

Il fumo crea dipendenza

Il cervello umano dispone di un sistema naturale di gratificazione. La dopamina, un semiochimico o messaggero chimico, assicura le sensazioni di felicità e piacere.

Senza nicotina

Le cellule vettori distribuiscono meno dopamina, le cellule recettori ricevono meno dopamina.

Con la nicotina

Le cellule vettori distribuiscono più dopamina. Ciò all'inizio genera più sensazioni di piacere. Il cervello si abitua alla dose eccessiva di dopamina e presto ne richiede di più per sentirsi anche solo discretamente bene. Sono create nuove cellule recettori.

La via verso la dipendenza

Il cervello si abitua alla nicotina e richiede quantità maggiori di dopamina per sentirsi bene. Per sentirsi bene, la quantità di nicotina deve essere costantemente aumentata. La nicotina sviluppa il suo effetto nel cervello entro 7 o 8 secondi e oggi è riconosciuta come una delle sostanze che creano più velocemente assuefazione. Almeno il 75% di tutti i fumatori soddisfa i criteri della dipendenza (<https://coolandclean.ch/it/themen/tabak/Wann-bin-ich-tabaks-chtig-->).

Maggiori informazioni sull'argomento:

Sintomi di dipendenza (<https://coolandclean.ch/it/themen/tabak/Merkmale-von-Abh-angigkeit>)

Consigli per smettere di consumare tabacco (<https://coolandclean.ch/it/themen/tabak/Tipps-zum-Aufh-ren-mit-Tabakkonsum>)

Per maggiori informazioni: <https://www.coolandclean.ch>