

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?

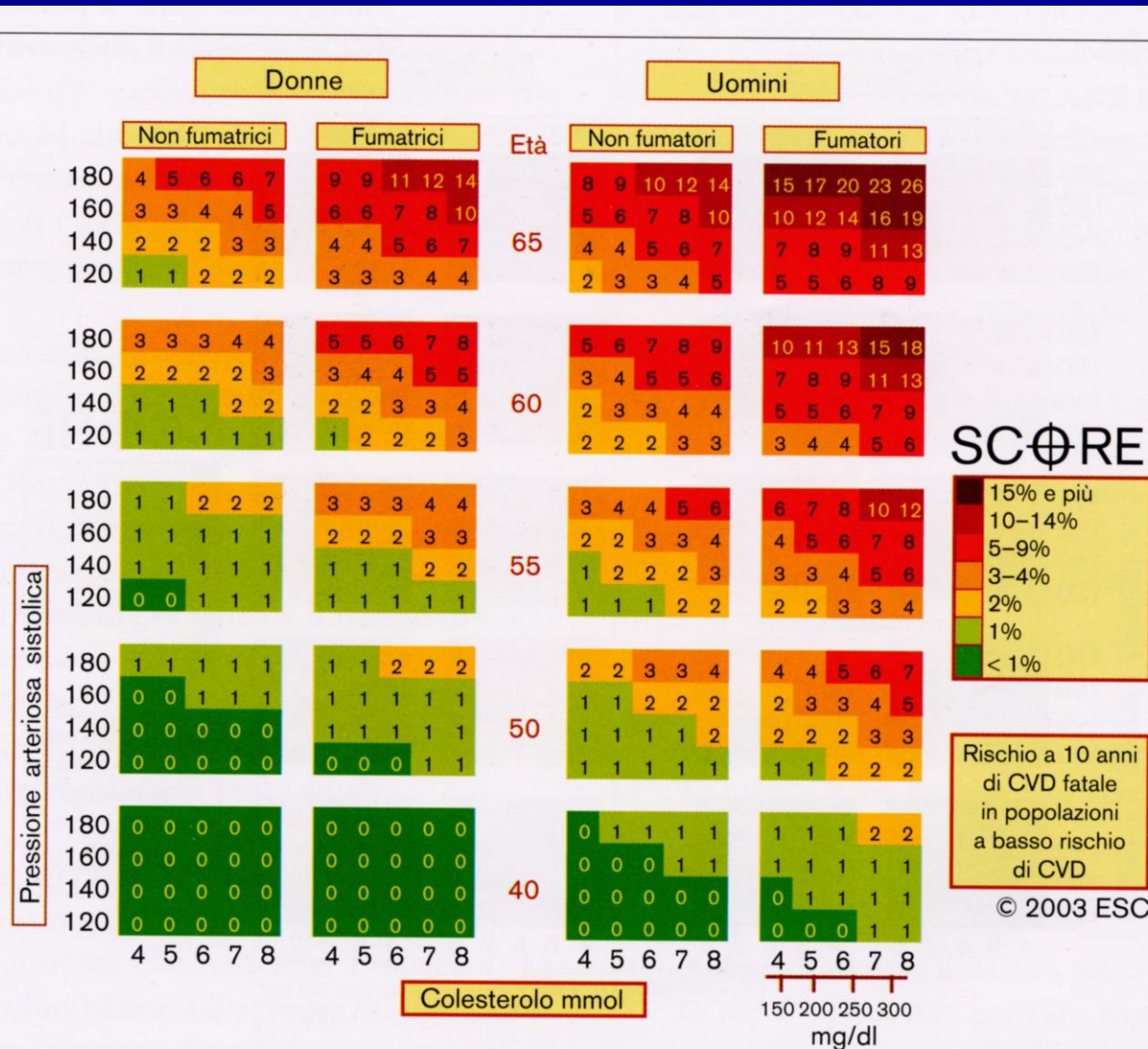
- ✓ Perché una serata sul fumo ad un gruppo di (cardiopatici) attenti al proprio Stile di Vita?
- ✓ Chi non ha mai fumato, forse non ne sentirà la necessità
- ✓ e chi ha già smesso si è già rallegrato con sè stesso del successo e ugualmente non ne sentirà la necessità

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 Cardiovascolare

Fumo

Dislipidemia

Ipertensione
arteriosa

Diabete

Sedentarietà

Sovrappeso

...

Sindrome

plurimetabolica

Fattori psico-
sociali

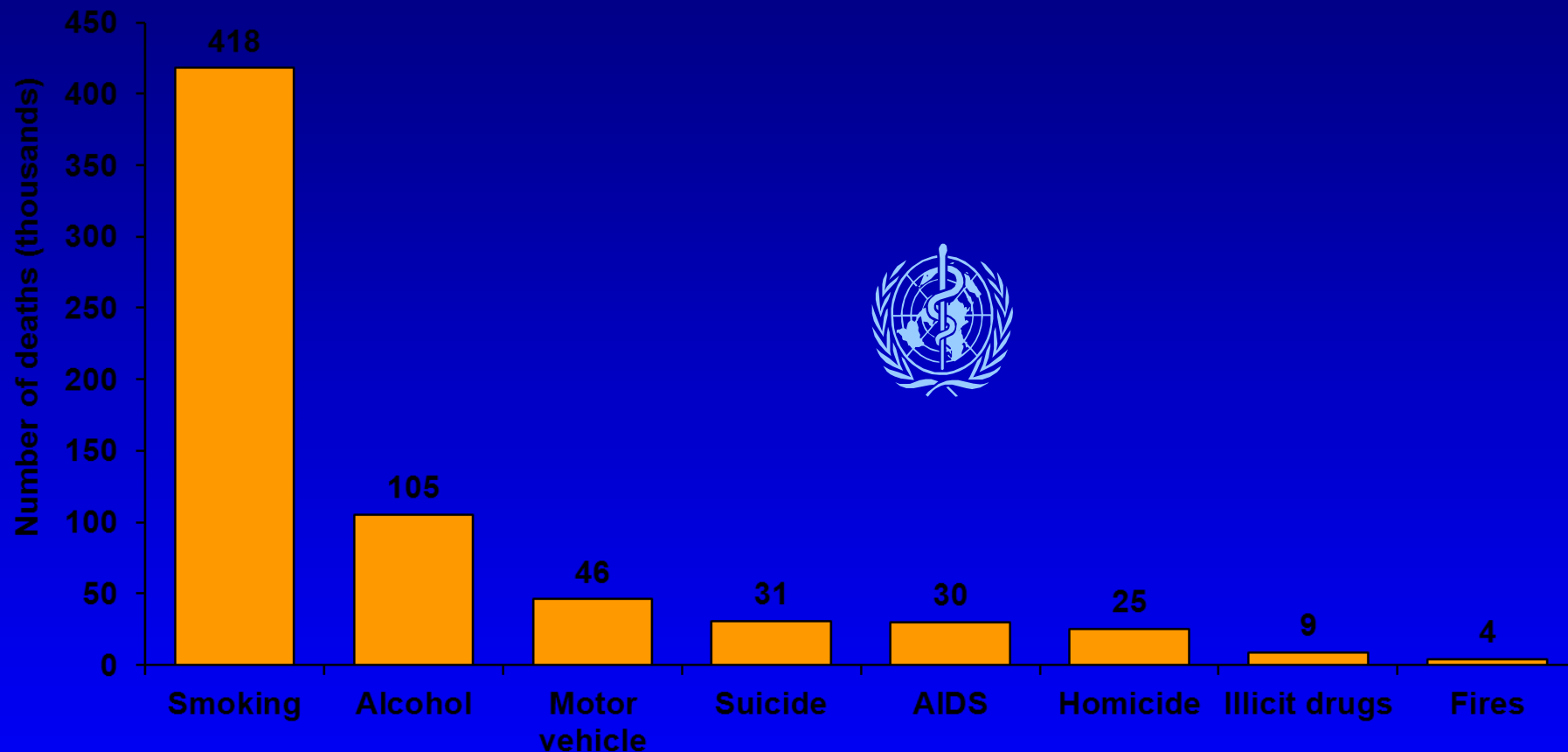
Sottogruppi a
rischio elevato
(donne)

...

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 comorbidità 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

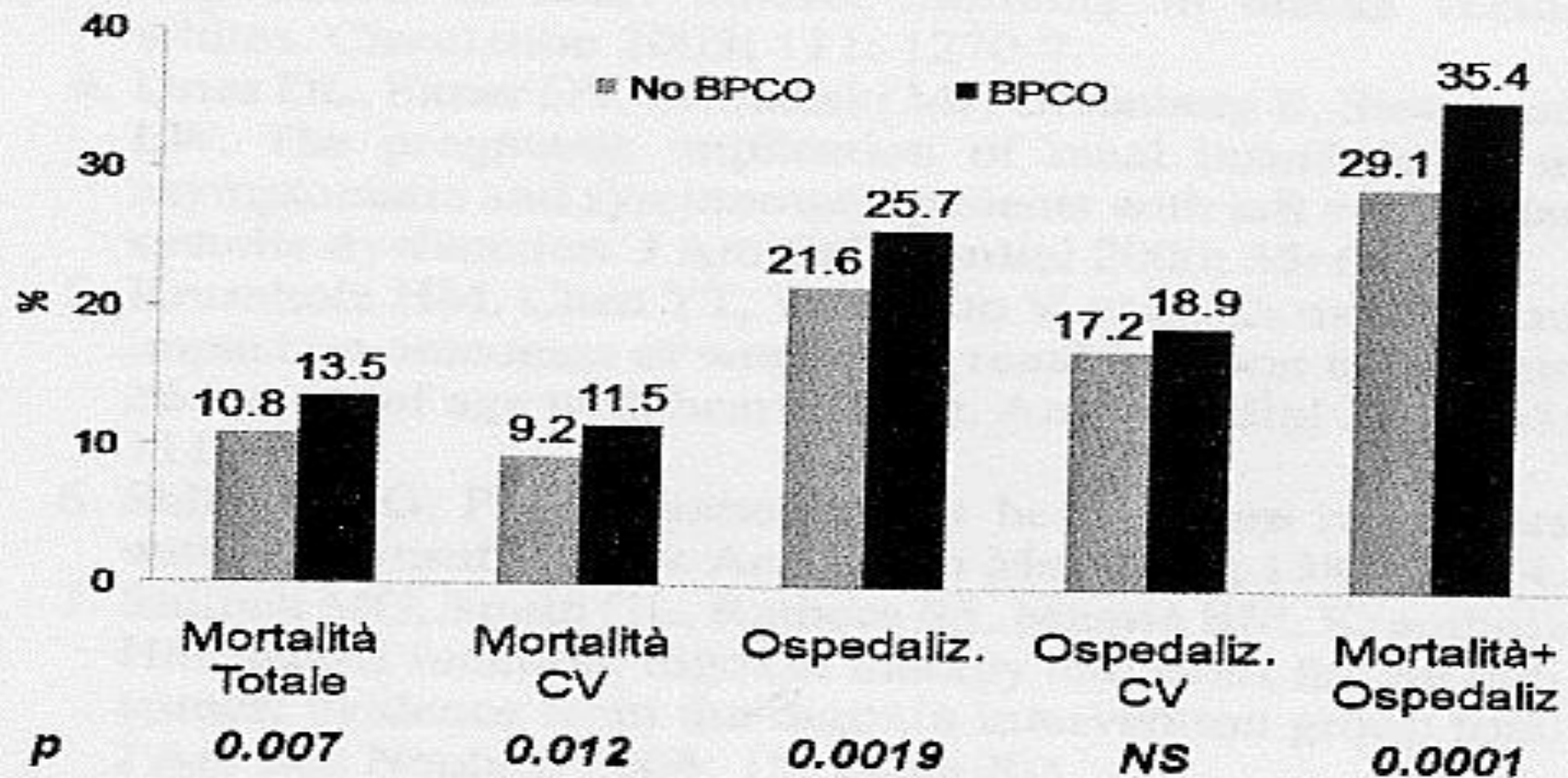
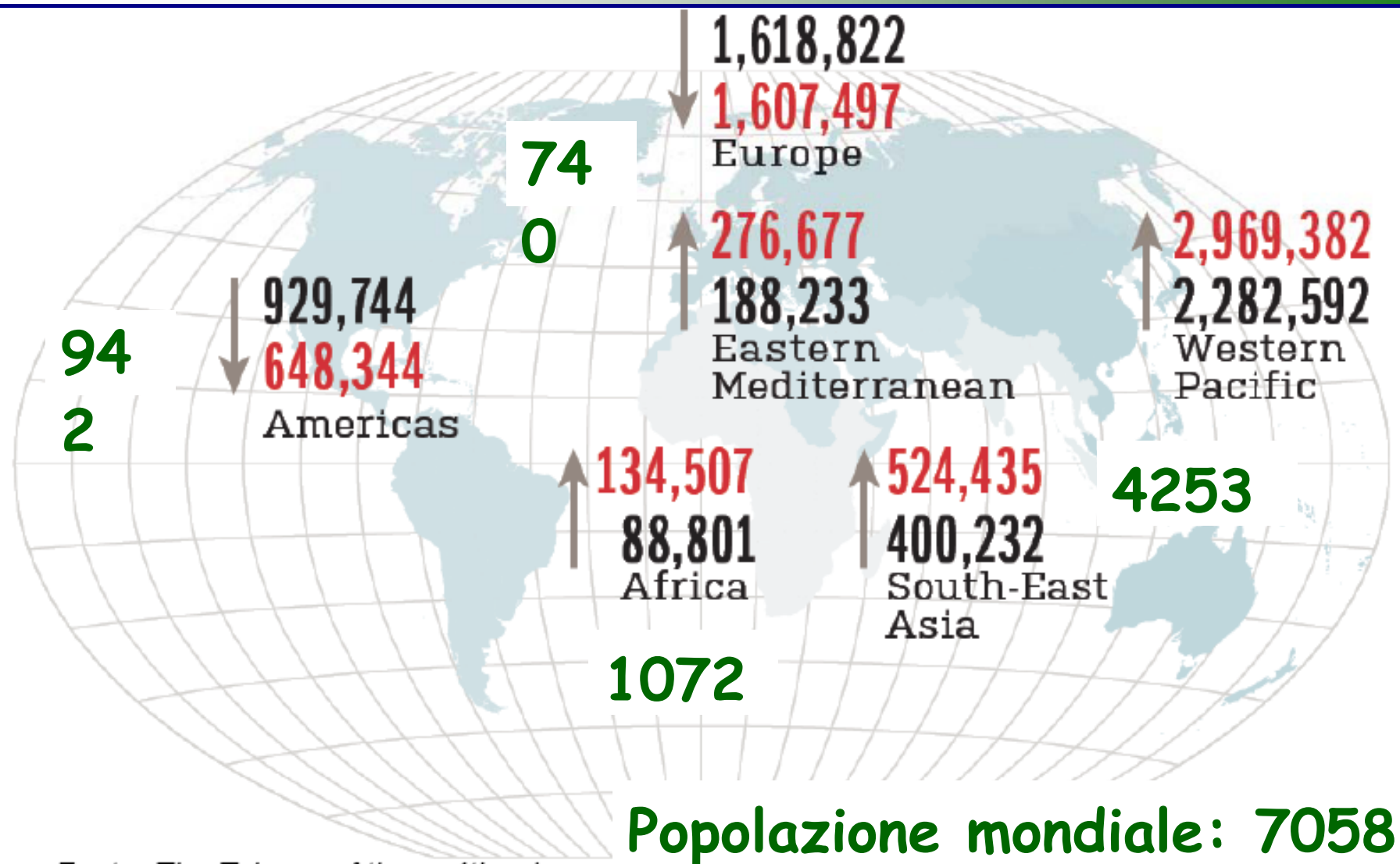


Figura 2. *Pazienti con broncopneumopatia cronico-ostruttiva (BPCO): outcome ad 1 anno. CV = cardiovascolare.*

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)



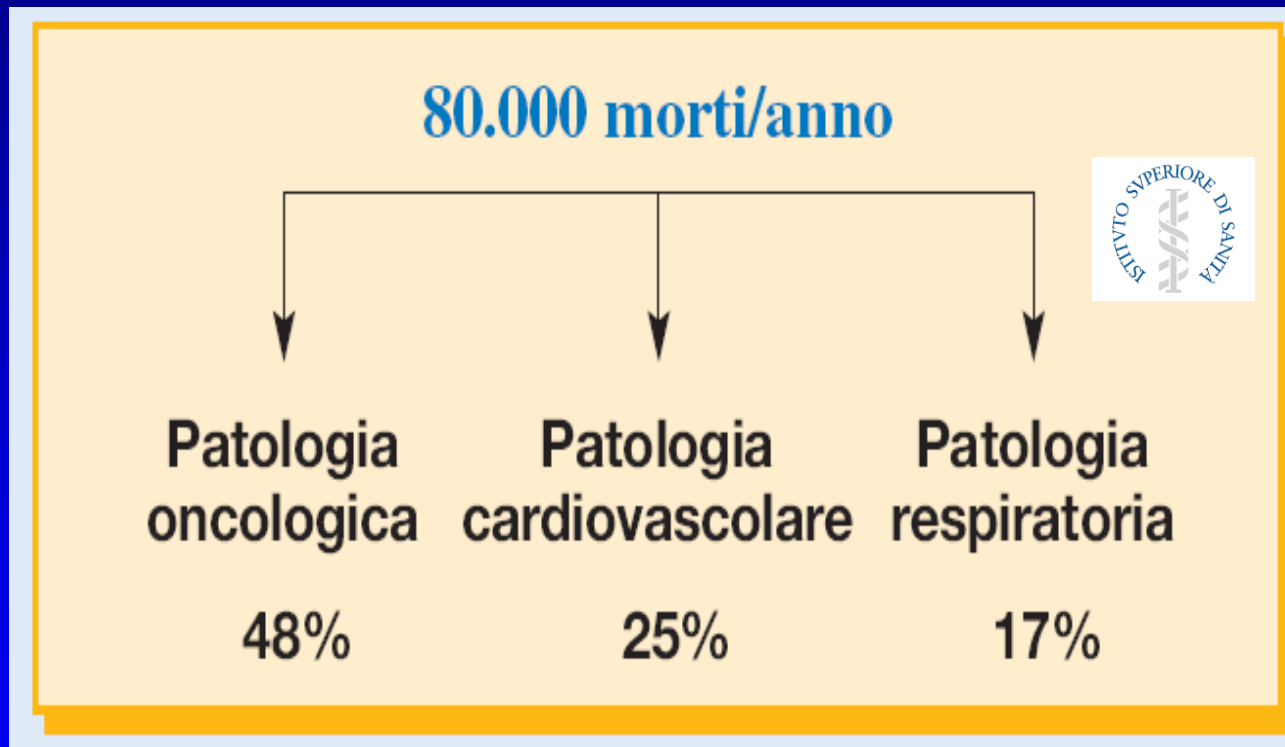
Fonte: The Tobacco Atlas – 4th ed.

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%

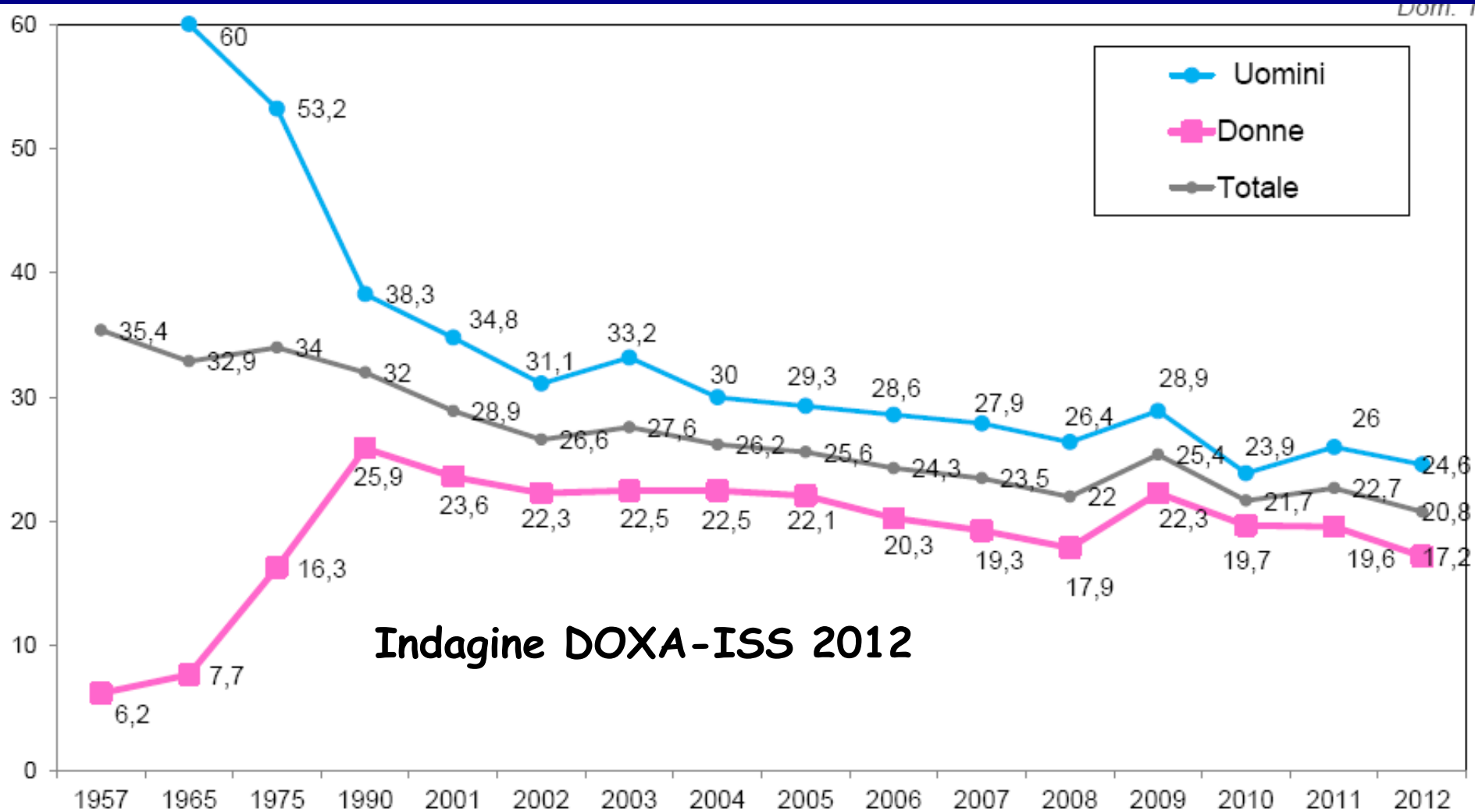


Fumatori:
10,8 milioni
20,8%

Uomini:
6,1 milioni
24,6%

Donne:
4,7 milioni
17,2%

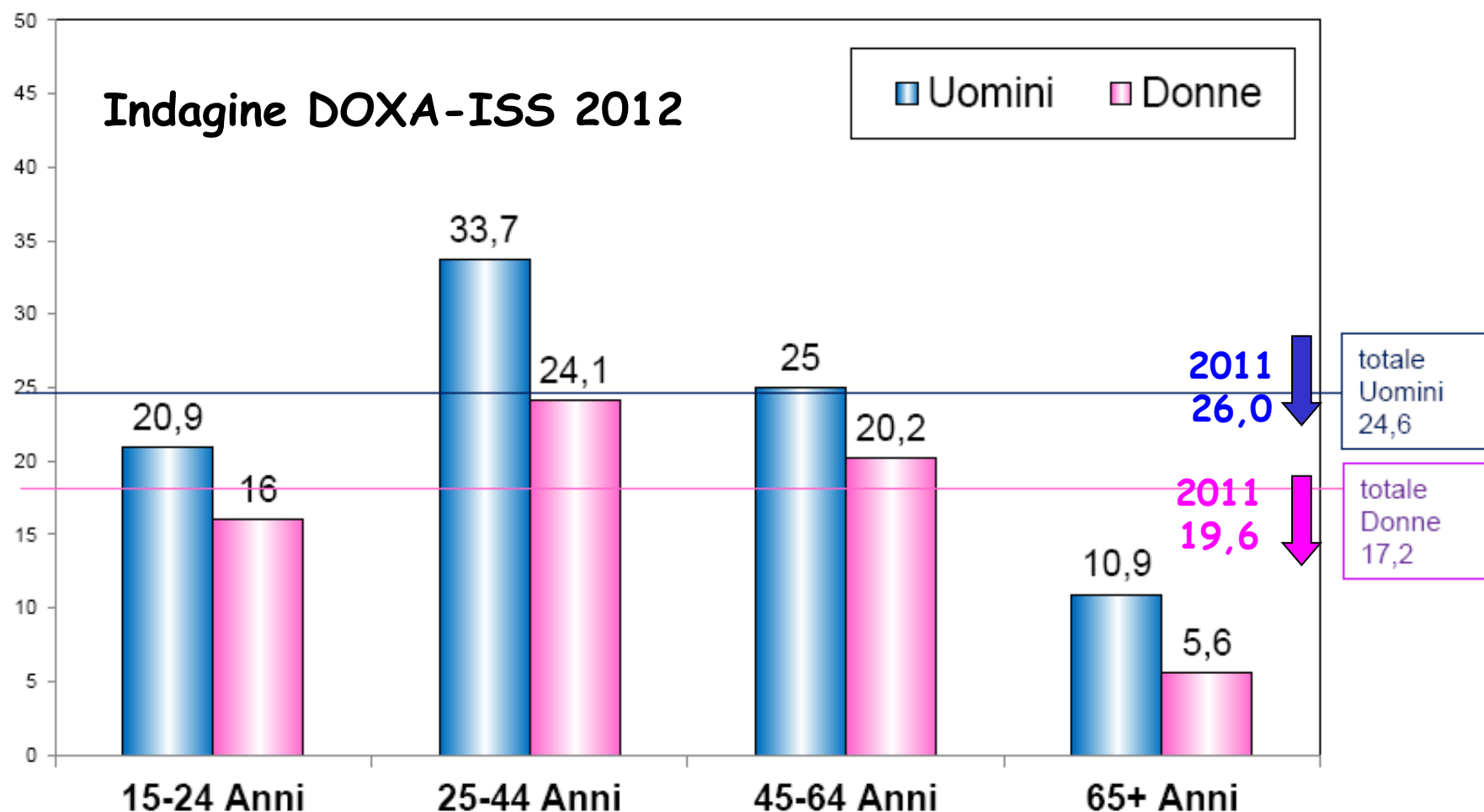
Prevalenza fumatori dal 1957 al 2012



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: <u>fumatori attuali ed ex-fumatori</u>	Totale (1036) %	Maschi (630) %	Femmine (406) %
● Prima dei 15 anni	13,3	15,4	10,1
● Tra i 15 e i 17 anni	76,3 {	76,3 {	76,6 {
● Tra i 18 e i 20 anni			
● Tra i 21 e i 24 anni			
● Dopo i 24 anni (25+)	4,4	3,4	5,6
● NON INDICA	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:	Fumatori
<i>Dom. 4b</i>	(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

<i>Dom. 4a</i>	
CONSUMO MEDIO GIORNALIERO <u>2012</u>	14.9
CONSUMO MEDIO GIORNALIERO <u>2011</u>	13.6
CONSUMO MEDIO GIORNALIERO <u>2010</u>	13.0
CONSUMO MEDIO GIORNALIERO <u>2009</u>	14.1
CONSUMO MEDIO GIORNALIERO <u>2008</u>	14.4
CONSUMO MEDIO GIORNALIERO <u>2007</u>	14.1
CONSUMO MEDIO GIORNALIERO <u>2006</u>	13.6
CONSUMO MEDIO GIORNALIERO <u>2005</u>	14.0
CONSUMO MEDIO GIORNALIERO <u>2004</u>	14.8
CONSUMO MEDIO GIORNALIERO <u>2003</u>	16.1

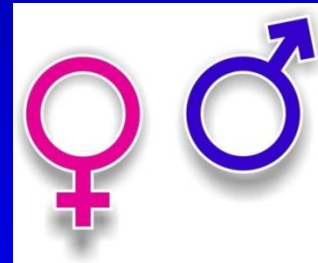
Età media in cui si smette di fumare



Uomini 42.2



Donne 39.3



Totale
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



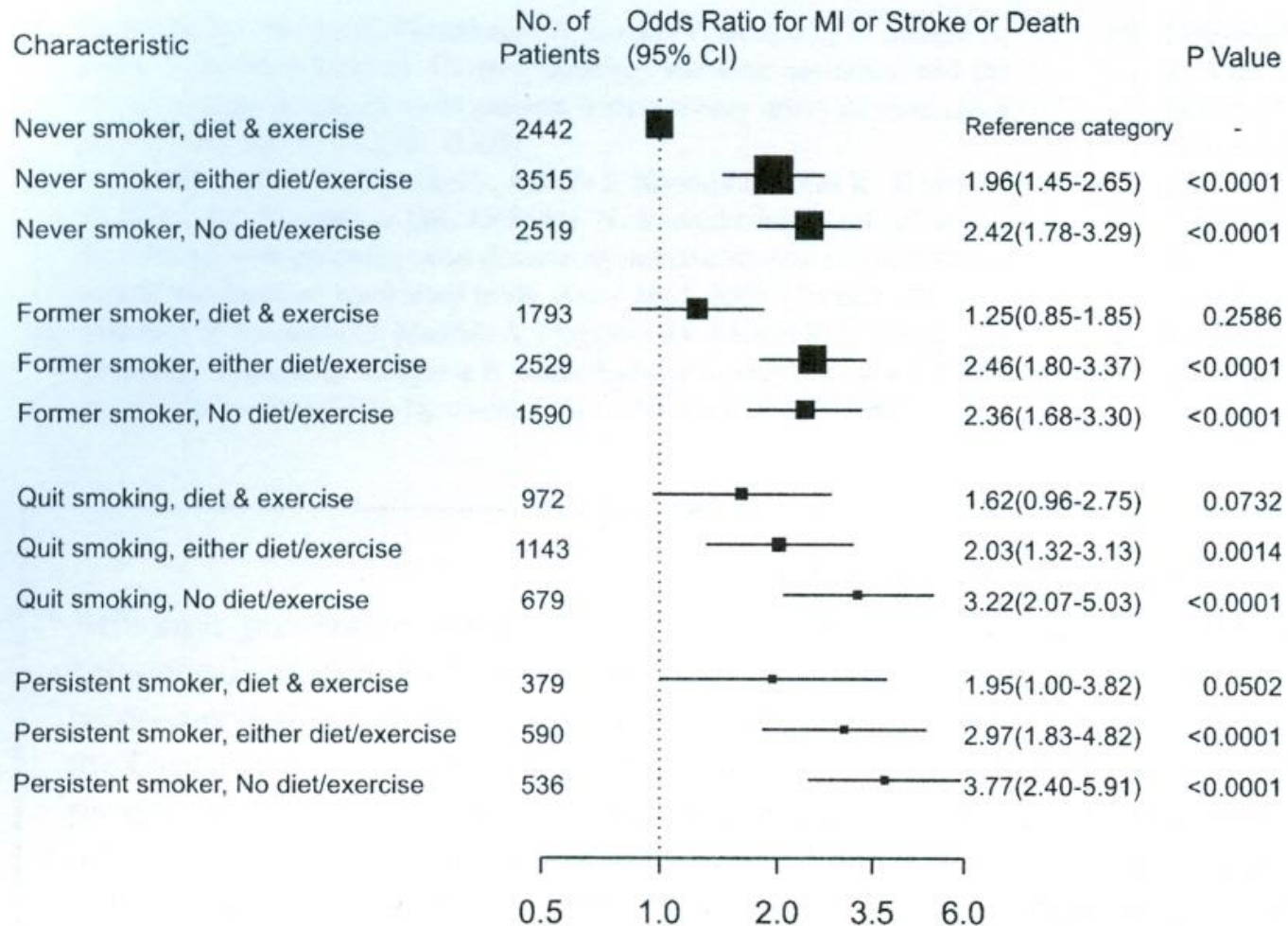
Fumo – Minimal Advice

- ✓ 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 personalizza

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**

...