



Il narghilè (egiziano *shisha*) è uno strumento che produce fumo attraverso un contenitore d'acqua, spesso profumata, al cui interno viene fatta passare una spirale che consente al fumo di raffreddarsi, prima che giunga alla bocca del fumatore, tramite un tubicino flessibile. Il fumo è prodotto da un insieme di foglie di tabacco, impregnato di melassa, tenuto sotto un foglietto di metallo bucherellato, sul quale è poggiate una brace di carbone. Quando il fumo è aspirato, risulta essere più fresco e depurato rispetto al fumo di pipa.

Il narghilè proviene dall'Egitto dove era inizialmente composto da una noce di cocco e canne di bambù. Pare che i soldati musulmani, durante l'assedio di San Giovanni d'Acri del 1831, sostituissero al narghilè i tubetti di carta svuotati della polvere da sparo. Di recente, si è diffuso in Occidente come droga ricreativa. In Canada, ad esempio, come rileva uno studio pubblicato sulla rivista *Pediatrics*, il 25% dei giovani, tra i 18 e i 24 anni, ne fa uso. Secondo un altro

studio, condotto dall'Università di Montreal su 871 ragazzi, il 23% ha usato il narghilè, di cui il 5% più volte al mese. Anche negli Stati Uniti, mentre l'uso di sigarette tra i giovani risulta essere in declino, secondo un rapporto del *Centers for Disease Control and Prevention* (CDC), gli adolescenti hanno iniziato ad usare prodotti del tabacco "alternativi" come il narghilè. A tal proposito, l'Università di New York ha condotto uno studio, esaminando i dati provenienti da 5.540 studenti cui sono state chieste informazioni circa l'uso del narghilè tra 2010 e 2011. I risultati confermano il crescente utilizzo per il fatto che il sapore profumato del tabacco, usato nei narghilè, lo rende uno strumento attraente.

Il narghilè, tuttavia, contiene monossido di carbonio, nicotina, catrame e sostanze cancerogene superiori a quelle delle sigarette. Tutte sostanze che entrano nella circolazione ematica e negli organi. Secondo uno studio realizzato dall'Organizzazione Mondiale della Sanità, nell'arco di mezz'ora trascorsa usando narghilè, si inalerebbe l'equivalente di almeno 100 sigarette. Nonostante ciò, molti giovani credono, erroneamente, che faccia meno male della sigaretta. Il narghilè è spesso visto come una forma di uso del tabacco più socialmente accettabile, quasi un'alternativa salutare. L'acqua, però, non filtra nessuna delle tossine, presenti nel tabacco, e il rischio di tumori e problemi respiratori sono reali e accertati, tanto che nelle urine di chi fuma narghilè con certa frequenza, sono stati trovati livelli di metaboliti della nicotina equivalenti a quelli di un fumatore cronico. Il narghilè non è solamente dannoso per avvelenamento da monossido di carbonio, ma anche per altre patologie a rischio come la tubercolosi e l'herpes, legate alla condivisione dei bocchini da cui si aspira il fumo. Il Governo della Siria e della Giordania hanno già vietato l'uso di narghilè all'interno dei locali pubblici.

L'uso del tabacco, dei suoi prodotti alternativi e l'esposizione al fumo passivo sono le principali cause di morbilità e mortalità negli Stati Uniti. Negli ultimi dieci anni l'uso delle sigarette negli USA è diminuito del 33%, mentre l'uso dei prodotti alternativi del tabacco è aumentato, presentando un valore pari al 123%. Nella *"Relazione Annuale sullo stato delle tossicodipendenze nei Servizi erogati dall'Agenzia Capitolina sulle Tossicodipendenze, edizione 2013"*, emerge che il 56,3% degli adolescenti, tra i 16 e i 17 anni, afferma di volere aumentare le proprie conoscenze rispetto al tabacco. Occorre, dunque, una politica di prevenzione attenta e corretta che informa sui rischi derivanti da uso di sostanze.