

**Fumo: un Nemico Certo,
fin troppo Noto,
Sfruttato,
Mai Giustificato**

Pierfranco Ravizza

Cardiologia Riabilitativa -Dip.Cardiovascolare - Osp. A.Manzoni
Lecco

15/06/2016

Fumo: per chi suona la campana?

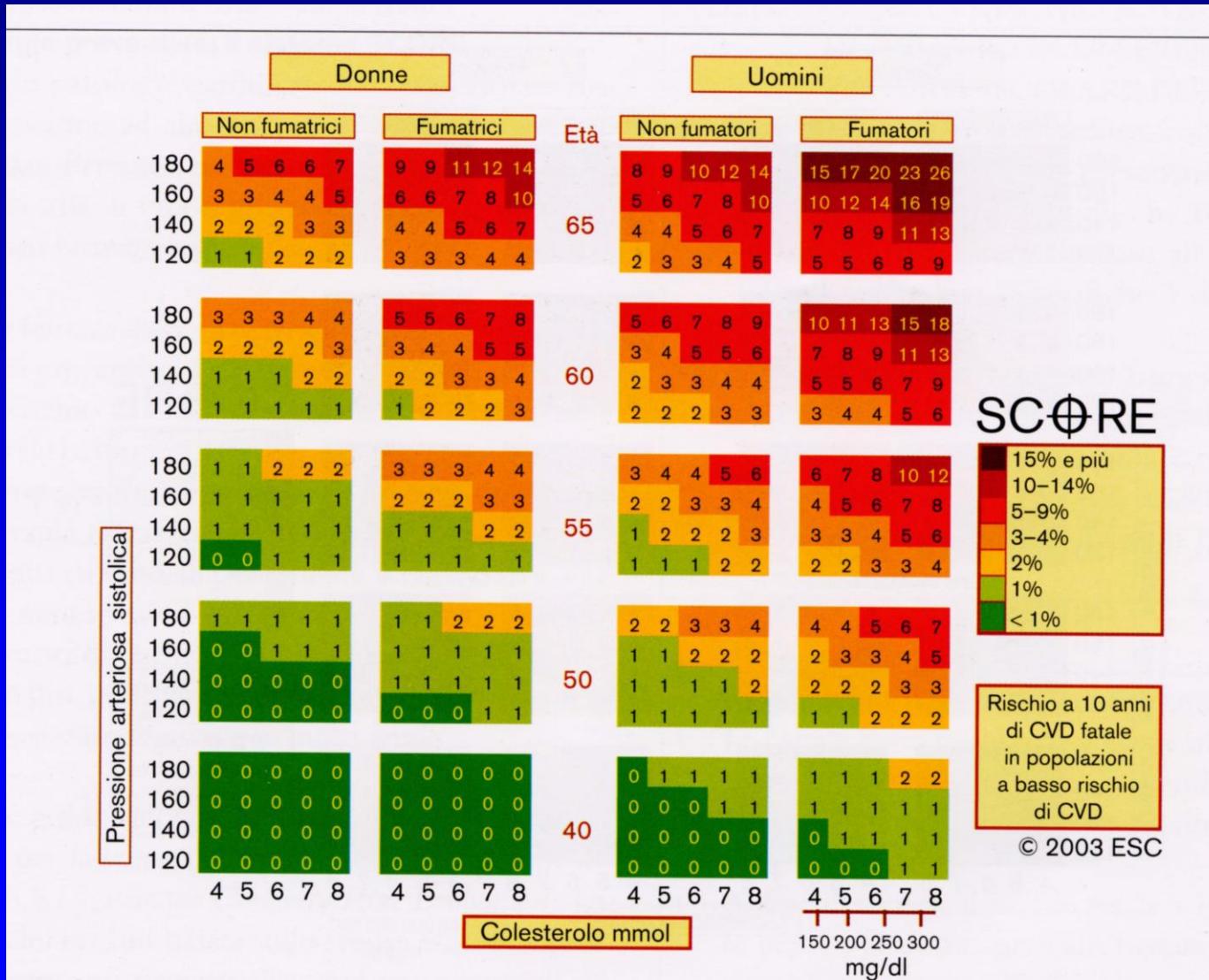
- ✓ Perché una serata sul fumo ad un gruppo di (cardiopatici) attenti al proprio Stile di Vita?
- ✓ Chi non ha mai fumato, forse non ne sentirà la necessità
- ✓ e chi ha già smesso si è già rallegrato con sè stesso del successo e ugualmente non ne sentirà la necessità

Fumo: per chi suona la campana?

- ✓ ma, quasi un quinto della popolazione italiana è fumatore
- ✓ vorrei che non ce ne fosse bisogno, ma sicuramente anche qui ci sono fumatori, o ex-fumatori non del tutto convinti, sensibili alle lusinghe della ricaduta
- ✓ anche nell'ex-fumatore più insospettabile, si può celare un potenziale ri-fumatore

Epidemiologia: Stratificazione del Rischio

Dati demografici ed epidemiologici personalizzati su scala geografica



Fattori di Rischio Cardiovaskolare

Fumo

Dislipidemia

Ipertensione
arteriosa

Diabete

Sedentarietà

Sovrappeso

...

Sindrome
plurimetabolica

Fattori psico-
sociali

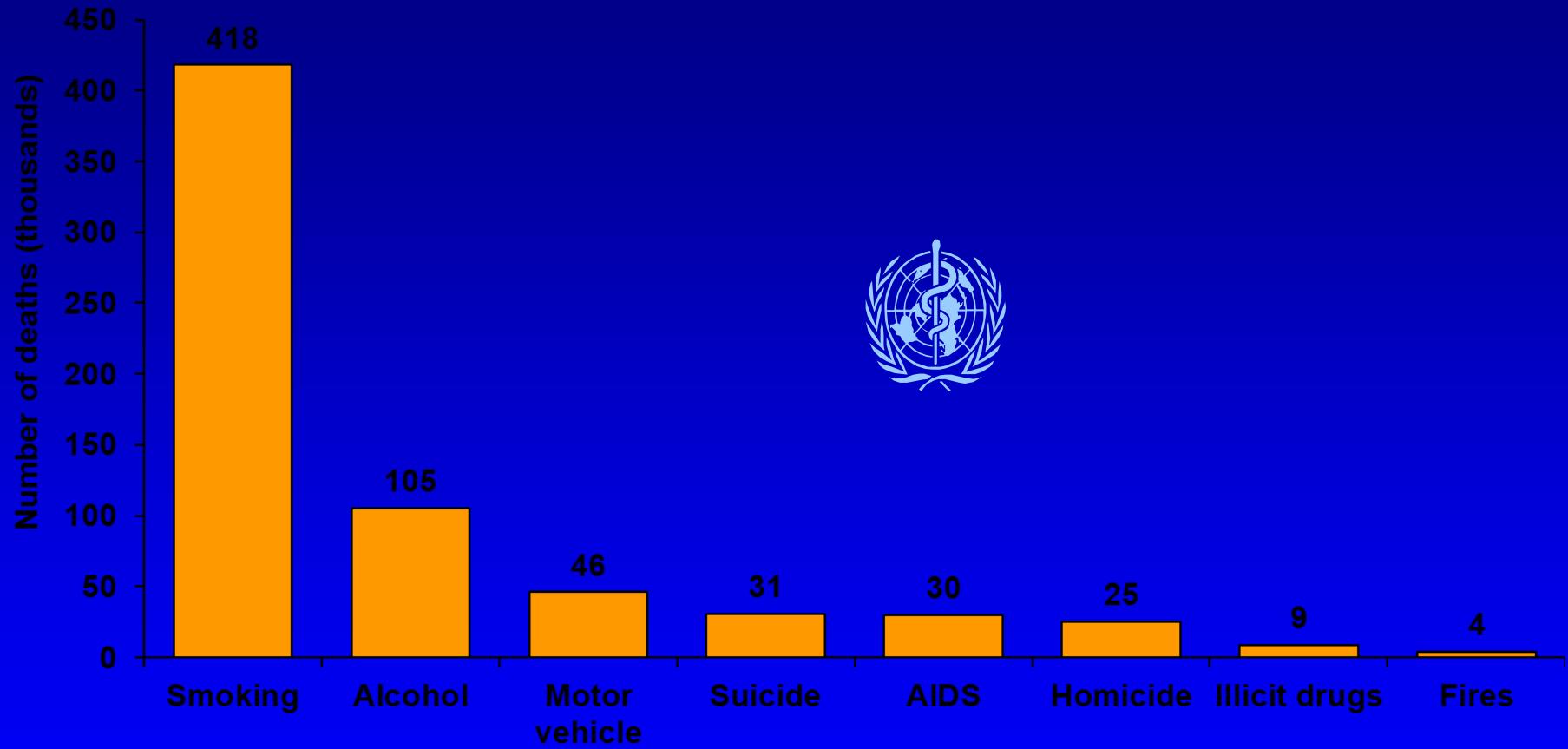
Sottogruppi a
rischio elevato
(donne)

...

Danni da Fumo

- ✓ Nessuno è mai morto per aver smesso di fumare...
- ✓ ... il contrario, purtroppo, capita spesso!

Cause di morte evitabili nel mondo



Il fumo provoca più decessi di alcol, aids, droghe, incidenti stradali, omicidi e suicidi messi insieme. L'epidemia del tabacco è una delle più grandi sfide di sanità pubblica della storia.

Fumo e...

- ✓ Fattori di Rischio *Cardio Vascolare*
- ✓ Broncopatia *Cronica Ostruttiva*
- ✓ *Cardiopatia*
- ✓ Tumori

Fumo

- ✓ La nicotina produce **assuefazione intensa**, ma di durata molto breve: per questo motivo dopo 15-30 minuti ricompare lo stimolo a fumare un'altra sigaretta
- ✓ Il danno da fumo si divide in una **componente irreversibile** a livello polmonare (accumulo di idrocarburi derivanti dalla combustione) e in una **reversibile** (rischio cardiovascolare)
- ✓ Il **rischio cardiovascolare è reversibile**, dopo sospensione, nell'arco di 6-24 mesi
- ✓ I fumatori vivono in media 10 anni in meno dei non fumatori
 - ✓ Il **guadagno medio di vita** di chi smette di fumare a 30 anni è di 10 anni, a 40 di 9, a 50 di 6, a 60 di 3...

ITALIAN NETWORK on CONGESTIVE HEART FAILURE

Dati relativi a 23855 pazienti ambulatoriali con diagnosi di scompenso (in accordo alle linee guida ESC) raccolti da 142 Centri Cardiologici da Marzo 1995 a Luglio 2005 mediante un apposito software

Distribuzione geografica dei centri

	IN-CHF	ITALIA
Nord	44%	41%
Centro	27%	24%
Sud	29%	35%



In-CHF

Incidenza dello co-patologie

Tabella 2. Prevalenza di comorbilità nei pazienti arruolati nel registro IN-CHF.

Patologie polmonari	→	18.7%
BPCO		13.2%
Patologie metaboliche	→	34.4%
Diabete	→	16.8%
Dislipidemia	→	14.7%
Anemia (emoglobina < 12 g/dl)	→	18.7%
Disfunzione renale (creatinina > 2.5 mg/dl)		3.6%
Ipertensione arteriosa		30.3%

BPCO = broncopneumopatia cronica ostruttiva.

In-CHF: BPCO e prognosi in HF

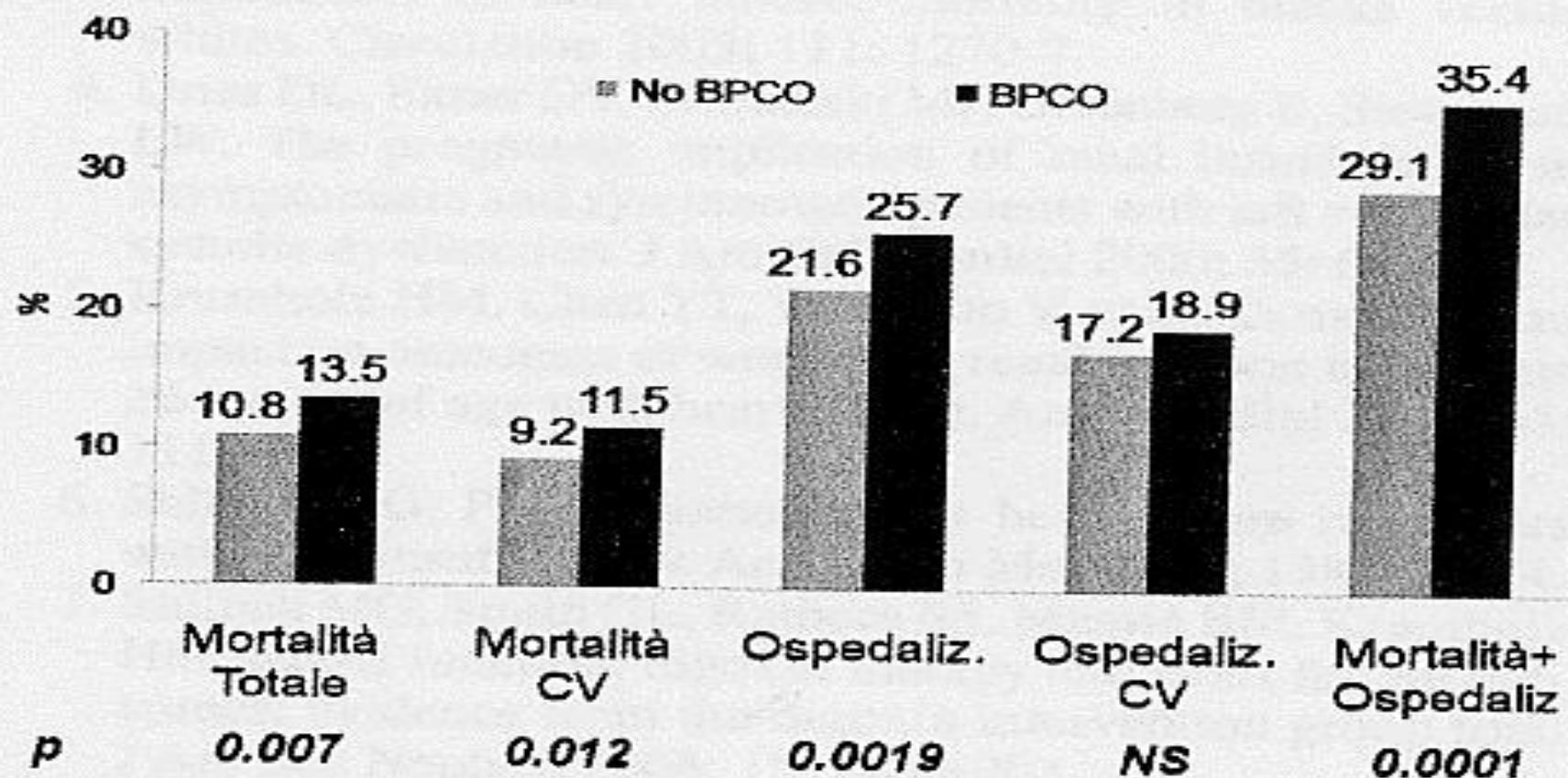
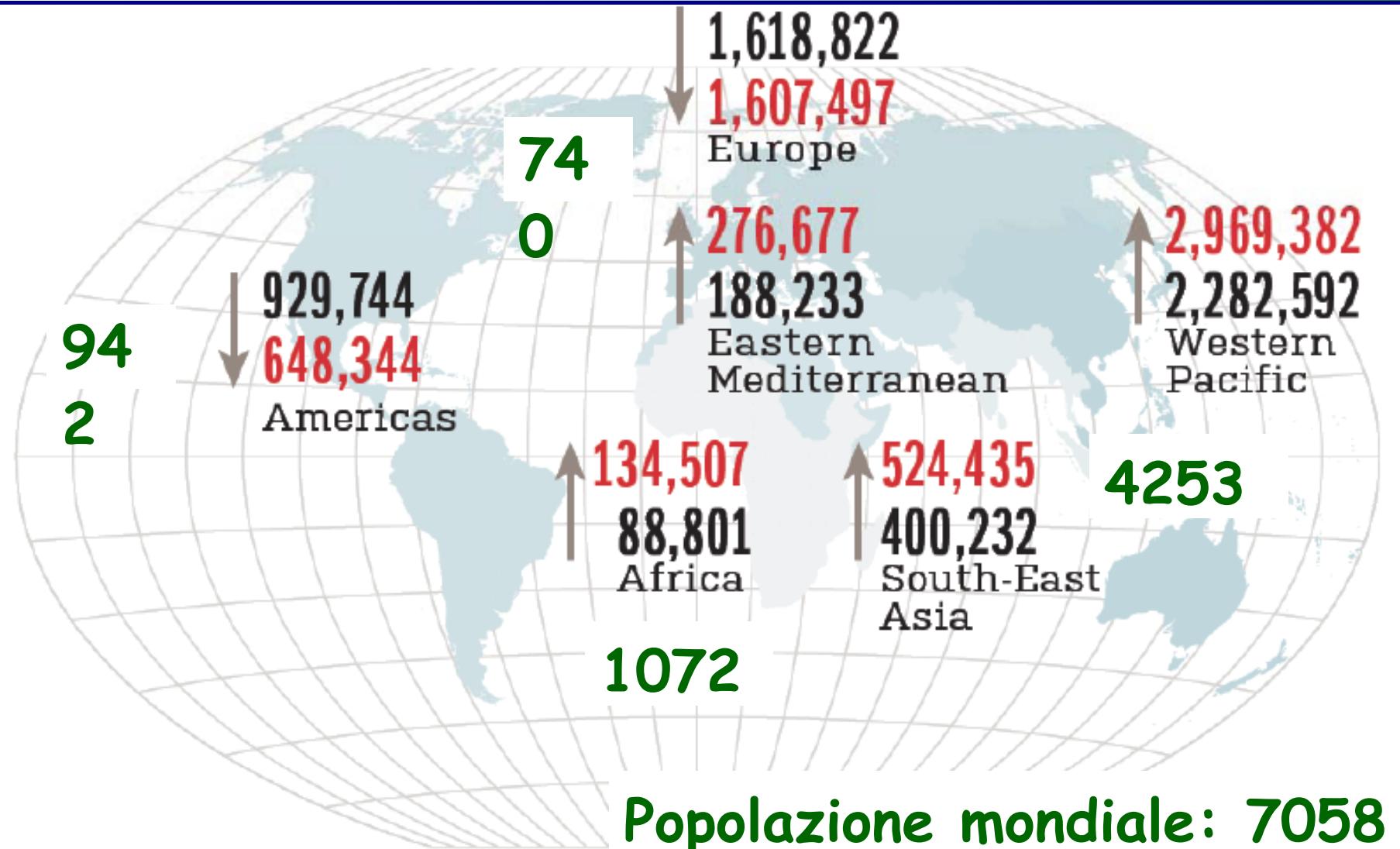


Figura 2. Pazienti con broncopneumopatia cronico-ostruttiva (BPCO): outcome ad 1 anno. CV = cardiovascolare.

Fumo e Interessi Commerciali

- ✓ Ipocrisia del Mercato del Tabacco
- ✓ Forte spinta alla soddisfazione di bisogni
 - ✓ Fitness
 - ✓ Alimentazione «selettiva» o «integrata» [presunti celiaci, carenze elettrolitici, vitaminiche]
 - ✓ Il fumo alimenta spinta inversa: ipocrisia del controllore monopolista [analogamente al gioco d'azzardo elettronico]

PRODUZIONE SIGARETTE NEL MONDO 2000-2010 (in milioni)



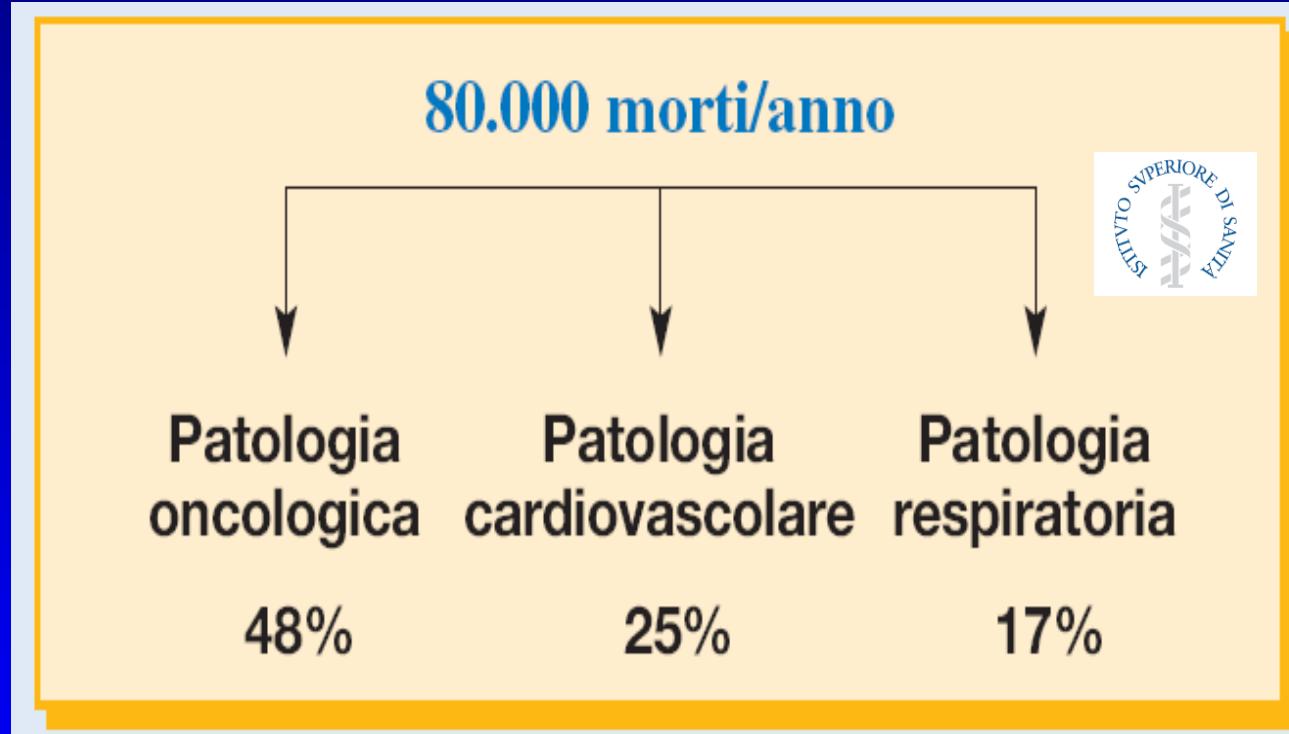
Fonte: The Tobacco Atlas – 4th ed.

IN EUROPA



Nell'Unione Europea
(UE) ogni anno muoiono
prematuramente a causa
del fumo **650.000**
persone (più della
popolazione di Malta o
del Lussemburgo).

IN ITALIA



Oltre il 34% di questi decessi tra i 35 e 69 anni

IN ITALIA



Totale Italiani:
52,1 milioni



Non Fumatori:
34,6 milioni
66,4%

Uomini:
14,4 milioni
57,5%

Donne:
20,2 milioni
74,7%



Ex Fumatori:
6,7 milioni
12,8%

Uomini:
4,5 milioni
17,9%

Donne:
2,2 milioni
8,1%

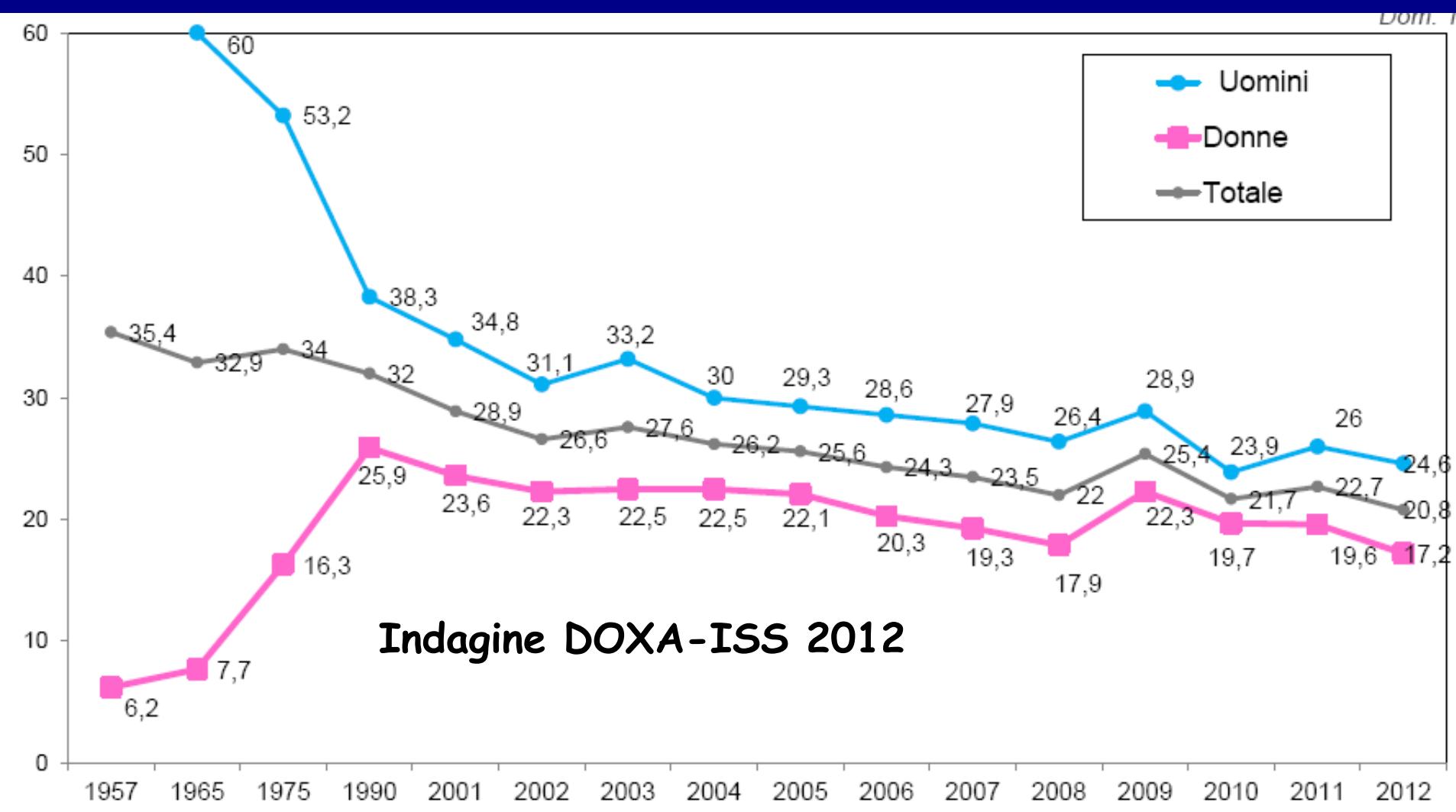


Fumatori:
10,8 milioni
20,8%

Uomini:
6,1 milioni
24,6%

Donne:
4,7 milioni
17,2%

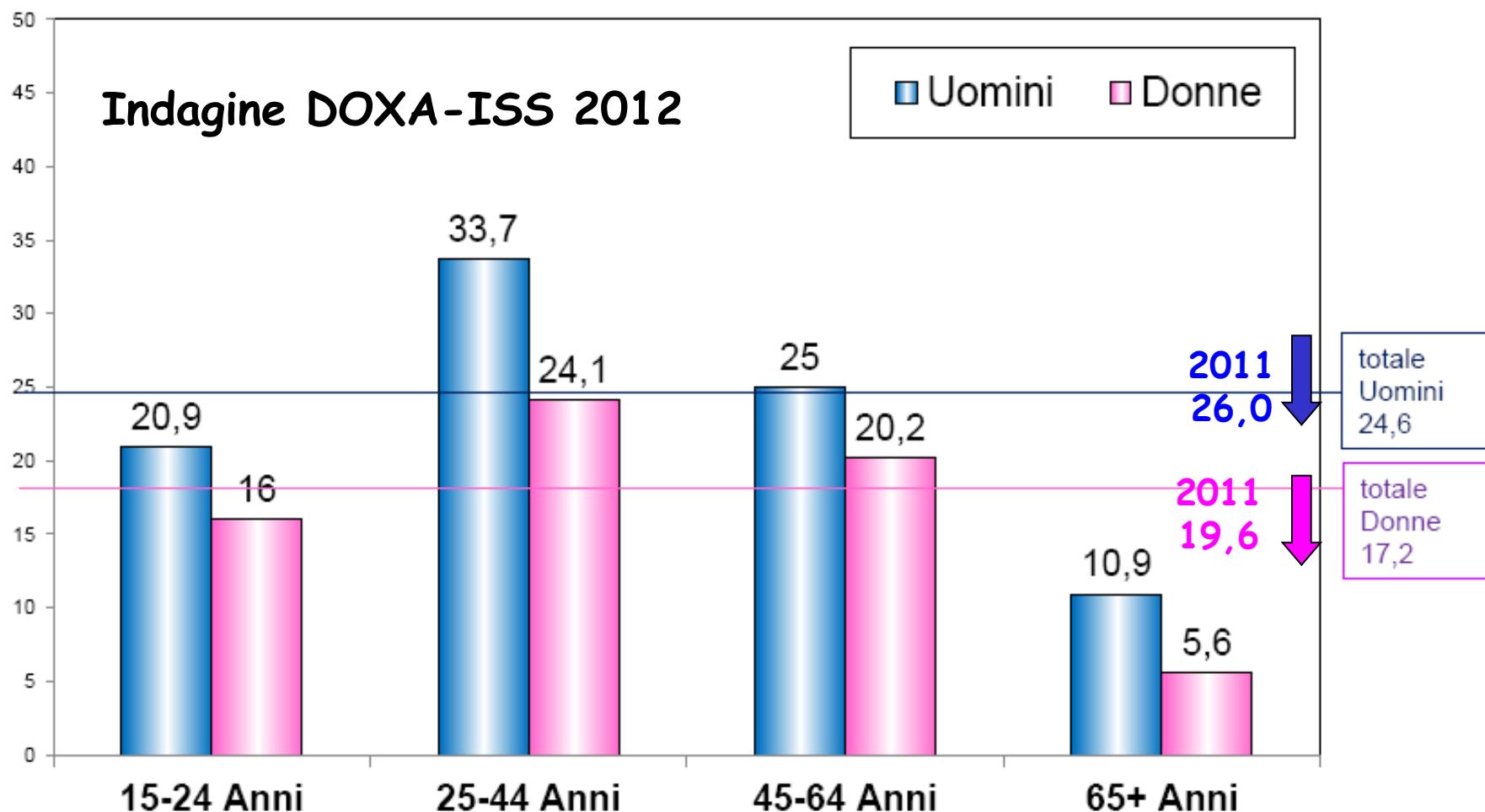
Prevalenza fumatori dal 1957 al 2012



Prevalenza fumatori per sesso e classe di età

Base: Tutti gli adulti (3.086) – Valori %

Dom. 1



A che età si inizia a fumare?

Base: fumatori attuali ed ex-fumatori

	Totale (1036) %	Maschi (630) %	Femmine (406) %
--	-----------------------	----------------------	-----------------------

- Prima dei 15 anni
- Tra i 15 e i 17 anni
- Tra i 18 e i 20 anni
- Tra i 21 e i 24 anni
- Dopo i 24 anni (25+)
- NON INDICA

76,3	13,3	15,4	10,1
	46,1	48,5	42,6
76,3	30,2	27,8	34,0
	4,4	3,4	5,6
76,6	3,9	2,6	5,9
	2,1	2,3	1,8

ETÀ MEDIA

17,3	16,9	17,8
------	------	------

ETA' MEDIA 2011

17.6

17.1

18.2

Indagine DOXA-ISS 2012

Consumo medio di sigarette al giorno

Base:

Dom. 4b

	Fumatori (641)	%
■ Meno di 5 sigarette al giorno	11.2	
■ Da 5 a 9 sigarette al giorno	15.4	
■ Da 10 a 14 sigarette al giorno	26.9	
■ Da 15 a 19 sigarette al giorno	15.5	
■ Da 20 a 24 sigarette al giorno	23.8	
■ 25 sigarette al giorno o più	7.3	

Dom. 4a

CONSUMO MEDIO GIORNALIERO 2012	14.9
CONSUMO MEDIO GIORNALIERO 2011	13.6
CONSUMO MEDIO GIORNALIERO 2010	13.0
CONSUMO MEDIO GIORNALIERO 2009	14.1
CONSUMO MEDIO GIORNALIERO 2008	14.4
CONSUMO MEDIO GIORNALIERO 2007	14.1
CONSUMO MEDIO GIORNALIERO 2006	13.6
CONSUMO MEDIO GIORNALIERO 2005	14.0
CONSUMO MEDIO GIORNALIERO 2004	14.8
CONSUMO MEDIO GIORNALIERO 2003	16.1

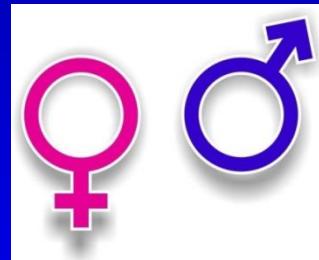
Età media in cui si smette di fumare



Uomini 42.2



Donne 39.3



Total
41.2

Avvertimento Minimo - Minimal Advice

- ✓ Centro Anti-fumo: percentuale di successo intorno a 20-25%
- ✓ **Minimo sforzo, massima diffusione del messaggio,**
1-3% di astensione “spontanea” dal fumo



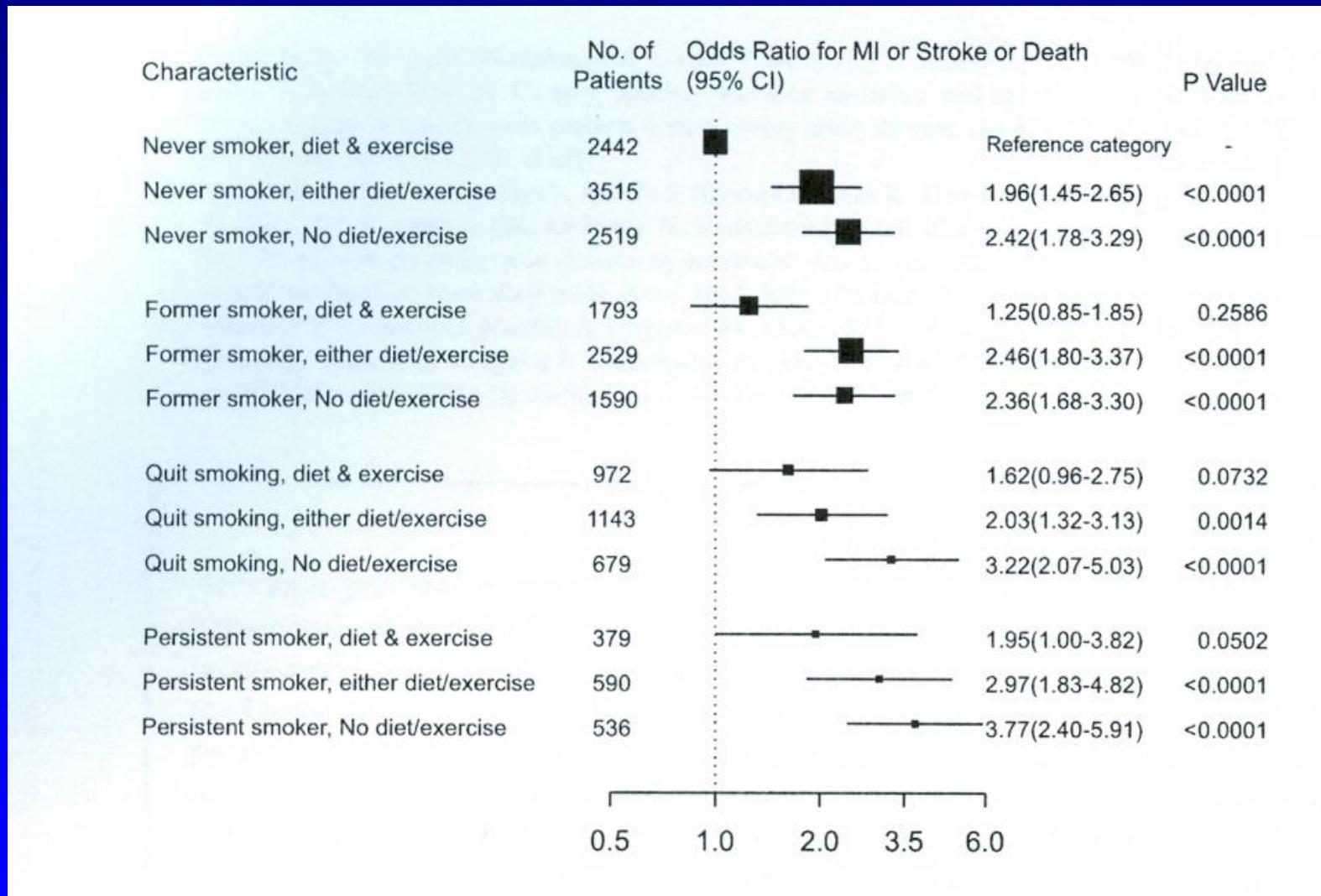
Fumo – Minimal Advice

- ✓ Che cosa pensa del fumo?
- ✓ Ha mai riflettuto sulla sua vita senza il fumo?
- ✓ Pensa di prendere in considerazione l'ipotesi di smettere?
 - ✓ Sa che possiamo aiutarla a smettere?
 - ✓ Sa che sono disponibili farmaci efficaci e sicuri per aiutare?
- ✓ Ricordi che se intende provare a smettere, ci sono persone esperte nel sostenerla...

Delta di sopravvivenza scorporato per i singoli fattori di rischio CV

- ✓ **FUMO:** fino a 6 anni a favore di chi non ha mai fumato rispetto ai fumatori
- ✓ **IPERTENSIONE:** fino a 6 anni a favore dei normotesi
- ✓ **COLESTEROLO:** fino a 2 anni a favore degli ipocolesterolemici
- ✓ **DIABETE:** fino a 4 anni a favore dei non diabetici
- ✓ **QUALITA' di IMPIEGO:** fino a 6 anni a favore di lavoratori meno disagiati
- ✓ **STATO CIVILE:** fino a 2 anni a favore degli sposati

A parità di trattamento medico, dieta, esercizio e assenza di fumo, migliorano la sopravvivenza e la qualità della vita



Il numero (verde) della vita sana:

0 30 - 5 140 53 00 h_n

- 0 = niente fumo
- 30 = minuti di attività fisica al giorno
- 5 = dosi di frutta e verdura al giorno
- 140 = il valore massimo della pressione arteriosa
- 5 = mmoli/dl di colesterolo totale (180 mg/dl)
- 3 mmoli/dl di colesterolo LDL ("cattivo") (100 mg/dl)
 - 0 = niente sovrappeso
 - 0 = niente diabete
- h_n = hobby costruttivi a volontà

Sospensione del Fumo

- ✓ Pratica totalmente priva di rischi
- ✓ 1-3% di sospensione spontanea
- ✓ Oltre 20% sospensione in centri Antifumo,
con assistenza specifica e personalizzata

Tipologie di Intervento:
Intervento Multi - Disciplinare

Approccio Medico Classico

Approccio Mediatico (Ministero della Salute,
Società Scientifiche)

Approccio Legislativo (Organi Centrali e
Regionali)

Approccio Educativo (scuola, campagne sanitarie)

Fumo e Incoerenza Educativa

- ✓ Operatori Sanitari
- ✓ Educatori Scolastici
- ✓ Operatori esposti all'osservazione del pubblico
- ✓ Personaggi Rappresentativi con funzione di «testimonial»

Fumatori al bivio:



- ✓ Come smettere di fumare?
- ✓ Proviamo a (ri)-percorrere la non facile, ma ben possibile, strada della MOTIVAZIONE

...