

► GIORNATA MONDIALE SENZA TABACCO

Il 23 per cento degli italiani fuma ma quasi tutti vorrebbero smettere

Le istituzioni e le organizzazioni sanitarie devono investire in iniziative che aiutino a lasciare il vizio. Se anche solo una piccola parte ci riuscisse, i benefici sulla salute e sull'economia sarebbero immensi

Le sigarette causano 25 malattie potenzialmente mortali, tra cui il cancro e le patologie cardiovascolari, che potrebbero essere prevenute o mitigate

di **UMBERTO TIRELLI***



■ L'Organizzazione mondiale della sanità sponsorizza ogni anno la Giornata mondiale senza tabacco, per richiamare l'attenzione sulla serietà dell'impatto del tabacco sulla salute. Lo smettere di fumare, tema della giornata di quest'anno, rappresenta un passo importante verso una riduzione sostanziale dei rischi sanitari che vengono corsi oggi dagli attuali fumatori, migliorando pertanto la salute nel mondo. Il tabacco è stato dimostrato causare circa 25 malattie potenzialmente mortali, molte delle quali possono essere prevenute, dilazionate o mitigate dallo smettere di fumare.

Anche oggi, malattie croniche come le malattie cardiovascolari e il cancro sono le maggiori cause della mortalità sia nei Paesi sviluppati che in via di sviluppo. Con l'incremento sostanziale della aspettanza di vita, la «morbidity» (morbidi-

Ci sono molti sistemi che rimpiazzano la nicotina: chewing-gum, spray, cerotti e inalanti. Buttare via le «bionde» porta benefici a ogni età

dity) e la mortalità causate da malattie croniche asso-

ciate al tabacco aumenteranno ancora ulteriormente.

Questa proiezione di malattie correlate al tabacco potrebbe essere mitigata da sforzi intensivi mirati a far smettere di fumare. Diversi studi hanno dimostrato che il 75-80% dei fumatori vuole smettere, mentre un terzo ha almeno tentato più volte seriamente di smettere di

fumare. Se soltanto una piccola percentuale degli attuali 1,1 miliardi di fumatori fosse capace di smettere di fumare, i benefici a lungo termine sulla salute e sull'economia sarebbero immensi. I governi, le organizzazioni sanitarie, le scuole, le famiglie, e ogni individuo, sono chiamati pertanto a cercare di aiutare coloro che oggi fumano e a fare in modo che abbandonino il loro comportamento dannoso e notoriamente additivo. Questo vale anche per l'Italia, dove il 23,3 per cento della popolazione fuma, di cui il 27,7 sono uomini e il 19,2 per cento donne.

Smettere di fumare non è facile. La nicotina è un potente additivo: tutti noi conosciamo persone che hanno cercato di smettere di fumare, ma sono riusciti a farlo soltanto per pochi mesi. Questa è una sfida per tutti, che dobbiamo lanciare perché sappiamo benissimo che facendo in modo che il maggior numero possibile di fumatori smetta di fumare è la chiave per ridurre il numero complessivo di morti associato al tabacco nei prossimi due decenni. Oggi la maggior parte dei fumatori che riesce con successo a smettere lo

fa senza alcun aiuto, ma è comunque necessario aumentare nettamente le percentuali di coloro che riescono a smettere di fumare.

Sappiamo che vi sono dei metodi efficaci anche dal punto di vista costo-beneficio. Vi sono delle medicine che rimpiazzano la nicotina come le chewing-gum alla nicotina, spray nasali, cerotti ed inalanti ed inoltre anche medicine non a base di nicotina, come il bupropione, che possono raddoppiare le probabilità di smettere di fumare. Va ricordato che vi sono dei benefici reali sulla salute nello smettere di fumare ad ogni età, e coloro che per esempio smettono di fumare tra i 30 e i 40 anni hanno una speranza di vita simile alle persone che non hanno mai fumato. Pertanto bisogna in questa giornata mondiale invitare tutti i fumatori a fare un grande sforzo per una migliore salute e a gettare il pacchetto di sigarette nel cestino.

Il 30 aprile scorso la Food and drug administration (Fda) americana ha annunciato di aver autorizzato la commercializzazione del Sistema di riscaldamento per tabacco Iqos - un dispositivo elettronico di Philip Morris che riscalda bastoncini riempiti di tabacco avvolti in carta per generare un aerosol contenente nicotina. La Fda ha posto severe restrizioni di marketing sui prodotti, in generale, nel tentativo di prevenire l'accesso e l'esposizione dei giovani. L'agenzia ha però stabilito che autorizzare questi prodotti per il mercato statunitense è appropriato per la protezione del-

la salute pubblica perché, tra diverse considerazioni chiave, Iqos produce meno o livelli più bassi di alcune tossine rispetto alle sigarette combustibili. Tutti i prodotti del tabacco sono potenzialmente dannosi e creano dipendenza e coloro

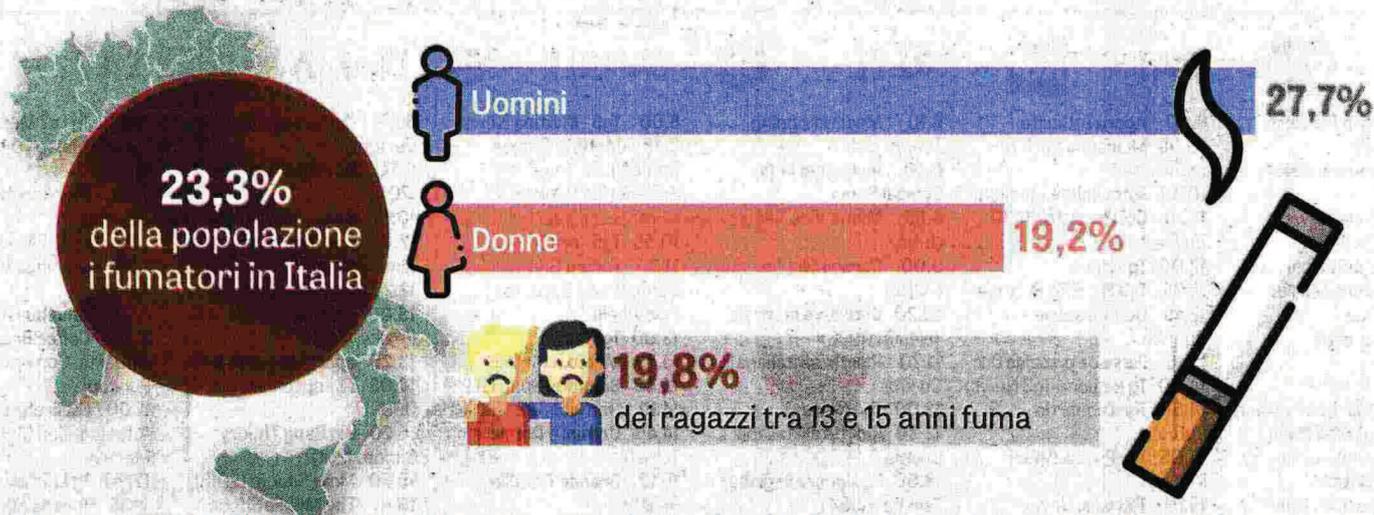
che non usano i prodotti del tabacco dovrebbero continuare a non farlo. va però sottolineato che sia le sigarette elettroniche che i prodotti a tabacco riscaldato, come le Iqos in cui non avviene la combustione, potrebbero fornire un'alter-

nativa meno nociva per chi proprio non riesce a smettere di fumare.

*Direttore Centro tumori, Cfs, fibromialgia e ossigeno-ozonoterapia, Clinica Tirelli medical - Pordenone
Oncologo Istituto nazionale tumori, Aviano (Pordenone)

© RIPRODUZIONE RISERVATA

NUMERI E RISCHI



1,3 milioni
in Italia fumano sigarette elettroniche (e-cig)

600 milioni di euro
il giro d'affari in Italia per le e-cig

20.000
occupati in Italia tra diretti e indiretti per le e-cig



700.000
i morti annui in Europa
causati dal tabacco

600.000
decessi nel mondo
a causa del fumo
passivo

54%
i fumatori che hanno
cercato di smettere
almeno una volta

12,5 miliardi
di euro annui
la perdita di produttività