

# Tabagismo



**Smooth  
reaper.**

# Storia del tabacco



L' uso del tabacco nasce in America, da dove proviene. Il fumo, se non abituale, ha effetti ipnotici e inebrianti, e venne quindi usato per cercare un' "ebbrezza mistica", analogamente all'uso di alcol in Grecia nei riti dionisiaci.

Anche oggi il non fumatore che accende una sigaretta prova un effetto di stordimento, che però svanisce rapidamente con l' abitudine

In cerimonie propiziatorie si attirava la pioggia emettendo nuvole di fumo.



## Dal giornale di bordo della Pinta

“Il 6 novembre 1492 sbarcarono a Cuba Rodrigo de Jerez e Luigi de Torres. Essi incontrarono molte persone che tenevano in mano un carbone acceso e delle erbe secche racchiuse in certe foglie dalla forma di moschetti, chiamati *tabaccos*, che accendevano per aspirarne il fumo”

Rodrigo de Jerez impara a fumare e tornato in Europa continua: per l’ inquisizione è preda del diavolo e finisce in prigione.

La diffusione del tabacco fu esplosiva e in poco più di un secolo (il 1500) diventa popolare in tutto il mondo. Inizialmente coltivato a scopo ornamentale, per i suoi bei fiori. Dai giardini di Lisbona verso il 1560 l’ambasciatore francese Nicot (da cui “Nicotina”) ne spedì i semi in Francia. Qui il tabacco, dopo che Caterina de Medici lo usò con successo contro l’emicrania (da cui “erba della Regina”) ebbe grande successo. In Italia viene portato col nome di “erba santa” dal cardinale Prospero di Santa Croce che consegna i semi al Papa. Il Pontefice fece distribuire i semi ai conventi perché fossero coltivati come erba medicinale (all’inizio il tabacco venne usato, essiccato e polverizzato, come farmaco e non come droga voluttuaria)

**Il costume di fumare il tabacco inizia in Inghilterra verso il 1590, e si diffonde rapidamente fra il popolo e i soldati. L'uso degenerò presto in abuso, e la classe medica reagì denunciando i danni che arrecava all'organismo. 1604 prima condanna di Giacomo I d'Inghilterra. Seguì una diffusa reazione proibizionista e papa Urbano VIII scomunicò chi aspirava tabacco in chiesa.**

**Fuori dall'Europa le reazioni furono più violente: in Russia i fumatori erano sottoposti a tortura perché rivelassero la provenienza. In Persia si tagliava il naso a chi aspirava e le labbra a chi fumava. Nell'impero ottomano l'impiccagione con una pipa in bocca o la condanna al rogo alimentato con foglie di tabacco.**

**Solo nell' "età dei lumi" (1700) cessa il proibizionismo**

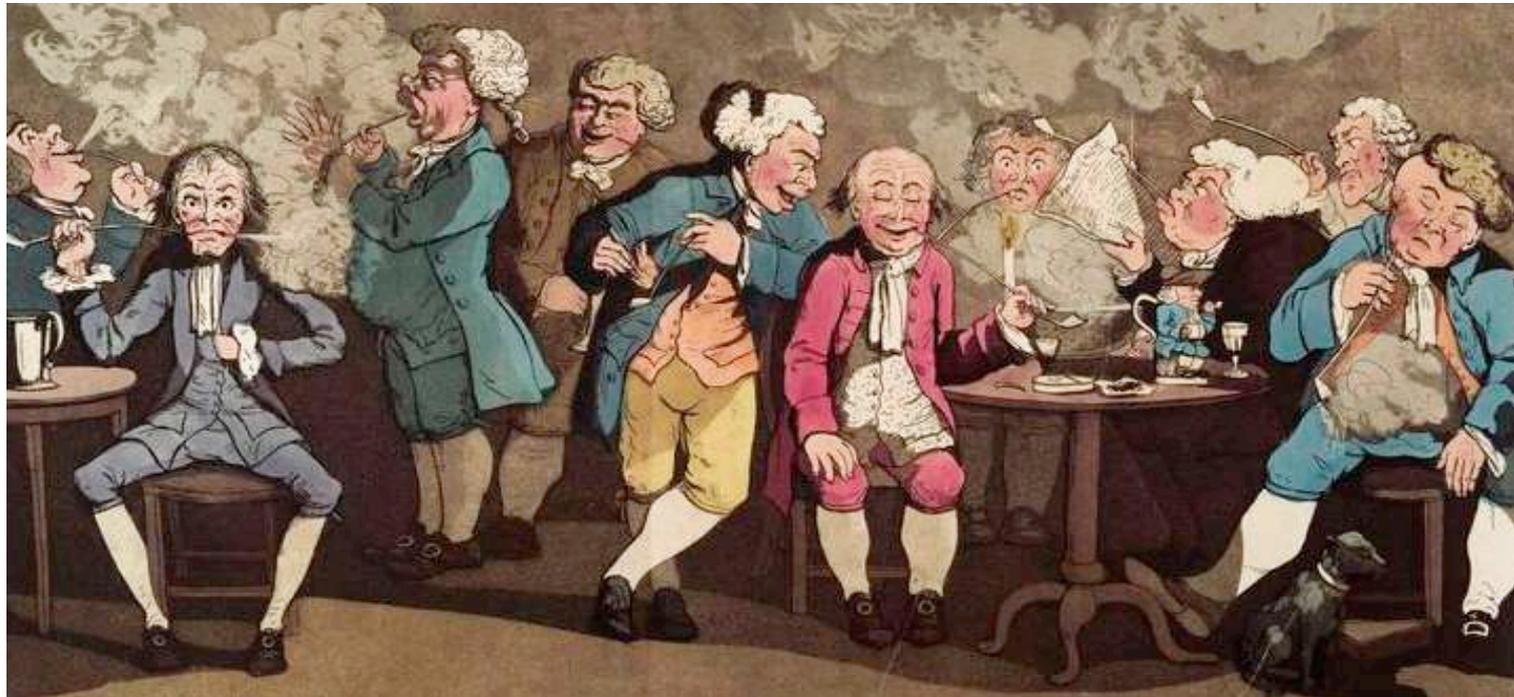


**Anche papa Benedetto XIII si rassegnò nel 1725 ad accettare l' "ubriachezza asciutta" e a permettere il fumo in chiesa *"affinché i credenti non avessero l' indegno spettacolo dei dignitari che correvan fuori dalla chiesa ogni momento per tirare qualche boccata di fumo"*.**

**Fondamentale per la fine del proibizionismo fu però l' interesse economico degli stati che con le tasse sul fumo (e su alcol, caffè e poi oppio) fecero enormi profitti.**

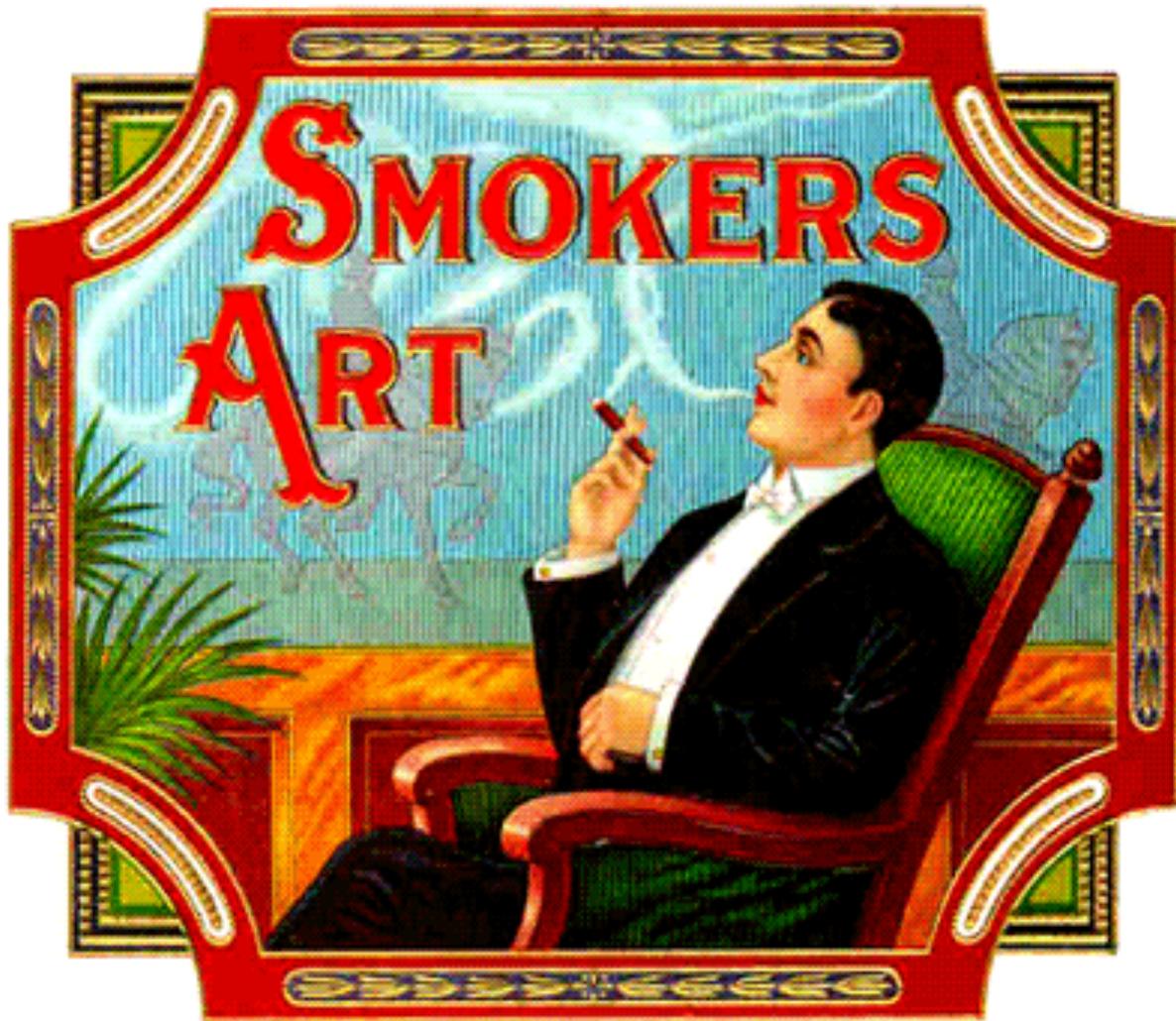
**Nel '700 il tabacco era considerato una vera e propria panacea: era decisivo per combattere la peste, ulcere gastriche e polmoniti erano purificate aspirando dense nuvole di fumo, le piaghe e la carie dentarie una volta affumicate miglioravano, con robuste pipate gli epilettici ritrovavano l'equilibrio, per non parlare di piccoli malesseri come emicrania, capogiri e nausea.**

**Insomma, quando ci si sentiva "fuori forma", nulla era meglio di una bella fiutatina di tabacco per stare subito bene.**



**Nella prima metà dell' 800 il sigaro fa la sua comparsa in tutti i salotti europei.**

**Vengono istituite apposite sale per fumatori (rigidamente vietate alle donne) e si confeziona uno specifico abbigliamento da utilizzare solo in tali sale per non portare a casa l' odore del fumo**



**La giacca per fumare venne chiamata "smoking", dall' inglese "fumare", e tale nome è tuttora usato per indicare gli abiti da sera maschili.**



**Frequente anche l'uso di tabacco da masticare. Le sputacchiere erano diffuse come oggi i posacenere (gara nazionale di sputo di tabacco negli USA).**

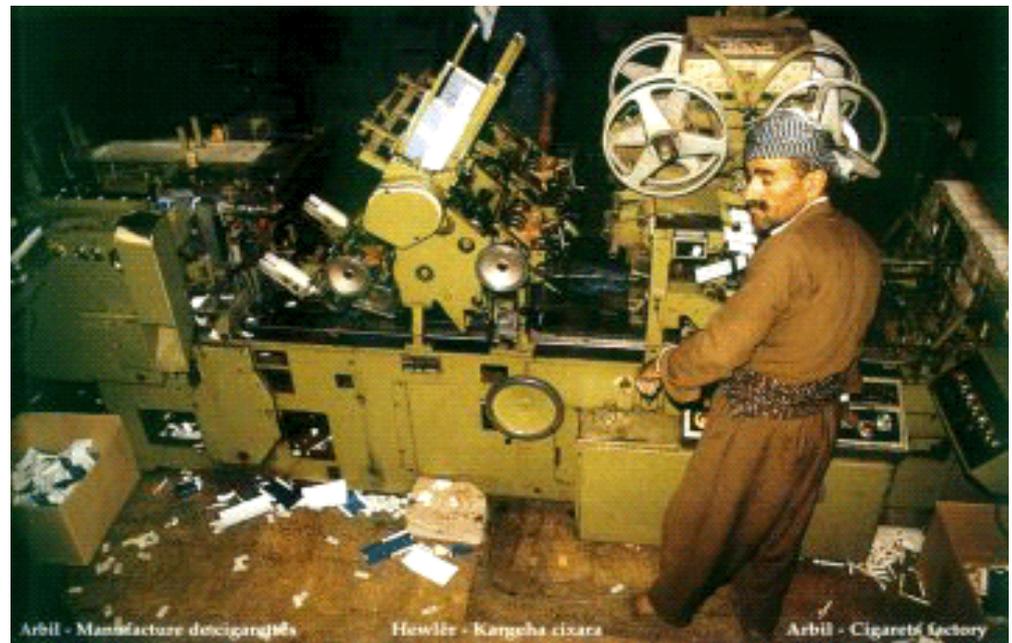


**Si diffonde anche il tabacco da fiuto, polverizzato finemente per essere sniffato (la nicotina viene assorbita dalle cavità nasali). L'uso, molto diffuso fino alla prima metà del secolo scorso, oggi è quasi scomparso**



Le sigarette, inventate pare dai soldati turchi nel 1832, infilando tabacco nei cilindretti di carta della polvere da sparo (di qui forse “fumare come un turco”), dal 1880 vengono prodotte non più a mano ma a macchina, con una fortissima riduzione dei costi.

Da quel momento il consumo, fino allora tutto sommato contenuto, diventa una dipendenza di massa.





Le due guerre mondiali moltiplicarono i consumi, grazie anche alla distribuzione gratis di sigarette al fronte per tenere alto il morale delle truppe e combattere l' ansia da battaglia.

Dal 1914 al 1918 negli USA la produzione passò così da 18 a 47 miliardi di sigarette.

I soldati divenuti dipendenti continuarono poi a fumare dopo la guerra. L' uso si diffonde anche alle donne, e nel 1939 la produzione americana passa a 180 miliardi di sigarette all' anno.



## SAILORS' & SOLDIERS' TOBACCO FUND

IT IS A SIGNIFICANT FACT THAT ALMOST EVERY LETTER FROM THE FRONT CONTAINS A REQUEST FOR "SOMETHING TO SMOKE".

Contributions gratefully received by  
Hon. Sec. CENTRAL HOUSE, KINGSWAY, LONDON, W.C.



# Operatori sanitari testimonial del fumo



# Quando il fumo lo consigliava il medico! (1930)

20,679\* Physicians

say "LUCKIES are  
less irritating"

"It's toasted"

Your Throat Protection  
against irritation against cough

\* The figures quoted have been checked and certified to by LYBRAND, ROSS BROS. AND MONTGOMERY, Accountants and Auditors.

# Lo consigliavano anche le infermiere! (1935)

## “You like them **FRESH?** So do I!”

**Y**OU don't have to tell the woman who has switched to Camels the benefits of a *fresh* cigarette.

She knows all about it — that's the reason she stays switched.

She has learned that the fine, fragrant, sun-ripened choice tobaccos in Camels have a perfectly preserved delicate mildness all their own.

She knows by a grateful throat's testimony what a relief this smooth, cool, slow-burning *fresh* cigarette

means to sensitive membrane.

Camels are fresh in the Camel Humidor Pack because they are *made* fresh, fresh with natural moisture and natural flavors—they are never parched or toasted.

If you don't know what the Reynolds method of scientifically applying heat so as to avoid parching or toasting means to the smoker — switch to Camels for just one day, then leave them — if you can.

R. J. REYNOLDS TOBACCO COMPANY, Winston-Salem, N. C.

“Are you Listening?”

R. J. REYNOLDS TOBACCO COMPANY'S COAST-TO-COAST RADIO PROGRAMS  
CAMEL QUARTER HOUR, Morning Edition, Sun. Morn. | PHOENIX: ALABAMA QUARTER HOUR, Sun. Morn. |  
and Grand Oldies, America's Largest Radio, every night except Sundays. California Broadcasting Service, |  
San Diego, N. E. & Red Square.

See radio page of local newspaper for time



# CAMELS

Made FRESH — Kept FRESH

• Don't remove the moisture-proof wrapping from your package of Camels after you open it. The Camel Humidor Pack is protection against perfume and powder odors, dust and germs. In urban and humid areas in the dry atmosphere of artificial heat, the Camel Humidor Pack can be depended upon to deliver fresh Camels every time.



**E il dentista! (1930)**

# **Viceroy** ***FILTER*** **the Smoke!**

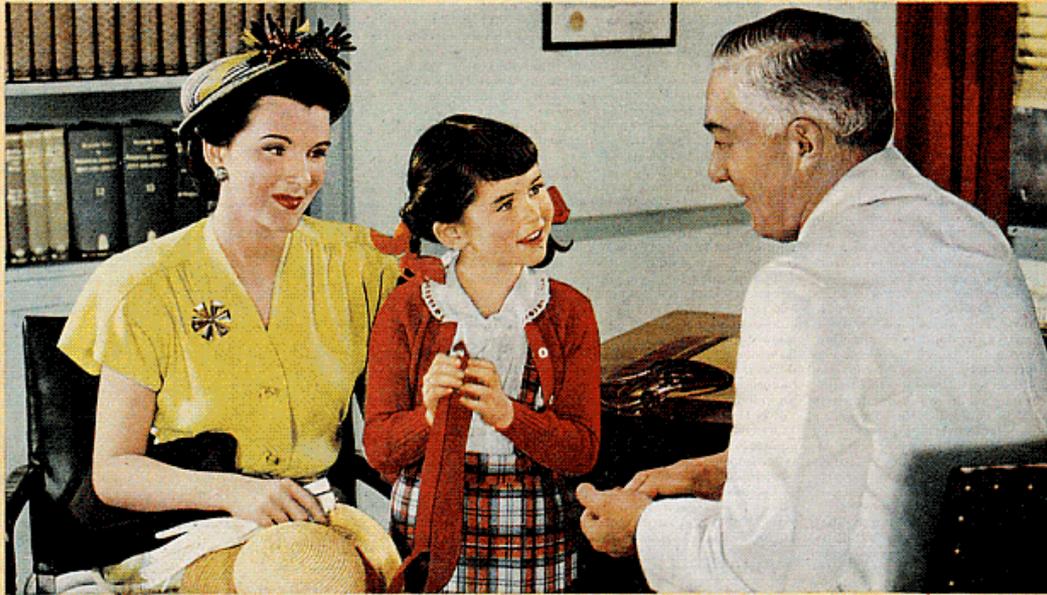


As your Dentist,  
I would recommend  
**VICEROYS**

**"I'm going to grow a hundred years old!"**

*...and possibly she may—for the amazing strides of medical science have added years to life expectancy*

● It's a fact—a warm and wonderful fact—that this five-year-old child, or your own child, has a life expectancy almost a whole decade longer than was her mother's, and a good 18 to 20 years longer than that of her grandmother. Not only the expectation of a longer life, but of a life by far healthier. Thank medical science for that. Thank your doctor and thousands like him...toiling ceaselessly, often with little or no public recognition...that you and yours may enjoy a longer, better life.



*According to a recent Nationwide survey:*

**More Doctors smoke Camels**  
*than any other cigarette!*

**NOT ONE** but three outstanding independent research organizations conducted this survey. And they asked not just a few thousand, but 113,597, doctors from coast to coast to name the cigarette they themselves preferred to smoke.

The answers came in by the thousands...from general physicians, diagnosticians, surgeons—yes, and nose and throat specialists too. The most-named brand was Camel.

If you are not now smoking Camels, try them. Compare them critically. See how the full, rich flavor of Camel's costlier tobaccos suits your taste. See how the cool mildness of a Camel suits your throat. Let your "T-Zone" tell you (see right).



**THE "T-ZONE" TEST WILL TELL YOU**

The "T-Zone" — T for taste and T for throat—is your own moving ground for any cigarette. Only your taste and throat can decide which cigarette tastes best to you... how it affects your throat. On the basis of the experience of many, many millions of smokers, we believe Camels will suit your "T-Zone" to a "T".

R. J. REYNOLDS TOBACCO CO.  
WASHINGTON, D. C.

# More Doctors smoke Camel

La campagna pubblicitaria "More Doctors smoke Camels", che durò dal 1946 (anno della vignetta a lato, che suggerisce che fumando Camel si vive 100 anni) fino a tutto il 1950, quando già cominciavano a diffondersi i rapporti medici sulla pericolosità del fumo.

Dal 1942 al congresso annuale dell' American Medical Association presso il "Camel cigarette scientific exhibit" ai medici venivano offerte stecche di sigarette (pratica durata per circa 40 anni)

Le compagnie del Tabacco fornivano gratis gli studi medici di sigarette, distribuite pure nelle sale d' attesa.

**CAMELS** Costlier  
Tobaccos

## Lady with a Lamp (1946 Version)

• The pages of medical history during the last century glow with the names of great women. Florence Nightingale, the "Lady with the Lamp"—Elizabeth Blackwell, the first American woman to be given the proud degree M.D. ... Dr. Mary Pateman Jacobs ... Jane Viola Meyers ... Anna Brownell ... the list is long. And brilliant.

In America today, thanks to the inspired spirit of these pioneers, 7,250 women doctors carry the lamps they lighted over further along the path of human service.



## Class of '46 or Class of '06

Always studying, always increasing the breadth and depth of his knowledge—like this group watching a demonstration of a new method of using penicillin—the doctor's "school days" are never done. No matter how great, how famous he may become, his search for even greater knowledge never fails.



According to a recent Nationwide survey:

# More Doctors smoke Camels than any other cigarette

According to a recent Nationwide survey: **MORE DOCTORS SMOKE CAMELS THAN ANY OTHER CIGARETTE**

• Men and women in every branch of medicine—113,397 in all—were queried in this nationwide study of cigarette preference. Three leading research organizations made the survey. The gist of the survey was—What cigarette do you smoke, Doctor? The brand named most was Camel!

The rich, full flavor and cool mildness of Camel's superb blend of finest tobaccos seem to have won the same favor in medical circles as with millions of smokers the world around. If you are a Camel smoker, this preference among doctors will hardly surprise you. If you're not—well, try Camels now.



TRY CAMELS ON YOUR "T-ZONE"



That's T for Taste and T for Throat—the most critical "T-zone" for any cigarette. For how your taste responds to the rich, full flavor of Camel's cool tobacco, for how your throat reacts to Camel's cool mildness. On the basis of the experience of many millions of smokers, we believe Camels will suit your "T-Zone" as a "T."

Your "T-Zone" Will Tell You...

**T for Taste...**  
**T for Throat**  
...that's your *proven* proving ground for any cigarette. See if Camels don't suit your "T-Zone" as a "T."



• Doctors in every branch of medicine—113,397 in all—were queried in this nationwide study of cigarette preference. Three leading research organizations made the survey. The gist of the survey was—What cigarette do you smoke, Doctor? The brand named most was Camel!

The rich, full flavor and cool mildness of Camel's superb blend of finest tobaccos seem to have the same appeal to the smoking tastes of doctors as to millions of other smokers the world around. If you are a Camel smoker, this preference among doctors will hardly surprise you. If you're not—well, try Camels now.

**CAMELS** Costlier Tobaccos

The doctor  
makes his rounds

Il “Medico di Famiglia”  
era il testimonial più  
efficace



*According  
to a recent  
Nationwide  
survey:*

**MORE DOCTORS SMOKE CAMELS  
THAN ANY OTHER CIGARETTE**

**Negli USA i medici non fumano più, ma in Italia** *(Mangiaracina - 2015)*

**35%**

**ITALY**



***Smoking doctors***

**2%**

**USA**



*How MILD can a Cigarette be?*

MAKE THE 30-DAY CAMEL MILDNESS TEST—SEE WHY...

**MORE PEOPLE SMOKE CAMELS  
than any other cigarette!**

"The roles I play in movies are far from easy on my voice—I can't risk throat irritation. So I smoke Camels—they're mild"

*John Wayne*  
ROMULUS, MINDROME  
HOLLYWOOD STAR



"I've been around movie sets long enough to know how important cigarette mildness is to an actor. So when it came to deciding what cigarette was just right for my throat—I was very particular. I made a *reasonable* test—my own 30-Day Camel Mildness Test:

"I gave Camels a real tryout for 30 days. The most pleasure I ever had from smoking. My own 'T-Zone' told me just how mild and good tasting a cigarette can be! I found out for myself why *more people smoke Camels than any other cigarette!*"



MAN'S IDEA OF A MOUTH BIRD  
And the woman next to it has 4 inches. John Wayne has wanted his way to have a dozen of such downward-slanting — hard-riding ... like other movie portraits!

© E. Everett Pinner Pictures, Weston Adams, N. C.

*Make your own  
30-Day Camel  
MILDNESS Test  
in your "T-Zone"*

(T for Throat, T for Taste)



**Not one single case of  
throat irritation *due to smoking*  
CAMELS!**

Yes, there were the findings of several dozen operations after a total of 2,000 weekly examinations of the throats of hundreds of men and women who smoked Camels — and only Camels — for 30 consecutive days.

**Camel: non un solo  
caso di irritazione  
alla gola!!!**

*Make your own  
30-Day Camel  
MILDNESS Test  
in your "T-Zone"*

(T for Throat, T for Taste)



**Not one single case of  
throat irritation *due to smoking*  
CAMELS!**



# FACE THE FACTS!

*When tempted to over-indulge*  
**"Reach for a Lucky instead"**



*Be moderate—be moderate in all things, even in smoking. Avoid that extra shadow by avoiding over-indulgence, if you would maintain that modern, over-stretch-out figure. "Reach for a Lucky instead."*

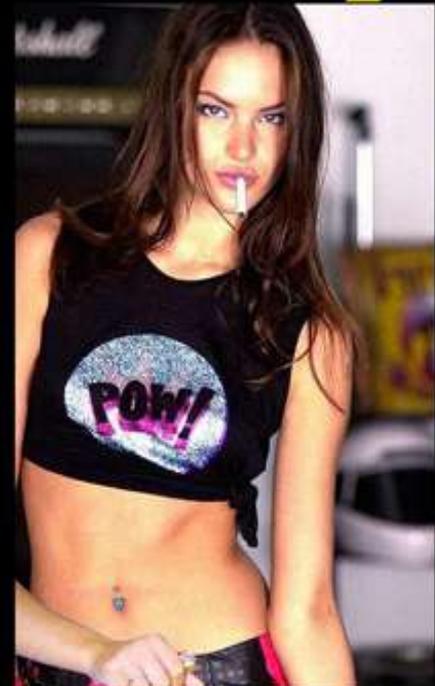
**Lucky Strike**, the finest Cigarette you ever smoked, made of the finest tobacco—The Cream of the Crop—"IT'S TOASTED." **Lucky Strike** has an extra, secret heating process. Everyone knows that heat purifies and so 20,679 physicians say that **Luckies** are less irritating to your throat.



## "It's toasted"

**Your Throat Protection—against irritation—against cough.**

# *Slim & Sexy*



*Why should your cigarette be any different?*

*Foxy Light*  
 100's



*The difference between our brand and the others is our unique blend of low-tar/high-nicotine tobacco's delivering PURE pleasure!*

**SURGEON GENERAL'S WARNING: Cigarette Smoke Contains Carbon Monoxide.**

9mg "tar", 1.5mg nicotine av. per cigarette. FTC Report Aug/2001

©2001 BLACK & WHITE TOBACCO COMPANY, L.P.

# Il fumo fa ingrassare (anche quello passivo)

Fa aumentare la resistenza all'insulina. Lo rivela uno studio pubblicato sull'*American journal of physiology, endocrinology and metabolism*. "Chi vive con un fumatore, soprattutto se bambino, ha un maggiore rischio di problemi cardiovascolari e metabolici"

Lo leggo dopo



IL FUMO, soprattutto quello passivo, fa ingrassare: a smentire l'idea diffusa che fumare le sigarette aiuti a rimanere magri è uno studio della [Brigham young university di Salt Lake City](#), pubblicato sull'*American journal of physiology*,

[endocrinology and metabolism](#). "Chi vive con un fumatore, soprattutto se bambino, ha un maggiore rischio di problemi cardiovascolari e metabolici", spiega Benjamin Bikman, autore della ricerca. Solo negli Usa metà della popolazione è esposta almeno una volta al giorno al fumo passivo e circa il 20% dei bambini vive con qualcuno che fuma in casa. Ogni giorno, inoltre, quasi 4mila adulti fumano la loro prima sigaretta e 1.000 diventano fumatori abituali.

**Aumenta la resistenza all'insulina.** Nello studio i ricercatori hanno voluto analizzare, nei topi, il legame tra fumo e funzioni metaboliche, in particolare il meccanismo per cui i fumatori diventano resistenti all'insulina. Esponendo gli animali al fumo passivo, hanno così visto che aumentavano di peso: il fumo infatti spinge alcune minuscole molecole lipidiche, le ceramidi, ad alterare i mitocondri delle cellule, causando la distruzione delle normali funzioni cellulari e inibendo la loro capacità di rispondere all'insulina. "La nostra ricerca - aggiunge - mostra che tra le risposte al fumo passivo del nostro organismo c'è l'alterazione della sensibilità all'insulina. Una volta che questa continua ad aumentare, si ingrassa". La chiave è invertire gli effetti del fumo, inibendo le ceramidi. I ricercatori hanno infatti visto che trattando i topi con una sostanza che le blocca, la mioricina, non prendevano peso né avevano problemi di metabolismo. Se però, oltre al fumo passivo, i roditori erano alimentati con una dieta ricca di zuccheri, il danno metabolico non poteva essere risolto. Ora gli studiosi stanno cercando un inibitore delle ceramidi che sia sicuro anche per gli uomini, in modo da proteggere chi è esposto al fumo passivo.

**Smettere di fumare non fa ingrassare.** I risultati di questo studio potrebbero far superare i timori di chi pensa che abbandonando le bionde potrebbe ingrassare. Ma già una ricerca precedente, dell'Università di Otago, rivelava che questo timore sarebbe infondato. I ricercatori, prendendo in esame un campione di 1000 persone, hanno verificato che chi era incline a ingrassare, lo faceva comunque con il passare degli anni anche se stava fumando ancora.

# Sigarette e emancipazione femminile

Back then, education taught men to run the world  
and women to run the house.

*LAUNDRY QUIZ TUES.*

*Homework Assignment:*

1. Stew 6 tomatoes
2. Practice two different
3. Continue work on paper

You've come a long way, baby.

**VIRGINIA SLIMS**

With rich Virginia flavor women like

VIR SLIM  
VIRGINIA SLIMS

Fashion: Holly e Mary

Warning: The Surgeon General Has Determined  
That Cigarette Smoking Is Dangerous to Your Health.

17 mg "tar," 1.1 mg nicotine av. per cigarette, FTC Report Nov '75

# KOOL - come rubare la donna d'altri!

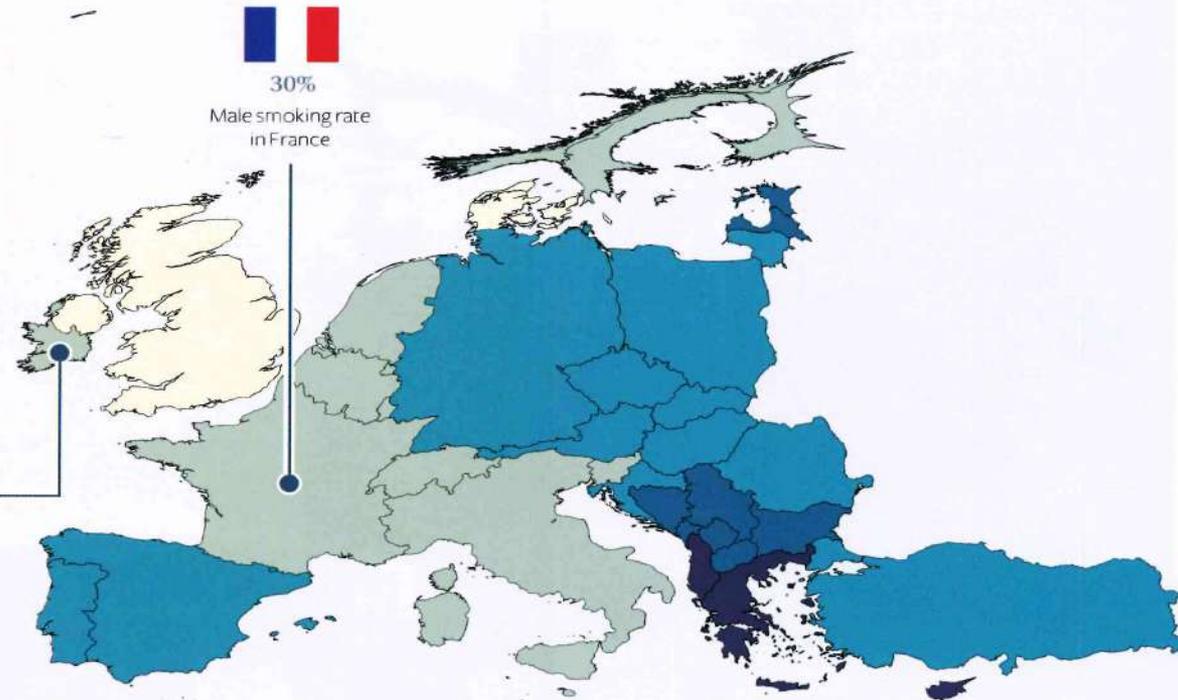
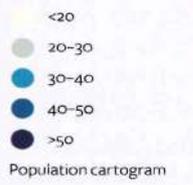




**Per i futuri fumatori.....**

# Maschi 2015

## Male smokers (%)



Top

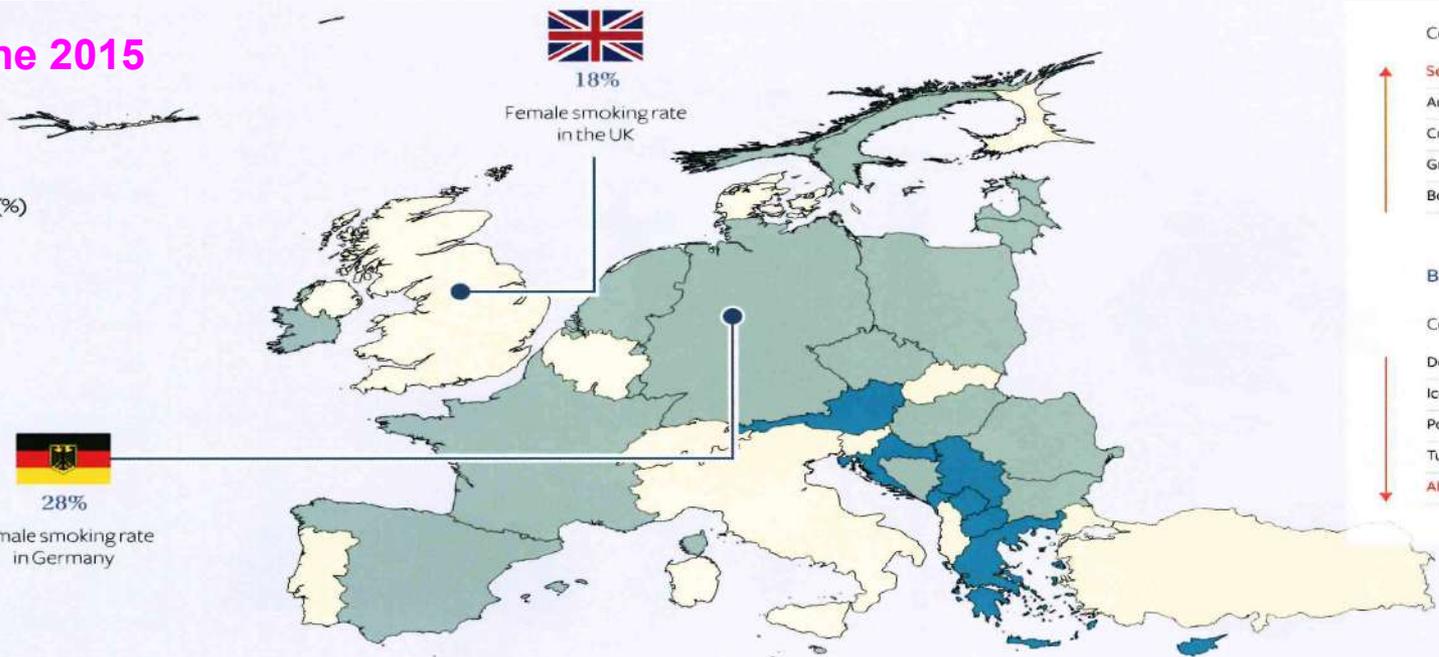
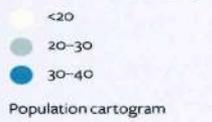
Country	%
Greece	53
Albania	51
Latvia	49
Bosnia-Herzegovina	47
Serbia	44

Bottom

Country	%
Slovenia	22
Sweden	20
United Kingdom	20
Denmark	18
Iceland	17

# Femmine 2015

## Female smokers (%)



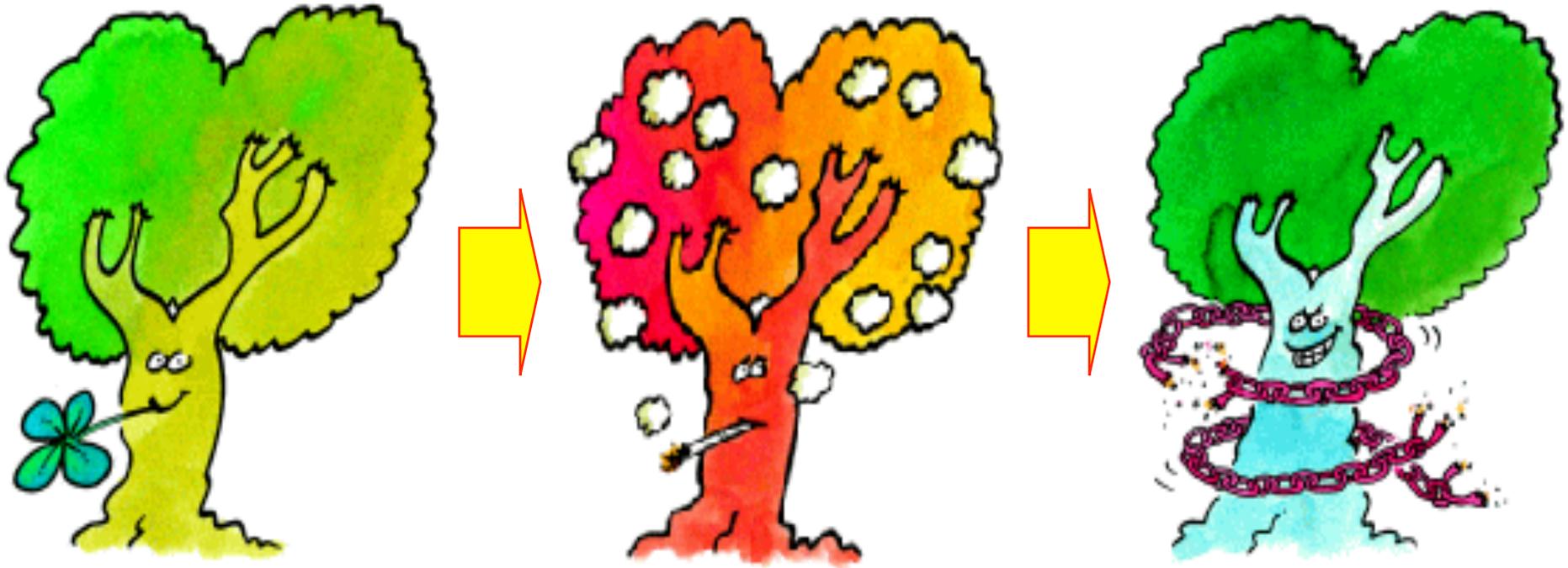
Country	%
Serbia	40
Austria	35
Croatia	34
Greece	33
Bosnia-Herzegovina	30

Bottom

Country	%
Denmark	16
Iceland	15
Portugal	14
Turkey	12
Albania	8

# *La dipendenza da tabacco*

**Come ci si ammala**



**Come se ne esce**



**Fumo:  
abitudine,  
“vizio”,  
dipendenza?**

**Per molti il fumo è  
solo un piacere  
pericoloso, e fumare  
o meno dipende  
solo dalla volontà...**



In realtà fumo non è un “vizio”, ma una tossicodipendenza, e quindi una malattia neurobiologica, connessa ad un’alterazione neurorecettoriale stabile, che comporta forte craving, sindrome astinenziale e facili recidive.



**E' quindi un problema medico, che può necessitare di terapie specifiche!**

# Dependence Rates

National Institute on Drug Abuse



32%

Tobacco

23%

Heroin

17%

Cocaine

15%

Alcohol

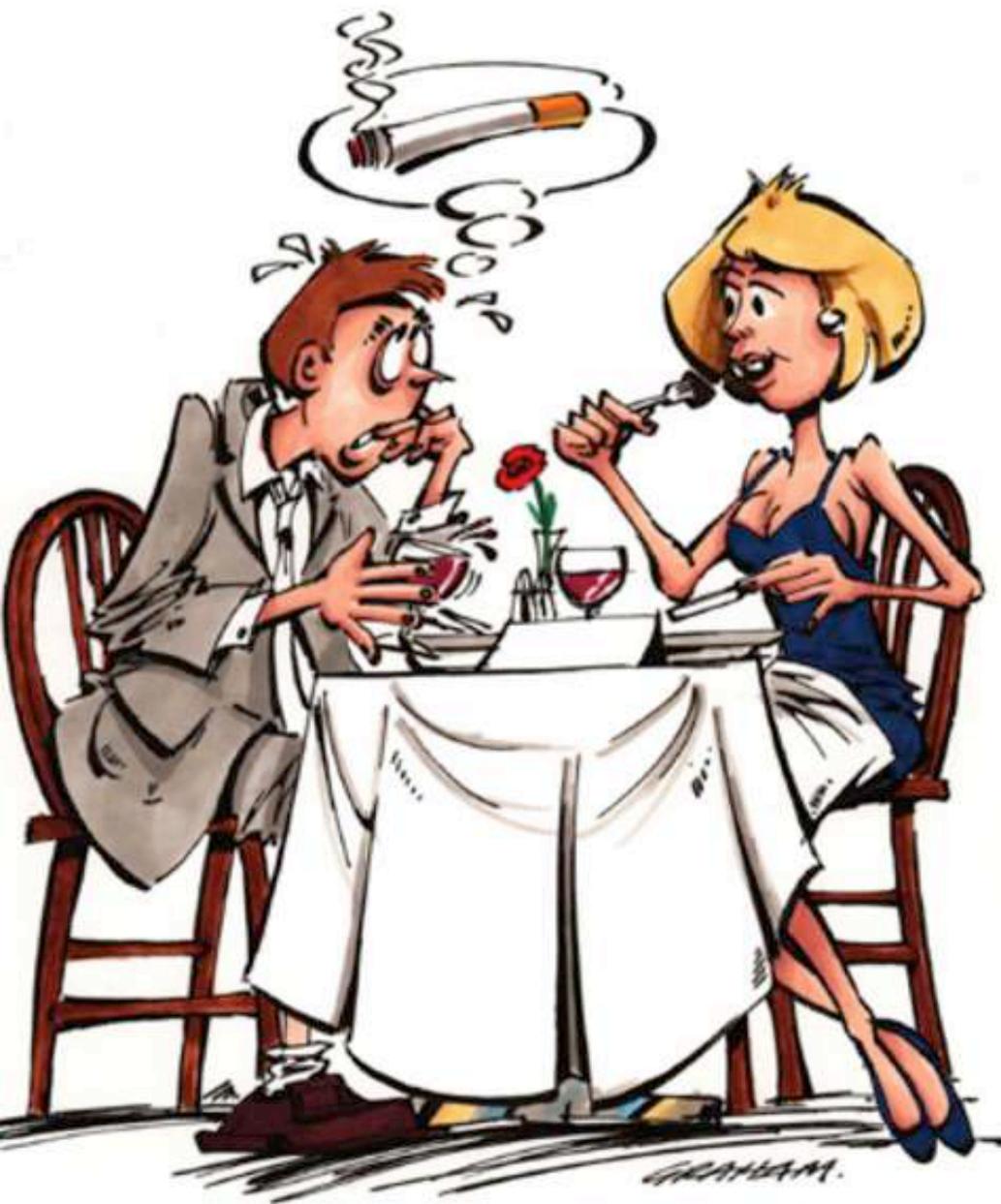
**Tabacco ed eroina sono le droghe più potenti nel causare dipendenza!**

**Ma di questo c'è poca  
consapevolezza....**

**Drogarsi non  
è un diritto!**



# Dipendenza da nicotina: sia fisica che psicologica



## Dipendenza psicologica: l'automatismo della gestualità

Prendere il pacchetto, sfilare la sigaretta, metterla in bocca, accenderla, aspirare... Gestì, ripetuti infinite volte, che riempiono la giornata (ogni sigaretta occupa circa 5 minuti, 20 sigarette al giorno occupano un ora e 40) e placano l'ansia. Rinunciare ai gesti è spesso difficile quanto rinunciare alla nicotina.

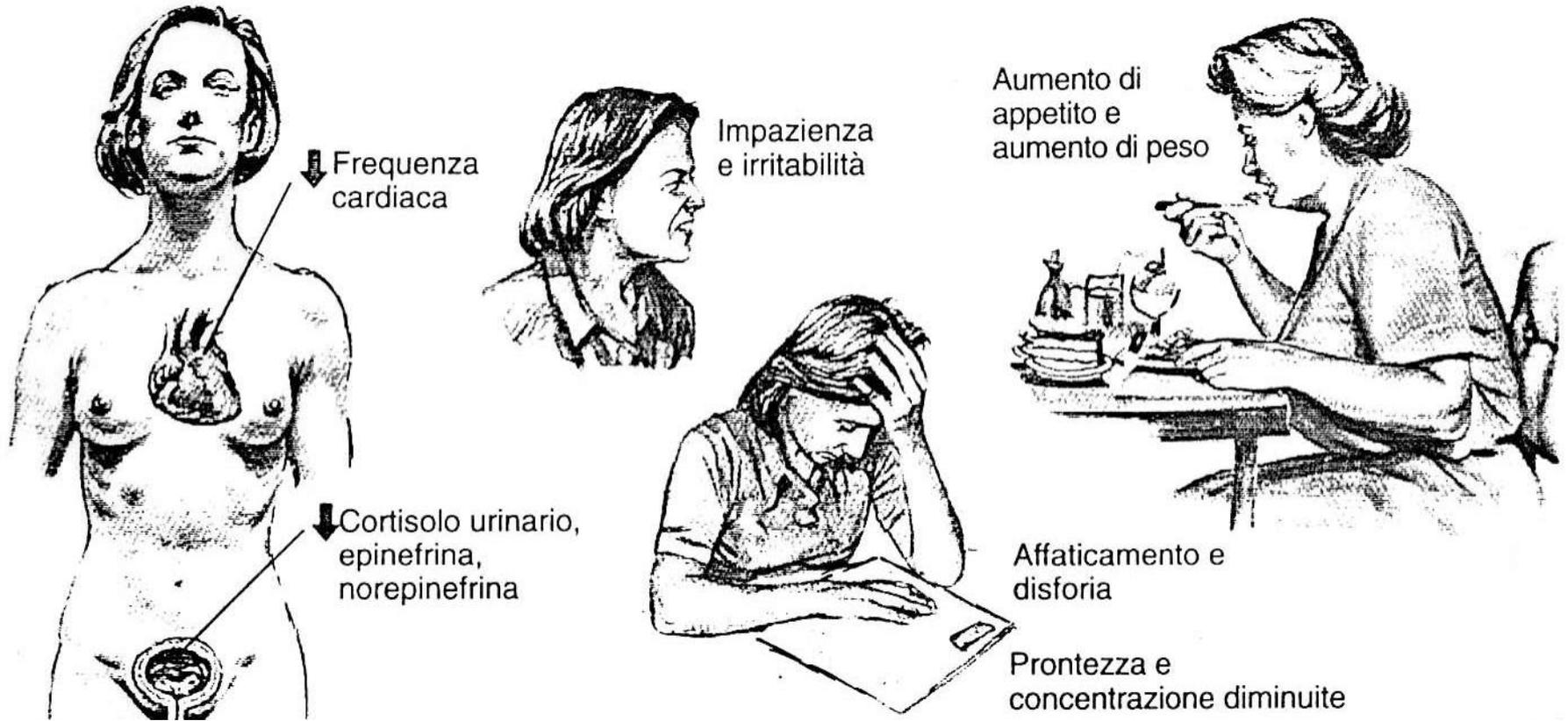
**Un grande vuoto da riempire!**



**Dipendenza fisica: risveglio in crisi di astinenza e fumo**



# Sintomi di astinenza alla cessazione



## Sintomi di breve durata (una settimana)

Sonnolenza, stordimento, cefalea, capogiri, difficoltà a concentrarsi.  
Fatica, spossatezza, tristezza, insonnia - Disturbi gastrointestinali

## Sintomi di lunga durata (mesi)

Tensione, irritabilità, aggressività - Aumento di appetito e di peso

# Nicotina

A differenza di altre droghe, è al tempo stesso eccitante e rilassante



## Effetti psichici

- 1) Eccitazione-stimolazione:** affine a quello di altre droghe stimolanti, quali amfetamine, caffeina, cocaina
- 2) Rilassamento:** sia per azione diretta, sia per riduzione della tensione dei muscoli volontari
- 3) Assuefazione:** aumento della dose per ottenere lo stesso effetto
- 4) Dipendenza:** sia psicologica che fisica

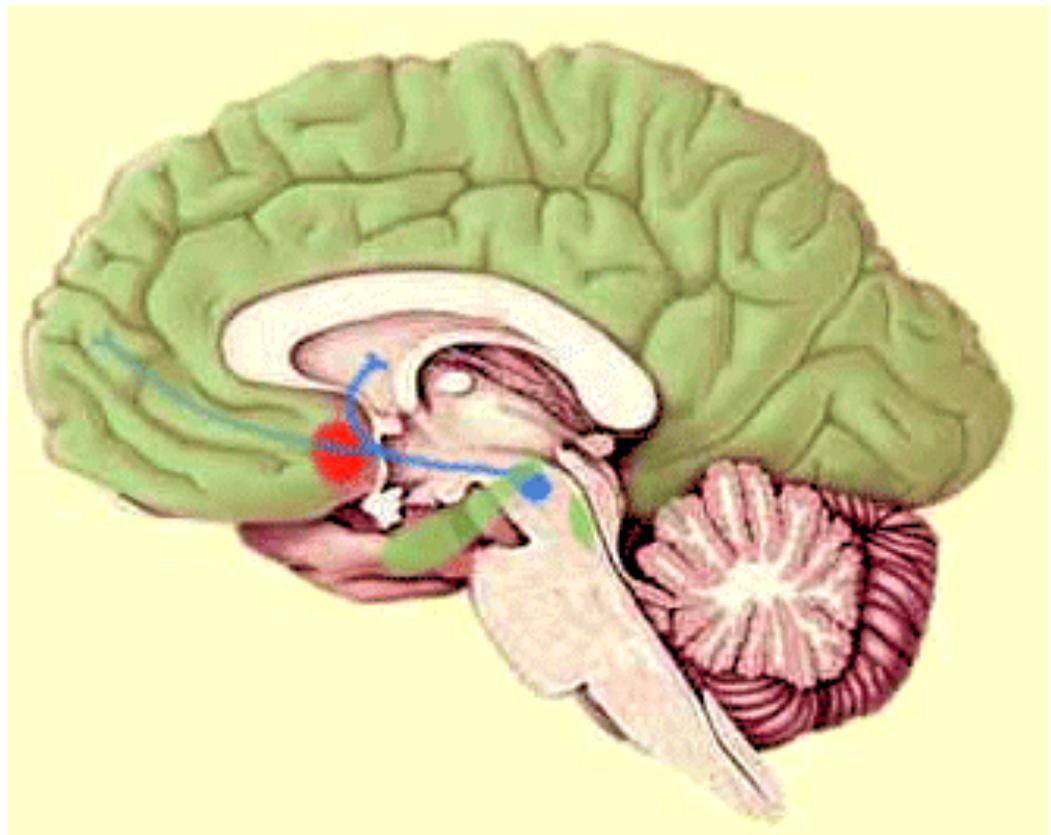


**Effetti somatici:** aumento frequenza respiratoria, pallore, aumento frequenza cardiaca e pressione sanguigna, aumento peristalsi intestinale (diarrea)

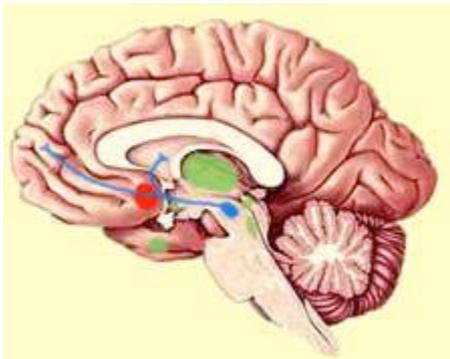
**Intossicazione acuta.** La nicotina è una delle sostanze più tossiche che si conoscano (il contenuto di nicotina di 4 sigarette iniettato endovena uccide un uomo in pochi minuti)  
Forme leggere si trovano nei fumatori novizi (nausea, vomito, diarrea, mal di testa, vertigini, confusione) e nei bambini (avvelenamento per ingestione di nicorette)

# Aree cerebrali bersaglio

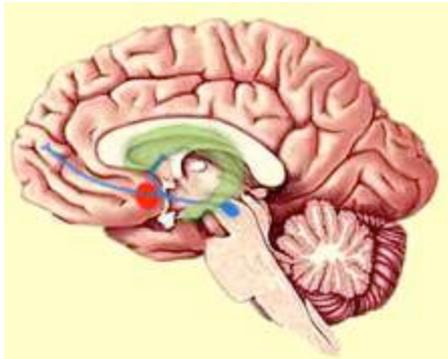
La nicotina agisce con minore intensità nelle aree centro-basali del cervello (l'impatto emozionale è infatti poco marcato), ma interferisce diffusamente con tutte le aree corticali.



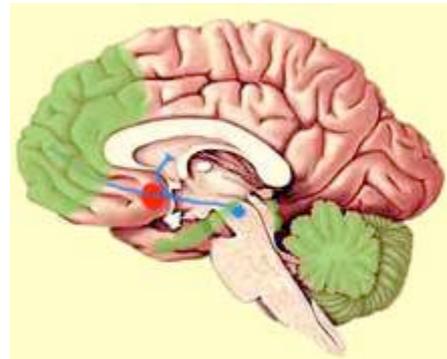
**Nicotina**



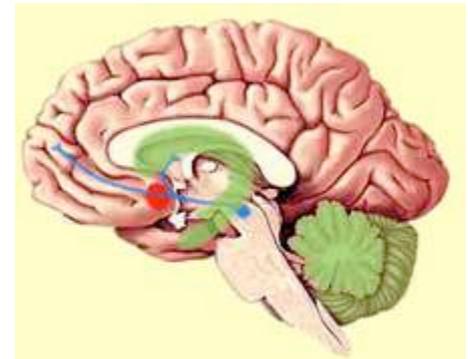
**Oppiacei**



**Cocaina/Amfetamine**

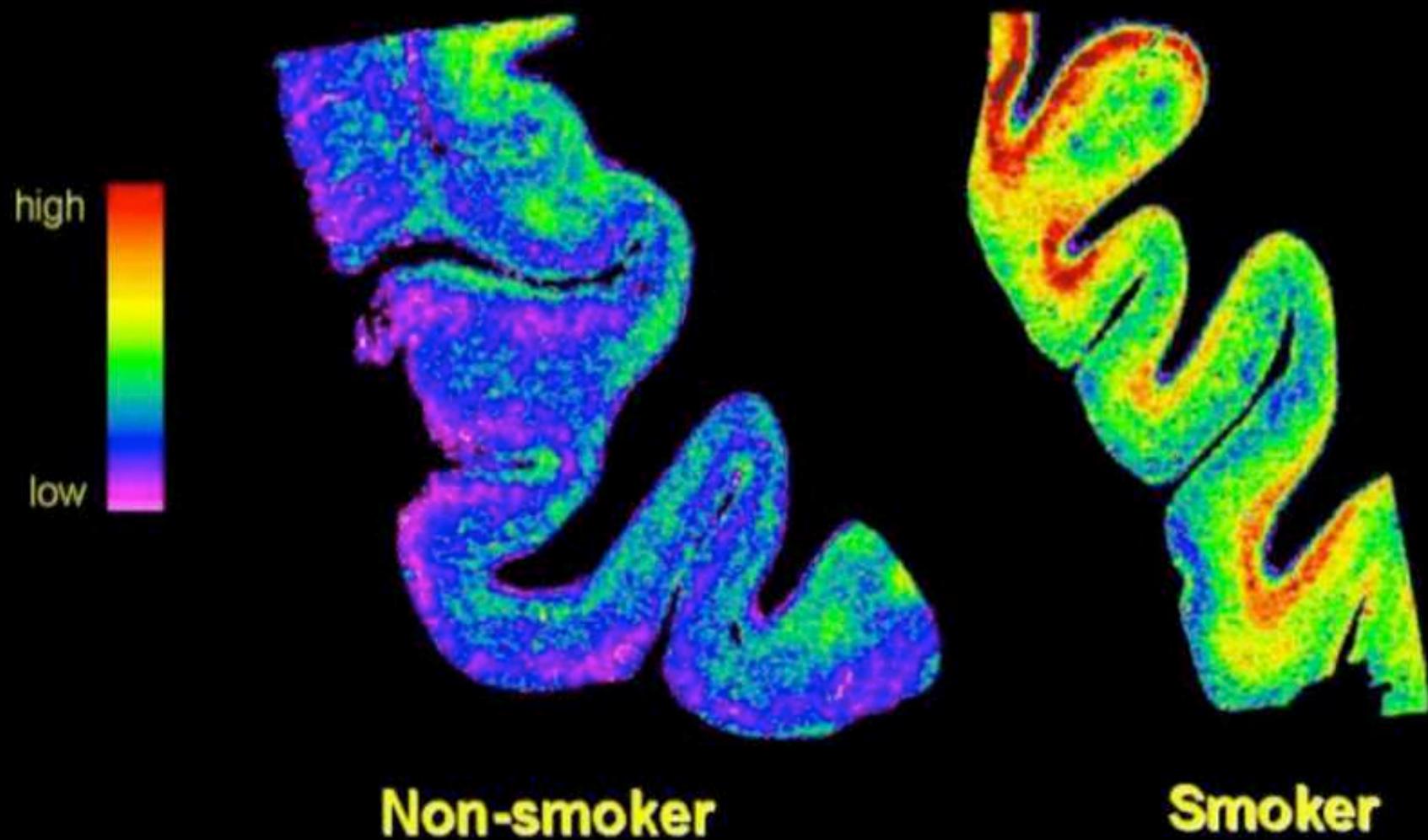


**Alcol**



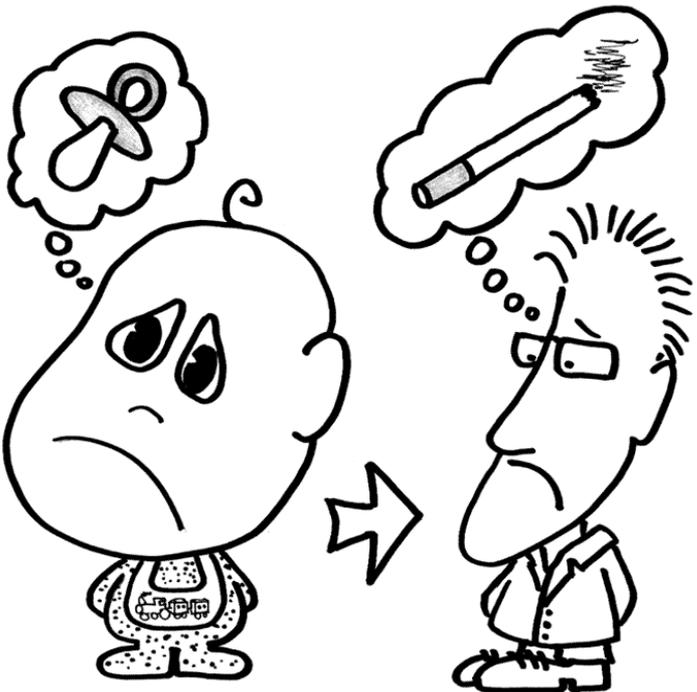
**Cannabis**

# Human Smokers Have Increased Nicotinic Receptors in Prefrontal Cortex



# Perché si comincia?

Per molti motivi, per emulazione (dei genitori, o degli amici), per “sembrare grandi”, per gestire imbarazzo e tensione, per curiosità, per ribellione, come equivalente di meccanismi infantili quali succhiarsi il ditino o il “ciuccio”



**I motivi per iniziare possono essere molti.**

**Qualunque sia il motivo, nei soggetti predisposti in breve tempo si instaura la dipendenza da nicotina, che diventa poi la vera causa della prosecuzione**

FUMI PER SENTIRTI...

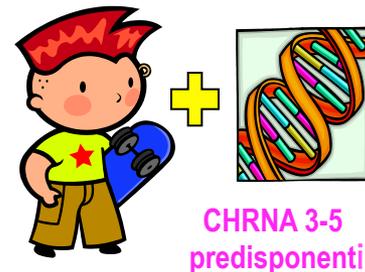
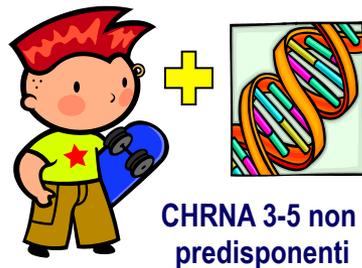
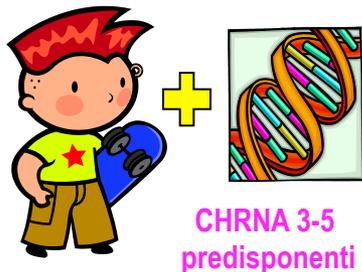
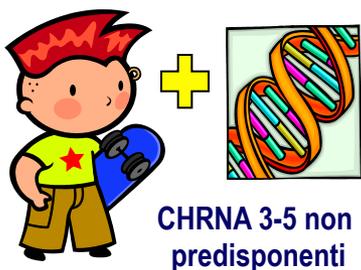
...PIU' DURO?

...PIU' SEXY?



# C'è anche una predisposizione genetica

Sul cromosoma 15 i geni CHRNA (CHolinergic Receptor Nicotinic Alpha) 3 e 5 controllano i recettori nicotinici



**Posizione di partenza (prima di aver mai fumato): nessun desiderio di fumare**



Ripetuta assunzione di Nicotina



Craving assente



Craving assente



Geni non attivati: craving assente



Geni attivati: craving presente e duraturo

# Fattori che favoriscono il fumo nei giovani

<b>Fattore</b>	<b>RR</b>	<b>ref</b>
Un genitore fuma	<b>1.7</b>	EUDAP 2011
Entrambi i genitori fumano	<b>2.9</b>	EUDAP 2011
Fumo fra i fratelli	<b>1.9</b>	EUDAP 2011
Genitori permissivi	<b>2.0</b>	EUDAP 2011
Alcuni amici fumano	<b>3.1</b>	EUDAP 2011
Maggioranza degli amici fuma	<b>3.6</b>	EUDAP 2011
Vedere insegnanti che fumano fuori dalla scuola	<b>1.8</b>	Poulsen 2002
Frequente esposizione a film con fumo	<b>1.7</b>	Smoking & Movies 2011

# Fumo nei film

(le industrie del tabacco pagano gli attori per fumare nei film - si stima che questo abbia avviato al fumo il 30% dei fumatori USA)



Sylvester Stallone

April 28, 1983

Mr. Bob Kovoloff  
ASSOCIATED FILM PROMOTION  
10100 Santa Monica Blvd.  
Los Angeles, CA 90067

Dear Bob:

As discussed, I guarantee that I will use Brown & Williamson tobacco products in no less than five feature films.

It is my understanding that Brown & Williamson will pay a fee of \$500,000.00.

Hoping to hear from you soon;

Sincerely,

Sylvester Stallone

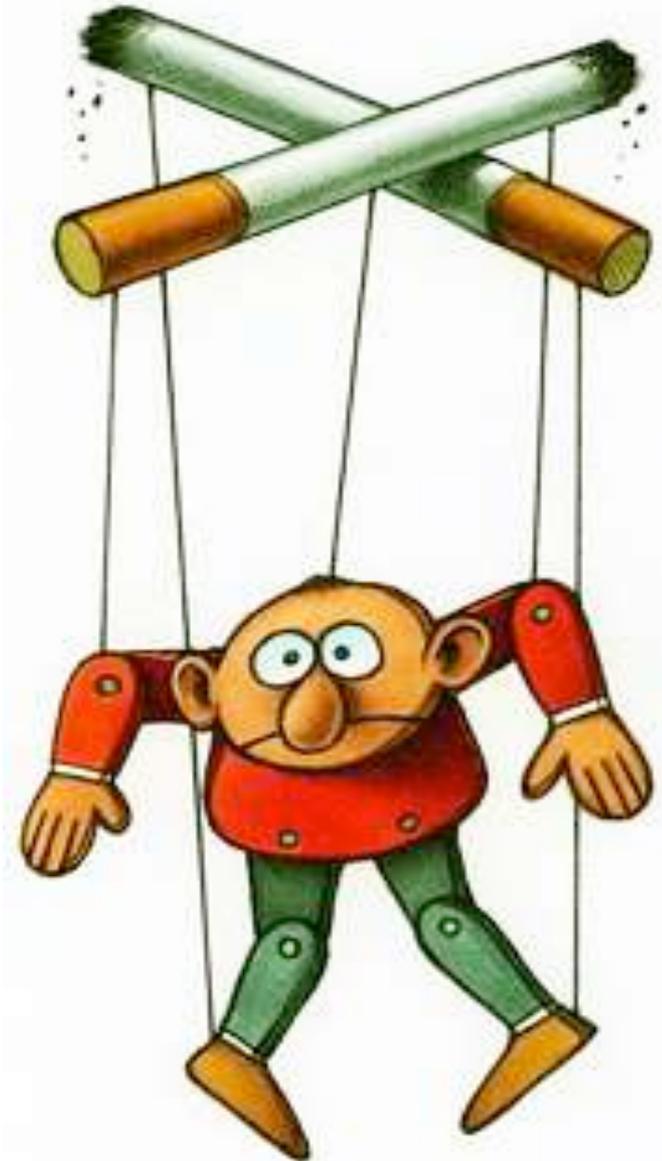
SS/sp

A handwritten signature in black ink, which appears to read 'Sylvester Stallone'. The signature is written in a cursive, stylized font and is positioned to the right of the typed name.

**quando  
l'uso  
diventa  
dipen-  
denza?**



**Già dopo pochi mesi (fumo ed eroina sono le droghe che più rapidamente danno tossicodipendenza!)**



'YOU'RE WELCOME SON'

# Giovani, alcol e fumo



## Alcol

**Rischi  
immediati**

**Dipendenza  
tardiva**



## Tabacco

**Dipendenza  
rapida**

**Rischi  
tardivi**

# Apparenti effetti positivi del fumo

**I fumatori sanno che fa male, ma notano anche alcuni importanti vantaggi:**

**Il fumo mi aiuta a concentrarmi**

**Il fumo mi rilassa quando sono teso**



**Il fumo mi aiuta a non ingrassare**

**Se fumo sono più socievole e meno irritabile**

IT'S A PSYCHOLOGICAL FACT: PLEASURE HELPS YOUR DISPOSITION



*How's your disposition today?*

EVER FEEL LIKE SQUAWKING? That's only human when little annoyances peck at you. But remember this psychological fact: pleasure helps your disposition. Everyday pleasures, like smoking for instance, are important. So if you're a smoker, you're wise to choose the cigarette that gives the most pleasure. And that's Camel!

For more pure  
pleasure... have a  
**Camel**

"They've got what it takes!"  
*Clare L. Channault*  
Major General (Ret.) USAF



LOOK MAGAZINE

December 13, 1955

IT'S A PSYCHOLOGICAL FACT: PLEASURE HELPS YOUR DISPOSITION



*How's your disposition today?*

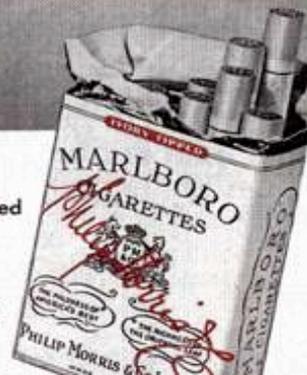
EVER FEEL LIKE SQUAWKING when the delivery man forgets the sugar? It's only human when you're irked by little annoyances like this. But — it's a psychological fact that pleasure helps your disposition! That means everyday pleasures are important. So, if you're a smoker, you should choose the cigarette that gives you the most pleasure. And that means Camels — America's most popular cigarette.

Before you scold me, Mom...  
maybe you'd better light up a  
**Marlboro**



Yes, you need  
never feel  
over-smoked

... that's the Miracle  
of Marlboro!



# In realtà sono vantaggi solo apparenti

## Infatti

- Il fumo aiuta a concentrarmi perché combatte le tipiche difficoltà di concentrazione causate dall'astinenza da nicotina
- Il fumo mi rilassa, perché combatte la tensione legata all'astinenza (da nicotina e da gesti)
- Il fumo mi aiuta a non ingrassare, perché l'astinenza (da nicotina e da gestualità orale) porta a sostituire la sigaretta con il cibo
- Se fumo sono più socievole e meno irritabile, perché l'astinenza rende irrequieti ed irritabili



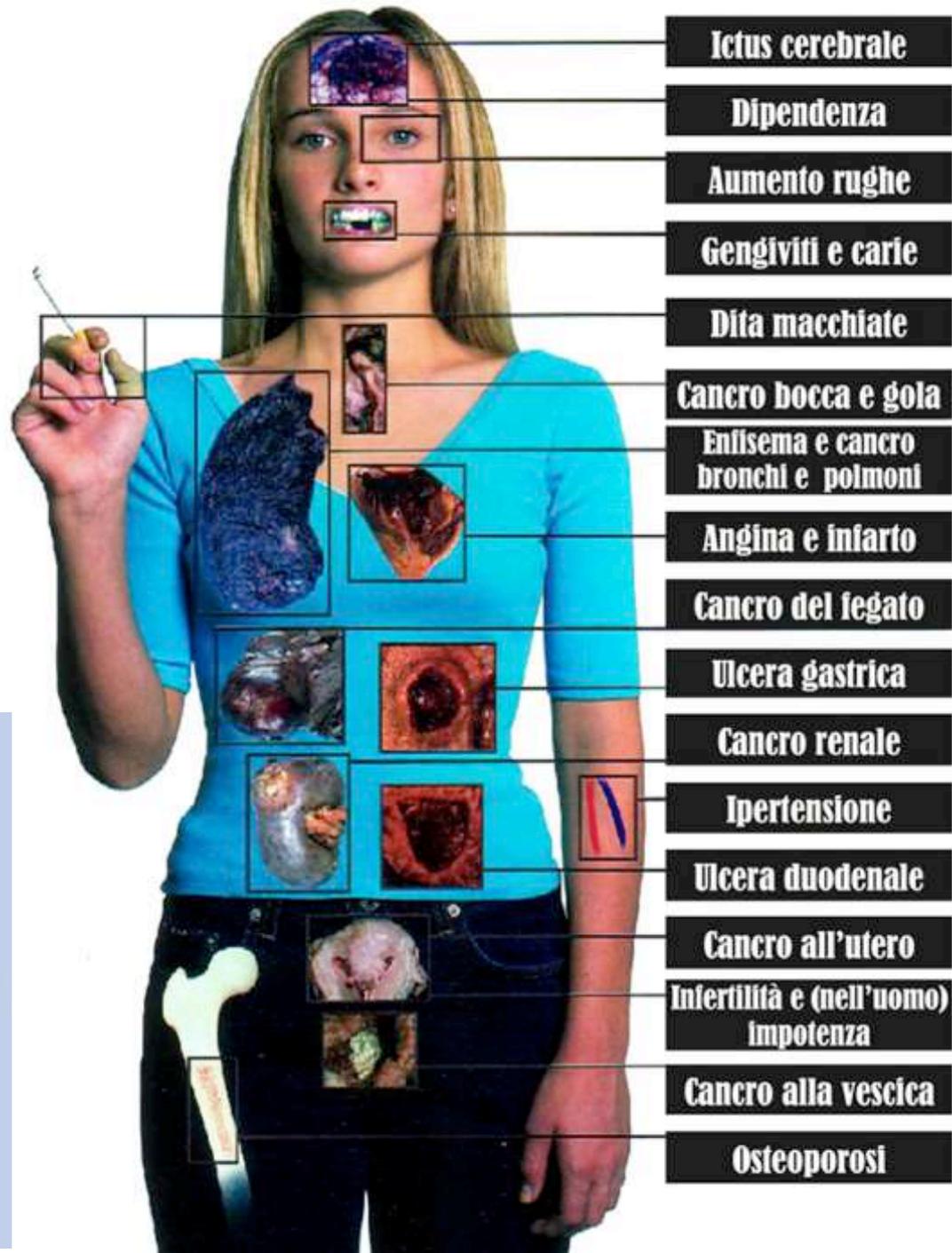
*A lungo termine, tutti i vantaggi del fumo si riducono ad evitare il disagio dell'astinenza (il fumo quindi cura i sintomi che esso causa)!*

*Però l'astinenza è aspecifica (nervosismo, irritabilità, ecc.), molto duratura (5-6 mesi), e il fumatore finisce con il credere che è la sigaretta a farlo stare bene, e non la sua mancanza a farlo stare male.*



***Quindi iniziare a  
fumare e poi  
trarne piacere è  
come farsi  
venire il prurito  
per avere poi il  
piacere di  
grattarsi...***

# Fumo e malattie



## Tumori

85% polmonari  
50% vescica

## BPCO

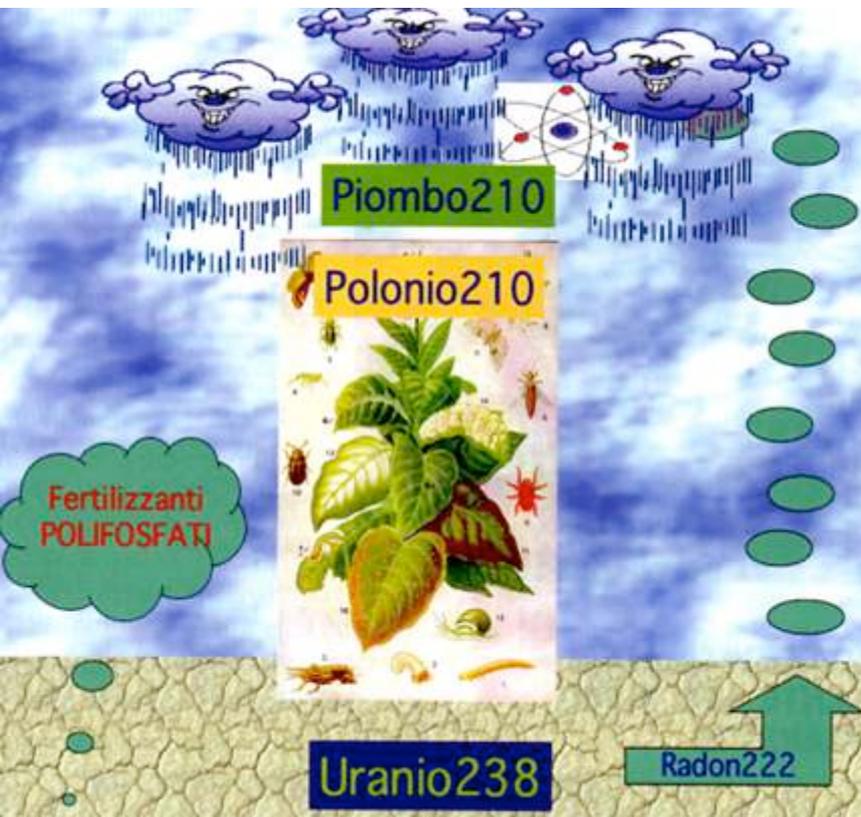
85%

## Malattie cardiovascolari

35% infarto

Ogni sigaretta fumata accorcia  
la vita del fumatore di **8 minuti**

# Principali componenti del fumo e conseguenze sulla salute



## Monossido di carbonio

- Sangue meno ossigenato
- Minor nutrimento per i tessuti
- Aumento rischio di infarto
- Caduta dei capelli
- Invecchiamento precoce
- Ridotta capacità respiratoria
- Ridotto rendimento muscolare
- Ingiallimento della pelle

## Nicotina

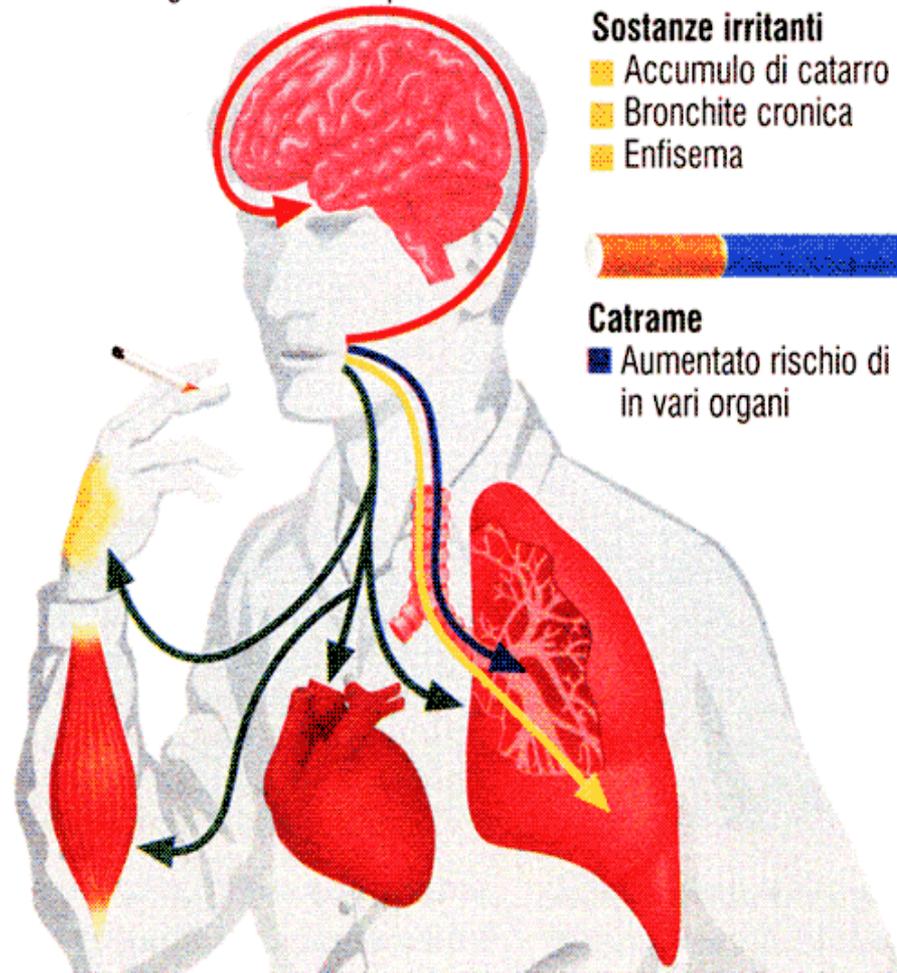
- Sistema Nervoso
- Dipendenza
- Aumento frequenza cardiaca
- Aumento pressione arteriosa
- Aumento rischio infarto e ictus

## Sostanze irritanti

- Accumulo di catarro nei bronchi
- Bronchite cronica
- Enfisema

## Catrame

- Aumentato rischio di cancro in vari organi



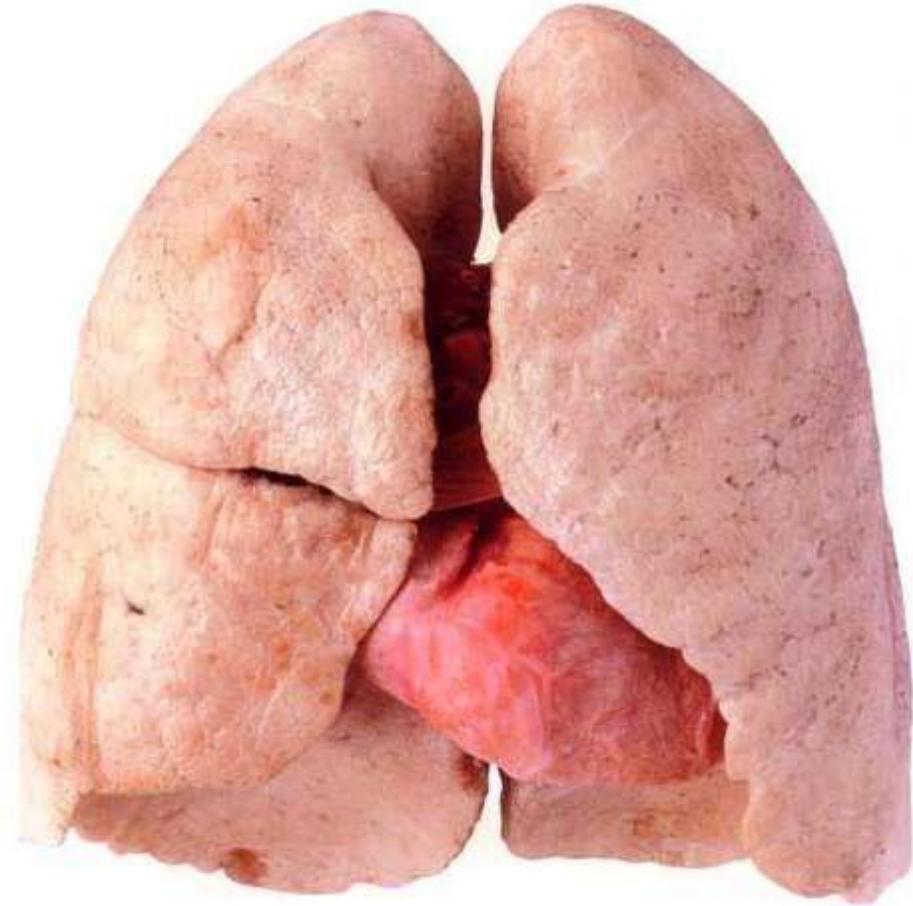
# RISCHIO RELATIVO

(NON ESPOSTO =1)

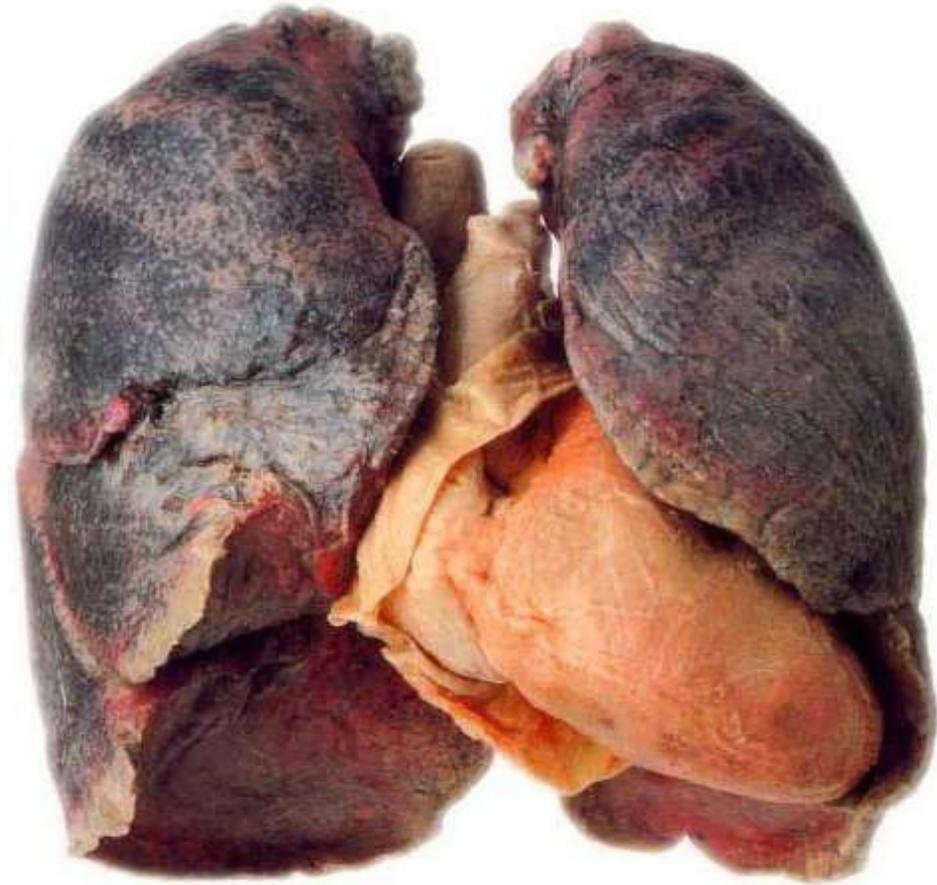
Cancro del polmone	17,2
Cancro vie aeree superiori	15,0
Cancro vescica e vie urinarie	2,7
Cancro pancreas	2,2
Cancro esofago	10,0
Cancro rene	2,2
Cancro cervice uterina	2,0
Cardiopatia ischemica	1,9
Aneurisma aorta	4,4
Ischemia cerebrale	2,0
Arteriopatie periferiche	2,0
Ulcera gastroduodenale	3,8
Morbo di Crohn	2,1
BPCO	10,1



# **Catrame: accumulo nel tessuto polmonare**

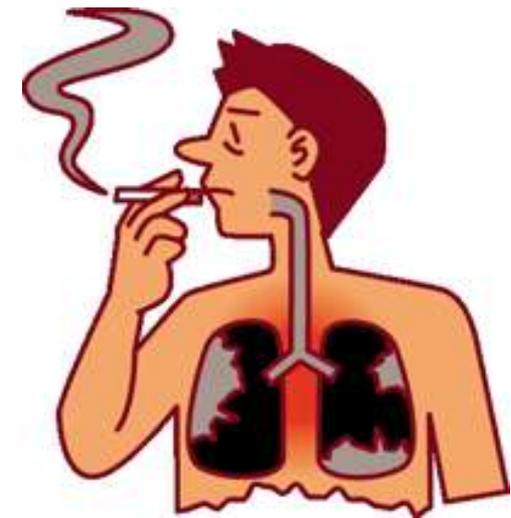


**Soggetto non fumatore**



**Soggetto forte fumatore**

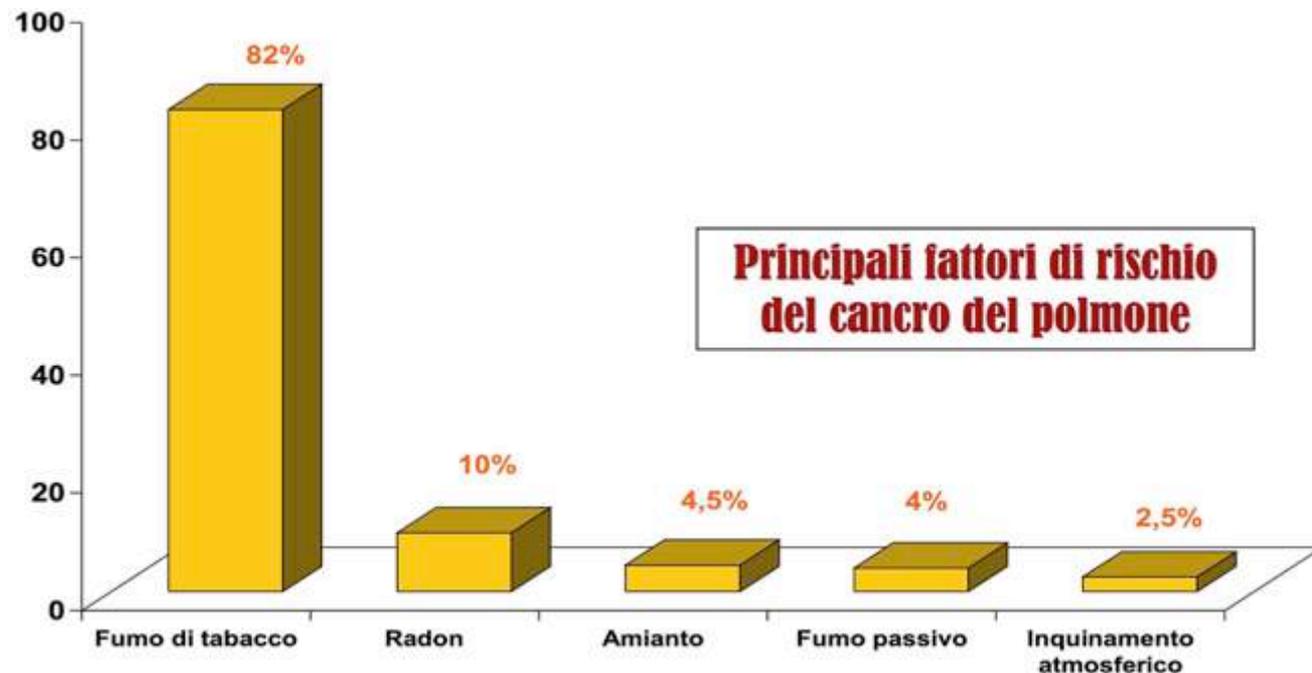
**Il cancro del polmone era una malattia rara fino a 50 anni fa. Oggi è il più frequente negli uomini e cresce rapidamente fra le donne. In più dell' 80% dei casi è causato dal fumo (attivo o talvolta passivo).**



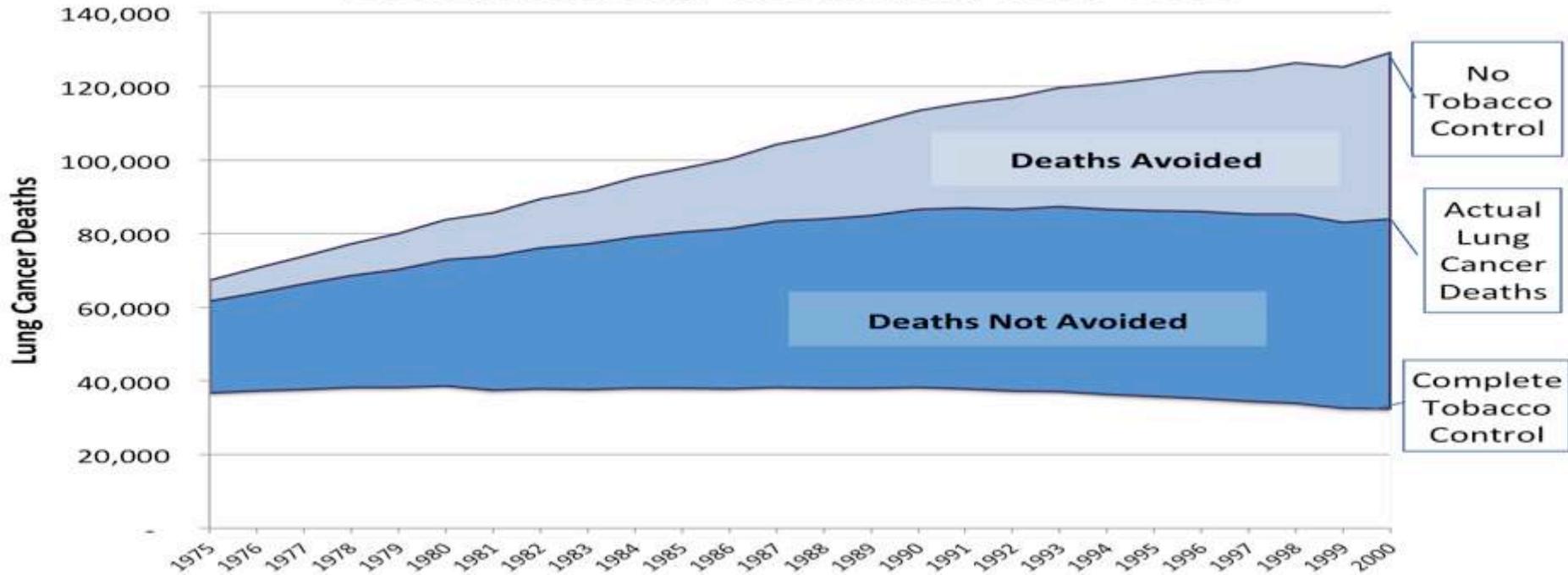
**Il rischio cresce con il numero di sigarette, senza una soglia (anche una sola aumenta, anche se di poco, il rischio): con 10 sigarette aumenta di circa 10 volte, con 20 di 13 volte, con 30 di 20.**

**Il rischio aumenta con la precocità dell' inizio e con la durata dell' abuso (danno cumulato).**

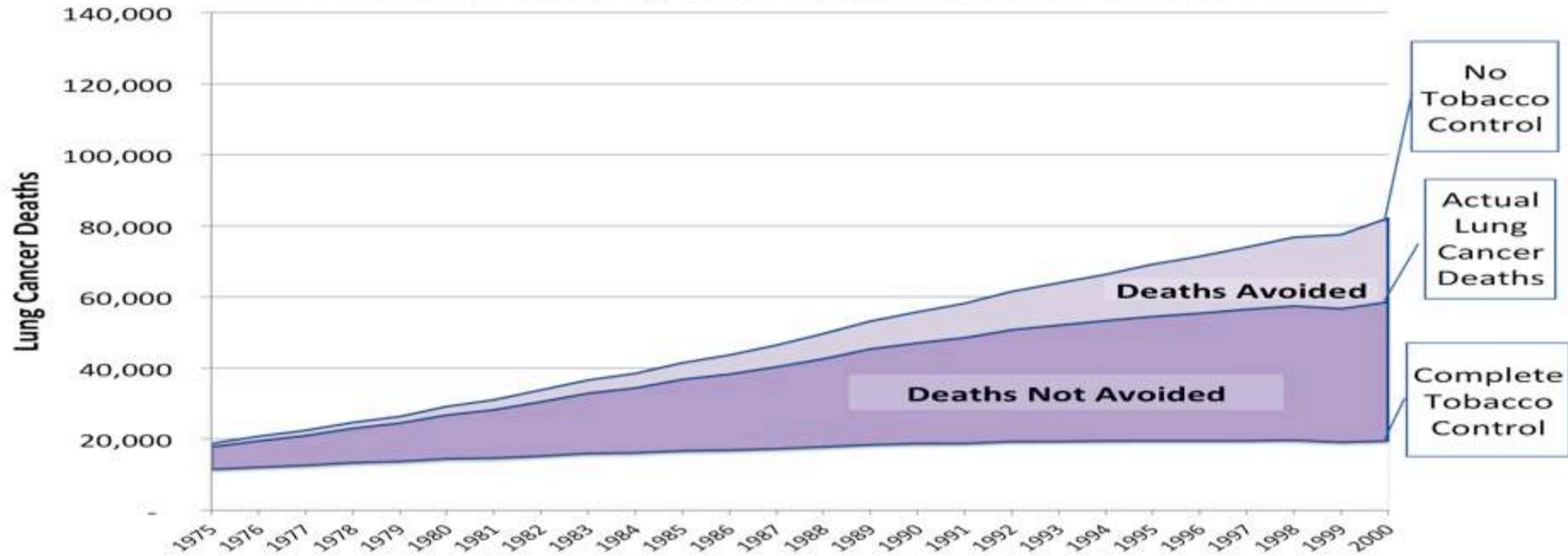
**Con la cessazione il rischio lentamente si riduce, e dopo 10 anni è solo di poco superiore a quello di chi non ha mai fumato.**



# Deaths Among U.S. Males, 1975-2000



# Deaths Among U.S. Females, 1975-2000



## Fumo, nel 2010 sei milioni di morti

I dati del terzo rapporto *Tobacco Atlas (2008)*: il prossimo anno, per le malattie legate al fumo, moriranno 11 persone al minuto. Con danni superiori ai 500 miliardi di dollari. Tra le cause di morte principali cancro, enfisema e malattie cardiocircolatorie.



*Mortalità cumulativa 2005-2030. Totale 175 milioni in 25 anni*

**WEAPONS OF MASS DESTRUCTION**



**5 Million Deaths Each Year.**

[buttout.com](http://buttout.com)

**VIA COM**

New Albany, Indiana

# ***Tumori della bocca e delle prime vie aeree***

**Anche questi vengono quasi solo ai fumatori (15 volte di più)**

**Molto più frequenti in chi esagera anche con l'alcol.**

**Chi fuma farebbe bene a fare frequenti controlli ORL.**

**E' però bene che si controlli anche chi smette di fumare, sia subito, che nei primi 5 anni (accordo fra DDD e ORL)**



# Malattie dell' apparato cardiocircolatorio

Sono la più frequente causa di morte da fumo.

I principali motivi sono:



*Specifico effetto diretto della nicotina sulla parete dei vasi, che causa aterosclerosi, anche con poche sigarette/die.*

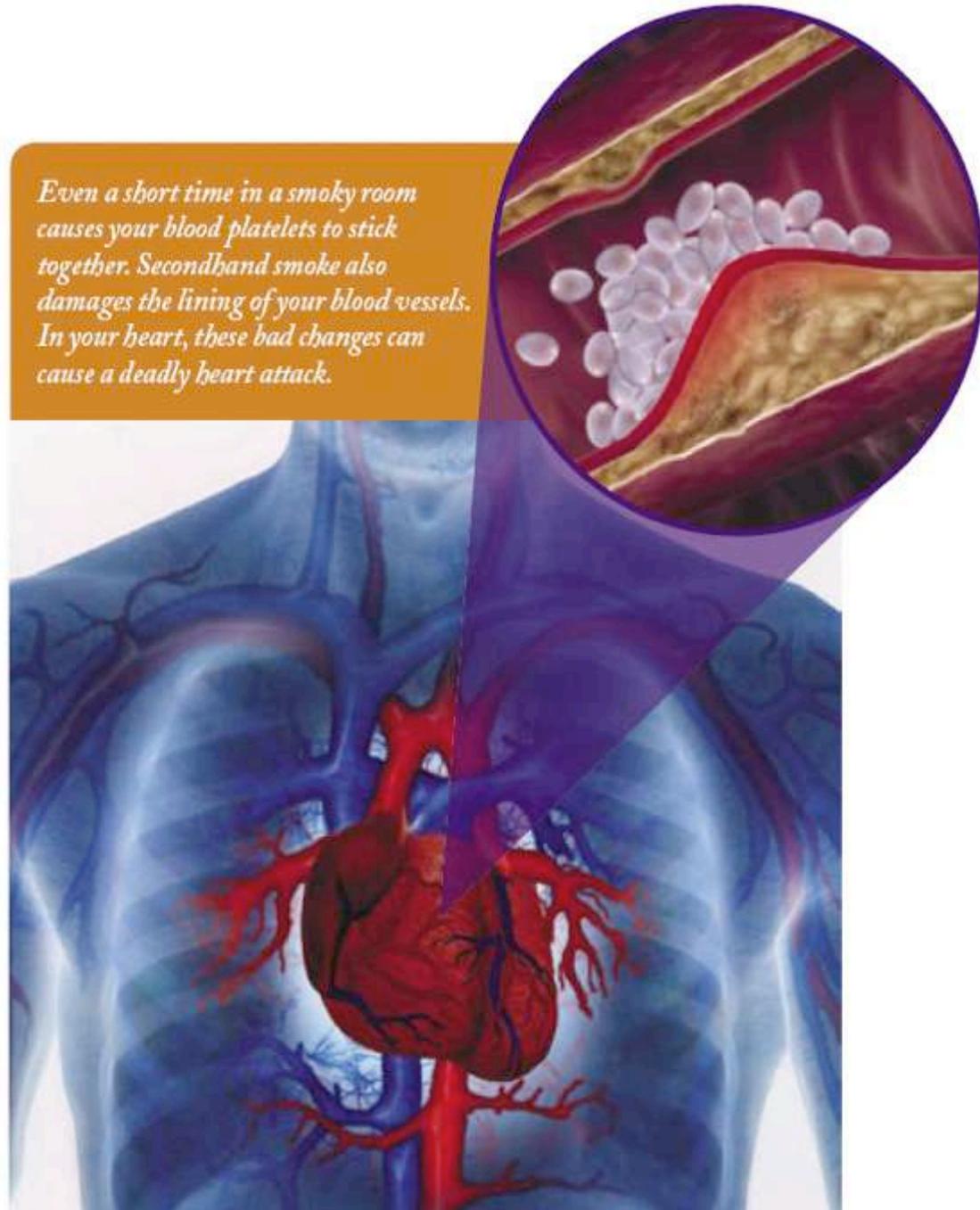
*L'ossido di carbonio riduce la capacità del sangue di portare ossigeno ai tessuti.*

*La nicotina causa ipertensione e tachicardia, che sovraccaricano il cuore e danneggiano le arterie.*

# Fumo e aterosclerosi

Si evidenziano  
alterazioni  
endoteliali e  
piastriniche per  
esposizione  
anche di breve  
durata (30' )

*Even a short time in a smoky room causes your blood platelets to stick together. Secondhand smoke also damages the lining of your blood vessels. In your heart, these bad changes can cause a deadly heart attack.*



# Rischio cardiaco

**Mortalità per infarto cardiaco  
ogni 100.000 maschi fumatori**

**Numero di sigarette fumate al giorno**

nessuna

1-14

15-24

25 o più

Sotto i 45 anni

7

46

61

104

Fra 45 e 54 anni

118

220

368

393

Fra 55 e 64 anni

531

742

819

1025

*Il rischio si moltiplica se si somma a  
ipertensione, ipercolesterolemia, diabete.*

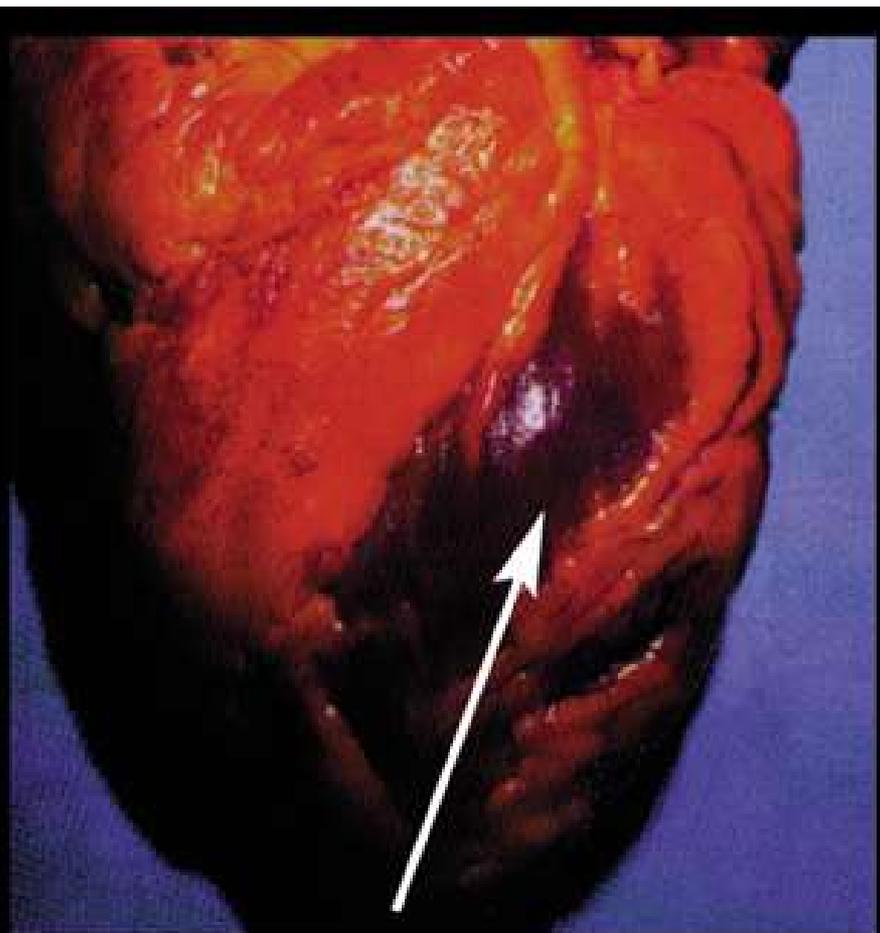
*Sigarette con filtro o senza sono egualmente  
pericolose.*

*Il rischio si innalza già con poche sigarette.*

*L'interruzione riduce gradualmente il rischio,  
anche dopo molti anni di tabagismo.*

**Nicotina: effetto vasocostrittore**

Termografia della mani prima e dopo aver fumato una sigaretta



damaged heart muscle — result of clogged artery

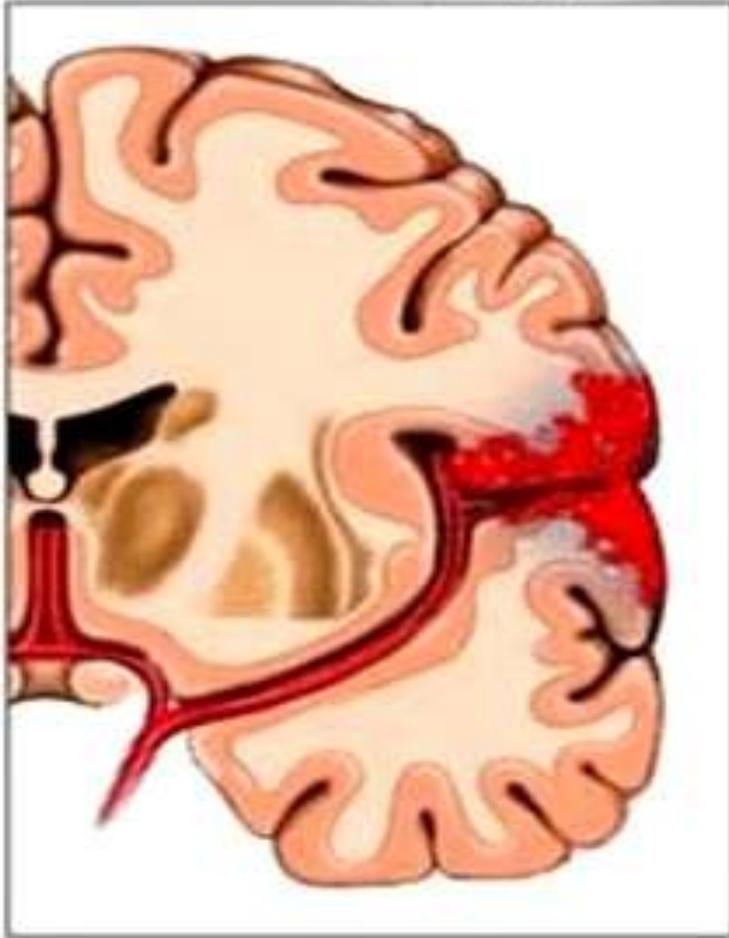


**Arteriopatia  
obliterante  
arti inferiori  
(morbo di  
Buerger)**



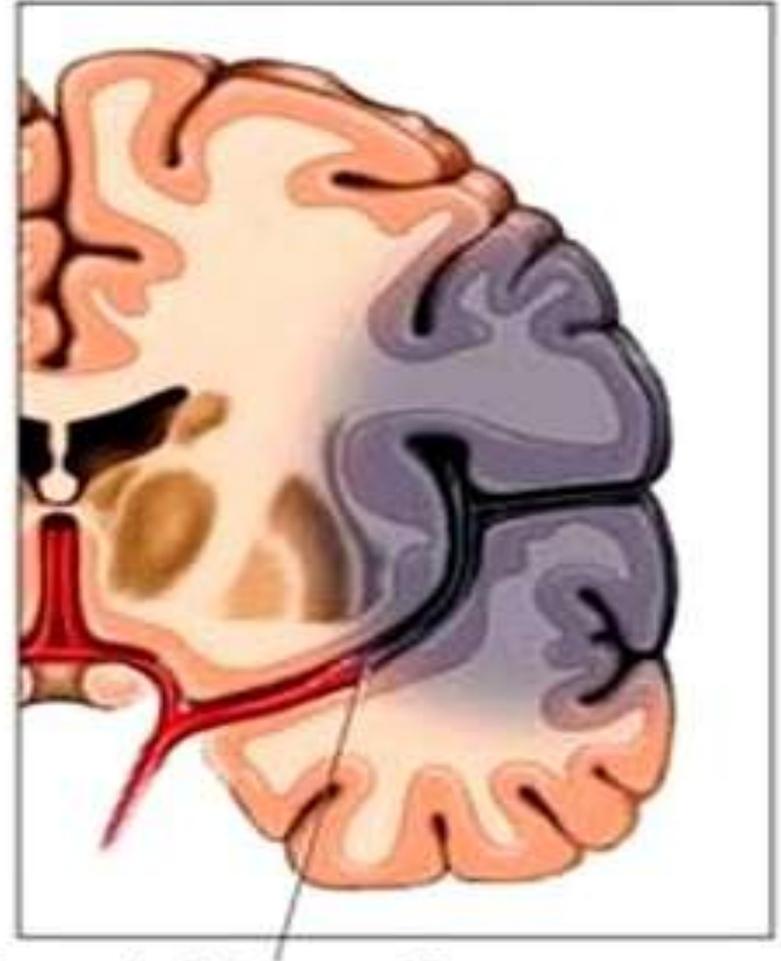
# Ictus cerebrale emorragico o ischemico

**Ictus emorragico**



**Emorragia/perdite di  
sangue nel cervello**

**Ictus ischemico**

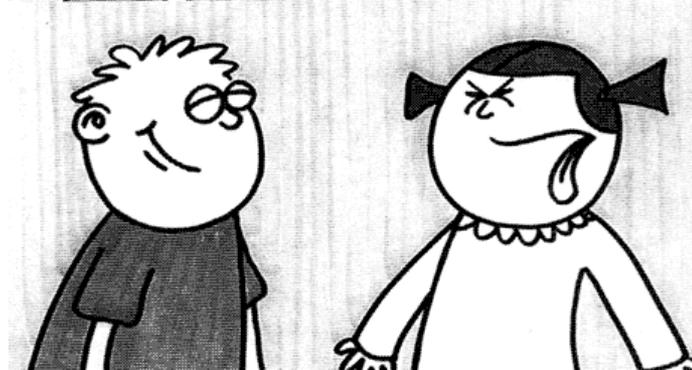
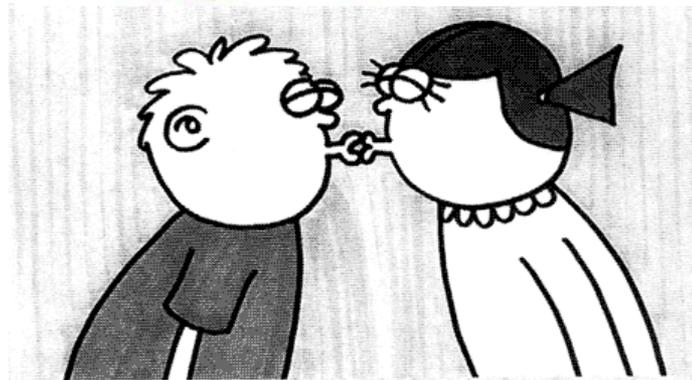


**Coagulo blocca afflusso  
di sangue ad una area cerebrale**

# Broncopneumopatia cronica ostruttiva (bronchite cronica, asma, enfisema)



**Fumo:  
altri  
piccoli  
inconve  
nienti**



# *Il fumo e la pelle*



Smoking causes  
ageing of the skin



**Il fumo invecchia notevolmente i tessuti e favorisce la formazione di rughe. Le signore nelle foto sono gemelle monovulari, una delle quali non ha mai fumato ed una è una forte fumatrice. L'età reale è la stessa, quella apparente diverge di circa 10 anni**



# Fumo e problemi sessuali



Smoking can **damage the sperm** and **decreases fertility**



**WARNING**  
**TOBACCO USE**  
**CAN MAKE YOU**  
**IMPOTENT**

Cigarettes may cause sexual impotence due to decreased blood flow to the penis. This can prevent you from having an erection.

# Fumo e riduzione resistenza fisica

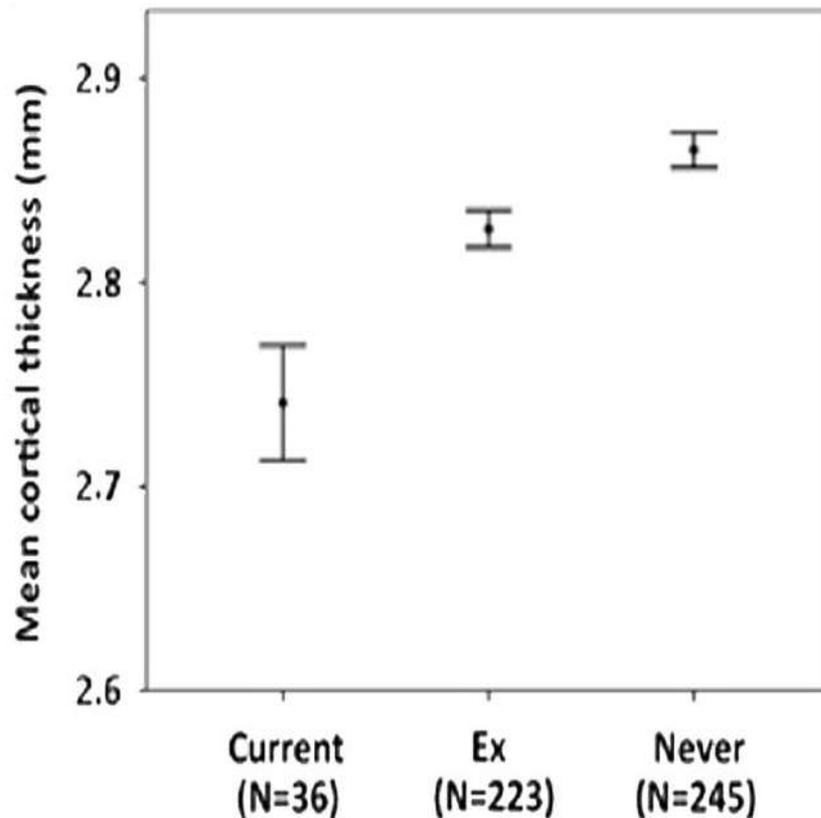
**Mentre buona parte dei danni da fumo compare solo dopo molti anni, il calo della resistenza fisica (legato al monossido di carbonio che limita il trasporto dell'ossigeno) è immediato, così come è immediato un recupero energetico alla cessazione del fumo**



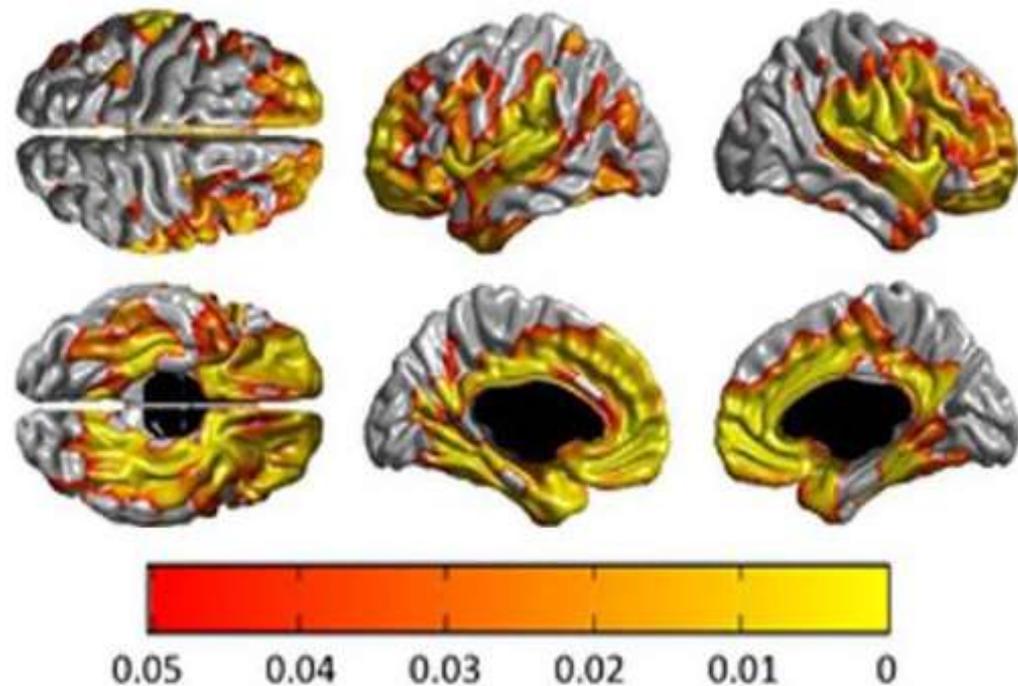
# Fumo e corteccia cerebrale

Evidenze riduzione spessore corteccia nei fumatori

Smoking and Mean Cortical Thickness



Cortex Thickness: Ex-smokers vs. Smokers



**NEW**

**SPECIAL  
LIGHTS**



*This One's Something Special*

SURGEON GENERAL'S WARNING: Smoking Causes Lung Cancer, Heart Disease, Emphysema, And May Complicate Pregnancy.

© 1988 R.J. REYNOLDS TOBACCO CO.

11 mg. "tar", 0.9 mg. nicotine av. per cigarette by FTC method.

*Joe*

## Sigarette normali e "leggere"

Le sigarette a basso contenuto di nicotina e catrame sono in teoria meno tossiche, ma per motivi psicologici ("tanto sono leggere"), neurochimici (se cerco l'effetto della nicotina devo per forza fumarne di più), e "gustativi" (le sigarette con meno catrame sono anche meno "saporite") inducono:

*a fumare di più*

*a inalare più profondamente il fumo  
a fare boccate più frequenti e lunghe*

Risolvere il problema del fumo usando sigarette "leggere" è illusorio come curare l'alcolismo bevendo birra

# SNUS (o SNUFF)

**Prodotto in Svezia e Norvegia e in progressiva diffusione nel resto d'Europa, deriva dal vecchio tabacco da masticare.**

**E' confezionato in bustine (tipo bustine per il tè), da tenere fra guancia e gengiva.**



**E' una modalità diffusa soprattutto fra gli sportivi (per avere gli effetti della nicotina senza problemi di ossigenazione) ma anche fra altre persone per poter assumere nicotina con meno rischi.**

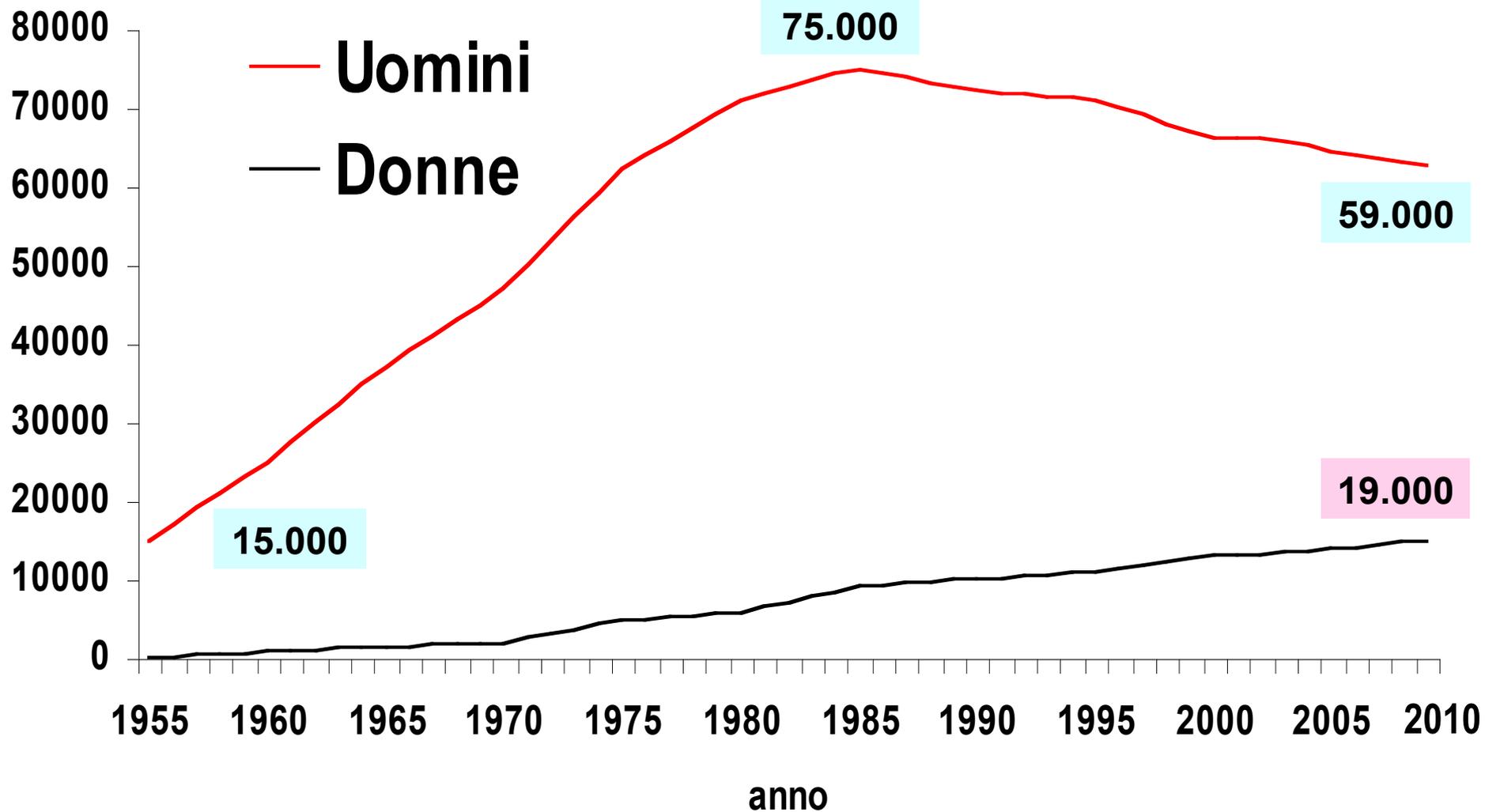
**Presenta comunque rischi cardiovascolari, tumori al cavo orale, danni a denti e gengive, instaurazione di dipendenza psicofisica, ma nel complesso è molto meno tossico del normale fumo di sigarette.**

# Fumo e mortalità

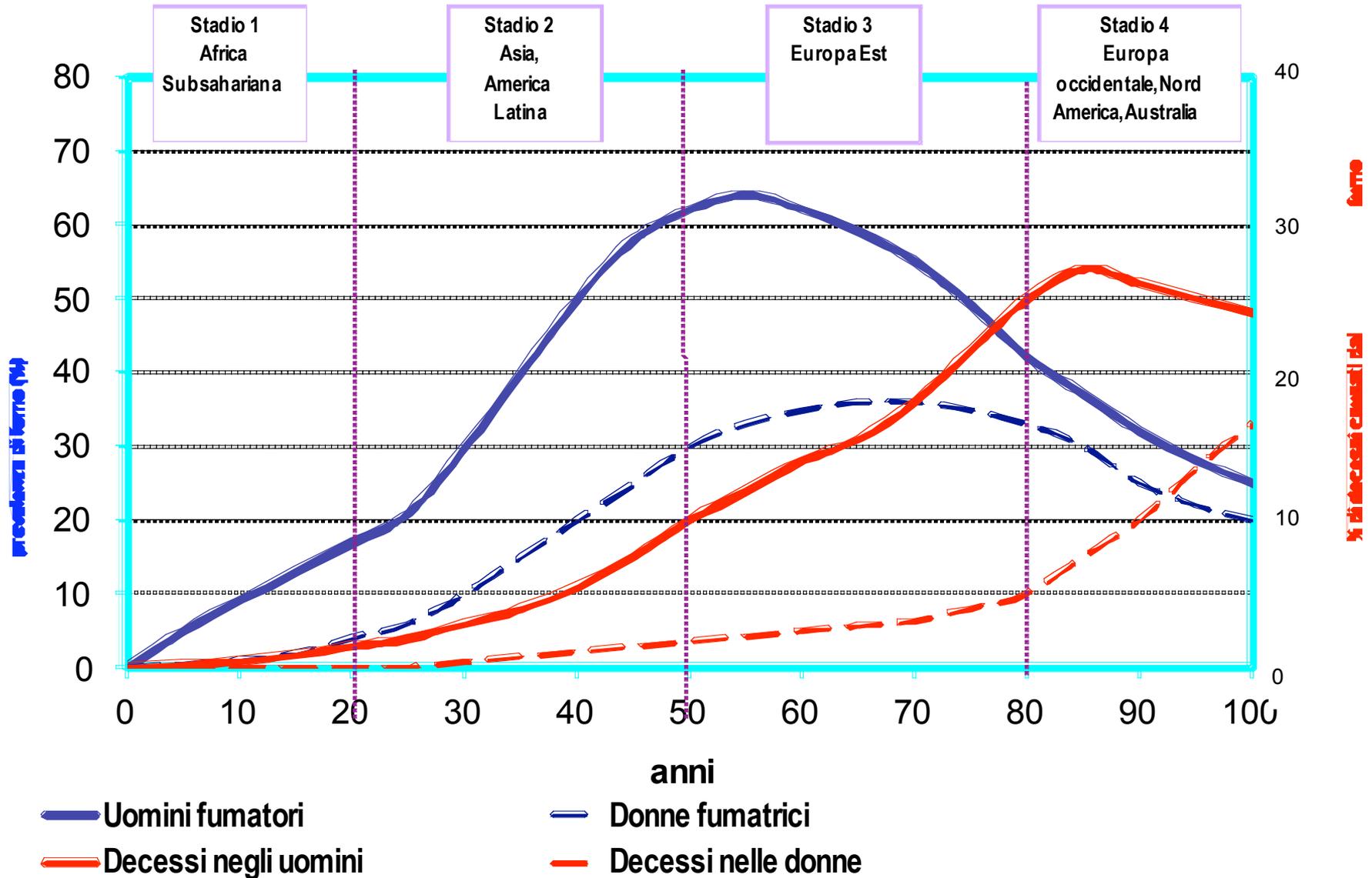


**Il fumo è un  
eccellente  
tecnica di  
suicidio lento.  
Bisogna  
impegnarsi per  
diversi decenni,  
ma le possibilità  
di successo sono  
decisamente  
elevate**

# Mortalità attribuibile al tabacco in Italia



# Tendenze temporali



**“La sigaretta è  
l’ unico prodotto di  
consumo che,  
adoperato come  
previsto dal  
fabbricante,  
ammazza metà dei  
suoi consumatori  
abituati”**

*Dr. Gro Harlem Brundtland,  
Direttore generale OMS. (2000)*



# Il problema del fumo passivo





# Le vittime del fumo passivo

(dati riferiti all' Italia - Forastiere et al. 2001)



**Decessi di non fumatori causati dal fumo del coniuge**

**Per tumore polmonare**

**221 morti**

**Per malattie ischemiche del cuore**

**1.896 morti**

# Stima decessi per fumo passivo in Italia

ca. 10.000 morti anno:  
800 per tumore polmonare  
9.000 per cardiopatia  
ischemica



**Do not smoke in cars**

## I numeri del fumo passivo in Italia

15 milioni  
i fumatori passivi

26,5%  
della popolazione

### DEGLI UNDER 14

50%  
oltre 4 milioni, vive  
con almeno un fumatore

di questi

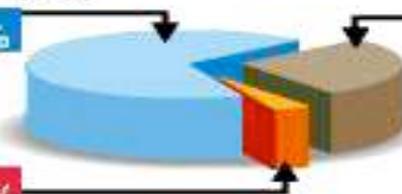
è esposto al fumo  
di una persona

vive con due  
fumatori

68,2%

con tre  
o più

3,6%



### I MORTI PER FUMO

90.000  
per fumo  
attivo

10.000  
per fumo  
passivo

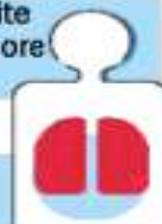


### LE MALATTIE

35.000  
le persone colpite  
ogni anno da tumore  
al polmone

di esse

4.000  
non hanno  
mai fumato



### IL RISCHIO DI CANCRO

Con coniuge fumatore

30%



Uomini

20%

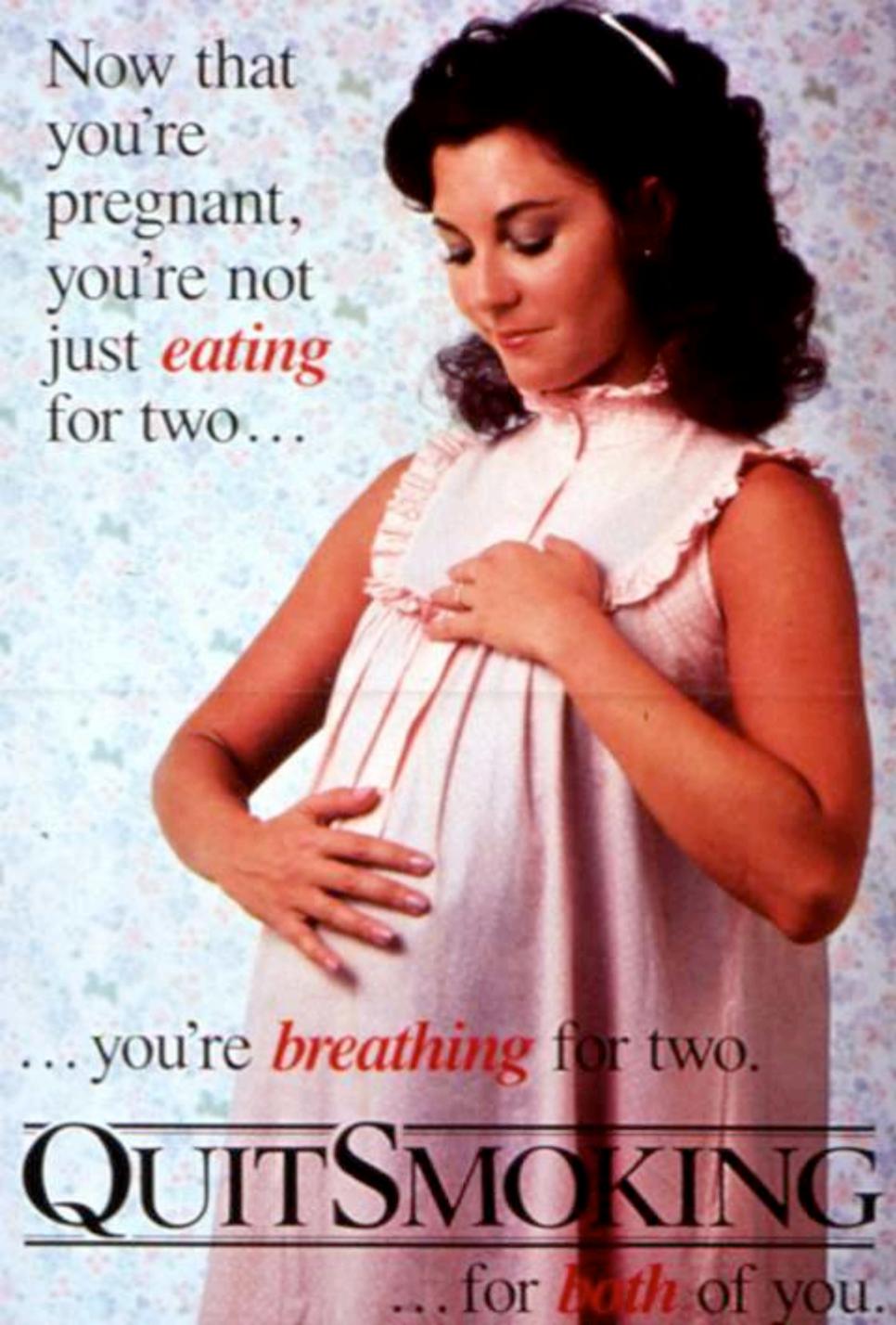


Donne

Sul posto  
di lavoro

16-19%





Now that  
you're  
pregnant,  
you're not  
just *eating*  
for two...

*Conseguenze del fumo in gravidanza:*

## **Basso peso alla nascita**

(raddoppia come frequenza nelle donne che fumano più di 11 sigarette al giorno rispetto a quelle che non hanno mai fumato).

Legato al passaggio transplacentare della nicotina e del monossido di carbonio. La prima è responsabile di una riduzione del flusso ematico placentare, e il secondo di una riduzione della saturazione di ossigeno.

Inoltre:

aumento rischio di **aborto spontaneo**

aumento rischio di **mortalità neonatale**,  
aumento rischio di **“morte bianca”**

aumento rischio di **malattie delle vie respiratorie inferiori** e di riduzione della crescita della funzionalità respiratoria.

**deficit cognitivi e di rendimento**

**QUITSMOKING**

... for *both* of you.

# Fumo di prima, seconda e terza mano



## **FUMO DI "PRIMA MANO"**

Fumo inalato direttamente da un fumatore.



## **FUMO DI "SECONDA MANO"**

Fumo inalato da chi è vicino ad un fumatore.



## **FUMO DI "TERZA MANO"**

Residui tossici di fumo su vestiti e tessuti che vengono rilasciati nell'ambiente anche a sigarette spente.

# Tabagismo: impatto sul terzo mondo



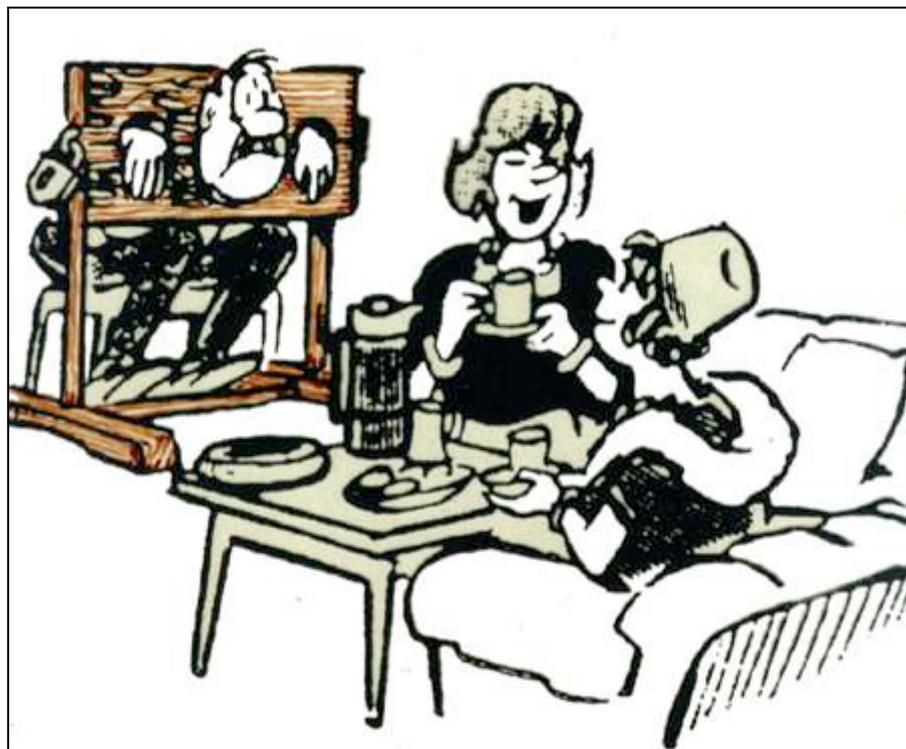
**Su economie povere, con redditi individuali al limite della sussistenza, la dipendenza da fumo non è solo tossica, ma può fare la differenza fra patire o non patire la fame.**

# Quanto ti costa fumare?



Un  
pacchetto  
al giorno  
per 35  
anni: circa  
**50.000**  
**euro**  
solo per  
l'acquisto!

# Smettere di fumare



Sta cercando di smettere di fumare!





# *I vantaggi della cessazione*

## *A breve termine:*

*Spariscono gli effetti delle nicotina sulla pressione e sul ritmo cardiaco*

*Sparisce l'ossido di carbonio dal sangue (tessuti più ossigenati, meno affaticabilità)*

*Riduzione del rischio di infarto miocardico*

*Normalizzazione temperatura cutanea di mani e piedi*

*Miglioramento di gusto e olfatto, bocca più fresca, riduzione-scomparsa della tosse*

*Senso di miglior benessere psicofisico generale*

## *A lungo termine (dopo 5-10 anni)*

*Normalizzazione rischio malattie cardiovascolari*

*Riduzione e (dopo 10 anni) normalizzazione del rischio di tumori*

*Normalizzazione del rischio complessivo di mortalità da fumo*

*Inoltre, è un bel risparmio*



**Dopo 20-30 minuti:** si abbassa la pressione e rallentano le pulsazioni. Le mani e i piedi iniziano a riscaldarsi.

**Dopo 8 ore:** si abbassano i livelli di monossido di carbonio nel sangue mentre si alzano quelli dell'ossigeno.

**Dopo 48 ore:** si acquiscono i sensi dell'olfatto e del gusto.

**Dopo 72 ore:** i bronchi si rilassano.

**Dalle 2 settimane ai 3 mesi dopo:** migliorano la circolazione, le funzioni respiratorie e la resistenza.

**Da un mese a 9 mesi dopo:** la tosse e la congestione nasale diminuiscono. I polmoni sono più puliti e diminuiscono le infezioni. Anche l'energia aumenta.

**Dopo un anno:** il rischio di soffrire di malattie cardiache si dimezza rispetto a quando si fumava abitualmente.

**Dopo 5 anni:** il rischio di essere colpiti da ictus è lo stesso che corre un non fumatore. Si dimezzano le possibilità di essere colpiti d

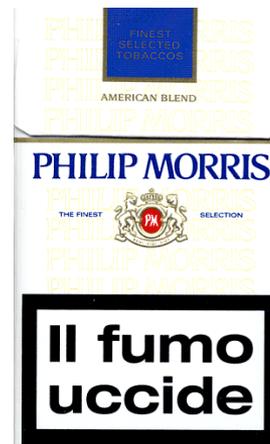
# Lotta al fumo: attività preventive



Le attività di prevenzione primaria purtroppo non sono molto efficaci, anche perché la dipendenza nasce di solito in un periodo, l'adolescenza, nel quale l'informazione sanitaria suscita pochissimo interesse.

**Informare sui danni è giusto, ma scarsamente utile.**

**Del resto basta vedere quanto sia diffuso il fumo anche fra gli informatissimi medici.**



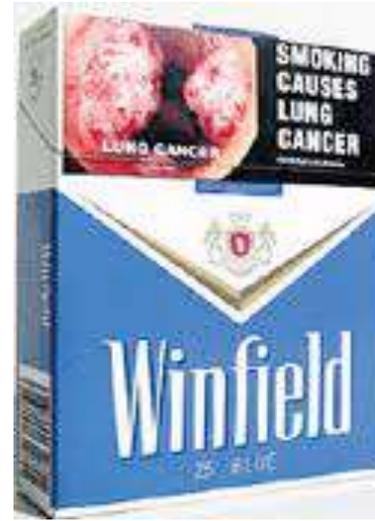
**Fumare provoca una morte lenta e dolorosa**

**Il fumo provoca cancro mortale ai polmoni**

# Pubblicità “contro”

*Immagini proposte per le confezioni di sigarette*

*“No brand cigarette”*



CIGARETTES

Brand



Smoking can cause a slow and painful death

CIGARETTES

Brand



Smoke contains benzene, nitrosamines, formaldehyde and hydrogen cyanide

CIGARETTES

Brand



Smoking is highly addictive, don't start

# Brasil 2012 - Mensaggi a "tutta scatola"

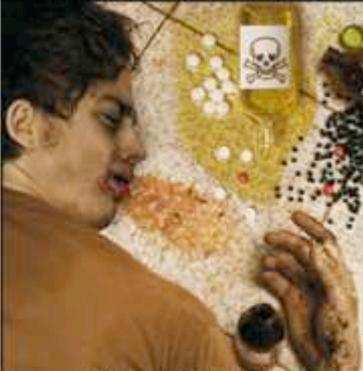
## VÍTIMA DESTE PRODUTO



O Ministério da Saúde adverte:  
Este produto intoxica a mãe e o bebê,  
causando parto prematuro e morte.

 **PARE DE FUMAR**  
DISQUE SAÚDE  
0800 61 1997

## PRODUTO TÓXICO



O Ministério da Saúde adverte:  
Este produto contém substâncias tóxicas que  
levam ao adoecimento e à morte.

 **PARE DE FUMAR**  
DISQUE SAÚDE  
0800 61 1997

## PERIGO



O Ministério da Saúde adverte:  
O risco de derrama cerebral é maior com  
o uso deste produto.

 **PARE DE FUMAR**  
DISQUE SAÚDE  
0800 61 1997

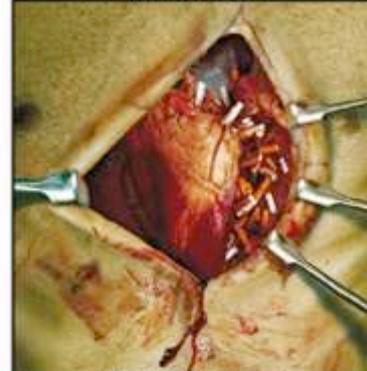
## MORTE



O Ministério da Saúde adverte:  
O uso deste produto leva à morte por  
câncer de pulmão e enfisema.

 **PARE DE FUMAR**  
DISQUE SAÚDE  
0800 61 1997

## INFARTO



O Ministério da Saúde adverte:  
O uso deste produto causa morte por doenças  
de coração.

 **PARE DE FUMAR**  
DISQUE SAÚDE  
0800 61 1997

## GANGRENA



O Ministério da Saúde adverte:  
O uso deste produto obstrui as artérias e  
dificulta a circulação do sangue.

 **PARE DE FUMAR**  
DISQUE SAÚDE  
0800 61 1997

## FUMAÇA TÓXICA



O Ministério da Saúde adverte:  
Respirar a fumaça deste produto causa  
pneumonia e bronquite.

 **PARE DE FUMAR**  
DISQUE SAÚDE  
0800 61 1997

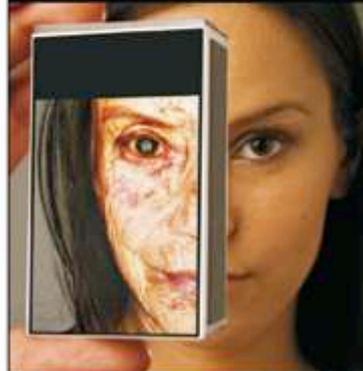
## SOFRIMENTO



O Ministério da Saúde adverte:  
A dependência da nicotina causa  
tristeza, dor e morte.

 **PARE DE FUMAR**  
DISQUE SAÚDE  
0800 61 1997

## HORROR



O Ministério da Saúde adverte:  
Este produto causa envelhecimento  
precoce da pele.

 **PARE DE FUMAR**  
DISQUE SAÚDE  
0800 61 1997

## IMPOTÊNCIA



O Ministério da Saúde adverte:  
O uso deste produto diminui, dificulta  
ou impede a ereção.

 **PARE DE FUMAR**  
DISQUE SAÚDE  
0800 61 1997

# Ma a tutto c'è rimedio...



**Smokover**  
la prima cover per il tuo pacchetto

per avere 10 nuove cover

iscriviti e scopri le future collezioni su [www.smokover.com](http://www.smokover.com)

scegli la smokover adatta al tuo pacchetto...

**"cover pacchetto rigido"**

compatibile con pacchetti standard da 20 - pocket standard - 100's

**"cover pacchetto morbido/sagomato"**

compatibile con pacchetti morbidi da 20 - morbido - sagomato

#smettidifumare  
#buonipropositi2017

Smokover.com

viviconstile

FILTER CIGARETTES



Marlboro

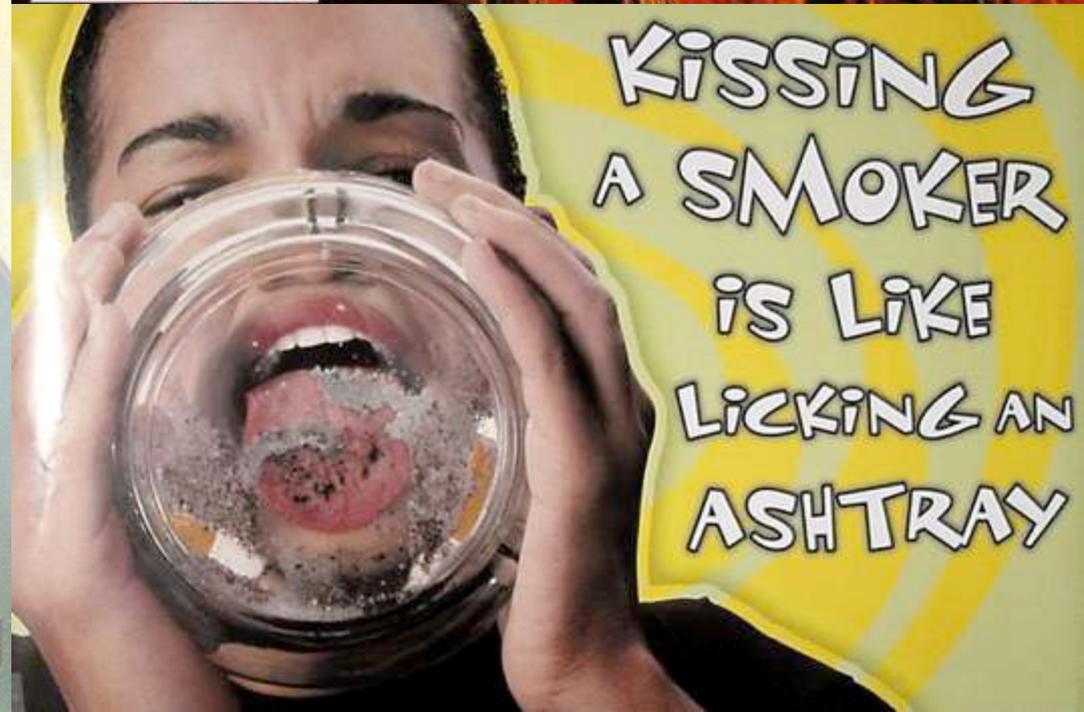
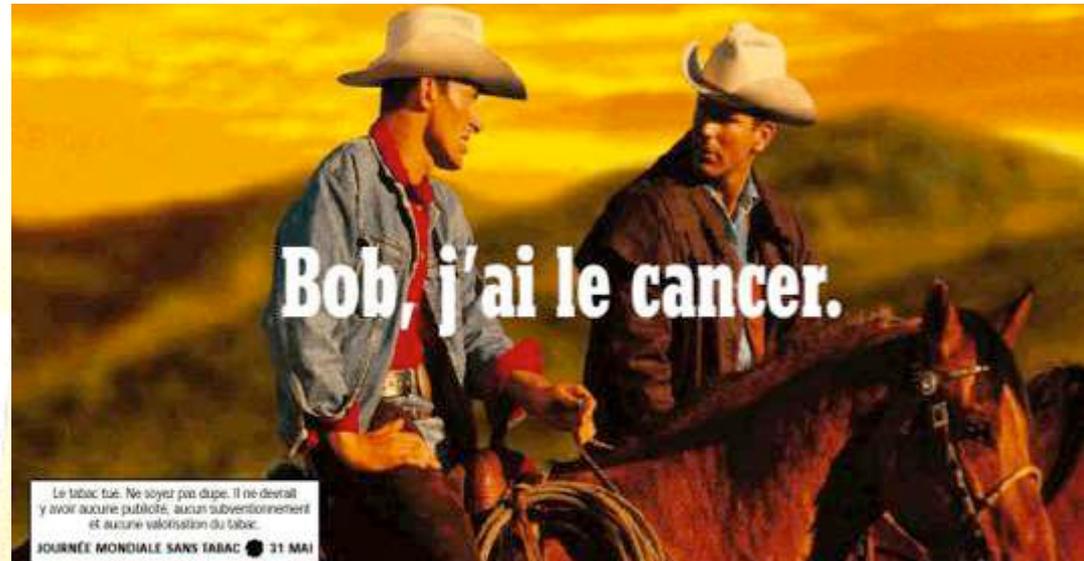
**MI HAI APPENA  
DATO  
3,30 EURO.  
GRAZIE**



***Magari  
questo è  
più  
efficace...***

*(nota: i pacchetti venduti in Italia  
sono più di 4 miliardi all'anno)*

# Publicità “contro”



*Più di tante prediche, è più utile far rispettare norme di corretta convivenza:*

## **1) Divieto del fumo nei locali pubblici e divieto di vendita ai minori**

**Nota: molto efficace nella riduzione del rischio di infarto nella popolazione**



## 2) Smoke free homes (case libere dal fumo)

- Health Smoke Free Homes Award
  - **Gold** (totally smoke-free)
  - **Silver** (not smoking in the presence of children, smoking limited to one well ventilated room)
  - **Bronze** (not smoking in the presence of children or other non-smokers)

**Smoke-free-home aumenta di 5 volte la probabilità di smettere di fumare** (Messer, AJPM, 2008)



every step  
you take to  
stop passive  
smoking  
protects a  
child from  
poisons that  
harm



car and home:  
smoke free  
zone

**For more information:**

Goulburn Valley Community Health  
Service  
58 233 200

Goulburn Valley Health -  
Health Promotion Officer  
58 322 322

Nathalia Community Health Service  
58 669 444

Numurkah Community Health  
58 620 560

Yarrawonga  
Community Health Service  
57 441 324

Talk to your Doctor or  
Maternal & Child Health Nurse

Talk to Quit 131 848  
Or visit the Quit website  
<http://www.quit.org.au>

Reproduced with permission from NSW Health. The EPS & Children Campaign is a collaborative project of NSW Health, The Cancer Council NSW, Tobacco NSW, The National Heart Foundation and Sibs and Kids NSW  
[www.smokefreezones.org.au](http://www.smokefreezones.org.au)



### 3) Scuole libere dal fumo





# WELCOME TO OUR TOBACCO FREE SCHOOL!

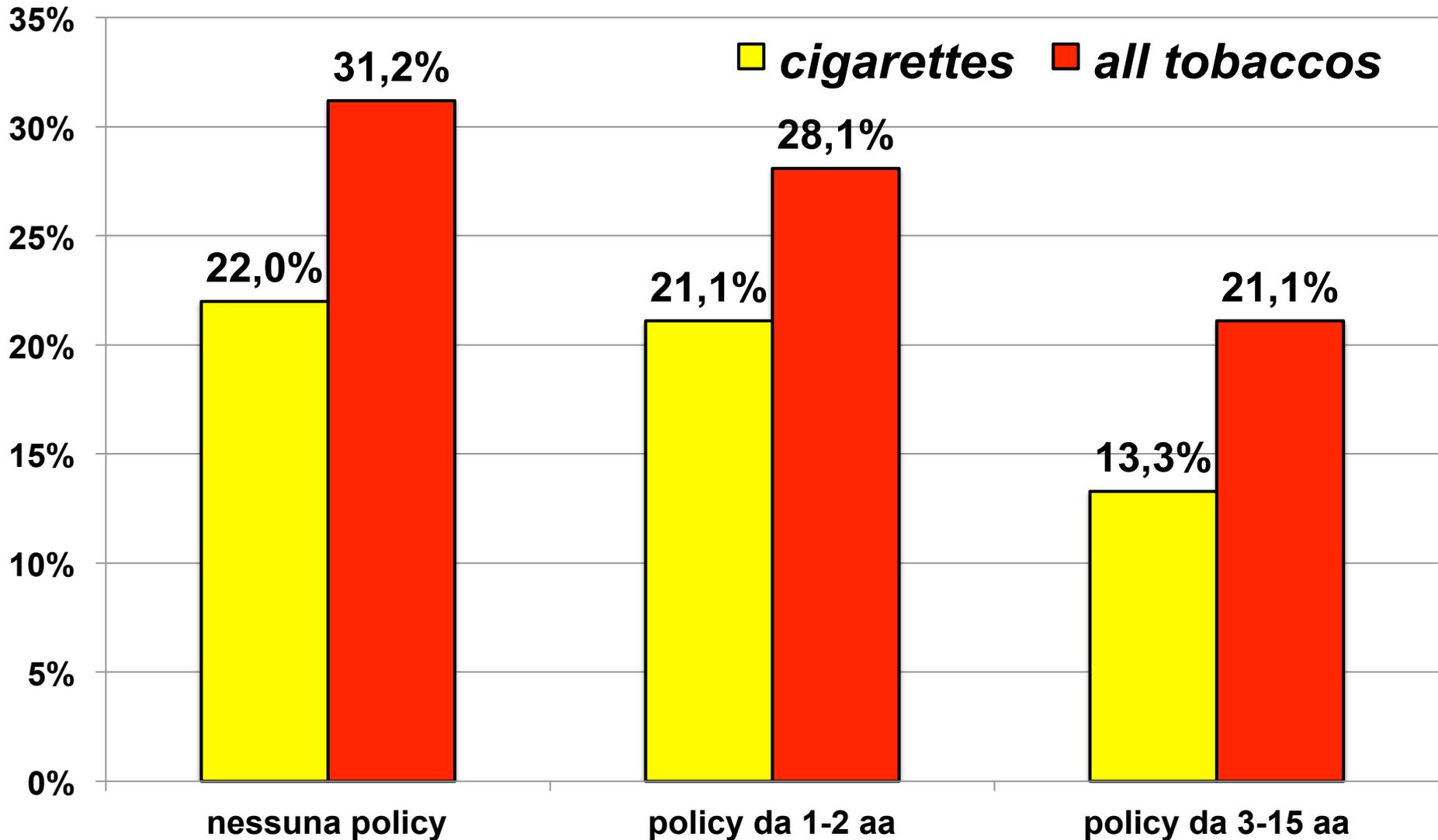
School policy prohibits the use of tobacco products:  
Everywhere. By everyone. At all times.

Thank you for your cooperation.

**Una survey in UK (2001) ha mostrato che nelle scuole dotate di policy scritte (che vietano il fumo di studenti, docenti e altri adulti in ogni spazio scolastico compreso l' esterno) la prevalenza di fumatori era in media il 9.5% (6.1%-12.9%), nelle scuole senza policy era in media il 30.1% (23.6%-36.6%)**

# Applicazione policy “scuola senza fumo”- risultati

(North Carolina Tobacco Survey 2005)



# DECRETO LEGGE N104/13

## “TUTELA SALUTE NELLE SCUOLE”

l' art 4 prevede disposizioni riguardanti:

a) l'estensione del divieto di fumare anche alle aree all'aperto di pertinenza delle istituzioni scolastiche statali e paritarie.

b) il divieto di usare le sigarette elettroniche nelle suddette aree delle istituzioni scolastiche, comprese le sezioni di scuole operanti presso le comunità di recupero e gli istituti penali per i minorenni, nonché presso i centri per l'impiego e i centri di formazione professionale.



# ***Possibili interventi di contrasto del tabagismo***

*(Faggiano, 2011)*



## 4) Aumento del costo delle sigarette

Per ridurre il fumo in Gran Bretagna il costo di un pacchetto di sigarette è salito a 11 euro

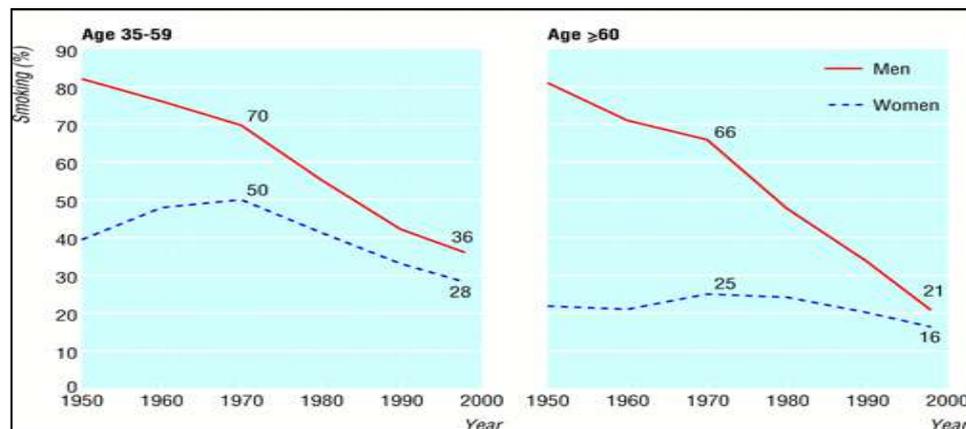


**RAISE TOBACCO TAX**

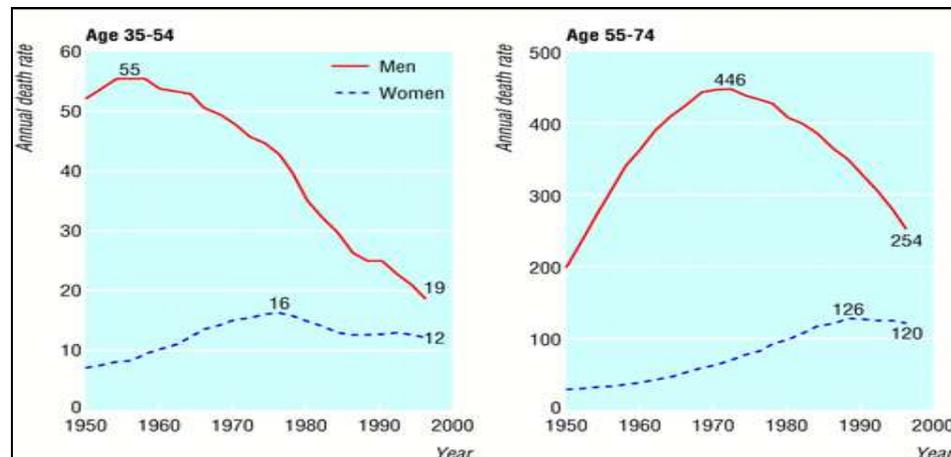
**DEATH AND DISEASE**

**TOBACCO TAX**

**LOWER DEATH AND DISEASE**



% fumatori



mortalità per cancro al polmone



**Attuali  
modalità di  
trattamento  
della  
dipendenza  
da nicotina**



# Il mistero del tabagismo:

**E' la più importante causa evitabile di mortalità e morbosità**

**Gli interventi di disassuefazione sono efficaci e di basso costo**

**Il sistema sanitario nazionale non prevede servizi e trattamenti dedicati** *(tutto quello che si fa è frutto dello spontaneo interesse di alcuni operatori)*



**Come affrontare il problema del tabagismo con il paziente.**

**A differenza dell' alcol, qui non ci sono in genere difficoltà o remore.**



**Sostanzialmente serve:**

**Ricordarsi di chiedere al  
paziente se fuma**

**Essere consapevoli che il  
tabagismo è una vera  
“dipendenza” e non un  
“vizio”**

**Motivare il paziente a  
smettere**

**Suggerire possibili percorsi  
di trattamento**



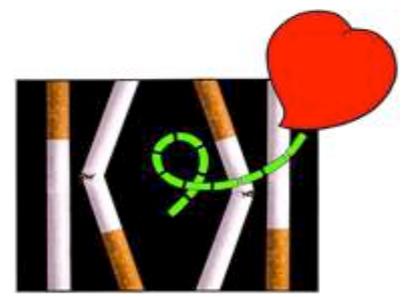
## **Intervenire in fase non sintomatica: i vantaggi di una diagnosi precoce.**

**Più ancora che nell' alcolismo, l' analogia, in chiave di prevenzione precoce, fra tabagismo e ipertensione è netta.**

- **Entrambi i quadri sono per molti anni o decenni del tutto asintomatici**
- **Entrambi i quadri sono trattabili con relativa facilità**
- **In entrambi le patologie, una volta emerse, sono gravi, spesso letali, e di solito non reversibili.**
- **In entrambi i costi della prevenzione sono di gran lunga minori dei costi del trattamento delle patologie correlate.**



# C.P.T.T. - Centro per la Prevenzione ed il Trattamento del Tabagismo



## Trattamenti di gruppo e individuali



### “Programma delle 5 serate”

E' la metodologia di gruppo più diffusa e sperimentata

5 incontri consecutivi, più altri 4 incontri di follow-up e supporto.

Associabile al trattamento farmacologico



Trattamenti individuali personalizzati, con valutazione medico-psichiatrica, counseling motivazionale, supporto psicologico, farmacoterapia sostitutiva e non sostitutiva, valutazioni di follow-up, eventuale invio ai gruppi di disassuefazione

# Supporti farmacologici

## 1 - Sostitutivi

### Nicotinici - E-cigarette

Nicotina in 5 confezioni: gomme, cerotti, inhaler, spray nasale, confetti. Più recenti le "sigarette elettroniche" "Stopping day" immediato.



## 2 - Bupropione

Antidepressivo; riduce sia il craving, sia il disagio psicologico che segue alla cessazione, "Stopping day" dopo 14 gg

**FIRST-LINE TREATMENT OF DEPRESSION  
MINIMAL IMPACT ON SEXUAL FUNCTION**

**Proven efficacy and clinical safety profile**  
WELLBUTRIN was significantly more effective than placebo in inpatient<sup>1</sup> as well as outpatient<sup>2</sup> clinical trials. The only adverse effect reported in clinical trials of WELLBUTRIN at an incidence of greater than 5% and more than twice that of placebo was tremor.<sup>3</sup>

**Low incidence of sexual dysfunction**  
Unique noradrenergic mechanism of action<sup>4</sup> with minimal impact on sexual function<sup>5,6</sup>  
Incidence of impotence with WELLBUTRIN and placebo is 3.4% vs 3.1%, respectively; incidence of decreased libido vs placebo is 3.1% vs 1.6%.

The principal medically important adverse reaction with WELLBUTRIN is seizure. For more information, please consult Brief Summary of Prescribing Information on next page.

Unique, norepinephrine-selective  
**Wellbutrin**  
(BUPROPION HCl) TABLETS  
FIRST-LINE TREATMENT OF DEPRESSION

## 3 - Agonisti-antagonisti

### Vareniclina - Citisina

Farmaci oggi di prima scelta. "Stopping day" dopo 14 gg.



# Bupropione

Nasce come antidepressivo, inibisce il re-uptake di dopamina e noradrenalina. Fu casualmente osservato che molti pazienti in terapia riducevano o cessavano il fumo, per cui fu lanciato come terapia per il tabagismo

Aumentando i livelli cerebrali di dopamina e noradrenalina, simula gli effetti della nicotina su questi neurotrasmettitori. Inoltre ha una certa attività bloccante dei recettori nicotinici che riduce il rinforzo della sigaretta nel caso di ricaduta.

150 mg per OS per tre gg, poi 300 mg/die. Efficace dopo circa 10 gg. Stopping day dopo 14 gg. Durata trattamento 2-3 mesi. Costo totale 100 euro ca.

Particolare cautela in pazienti a rischio convulsioni o con disturbo anoressico

SMETTERE DI FUMARE CON AIUTO DI ZYBAN GENERICO

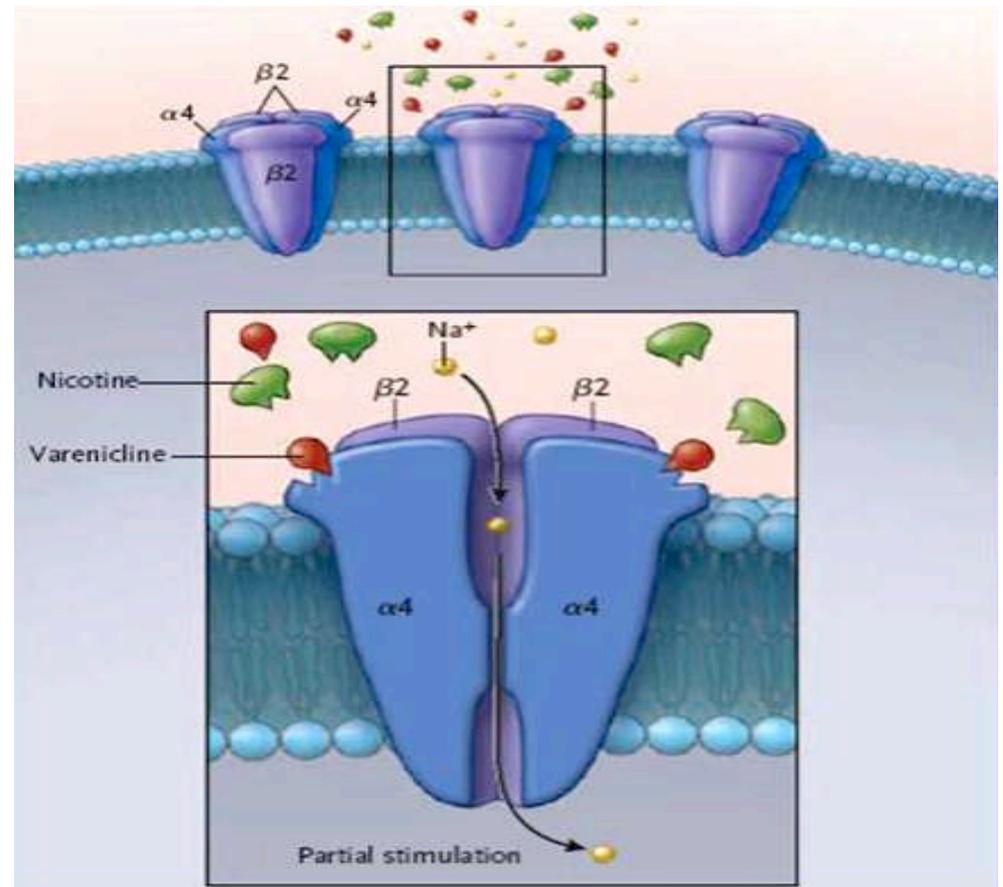
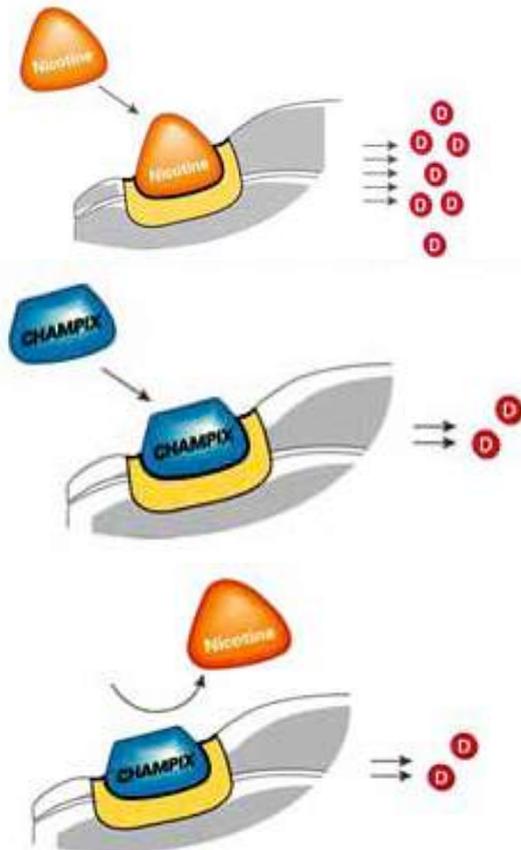




# Vareniclina

(è talmente efficace e ben tollerata che nei centri dove è utilizzata di fatto ha soppiantato le precedenti terapie)

Ha un' azione agonista-antagonista, "Stopping-day" dopo 12-14 gg dalla prima assunzione. Il trattamento dura 2-3 mesi (due cpr al giorno). Pochi effetti collaterali (l' unico frequente è la nausea)



# Ultimo (ma non nuovo) arrivo: la **CITISINA**



**Deriva dai semi del maggiociondolo, ha la stessa efficacia e tempistica della Vareniclina (che da essa deriva), va presa 5-6 al giorno invece di 2. Ha un grande vantaggio, il costo (50 euro ca. invece di 180/240), e una maggior duttilità (prodotto galenico, quindi si può individualizzare il dosaggio)**

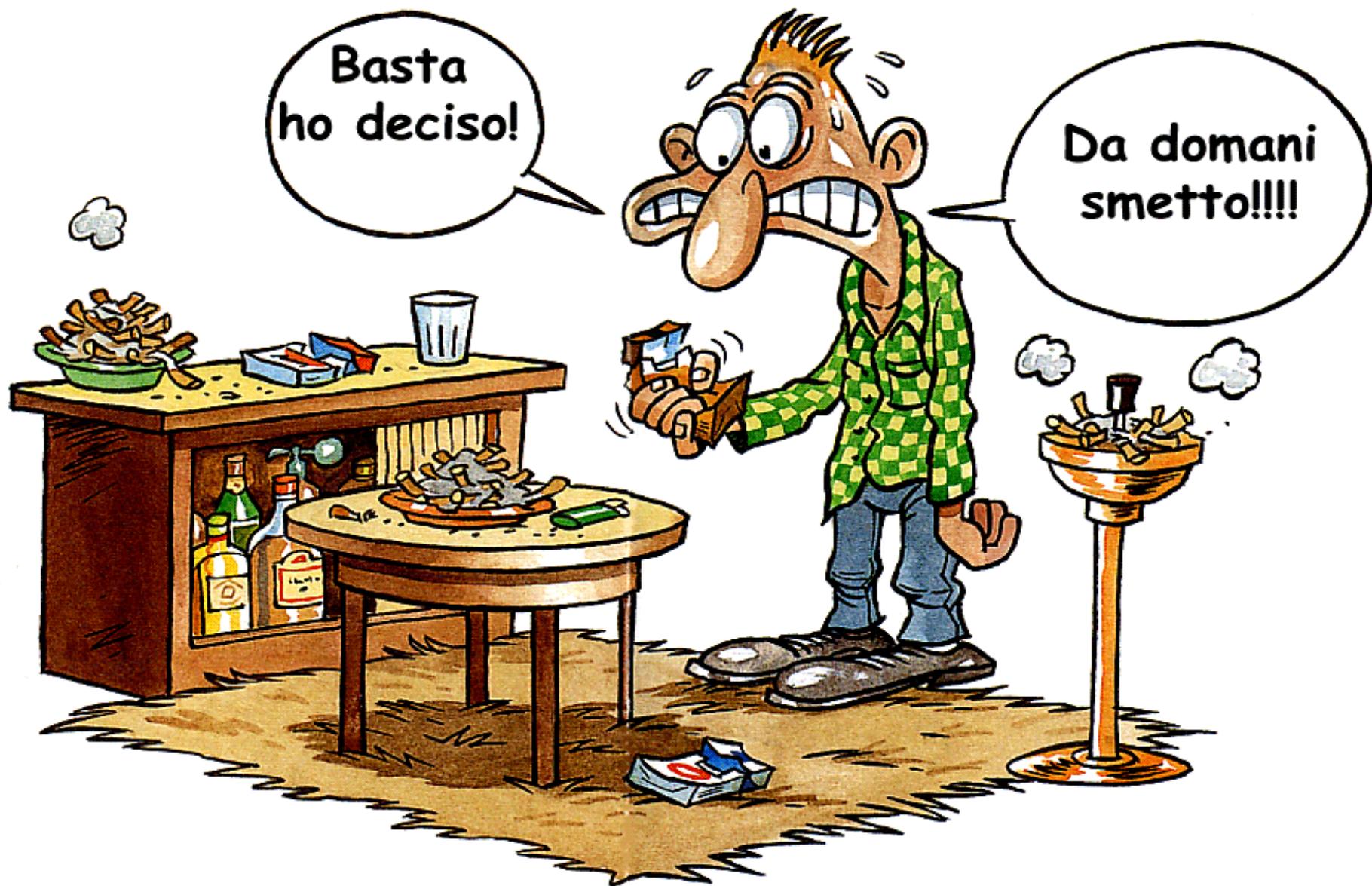
# Vareniclina e Citosina sono farmaci di grande efficacia

**Eppure...**



**Il problema quasi sempre non è nel farmaco, ma nell'accompagnamento terapeutico**

**Tutti i trattamenti attualmente disponibili vanno comunque considerati come un supporto ad una decisione presa dal fumatore, non avendo un'efficacia tale da portare all'astinenza un fumatore non fortemente e sinceramente motivato**



# Approccio medico al paziente tabagista

Linee guida U.S.A. 2000



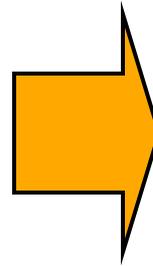
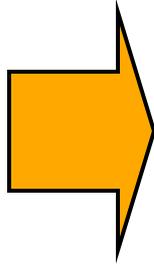
*Ad ogni paziente che accede ad un ambulatorio medico va **SEMPRE** chiesto se fuma, se sì gli va **SEMPRE** suggerito di smettere, se accetta gli vanno **SEMPRE** proposte strade di trattamento*

# **Intervento breve - 5 fasi (le "5 A")** (Linee guida U.S.A. 2000)

Anche un intervento di soli tre minuti aumenta significativamente le percentuali di cessazione (non scoraggiarsi per i "fallimenti")

- 1) "Ask"**. Chiedere sistematicamente ad ogni visita se il paziente fuma (identificare tutti i pazienti fumatori e documentare regolarmente il comportamento rispetto al fumo dei pazienti - fumatori, non fumatori, ex-fumatori) **(Strength of Evidence=A)**
- 2) "Advice"**. Consigliare in modo chiaro, determinato e personalizzato ogni paziente fumatore a smettere **(Strength of evidence = A)**
- 3) "Assess"**. Valutare la motivazione a smettere (se il paziente è motivato, avviarlo ad un trattamento, se non lo è lavorare sulla motivazione)
- 4) "Assist"**. Assistere coloro che vogliono smettere (stabilire una data per la cessazione, offrire informazioni mediche e comportamentali, fornire supporto farmacologico, rassicurare e incoraggiare il paziente.....)
- 5) "Arrange"**. Programmare regolari contatti di follow-up per rinforzare il progetto di astinenza, prevenire le ricadute e affrontare le difficoltà.

# Interventi di cessazione: grandi vantaggi a basso costo



- Smettere di fumare prima di avere gravi patologie allunga la vita di 7-8 anni (un fumatore su due muore per patologie legate al fumo, con una riduzione media di 15 anni di vita)
- Un intervento specialistico di disassuefazione ambulatoriale dura complessivamente circa 2 ore e mezza
- Circa un terzo delle persone trattate smette in modo definitivo



**In media, un' ora/operatore risparmia un anno di vita!**

# La cessazione nel paziente psichiatrico. Un tema da ripensare.

## Smettere di fumare fa bene alla salute. Anche quella mentale

*Il legame tra l'abbandono del vizio delle sigarette e il benessere psichico è stato scoperto dai ricercatori di Washington: "Meno disturbi ansia, umore e dipendenze"*

Lo leggo dopo

13 febbraio 2014



**MILANO** - Smettere di fumare fa bene, non solo al fisico ma anche alla mente. Il legame tra benessere psichico e "vittoria" contro il fumo è stato scoperto dalla *Washington University School of Medicine*, che ha appena pubblicato i risultati delle sue ricerche sul *Journal of Psychological Medicine*.

"I clinici tendono a soprassedere sulle abitudini al fumo dei pazienti, permettendo loro di *auto-medicarsi* con le sigarette se necessario", per smorzare gli sbalzi di umore o le crisi da dipendenza.

Durante lo studio, il 42% di chi fumava ha continuato ad avere problemi d'umore, contro il 29% di chi invece nel frattempo aveva smesso. I problemi con l'alcol, invece, si sono ridotti dal 28% al 18%, e quelli con la droga dal 16% al 5%.

Lo studio si è basato sui dati di 4.800 fumatori e mostra che "smettere di fumare è collegato a una salute mentale significativamente migliore, a un rischio più basso di sviluppare depressione o dipendenze da alcol e droghe".

Per questo, conclude Cavazos-Rehg, "quando un paziente è pronto per affrontare il suo problema psichiatrico, quello è il momento giusto perché il medico lo indirizzi anche a smettere con il fumo"

# Tabagismo e riduzione del danno: La sigaretta elettronica

## LA SIGARETTA ELETTRONICA

FATTURATO (previsione 2013)  
**€ 350 milioni**

## COME FUNZIONA

**LED LUMINOSO**  
Simula la combustione della sigaretta durante l'aspirazione. Può essere:

- Blu o verde**  
Utile ad evidenziare che non è una sigaretta di tabacco
- Rosso**  
Emula la sigaretta tradizionale

**BATTERIA**  
Alimenta il vaporizzatore. Viene attivata da un sensore che rileva il flusso d'aria durante l'aspirazione



**Durata media della batteria**  
(da 650 a 1110 Ampere)  
**6 ORE**

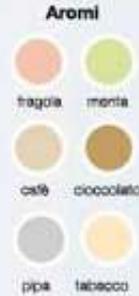
**VAPORIZZATORE**  
È il componente principale della sigaretta elettronica: riscalda il liquido contenuto nella cartuccia e lo vaporizza

**VITA UTILE 12 MESI**  
circa, a seconda dell'uso

**FILTRO**  
Contiene la cartuccia con la soluzione che viene vaporizzata. Esistono cartucce da ricaricare diverse volte o usa e getta (si acquistano già ricaricate)



**Soluzione**  
Contiene:  
• acqua  
• glicole propilenico  
• glicerolo



## COME SI USA

La vendita è vietata ai minori di 16 anni

**1 Montaggio**  
Si avvitano la batteria nel vaporizzatore, poi si introduce il filtro nel vaporizzatore



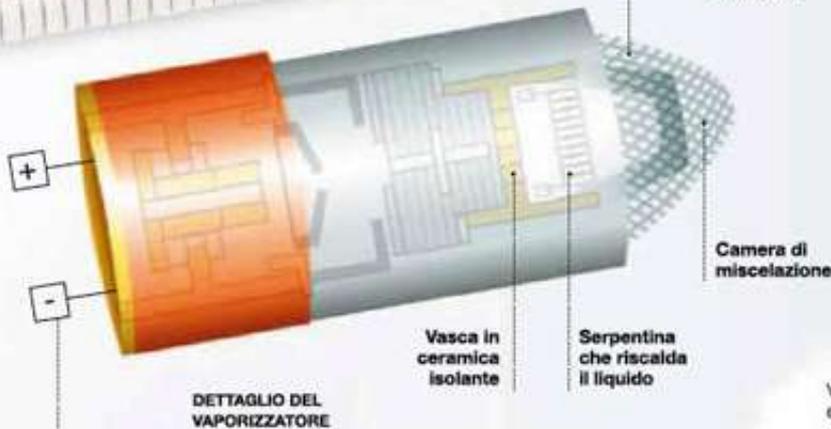
**2 Aspirazione**  
Durante l'aspirazione del vapore si accende il led

Il vapore contiene microparticelle presenti nella soluzione

**3 Espirazione**  
Il vapore che si espira si disperde in pochi secondi

Vapore espirato

Gli effetti sulla salute sono ancora poco studiati



Una cartuccia dura 80-100 inalazioni, equivalente a 10-12 sigarette tradizionali





## LE SIGARETTE

Le dimensioni sono quelle di una "bionda", e questo rende i dispositivi molto familiari al fumatore. Sebbene più pesanti di una vera sigaretta sono comodi da maneggiare. Un led sulla punta si illumina alla tirata e ricorda la brace della sigaretta.



## LE PIPETTE

Siamo di fronte a modelli che non ricordano di certo le sigarette. Vanno tenuti in mano per fumare e va premuto un piccolo bottone per aspirare il vapore. All'inizio ci si troverà a tirare inutilmente e difficilmente possono essere tenuti in bocca. In compenso offrono una quantità di fumo decisamente superiore e permettono di miscelare e sperimentare quantità praticamente infinite di "aromi", senza essere legati al marchio scelto.



**Le ricariche sono disponibili in tantissimi gusti...**



*(... e molti altri)*

# **PERSONALIZZA LA TUA SIGARETTA!**



*Possibile rischio di “eccessiva personalizzazione”: la cartuccia può essere caricata anche con THC o altre droghe.....*

# Sigaretta elettronica: quali vantaggi?



Danni cardiovascolari da nicotina? **SI**

Dipendenza? **SI**

Danni tumorali da catrame e da polonio? **NO**

Affaticamento fisico da monossido? **NO**

Fumo passivo? **modesto**, e solo da nicotina

Utile per la cessazione? **Poco**

Risparmio economico? **Notevole** (al momento...)

**Rischi: fantasia di “innocuità”, che comporta**

- **riduzione della spinta alla cessazione**
- **più facile ingresso nella dipendenza**



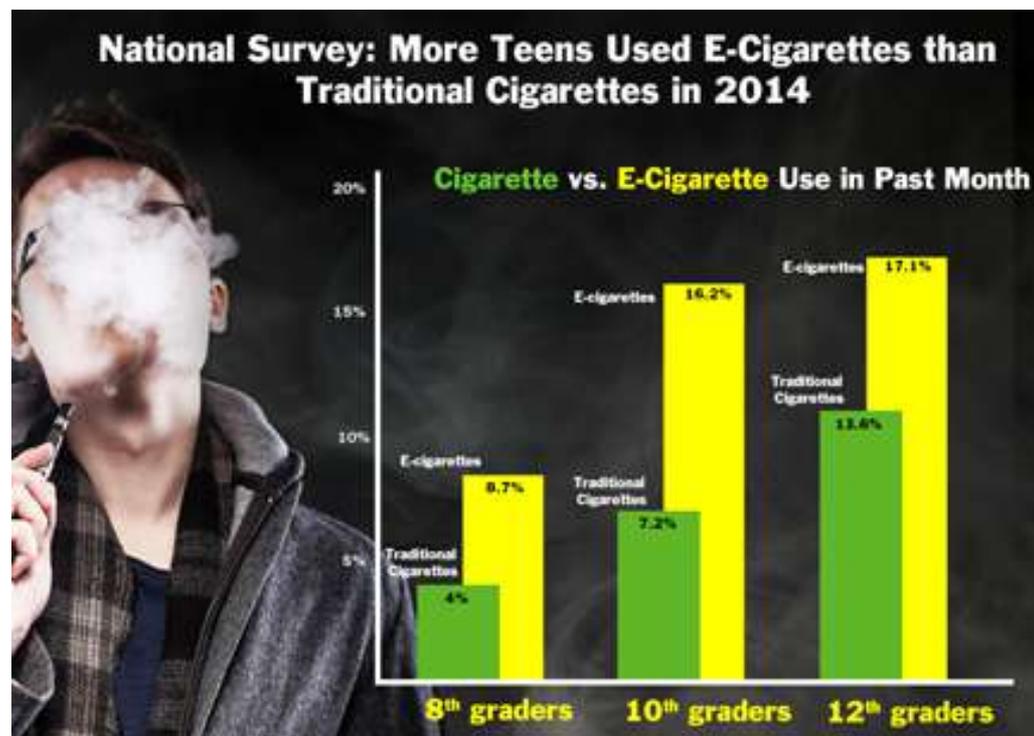
## e-cig e giovani: una porta d'accesso al tabagismo?

Per molti motivi (meno dannosa, più trendy, meno regolamentata, meno “fastidiosa” nelle prime assunzioni) la sigaretta elettronica ha un successo crescente fra i giovani.

Chi la usa diventa però dipendente dalla nicotina ed ha un rischio molto elevato di passare presto alla sigaretta “tradizionale”

Il fenomeno è analogo a quello dell'eroina “fumata”, oggi frequente porta d'accesso alla tossicodipendenza negli adolescenti e giovani adulti.

**L'e-cig è un bene per chi già fuma, ma un pericolo per chi ancora non fuma**



# Sigaretta elettronica



## Monossido di carbonio

- Sangue meno ossigenato
- Minor movimento nei tessuti
- Aumento infarto
- Caduta di...
- Invecchiamento precoce
- Ridotta capacità respiratoria
- Ridotto rendimento muscolare
- Ingiallimento della pelle

## Nicotina

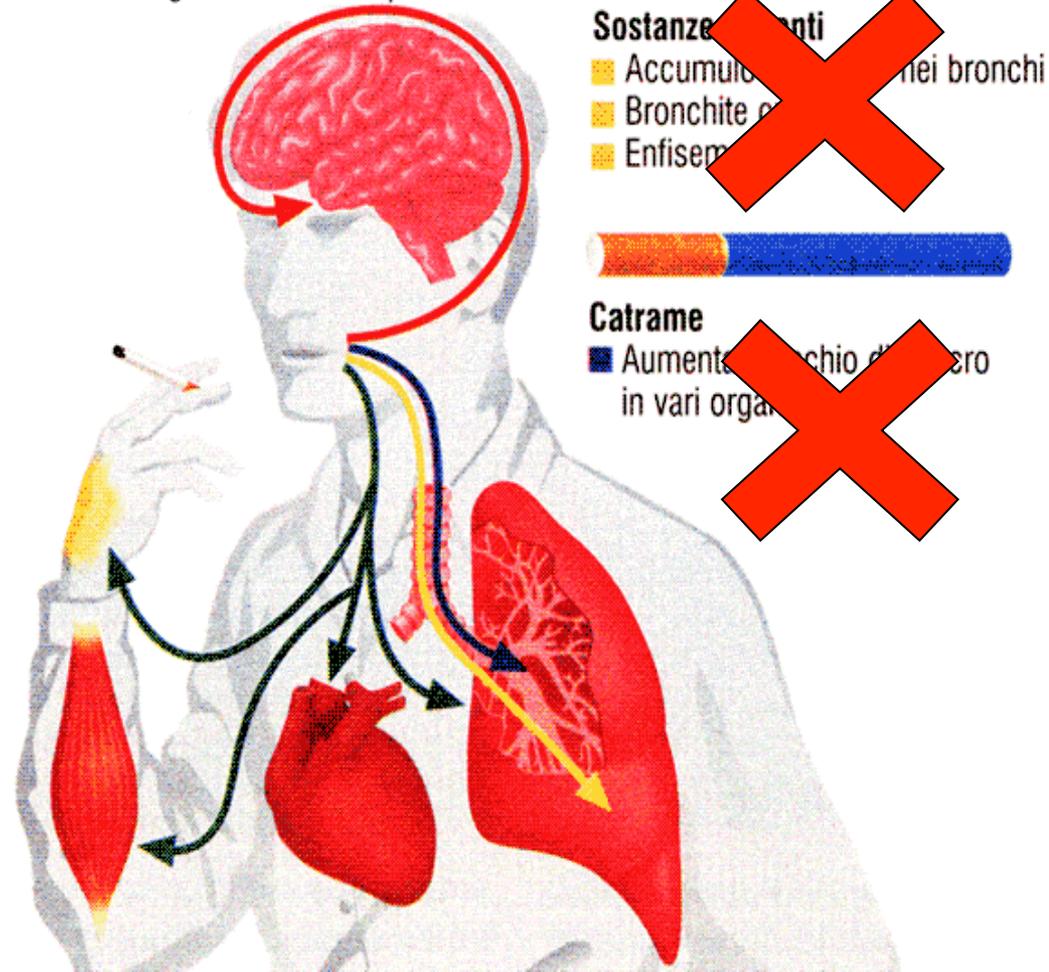
- Sistema Nervoso
- Dipendenza
- Aumento frequenza cardiaca
- Aumento pressione arteriosa
- Aumento rischio infarto e ictus

## Sostanze irritanti

- Accumulo nei bronchi
- Bronchite
- Enfisema

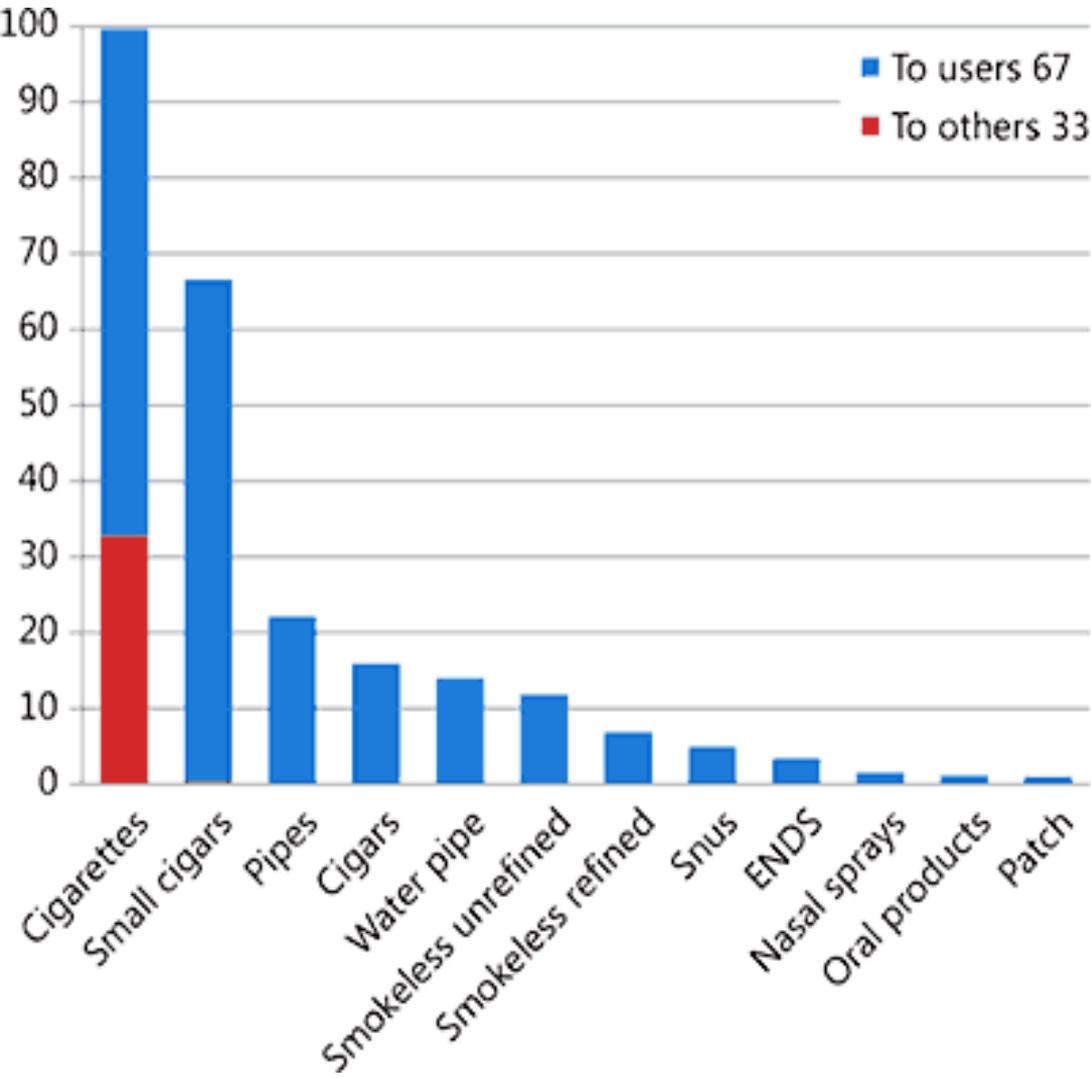
## Catrame

- Aumento rischio di cancro in vari organi



# Estimating the Harms of Nicotine-Containing Products Using the MCDA Approach

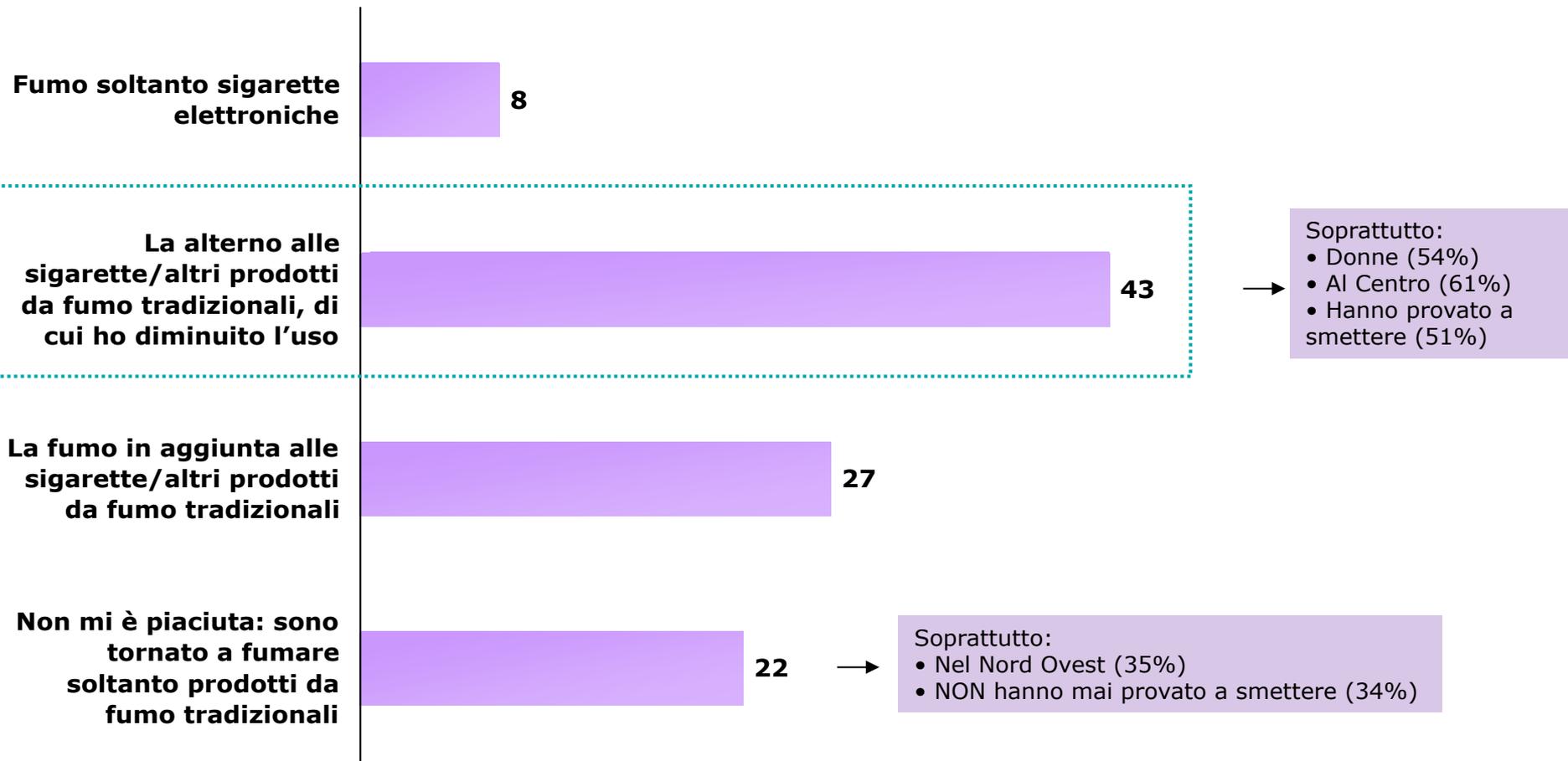
Nutt D.J. et al. - *European Addiction Research* Vol. 20, No. 5, 2014



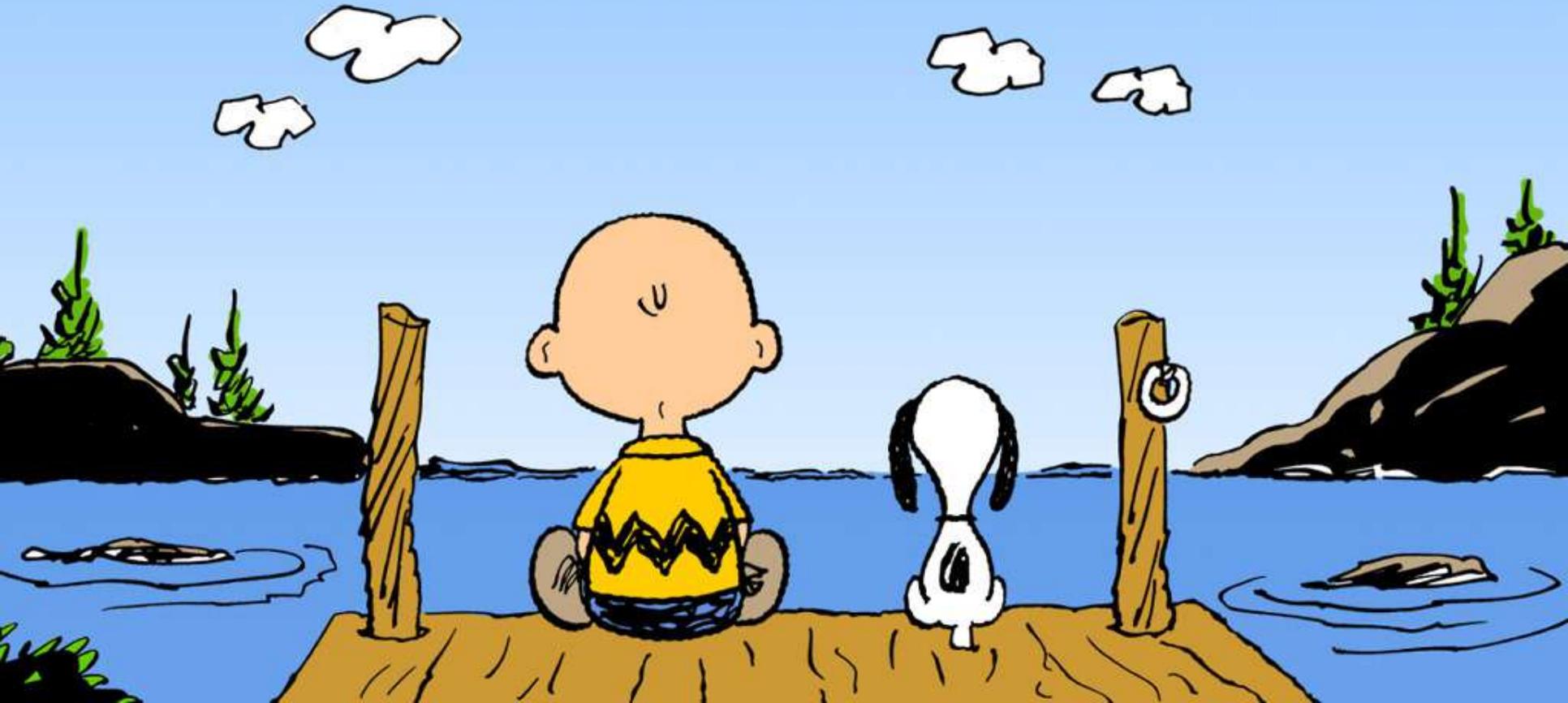
Cigarettes	manufactured and hand-rolled cigarettes in which the tobacco is wrapped in paper
Cigars	smoked cigars: roll of tobacco wrapped in tobacco leaf
Little and small cigars	used like a cigarette wrapped in tobacco leaf, sometimes with a filter (a product that has emerged in response to the US tobacco taxation system and would, in most jurisdictions be considered cigarettes)
Pipes	a tube with a small bowl at one end for smoking tobacco
Water pipe	a pipe where tobacco smoke is bubbled through water
Smokeless refined	non-snus (and other) smokeless refined tobacco products used orally, including moist chewing tobacco and snuff (common in USA)
Smokeless unrefined	non-snus (and other) smokeless unrefined tobacco products used orally, including chewing tobacco and dry snuff (products common in SE Asia)
Snus	a low nitrosamine and non-fermented smokeless tobacco product (popular in Scandinavia and now in USA)
ENDS	electronic nicotine delivery system products, e.g. e-cigs (electronic cigarettes either cigarette-like or personal vaporizers)
Oral products	oral nicotine delivery products (including NRT products)
Patch	dermal nicotine delivery products
Nasal sprays	nasal nicotine delivery products

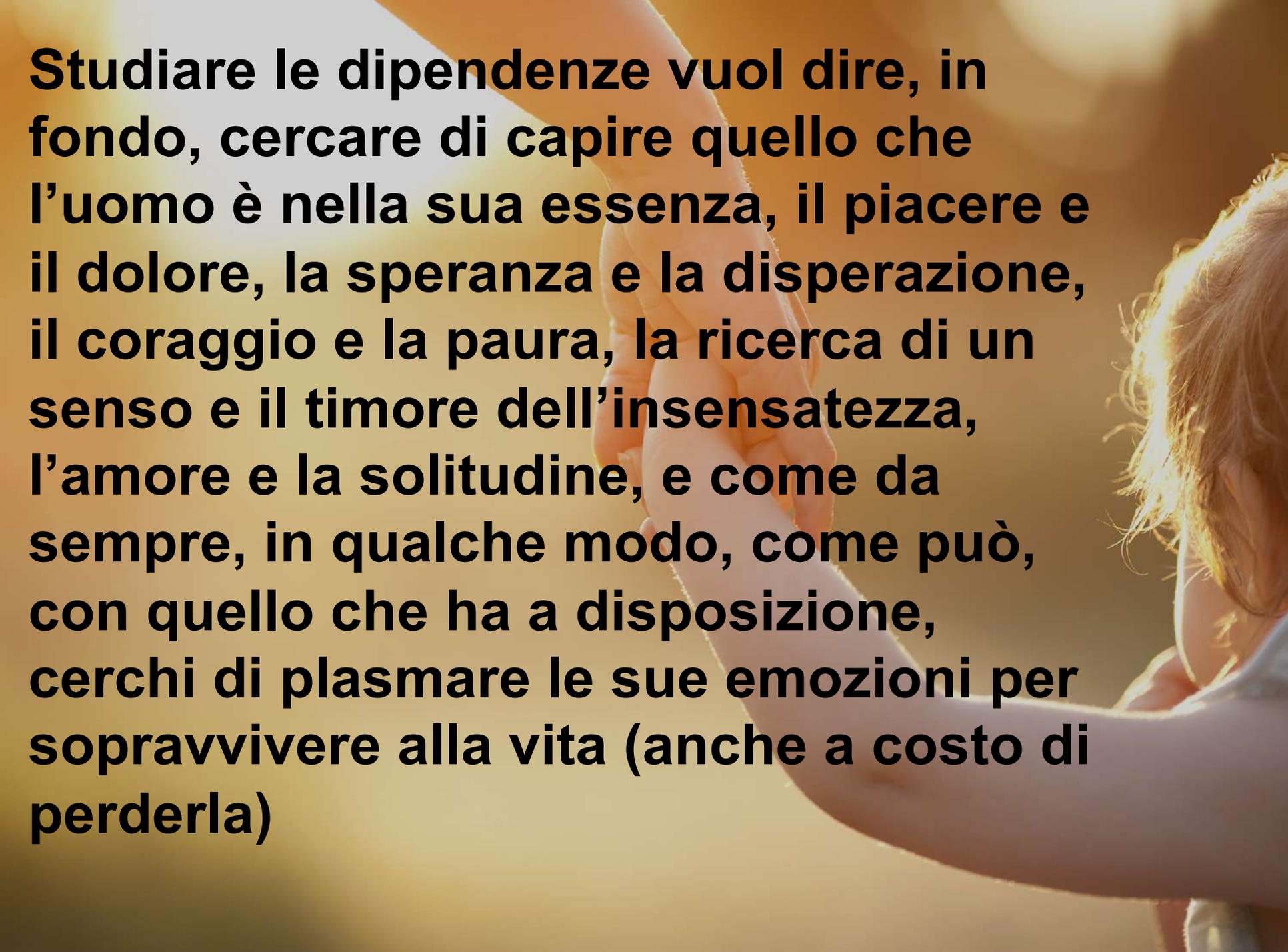
## Modalità di utilizzo della sigaretta elettronica

*Tra i fumatori che l'hanno sperimentata*



*Per concludere..*





**Studiare le dipendenze vuol dire, in fondo, cercare di capire quello che l'uomo è nella sua essenza, il piacere e il dolore, la speranza e la disperazione, il coraggio e la paura, la ricerca di un senso e il timore dell'insensatezza, l'amore e la solitudine, e come da sempre, in qualche modo, come può, con quello che ha a disposizione, cerchi di plasmare le sue emozioni per sopravvivere alla vita (anche a costo di perderla)**



***grazie***