



SCHEDA TEMATICA

GIORNATA MONDIALE CONTRO IL FUMO 31 MAGGIO 2014

Il fumo di tabacco è tra i principali fattori di rischio nell'insorgenza di numerose patologie cronicodegenerative (in particolare a carico dell'apparato respiratorio e cardiovascolare) ed è il maggiore fattore di rischio evitabile di morte precoce.

Sono ben noti i benefici organici e funzionali, che si instaurano progressivamente dopo la cessazione: alcuni di questi sono ottenibili a brevissimo termine dall'"ultima sigaretta", altri impiegano mesi o anni per consolidarsi (1)

I benefici dello smettere di fumare

Dopo 30 minuti: la pressione arteriosa e la frequenza cardiaca tornano nella norma

Dopo 24 ore: il monossido di carbonio presente nei polmoni cala drasticamente

Dopo 1 settimana: migliorano gusto, olfatto e alito

Dopo 3 giorni si comincia a respirare meglio e si recupera energia

Dopo 2-12 settimane: la circolazione del sangue migliora

Dopo 3-9 mesi: Il miglioramento nella respirazione si fa più marcato; tosse e sibili si riducono

Dopo 1 anno: Il rischio cardiovascolare si è dimezzato rispetto a quello di chi continua a fumare

Dopo 10 anni: Il rischio di tumore del polmone in molti casi è tornato pari a quello di chi non ha mai fumato o comunque è dimezzato (dipende da molti fattori, tra cui il numero di sigarette fumate e gli anni in cui si è fumato) (2)



LEGGE 16 GENNAIO 2003, N.3 - ART.51
e successive modificazioni ed integrazioni
VIETATO FUMARE

I risultati delle strategie antifumo

Un recente studio americano ha stimato che dal 1964 al 2012 le strategie antifumo negli Stati Uniti hanno salvato ben 8 milioni di persone da morte prematura: **sono stati guadagnati ben 157 milioni di anni di vita con una media di 19,6 anni per individuo**. Lo studio ha anche evidenziato che i benefici sono aumentati nel tempo, in concomitanza all'adozione di provvedimenti quali il divieto di fumo nei luoghi pubblici, l'aumento delle tasse sulle sigarette, l'introduzione di programmi per aiutare i fumatori a smettere (3).

Per quanto riguarda l'Italia, negli ultimi anni la condizione riguardante l'abitudine al fumo di sigaretta ha registrato un miglioramento con risultati incoraggianti (anch'essi paralleli all'istituzione del divieto di fumare nei luoghi pubblici del 2003 e altri programmi antifumo). L'aspetto più critico è che tale andamento positivo risulta più evidente nelle persone più istruite. È quanto emerge dall'analisi dei dati raccolti nell'ambito dell'Osservatorio epidemiologico cardiovascolare (Oec) in due indagini condotte a dieci anni di distanza. Nei 10 anni che sono trascorsi tra la prima (1998-2002) e la seconda (2008-2012) rilevazione considerando campioni di popolazione adulta (uomini e donne di età 35-74 anni) selezionati in modo casuale in tutte le Regioni italiane, si è riscontrata una **diminuzione significativa della prevalenza di fumatori correnti dal 26% al 21%**. A questo risultato si aggiunge un aumento della prevalenza degli ex-fumatori dal 25% al 29% e di coloro che non hanno mai fumato dal 48% al 50% (4).

Epidemiologia

In Italia

L'indagine Passi condotta negli anni 2009-2012 evidenzia che in Italia la prevalenza di fumatori è pari al 28% (più di un quarto della popolazione) e tra questi uno su tre fuma più di un pacchetto di sigarette al giorno. La prevalenza di fumatori è più alta fra le persone che riferiscono maggiori difficoltà economiche (37%), è maggiore fra gli uomini (33%) rispetto alle donne (24%) ed è minore fra i laureati (22%).

Nel quinquennio 2008 - 2012 la prevalenza di fumatori si riduce significativamente del 2,5% (1,6% nel Nord, 2,9% al Centro e 2,4 % nel Sud Italia).

Nel periodo 2009-12, quasi quattro fumatori su dieci (39,2%) hanno tentato di smettere di fumare, restando almeno un giorno liberi dal fumo. **L'80% di chi ha tentato di smettere di fumare fallisce**, il 20% attualmente persegue il tentativo e poco meno della metà di questi riesce perché non fuma da più di 6 mesi.

Nella quasi totalità dei casi (94%), chi ha tentato di smettere nell'ultimo anno l'ha fatto da solo; solo tre fumatori su cento hanno usato farmaci o cerotti e meno di 1 su cento si è rivolto ai servizi o ai corsi offerti dalle Asl.

Allarmante e significativa è la riduzione del 5,2% della proporzione di fumatori che tenta di smettere di fumare. Tale riduzione risulta maggiore al Centro (10,9%) e al Sud (8,1%) e minore al Nord Italia (2,4%)

Nell'Area Vasta 2

Nell'Area Vasta 2 delle Marche (comprendente la provincia di Ancona con in aggiunta i comuni di Apiro, Cingoli e Poggio San Vicino) secondo i dati dell'indagine Passi, dalle interviste effettuate nel periodo 2009-2012 rispetto all'abitudine al fumo di sigaretta:

Il 22,9% (quasi un quarto) degli intervistati ha riferito di essere fumatore e il 21,4% di essere un ex fumatore.

L'1% degli intervistati ha dichiarato di aver sospeso di fumare da meno di sei mesi (i cosiddetti "*fumatori in astensione*", ancora considerati fumatori in base alla definizione OMS).

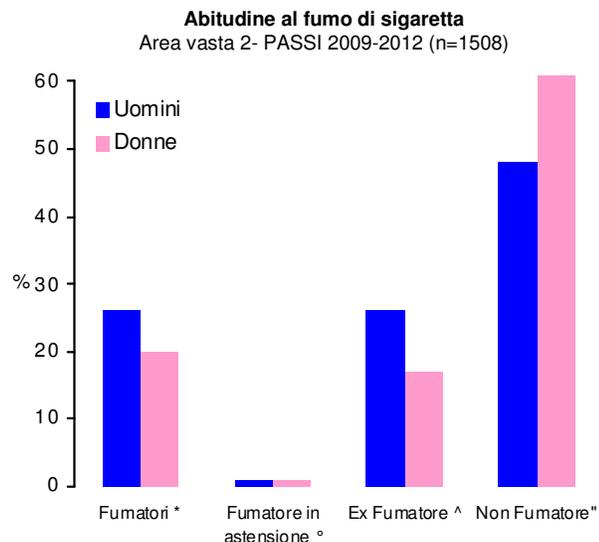
L'abitudine al fumo è significativamente ($p < 0,05$) più alta tra gli uomini rispetto alle donne (26,6% versus 20,5%); tra le persone che non hanno mai fumato prevalgono le donne (62,8% versus 47,6%).

Inoltre si è osservata una prevalenza più elevata di fumatori:

tra le persone sotto i 50 anni (soprattutto nella fascia 18-34 anni);

tra persone con livello di istruzione di scuola media inferiore

tra le persone con difficoltà economiche



* *Fumatore*: soggetto che dichiara di aver fumato più di 100 sigarette nella sua vita e attualmente fuma tutti i giorni o qualche giorno

° *Fumatore in astensione*: soggetto che attualmente non fuma, ma ha smesso da meno di 6 mesi

^ *Ex fumatore*: soggetto che attualmente non fuma, da oltre 6 mesi

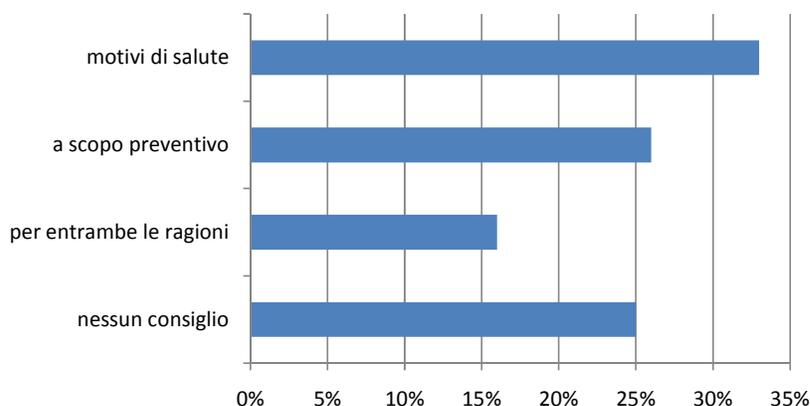
" *Non fumatore*: soggetto che dichiara di non aver mai fumato o di aver fumato meno di 100 sigarette nella sua vita e attualmente non fuma

I fumatori abituali hanno dichiarato di fumare in media 12 sigarette al giorno; tra questi, **ben il 21,6% fuma oltre 20 sigarette al dì ("forte fumatore")**.

Tra i fumatori il 74,7% ha riferito di aver ricevuto negli ultimi 12 mesi il consiglio di smettere di fumare da parte di un operatore sanitario.

Il consiglio è stato dato prevalentemente per motivi di salute (32,7%).

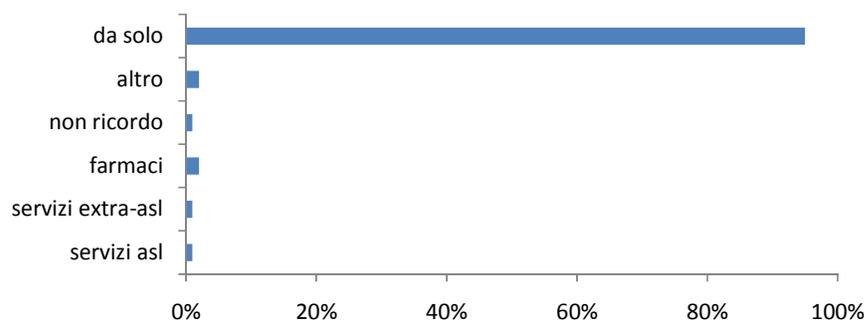
Consiglio di smettere di fumare da parte di operatori sanitari e motivazione
Area Vasta 2- Passi 2009-2012 (n=150)*



*Fumatori che sono stati da un medico o da un operatore sanitario nell'ultimo anno

Fra gli ex fumatori, la maggior parte (ben il 95%) ha dichiarato di aver smesso di fumare da solo; solo lo 0,6% ha riferito di aver fruito di servizi dell'ASL o farmaci. I valori rilevati sono in linea col dato delle ASL partecipanti al PASSI a livello nazionale.

% delle diverse modalità di smettere di fumare negli ex fumatori
Area Vasta 2 - Passi 2009-2012 (n=322)



Ciò sottolinea la necessità di un ulteriore consolidamento del rapporto tra operatori sanitari e pazienti, per valorizzare al meglio l'offerta di opportunità di smettere di fumare presente a livello della ASL.

Passi D'Argento

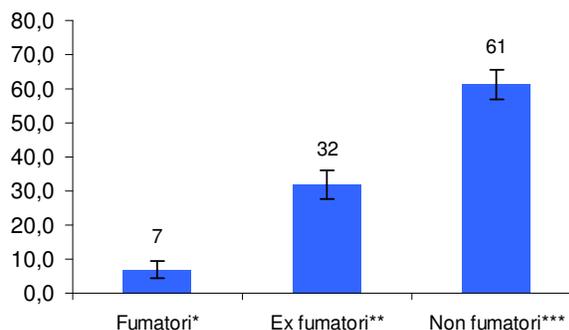
L'indagine "Passi D'Argento", orientata alla raccolta di molteplici aspetti di salute e stili di vita (tra cui l'abitudine al fumo) su un campione di popolazione di età ≥ 65 anni e condotta dall'Area Vasta 2 delle Marche nel periodo maggio-dicembre 2012 ha evidenziato che:

Le persone con 65 anni e più che fumano sono il 6,9%. Di questi circa il 56,8% sono considerati forti fumatori ovvero fumano più di 10 sigarette al giorno.

Le persone con 65 anni e più che non hanno mai fumato sono il 61,3%.

Tra le donne i fumatori sono il 5,4% vs il 9,1% tra gli uomini, mentre gli ex-fumatori sono il 16,4% tra le donne vs il 54,9% tra gli uomini.

Abitudine al fumo* (%)
Indagine PASSI d'Argento
Area vasta 2 (n =387)



- * Fumatore: soggetto che dichiara di aver fumato più di 100 sigarette nella sua vita e di fumare al momento
- ** Ex fumatore: soggetto che dichiara di aver fumato più di 100 sigarette nella sua vita e di non fumare al momento
- *** Non fumatore: soggetto che dichiara di aver fumato meno di 100 sigarette nella sua vita e non fuma al momento

L'abitudine al fumo è più frequente negli uomini (9,1% vs 5,39%) e tra le persone con 65-74 anni rispetto alle persone con più di 74 anni (7,64% vs 6,28%).

Inoltre essere fumatori è più frequente tra:

- le persone con livello di istruzione alto
- le persone che hanno qualche difficoltà economica
- le persone in buone condizioni di salute ma a rischio.

Conclusioni

L'obiettivo della Giornata Mondiale Senza Tabacco 2014 è quello di contribuire a proteggere le generazioni presenti e future non solo dalle conseguenze devastanti per la salute, ma anche dalle piaghe sociali, ambientali ed economiche causate dal consumo di tabacco e dall'esposizione al fumo passivo.

Gli obiettivi specifici della campagna del 2014 sono i seguenti:

- **i governi aumentino le tasse sul tabacco a livelli che ne riducano il consumo;**
- **gli individui e le organizzazioni sociali incoraggino i governi ad aumentare le tasse sul tabacco a livelli che riducano il consumo.**

Bibliografia

1. www.epicentro.it
2. www.airc.it
3. Holford T, Meza R; *Tobacco Control and the Reduction in Smoking-Related Premature Deaths in the United States, 1964-2012*; JAMA. 2014;311(2):164-171.
4. Osservatorio epidemiologico cardiovascolare; *Progetto Cuore: Health Examination Survey 1998-2002 e 2008-2012.*



A cura di:

Sarah Vallorani, Antonella Guidi, Elisa Ambrogiani, Marco Morbidoni