

LegnanoNews

Le news di Legnano e dell'Alto Milanese

I pericoli della nicotina influenzano sulla scelta della sigaretta elettronica?

divisionebusiness · Saturday, February 11th, 2023

La presenza di nicotina all'interno della sigaretta classica è un elemento che ancora in molti non conoscono a fondo, con tutto quello che comporta un suo consumo importante. Ciò rappresenta una delle motivazioni più frequenti nella scelta del passaggio dalla sigaretta classica alla “svapata” elettronica.

Favorevoli e contrari alla nicotina

Esiste una vera e propria diatriba a suon di **nicotina**. L'avvento delle sigarette elettroniche infatti ha fatto registrare un aumento importante di tutte quelle persone, fumatori incalliti, che hanno abbandonato la sigaretta classica per passare a questa nuova modalità, sottolineando gli aspetti negativi di [come la nicotina influenza sull'organismo](#). Al contrario dalla parte opposta ci sono quelli che invece non rinunciano a una “tirata” tradizionale. Le posizioni sono distanti e ogni giorno si cerca di far prevalere la propria idea sugli altri. C'è chi la mette su una posizione di salute, chi di abitudine, chi di voglia/pigrizia di non cambiare e chi invece apre ad un cambiamento forse mai sognato.

Effetti a lungo e breve termine, sensazione di piacere ma...

C'è chi considera queste **sigarette elettroniche** un ponte tra il fumare e lo smettere del tutto e chi invece c'è chi vede nella “svapata” una possibilità per un cambiamento definitivo di fumata, tuttavia, è giusto concentrarsi su uno degli elementi più importanti della sigaretta classica e che fa pendere la bilancia verso chi decide di passare alla modalità elettronica e cioè la presenza di nicotina. In realtà in pochi conoscono a fondo la nicotina e come è presente in una sigaretta. Di solito la quantità di nicotina arriva a 10,2 mg anche se in qualche marca particolare può arrivare anche a 10,9 mg con effetti a breve e lungo termine sul nostro organismo. Sensazione di piacere, certo, ma anche un aumento della frequenza cardiaca e pressione sanguigna: nicotina chiama nicotina e l'esposizione regolare ad essa rendere richiesta di maggiori dosi. Essa può provocare uno sviluppo maggiore di diabete di tipo 2.

L'organismo deve ritrovare un suo personale equilibrio

Queste sono solo alcune delle motivazioni che inducono a cambiare sigaretta, scegliendo quella elettronica, o smettere. Solo quando butteremo la sigaretta l'organismo potrà ritrovare **salute** con il giusto equilibrio con una respirazione più facile grazie ai bronchi che si rilassano e con gola e

polmoni che tornano alla forma normale per una maggiore entrata e uscita di aria. Si acquisisce minore difficoltà a camminare e a fare sport con miglioramenti della cute insieme al tono del cuoio capelluto.

La sigaretta elettronica, un passaggio ad una nuova modalità di fumata

Certo, smettere di fumare è un passo importante e in moltissimi casi non avviene dall'oggi al domani. Utilizzare la **e-cig** può essere davvero la soluzione migliore, un "passaggio" ideale senza farsi mancare quella voglia improvvisa e repentina di fumare. Concentrarsi sul desiderio di smettere, anche forzando un po' la propria volontà, non è di certo impossibile. La nicotina è una sostanza che può creare effetti davvero dannosi: una sigaretta ne può contenere dai 10 ai 30 mg, un numero altissimo.

E voi cosa ne pensate?

In molti così hanno smesso o provato la sigaretta elettronica, con positive sensazioni anche in termini di scelta di modelli e costi. E voi? Ci avete mai pensato? La nicotina può essere determinante in negativo sull'organismo.

This entry was posted on Saturday, February 11th, 2023 at 6:00 am and is filed under [Altre news](#). You can follow any responses to this entry through the [Comments \(RSS\)](#) feed. You can leave a response, or [trackback](#) from your own site.