

Medicina E Ricerca

HOME

ALIMENTAZIONE E FITNESS

MEDICINA E RICERCA

SALUTE SENO

ONCOLINE

Giornata mondiale senza tabacco, fumano ancora due italiani su 10



Al Sud la percentuale più alta di fumatrici. Secondo l'Istituto Superiore di Sanità, l'uso anche nei luoghi pubblici di sigarette elettroniche e a tabacco riscaldato mina il valore educativo delle leggi antifumo. Otto milioni di morti l'anno entro il 2030

di IRMA D'ARIA

ABBONATI A **Rep:**

30 maggio 2019

SE NON saranno attuate efficaci politiche di contrasto, entro il 2030 il fumo da sigarette ucciderà ogni anno oltre 8 milioni di persone. È come se fosse cancellata di colpo la città di New York. Nel 2017, il tabacco è responsabile della morte di 3,3 milioni di consumatori e persone esposte al fumo passivo. In particolare, un milione e mezzo di persone hanno perso la vita per malattie respiratorie croniche, 1,2 milioni per cancro (alla trachea, ai bronchi e ai polmoni), 600mila per infezioni respiratorie e tubercolosi. Non solo: più di 60mila bambini con meno di 5 anni sono morti a causa di infezioni alle basse vie respiratorie in seguito a fumo passivo. Sono alcuni dei dati diffusi dall'Organizzazione mondiale della Sanità che, in occasione della [Giornata mondiale senza Tabacco](#), lancia un appello a tutti i paesi per incrementare le azioni di sensibilizzazione e protezione delle persone dall'esposizione ai danni del tabacco. E oggi è una giornata all'insegna dello 'Stop Smoking', perché l'invito ai fumatori è di astenersi per almeno 24 ore dal fumo di sigarette convenzionali.

I numeri in Italia

OGGI SU Rep:

Salvini alza il prezzo, vuole condono e appalti liberi: "Non accetto più no". E degrada Conte sul caso Rixi

Spese pazzе: quella politica predona che mette in nota l'intimo e i caffè

Prove tecniche di rimpasto: rischiano i grillini Toninelli e Grillo

"A Palamara quarantamila euro per una nomina"

Csm, l'inchiesta che sconvolge la magistratura

la Repubblica

ILMIOLIBRO

In base al report presentato stamattina dall'Istituto Superiore di Sanità, in Italia sono **11,6 milioni i fumatori**, più di un italiano su cinque. Gli uomini sono 7,1 milioni e le donne 4,5 milioni. Le fumatrici sono aumentate soprattutto nelle regioni del Sud Italia: sono quasi il doppio rispetto a quelle che vivono nelle regioni centrali e settentrionali (il 22,4% al Sud e isole contro il 12,1% al Centro e il 14% al Nord). Un fumatore maschio su 4 consuma più di un pacchetto al giorno. Quasi la metà delle donne fuma tra le 10 e le 20 sigarette al giorno. "Non cambiano negli ultimi anni le abitudini al fumo degli italiani – afferma **Roberta Pacifici**, direttore del Centro Nazionale Dipendenze e Doping – segno che serve incentivare campagne informative soprattutto per i giovani che rappresentano un serbatoio che alimenta l'epidemia tabagica e per le donne, per le quali è in aumento la mortalità per tumore al polmone". In Italia le sigarette causano annualmente la morte di 80mila persone, come se fosse ogni anno fosse 'cancellata' una città grande come Varese.

LA RUBRICA - MANDA UNA DOMANDA ALL'ESPERTO

Tutti i danni per la salute

Il fumo di sigaretta è la prima causa di **tumore ai polmoni** ed è responsabile per oltre i due terzi della mortalità per questo tipo di tumore. Anche l'esposizione al fumo passivo a casa o al lavoro aumenta il rischio di tumore ai polmoni. Smettere di fumare può ridurre questo rischio: dopo 10 anni senza fumo il rischio di tumore ai polmoni si riduce alla metà rispetto ai fumatori. Il fumo da tabacco è anche la prima causa della **broncopneumopatia cronico-ostruttiva**, caratterizzata da una persistente ostruzione delle vie aeree, che rende difficoltosa la respirazione. Il rischio di sviluppare questa malattia è particolarmente alto tra chi ha iniziato a fumare o è stato esposto al fumo sin da giovane perché il tabacco riduce in modo significativo lo sviluppo dei polmoni. Il tabacco, inoltre, peggiora anche l'asma e la tubercolosi: circa un quarto della popolazione mondiale ha una tubercolosi latente con il rischio di sviluppare la forma attiva della malattia. Chi fuma ha il doppio delle probabilità di ammalarsi di tubercolosi.

A rischio anche la vita sessuale

Il fumo rende "più vecchi" gli uomini anche da un punto di vista sessuale. "Un ragazzo di 20 anni che fuma un pacchetto di sigarette, o quasi, al giorno rischia a 40 anni di avere la vita sessuale di un 70enne". A lanciare l'allarme, è **Andrea Lenzi**, docente ordinario di Endocrinologia, del Dipartimento di Medicina Sperimentale, presso la Sapienza Università di Roma, in occasione del 40esimo congresso nazionale della Società Italiana di Endocrinologia (SIE), che si è aperto ieri a Roma: "La nicotina è un potentissimo vasocostrittore e, sul lungo periodo, può compromettere la capacità erettile dell'uomo, arrivando a farla 'invecchiare' di 30 anni", spiega Lenzi. "Anche solo poco più di 5 sigarette al giorno per 10-20 anni possono provocare nell'uomo pesanti conseguenze sulla vita sessuale", aggiunge. Danni anche nelle donne: il registro nazionale Procreazione medicalmente assistita dell'Istituto Superiore di Sanità informa che le donne che fumano sono meno fertili, hanno un indice di fecondabilità ridotto, e impiegano più tempo a restare incinte (in media più di un anno). Il fumo, infatti, è dannoso per le ovaie femminili, perché le sostanze tossiche come la nicotina alterano la motilità tubarica ostacolando il trasporto degli ovociti e l'incontro con gli spermatozoi.

LEGGI - "Sigarette elettroniche, i fluidi aromatizzanti possono aumentare il



PUBBLICARE UN LIBRO: DAL WEB ALLE LIBRERIE

Come vendere un libro su Amazon e da Feltrinelli

Storiebrevi | Premi letterari

rischio di malattie cardiache”

Fumo passivo: dalla pancia della mamma ai primi anni di vita

I neonati che sono stati esposti alle tossine del tabacco già in utero attraverso il fumo della madre sperimentano frequentemente una riduzione dello sviluppo e della funzionalità polmonare. I bambini piccoli esposti al fumo passivo rischiano l'insorgenza e il peggioramento di asma, polmonite, bronchite e infezioni delle basse vie respiratorie. Il fumo da tabacco rappresenta anche una pericolosa forma di inquinamento dell'aria interna: contiene più di 7mila sostanze chimiche, 69 delle quali sono considerate cancerogene. Anche se il fumo è invisibile, può persistere nell'aria per più di cinque ore.

Il fumo tra gli adolescenti sportivi

Altro capitolo importante riguarda l'abitudine al fumo nei giovani che non risparmia neanche gli sportivi. Nell'ambito del progetto SODA - Survey on Doping Among Adolescents realizzato dall'Istituto di Fisiologia Clinica del Consiglio Nazionale delle Ricerche (CNR) – è emerso che tra i giovani tra i 15 e i 19 anni che fumano più di un pacchetto di sigarette al giorno oltre il 60% pratica attività sportiva sistematica. “Tra gli adolescenti che fanno sport più di 2 volte a settimana, l'abitudine al fumo di sigaretta assume un andamento bimodale: ci sono gli sportivi che evitano o fumano raramente, e quelli che invece fumano oltre 20 sigarette al giorno”, afferma **Sabrina Molinaro** dell'Istituto di fisiologia clinica del Cnr-lfc.

LEGGI - Sigarette elettroniche, i fluidi aromatizzanti possono aumentare il rischio di malattie cardiache

L'appello dell'Oms

Oltre il 40% di tutte le morti collegate al tabacco sono dovute a patologie polmonari come cancro, malattie respiratorie croniche e tubercolosi. “Avere dei polmoni sani è essenziale per vivere in buona salute”, dichiara **Tedros Adhanom Ghebreyesus**, direttore generale dell'Oms. “Oggi è possibile proteggere i nostri polmoni e quelli dei nostri amici e parenti semplicemente dicendo no al tabacco”. L'Oms sta spingendo i paesi a combattere l'epidemia di tabacco attraverso l'implementazione della Convenzione quadro sul controllo del Tabacco e rafforzando e promuovendo alcune misure di controllo come, per esempio, un aumento della tassazione e la creazione di luoghi smoke-free. “Estendere l'attuale divieto di fumo nei luoghi chiusi pubblici e nei luoghi di lavoro pubblici e privati è necessario – afferma il farmacologo **Silvio Garattini**, presidente dell'Istituto Farmacologico Mario Negri Garattini. Così come vanno vietate le pubblicità alle sigarette elettroniche e agli heated tobacco products”.

Spegni la tua voglia di fumare con un sorso d'acqua

In occasione della Giornata mondiale senza tabacco, parte la campagna di sensibilizzazione “Spegni la tua voglia di fumare con un sorso d'acqua” realizzata

dagli ospedali Humanitas, in collaborazione con Fondazione Humanitas per la Ricerca e Acqua Vitasnella. A chi entrerà oggi negli ospedali Humanitas (Istituto Clinico Humanitas, Humanitas Gavazzeni e Castelli, Humanitas Mater Domini) e Humanitas University verrà chiesto di buttare la propria sigaretta per ricevere in cambio una bottiglietta d'Acqua Vitasnella. "Smettere di fumare è una sfida impegnativa – spiega **Licia Siracusano**, responsabile del Centro antifumo dell'Istituto Clinico Humanitas. La maggior parte delle persone si sente scoraggiata e ha paura di affrontare le situazioni di ogni giorno senza la sigaretta. Intraprendere un percorso di disintossicazione significa togliere un gesto, il proprio momento dedicato al fumo. Bere un sorso d'acqua ogni volta che si avverte il desiderio di fumare aiuta a controllare questo desiderio - continua Siracusano - allevia la secchezza della gola e delle fauci ma soprattutto aiuta a sostituire la gestualità della sigaretta con una routine salutare".

*L'approfondimento quotidiano lo trovi su Rep:
editoriali, analisi, interviste e reportage.
La selezione dei migliori articoli di Repubblica
da leggere e ascoltare.*

Rep: Saperne di più è una tua scelta

Sostieni il giornalismo!
Abbonati a Repubblica

fumo tabagismo sigarette sigarette elettroniche

© Riproduzione riservata

30 maggio 2019

ARTICOLI CORRELATI



Sigarette elettroniche, i fluidi aromatizzanti possono aumentare il rischio di malattie cardiache

DI IRMA D'ARIA



"Fumo, le IQOS potrebbero essere dannose quanto le sigarette"

DI SARA PERO



Fumo, ridurre lo stress è la chiave per far smettere le donne