

# 31 maggio 2015

## GIORNATA MONDIALE SENZA TABACCO

### IL FUMO DI TABACCO



Contiene **250** sostanze chimiche nocive e più di **50** sono cancerogene

È la principale causa evitabile di **morte prematura**



Causa nel mondo la morte di **1 persona ogni 6 secondi**

È estremamente nocivo: **uccide la metà dei fumatori**



### Il fumo passivo

Il fumo di tabacco è dannoso non solo per la salute dei fumatori, ma anche per quella delle persone che ne sono esposte passivamente. Ogni anno nel mondo oltre **600.000 persone non fumatrici** muoiono per malattie legate al fumo di tabacco respirato involontariamente.

Il fumo di tabacco è la più pericolosa fonte d'inquinamento di ambienti chiusi a causa dell'elevata concentrazione di sostanze tossiche della durata dell'esposizione (a tutte le età e per lunghi periodi). **Non** esistono soglie al di sotto delle quali il fumo passivo è privo di pericolo.

Il fumo passivo aggrava malattie esistenti e ne provoca di nuove:



nei **neonati** aumenta il rischio di morte in culla



nei **bambini** provoca irritazioni agli occhi, naso e gola; un aumento del rischio di asma e infezioni respiratorie come polmoniti e bronchiti; una debole, ma significativa diminuzione dello sviluppo dei polmoni



negli **adulti** aumenta il rischio di ictus, di tumore del polmone e della mammella

### MONOSSIDO DI CARBONIO

malattie cardiovascolari, effetti avversi in gravidanza



### CATRAME

tumori



### SOLVENTI E SOSTANZE IRRITANTI

asma bronchiale, bronchite cronica, enfisema polmonare

### NICOTINA

dipendenza, assuefazione



### SOSTANZE RADIOATTIVE

tumori



## Smettere di fumare

A causa della dipendenza innescata dalla nicotina smettere di fumare non è facile. Soprattutto nei primi giorni oltre al forte desiderio di fumare subentrano sintomi da astinenza quali: inquietudine, irritabilità, stanchezza, difficoltà a dormire e a concentrarsi. Un'altra possibile spiacevole conseguenza, che però non sempre si verifica e di solito è transitoria, è l'aumento del peso. Per contro i benefici immediati e a lungo termine sono assai più numerosi e significativi:



La maggior parte dei fumatori che conoscono i pericoli del tabacco desidera smettere. Le possibilità di riuscita aumentano con il sostegno di professionisti ed esperti. La visita ai **CENTRI ANTI-FUMO** si prenota tramite **CUP** ai numeri **848 816 816** (da telefono fisso) e **0461. 379 400** (da cellulare), da lunedì a venerdì ore 8-18, il sabato ore 8-13.

### Fonti

OMS Europa <http://www.euro.who.int/en/health-topics/disease-prevention/tobacco>  
INPES Le tabagisme passive <http://www.inpes.sante.fr/>  
AIRC <http://www.airc.it/prevenzione-tumore/fumo/>  
Tabacco endgame <http://www.tobaccoendgame.it/index.php>



PROVINCIA AUTONOMA DI TRENTO  
Assessorato alla Salute e Solidarietà sociale



Azienda Provinciale  
per i Servizi Sanitari

Osservatorio per la salute  
PROVINCIA AUTONOMA DI TRENTO

# L'abitudine al fumo in Trentino

Dati 2011-2014 del sistema di sorveglianza PASSI — a cura dell'Osservatorio per la salute P.A.T.

## OBIETTIVO SPECIFICO OMS

per ridurre la mortalità prematura entro il **2025**: ridurre la prevalenza di fumatori del **30%**. Per il Trentino significa passare dal **25%** di fumatori al **17%**, **26.000** fumatori in meno.

## OBIETTIVI SPECIFICI DEL PIANO PROVINCIALE DELLA PREVENZIONE 2014-2018

per ridurre il carico prevenibile e evitabile di morbosità, mortalità e disabilità delle malattie non trasmissibili:

► ridurre la prevalenza di fumatori del **10%**: passare dal **25%** di fumatori al **22%**, **8.700** fumatori in meno

► incrementare i consigli degli operatori sanitari per incentivare la cessazione del **30%**: passare dal **45%** di fumatori che ricevono il consiglio di smettere di fumare al **58%**

► estendere la tutela del fumo passivo del **5%**: passare dal **93%** di persone che lavorano in un ambiente in cui il divieto di fumo è sempre (o largamente) rispettato al **98%**.

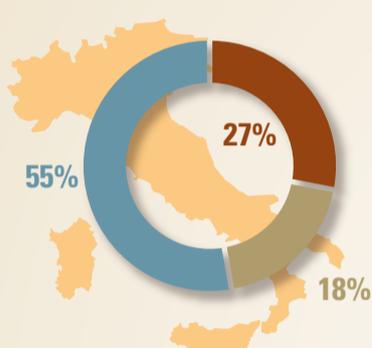
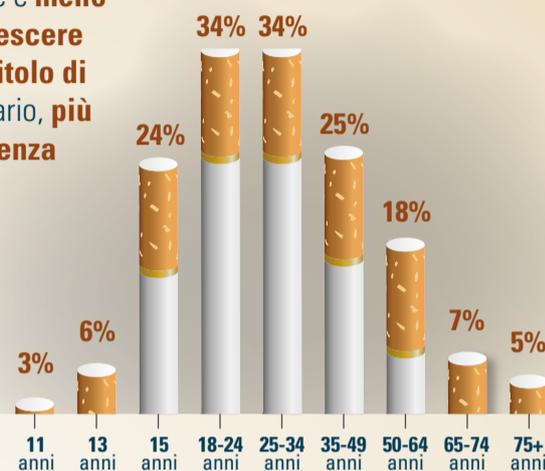
## L'ABITUDINE AL FUMO

In provincia di Trento la metà (**52%**) degli adulti (18-69 anni) non fuma, l'altra metà è suddivisa tra ex fumatori (**23%**) e **fumatori (25%)**; di cui **1%** occasionali e **1%** in astensione). Si stima quindi che i fumatori siano circa **88.000**.

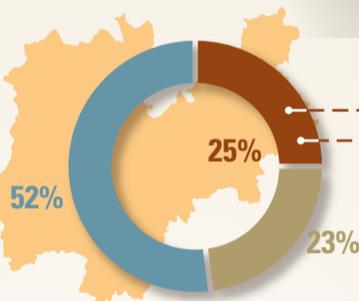
Prevalentemente sono fumatori abituali, che fumano in media **12** sigarette al giorno, un quarto di essi sono forti fumatori, fumano almeno **20** sigarette al giorno.

Negli ultimi quaranta anni l'abitudine al fumo si è ridotta negli uomini e aumentata tra le donne, resta comunque ancora **più diffusa tra gli uomini**.

Un'abitudine che è **meno praticata al crescere dell'età e del titolo di studio**, al contrario, **più diffusa in presenza di difficoltà economiche**.



fumatori  
ex fumatori  
non fumatori



tipologia dei fumatori in Trentino

### NON FUMATORE

Non ha mai fumato o ha fumato meno di 100 sigarette nella sua vita e attualmente non fuma.

### EX FUMATORE

Attualmente non fuma e ha smesso da oltre 6 mesi.

### FUMATORE

Ha fumato oltre 100 sigarette nella sua vita e fuma tuttora (o ha smesso di fumare da meno di 6 mesi):

■ **abituale** Fuma almeno 1 sigaretta al giorno

■ **occasionale** Non fuma tutti i giorni

■ **in astensione** Ha smesso da meno di 6 mesi.

## L'ATTENZIONE DEGLI OPERATORI SANITARI

Dato l'impatto del fumo sulla salute delle persone, ci si aspetterebbe un interesse e un'attenzione degli operatori sanitari rispetto all'abitudine al fumo dei propri assistiti particolarmente alti. Invece, a meno della metà (**46%**) di chi nell'ultimo anno è stato dal medico è stato chiesto se fumasse e **solo alla metà (49%) dei fumatori è stato consigliato di smettere**, a scopo preventivo e/o per problemi di salute già presenti.

## L'ESPOSIZIONE AL FUMO PASSIVO

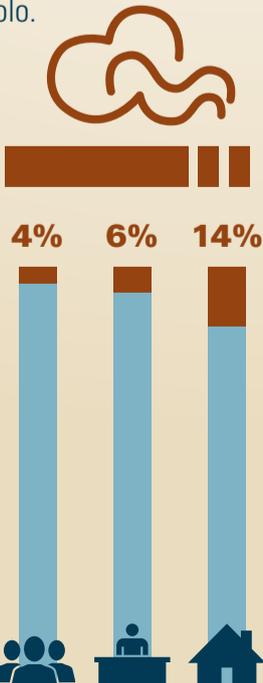
L'esposizione al fumo passivo aggrava patologie già esistenti e aumenta il rischio di contrarne di nuove (cancro dei polmoni, malattie cardiovascolari, asma e infezioni alle vie respiratorie) negli adulti come nei bambini. Non esistono siglie al di sotto delle quali il fumo passivo è privo di pericolo.

### Nei locali pubblici e sul luogo di lavoro

Il rispetto del divieto di fumo in Trentino è una consuetudine ormai consolidata. Accade raramente che il divieto non sia mai (o solo occasionalmente) rispettato sia nei locali pubblici (**4%**) che in ambiente lavorativo (**6%**).

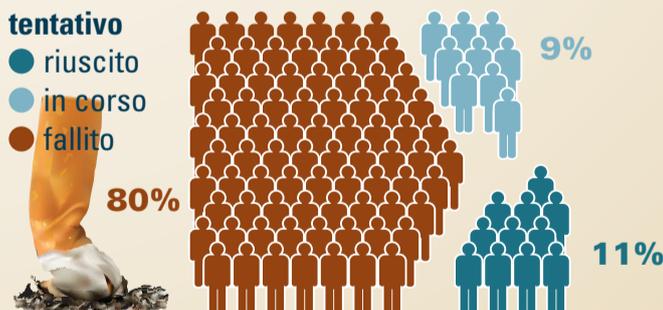
### In casa

Nella maggioranza delle case trentine non si fuma (**86%**), mentre in una percentuale contenuta, ma stabile nel tempo, si fuma in alcune stanze/ore/situazioni (**11%**) o addirittura sempre (**3%**). In alcune abitazioni non si rinuncia al fumo neanche in presenza di bambini: nel **6%** dei casi ci si limita a certe stanze/ore/situazioni, nell'**1%** senza limitazione alcuna.



## SMETTERE DI FUMARE

Una parte dei fumatori ha il desiderio di smettere. **Circa la metà (44%) ha fatto nell'ultimo anno almeno un tentativo, che però, nella maggior parte dei casi (80%) è fallito**. Indipendentemente dal risultato, nella maggioranza dei casi (**96%**) si è trattato di un'iniziativa personale, solo poche persone sono ricorse a farmaci o a corsi vari (tra cui quelli dell'Azienda sanitaria).



Per facilitare i fumatori a smettere, ma anche per ridurre il numero di ricadute tra chi ha smesso e il numero di persone che desiderano iniziare, risultano efficaci:

► l'aumento del prezzo del tabacco attraverso aumenti della **tassazione** (un aumento del prezzo del tabacco del **10%** provoca una diminuzione del consumo del **4%**)

► l'estensione progressiva delle **aree di divieto** al fumo

► il **divieto di tutte le forme di pubblicità**, di promozione e di sponsorizzazione (produce un diminuzione del consumo del tabacco del **7%**)

► l'adozione di **confezioni generiche** e gli avvertimenti con foto choc presenti sui pacchetti di sigarette e di tabacco

► il varo di una strategia di cessazione che miri alla **de-normalizzazione del tabacco**, incentrata su prestazioni efficaci e gratuite e supportata da interventi di prevenzione e cessazione.