la salute 13 .



Smettere di Fumare Fa Ingrassare? di Redazione MyPersonalTrainer

E' vero che mettere di fumare fà Ingrassare? Perché alcune persone aumentano di peso e altre no? Come evitare di Ingrassare
Uno dei sintomi che caratterizzano la sindrome d'astinenza dal fumo è proprio l'aumento dell'appetito. Tuttavia, questo sintomo dovrebbe scomparire entro qualche settimana.