

Palmanova - 7 marzo 2018

Prevenzione e cura del tabagismo nella AAS2

IL TABAGISMO

Alessandro Vegliach

Struttura Complessa Dipendenze

Azienda Assistenza Sanitaria n.2 Bassa Friulana - Isontina



fumare fa male, ormai lo sanno tutti...

in Italia:

il fumo è una delle prime cause di morte evitabile

80.000 decessi/ annui

nel Mondo:

il fumo è luna delle prime cause di morte evitabile

6 milioni di decessi/annui

(di cui **600.000** per fumo passivo)

ce cocktail de poisons en vente libre.

* Substances cancérogènes

Acroléine
irritant des voies respiratoires

Acétone
dissolvant

Méthanol
carburant pour fusée

* **Pyrène**

Naphtalène
antimite

Nicotine

* **Cadmium**
utilisé dans les batteries

Monoxyde de carbone
gaz d'échappement

* **Benzopyrène**

Mercur
thermomètre

Acide cyanhydrique
était employé dans les chambres à gaz

Ammoniac
détergent

Arsenic
poison violent

Phénol

Butane

* **Polonium 210**
élément radioactif

DDT
insecticide

* **Goudrons**
les plus cancérigènes

Plomb
essence et gaz d'échappement

Acetato di cellulosa

Source : affiche *Autopsie d'un meurtrier* (Ligue contre le cancer)

DALY

I **DALY (Disability Adjusted Life Years)** sono un indicatore dell'impatto globale di uno o più fattori di rischio. Vengono espressi come gli anni cumulativi di vita persi a causa di morbosità, mortalità e disabilità.

= **YLD**

Anni vissuti con malattia o disabilità

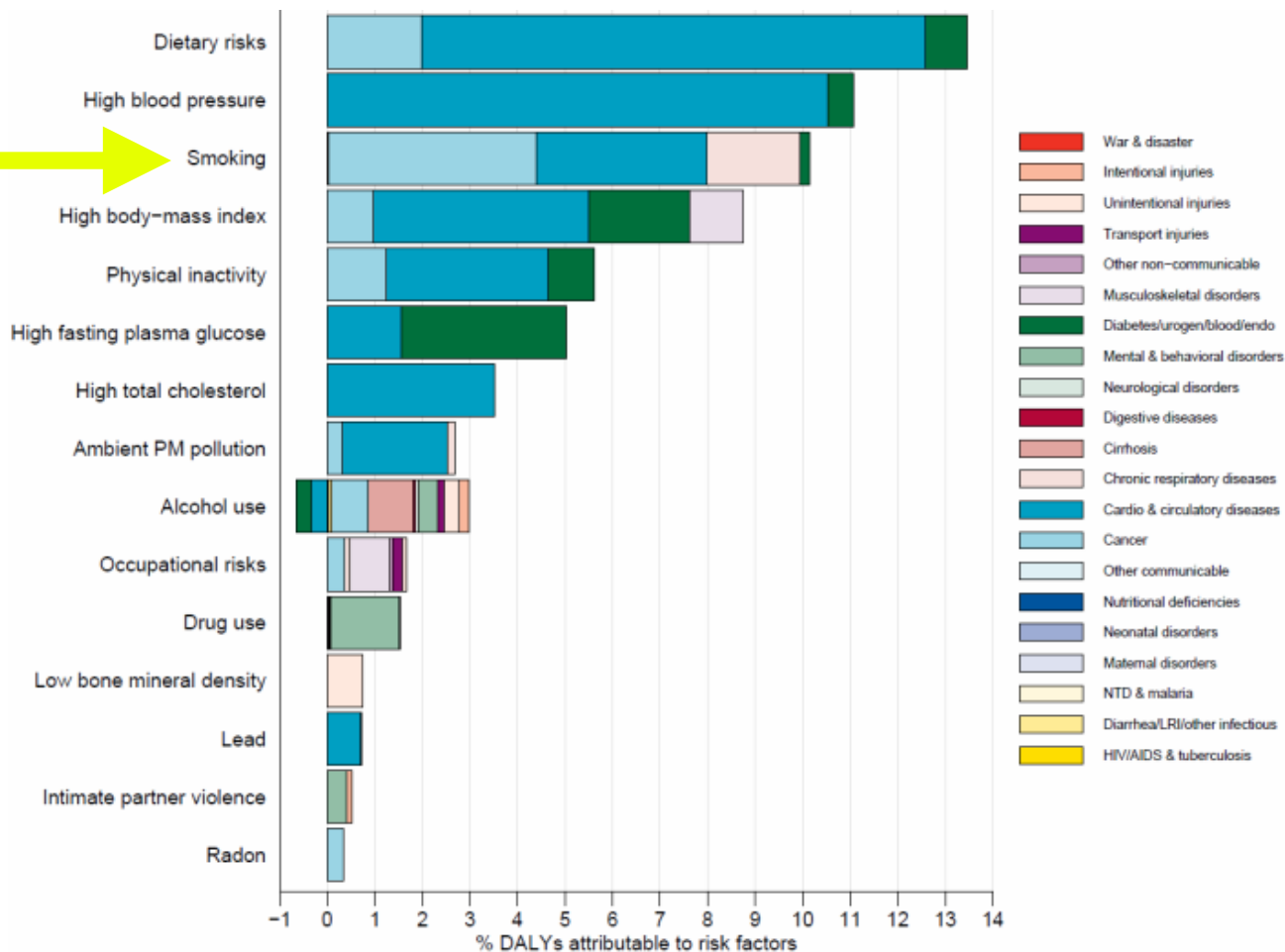
+ **YLL**

Anni di vita persi



il fumo appesantisce
la spesa sanitaria

DALY Italia



smettere di fumare, conviene sempre

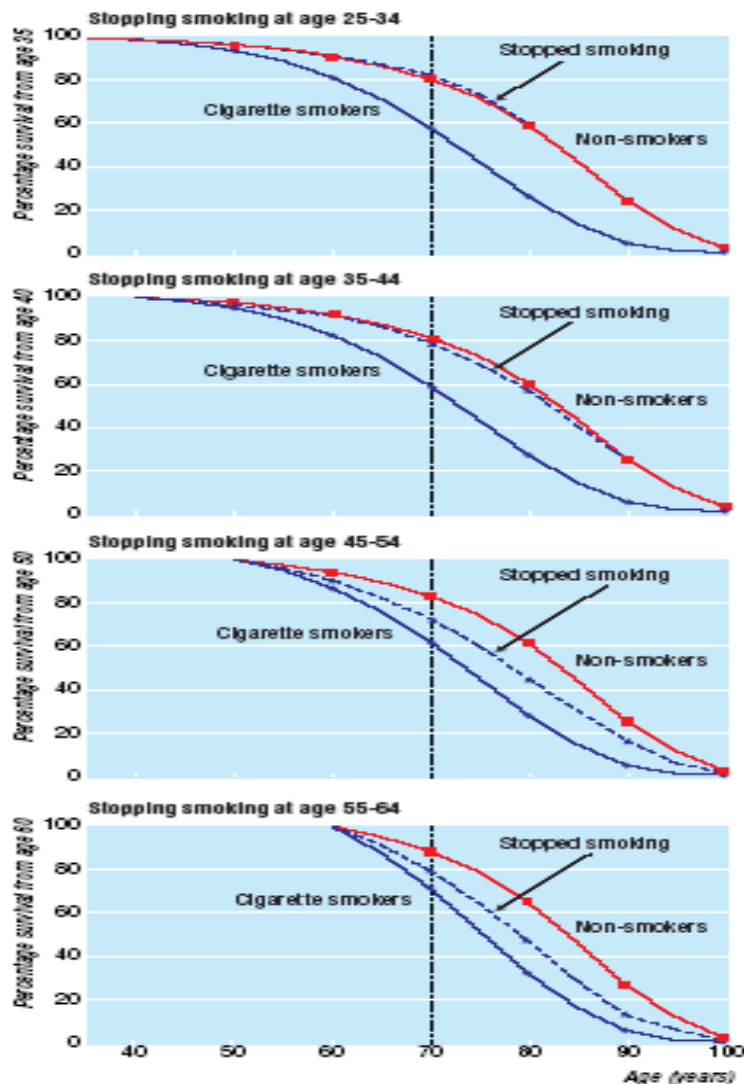


Fig 4 Effects on survival of stopping smoking cigarettes at age 25-34 (effect from age 35), age 35-44 (effect from age 40), age 45-54 (effect from age 50), and age 55-64 (effect from age 60)

Doll R, et al.

Mortality in relation to smoking:

50 years' observation on male British doctors

BMJ, doi:10.1136 22 june 2004

ma, perché smettere di fumare è **così difficile?**

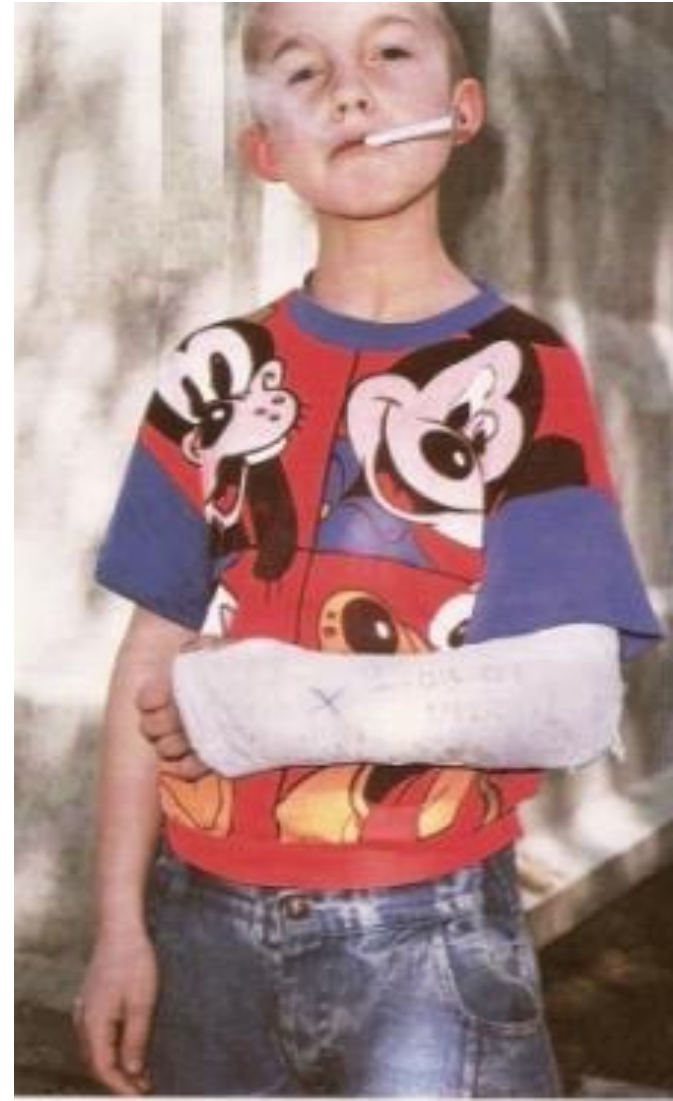
definizione OMS di dipendenza:

"malattia cronica recidivante"

DSM-5:

disturbo da uso di tabacco

- tolleranza
- astinenza
- *perdita di controllo*
- forti automatismi
- craving



una dipendenza **tecnicamente** difficile da curare

dosi di nicotina assunte da un tabagista "medio" che si presenta all'ambulatorio:

$$10 \times 20 \times 365 \times 30 = \underline{\text{29.200.000}}$$



i due binari della **dipendenza**



dipendenza fisica

crisi di astinenza

tempi di risoluzione brevi (giorni)

terapia farmacologica

dipendenza psicologica

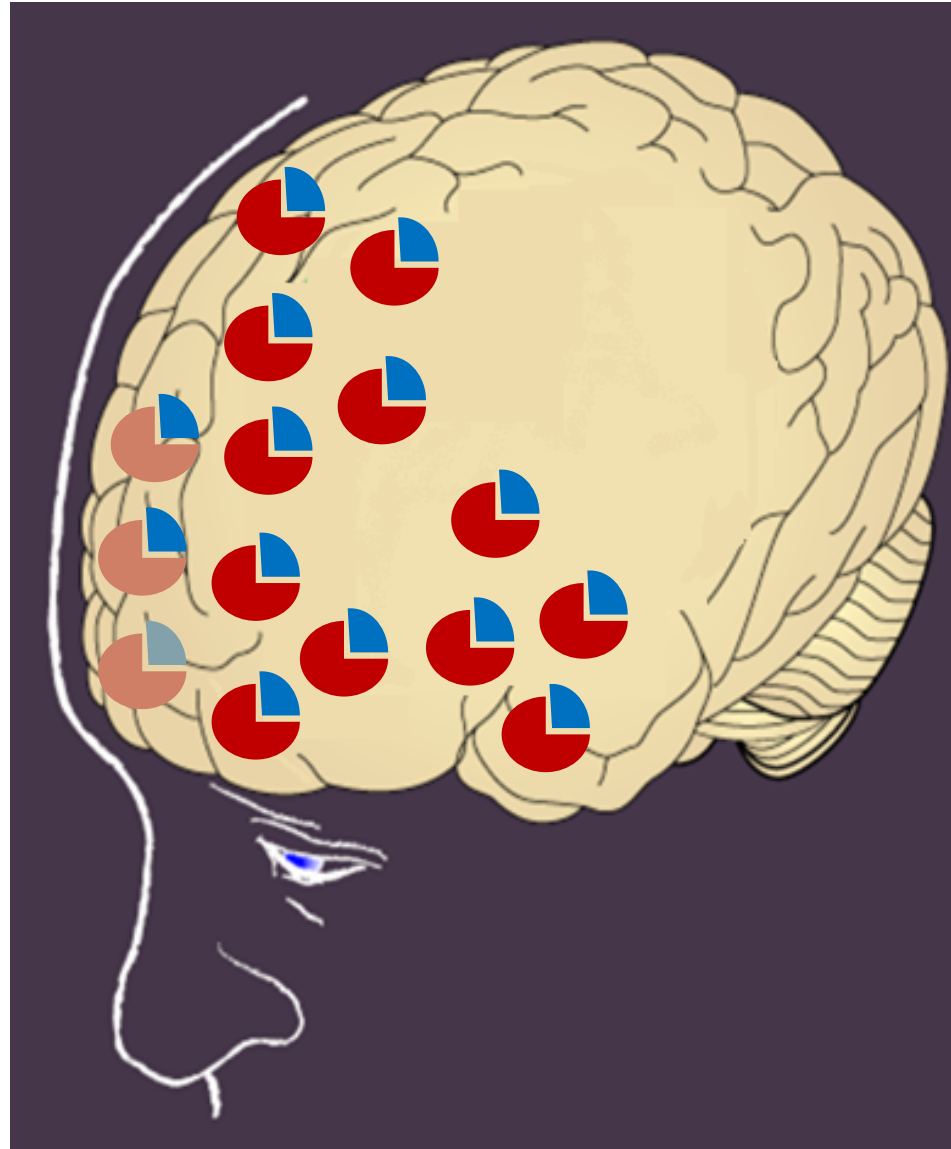
craving

tempi di risoluzione lunghi (anni)

terapia psicologico-educativa

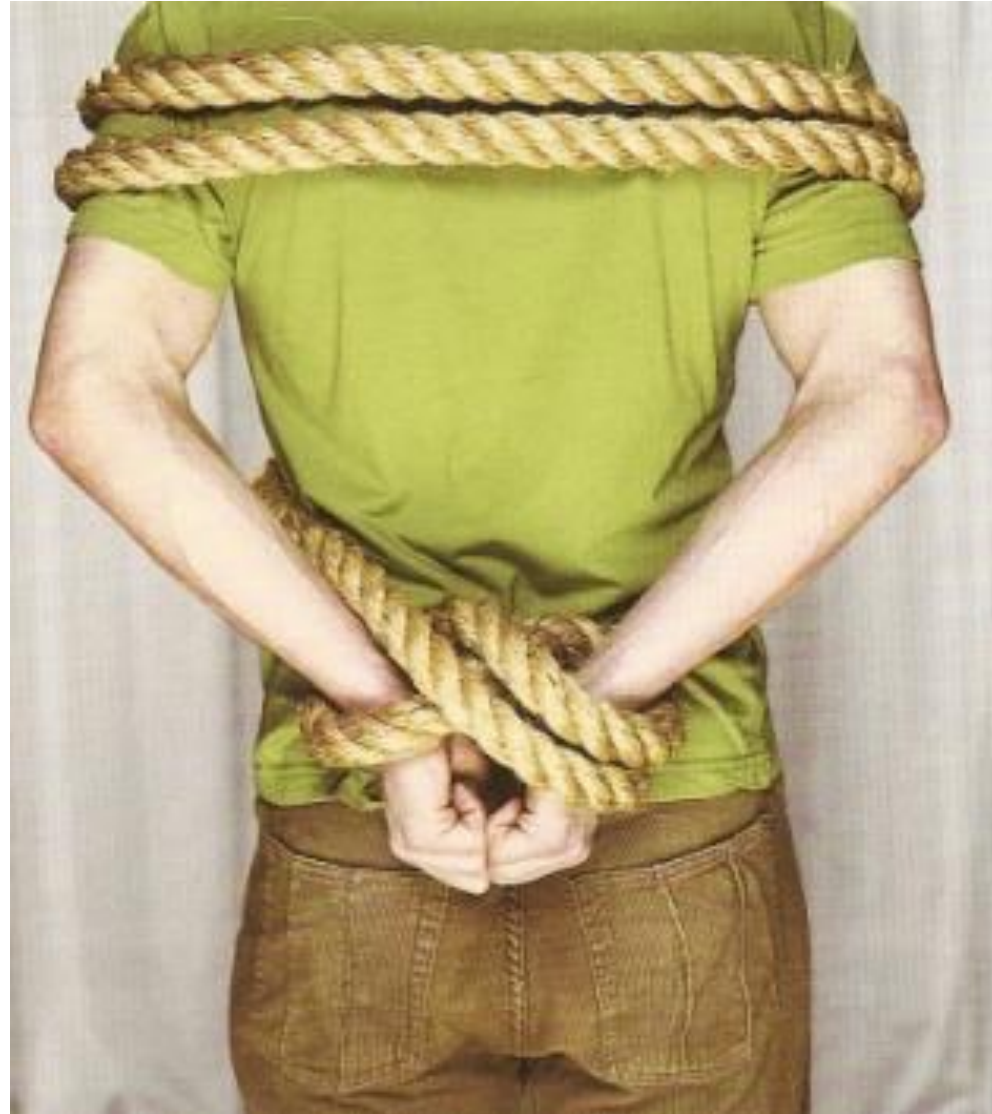
tolleranza e crisi di astinenza

1. alterazione della rete dei recettori corticali causata da assunzioni ripetute e protratte (fase di up recettoriale)
2. l'interruzione o la drastica riduzione della quantità di sostanza assunta provoca un insieme di sintomi astinenziali (sindrome)
3. rientro della sintomatologia a seguito del riadattamento cortico-recettoriale (fase di down recettoriale)



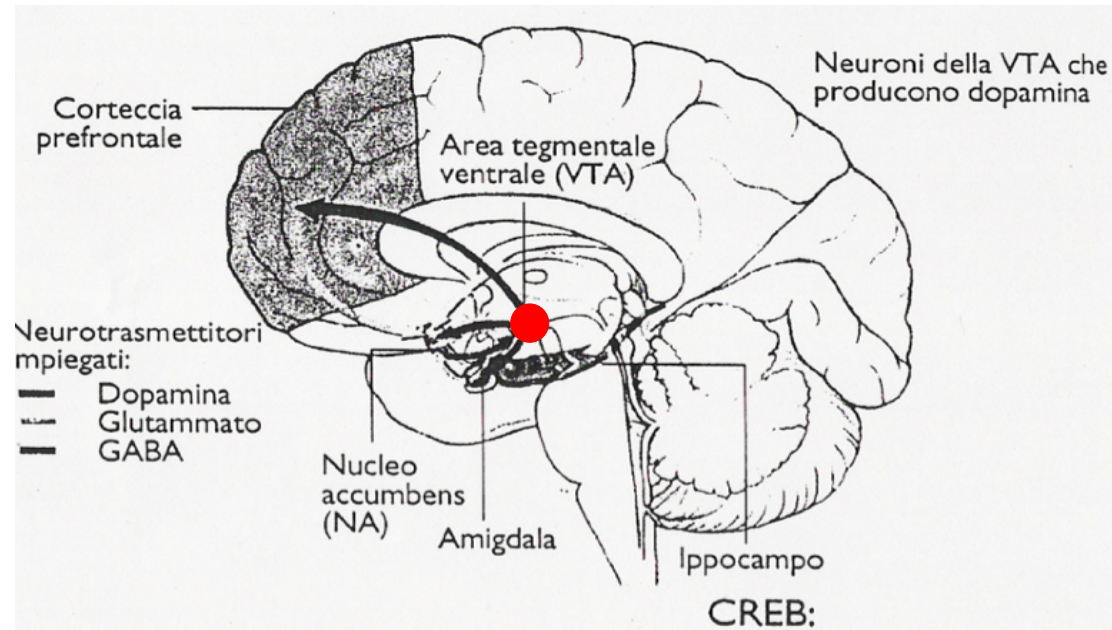
astinenza da nicotina

- disforia
- insonnia
- irritabilità
- ansia
- disattenzione
- irrequietezza
- bradicardia
- iper appetenza



craving

- **"bisogno compulsivo di riutilizzare la sostanza di abuso primaria"**
- causata dalla alterazione del *centro del piacere* (area tegmentale ventrale)
- può emergere in pazienti astinenti non collocati in ambiente protetto
- non necessariamente trigger-cue
- sottotipologie: *relief, reward e obsessive craving*



craving, sintomatologia

- desiderio irresistibile per la sostanza
- sintomatologia somatica neurovegetativa
- ideazione polarizzata
- ansia, insonnia, irritazione, aggressività, depressione, disforia
- ipersensibilità a stimoli associabili alla sostanza
- tendenza a collocarsi in posizione passiva e non collaborante nella relazioni
- ritorni a luoghi, situazioni, stili di vita e pensieri propri della fase attiva
- comportamento di ricerca e incapacità di interromperlo



ma... c'è anche qualcos'altro ?



l'oggetto transizionale

[Winnicott, "dalla pediatria alla psicoanalisi"]

- il bambino ha diritto sull'oggetto
- l'oggetto è fervidamente abbracciato, amato, mutilato
- non deve cambiare a meno che non sia il bambino stesso a farlo
- deve dare al bambino l'impressione di offrire calore, di muoversi, di avere una struttura che riveli una propria vitalità
- **viene da "fuori" per noi ma non per il bambino**
- il suo destino è di graduale disinvestimento, non viene dimenticato né pianto come morto, entra nel limbo

nota: il tabagismo ha esordio quasi sempre nell'adolescenza

[secondo processo di separazione e individuazione - Blos, 1977]



quale approccio alla cura ?

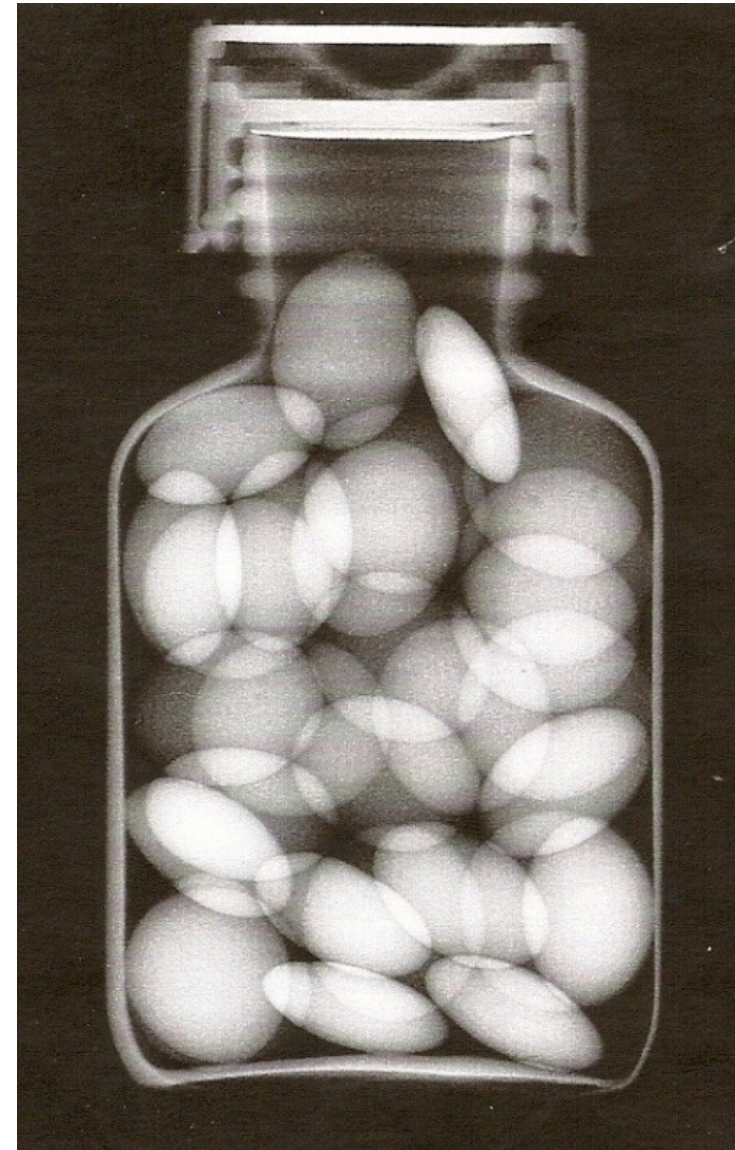
1. farmaco
2. sostegno educativo-psicologico
3. visite di controllo



1. farmaco

- vareniclina
- nicotina sostitutive
- bupropione
- citisina

estremamente utili per permettere lo
sgancio fisico dalla nicotina



2. sostegno educativo-psicologico

- individuale
- **gruppale**

per aumentare **coping** e aiutare il paziente ad elaborare il **distacco emotivo** dalla sigaretta

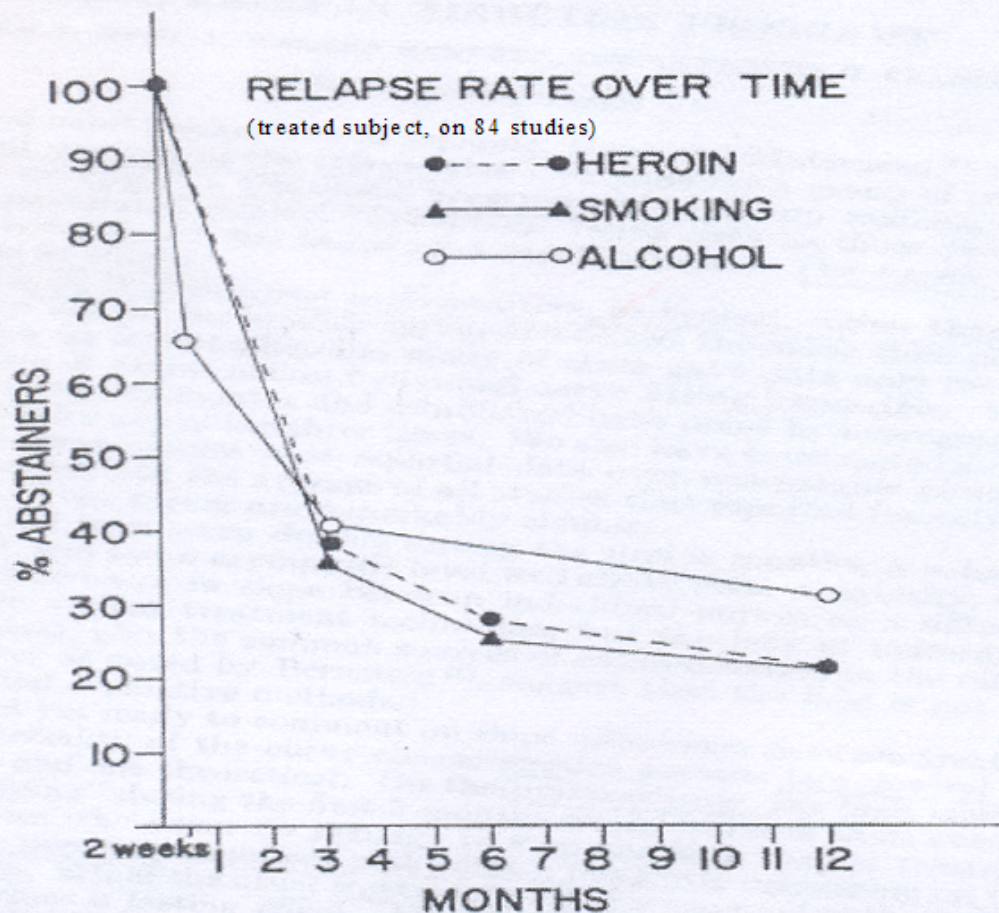
GAMY



3. perché le visite di controllo?

WILLIAM A. HUNT, L. WALKER BARNETT AND LAURENCE G. BRANCH
Cessation rates in addiction programs. *Journal of Clinical Psychology*. Oct 1971. 27(4) pp 455-456

FIG. 1. RELAPSE RATE OVER TIME FOR HEROIN, SMOKING AND ALCOHOL.



sigarette elettroniche (e-cig)

Riducono massivamente le dosi di sostanze tossiche inalate

I liquidi non sono ancora normati

Connessione indiretta e diretta con multinazionali del tabacco

Strumenti poco indicati per operazioni di cessazione

Possibile applicazione clinica in operazioni di riduzione del danno

Indicazione ISS: **"da non prescrivere"**



IL RICHIAMO DELLA FORESTA

SI CHIAMA FOREST
BATHING, IMMERGERSI
NEL BOSCHI E PUÒ
GUARIRE DA ANSIA,
STRESS E IPERTENSIONE.
PERCHÉ GLI ALBERI SONO
POTENTISSIMI,
COME DIMOSTRANO
ALCUNE NUOVE RICERCHE
di Marzia Nicolini
e Laura Bianchi

E... RICORDIAMOCI DEI DANNI ALL' ECOSISTEMA

[solo in Italia vengono fumate 72 miliardi di sigarette all'anno]