

Sintesi dei lavori

Il fumo uccide. Arrestalo!

27 maggio 2022 - ore 18,00

Sala Lombardia – ATS Bergamo. Bergamo, Via Galliccioli, 4

Convegno in presenza e on-line
per i cittadini e per il territorio

IL CONVEGNO

Luminita Andreescu, Presidente di ANVOLT, ha partecipato al convegno, in videocollegamento da Bruxelles. Qui erano in corso i lavori dell'Assemblea Generale dell'ECPC - European Cancer Patients Coalition, di cui fa parte da quasi vent'anni.

È intervenuta per raccontare come il tema del fumo fosse al centro anche di quel congresso. E per parlare del progetto "Lotta al tabagismo" che, da molti anni, vede coinvolti bambini delle scuole elementari di diversi Paesi europei, inclusa l'Italia.

E ai lavori ha partecipato, fuori programma, anche il Dott. Roberto Labianca, oncologo di fama internazionale.

Il fatto è che il fumo uccide. Non solo per il cancro ai polmoni e non solo per il cancro in generale. Il fumo è un grave fattore di rischio per molte patologie che possono essere serie, incidere pesantemente sulla qualità della vita e portare anche a esiti drammatici.

Il fumo uccide anche l'ambiente. I metodi di produzione, distribuzione e smaltimento dell'industria del tabacco hanno effetti pesanti sull'ecosistema e producono danni di lunga durata. Uccide anche chi non fuma. Una questione, quindi, non solo "medica" ma che investe la comunità.

È necessario parlarne, spiegare e sensibilizzare. Perché si fuma, quali danni produce il fumo, le malattie oncologiche e il cancro dei polmoni provocati dal fumo. La questione culturale e la prevenzione. Che deve iniziare nei bambini. La possibilità di smettere di fumare.

Di tutto questo si è parlato durante l'incontro/convegno. Senza demonizzazioni ma in modo puntuale. Abbiamo aperto i lavori col videoclip "Stop what you're doing", realizzato da 'Il Coro che non c'è', composto da studenti di diversi licei di Roma, per promuovere il Telefono Verde contro il Fumo.

Abbiamo un grosso problema, ha introdotto **Lucia De Ponti, Presidente di LILT Bergamo Onlus**. Il problema del tabacco, dei danni che provoca il fumo di tabacco, il fatto che il fumo di tabacco investe sempre più la fascia giovanile della popolazione.

Si sta abbassando sempre di più l'età in cui i ragazzi cominciano a fumare, ha confermato la **Dott.ssa Valeria Perego, Psicologa e Psicoterapeuta**. A quell'età si fuma per condividere un momento, per entrare a far parte del gruppo, per fare qualcosa di trasgressivo. Quella è l'età in cui ci si sente un po' dei supereroi, imbattibili e con la convinzione che "tanto smetto quando voglio". In realtà non è così. Si fuma poi per noia, perché dopo comincia a piacere e a quel punto, subentra la dipendenza. Parliamo di dipendenza fisica e psicologica.

I danni del fumo sono un'evidenza scientifica, ha osservato **Lucia De Ponti**. I numeri sono preoccupanti. Ogni anno in Italia, muoiono circa 90.000 per patologie polmonari riconducibili al fumo. Di queste, l'80% sono fumatori. Spaventa il numero di persone giovani che fumano: attorno ai 16 anni, fuma 1 maschio su 4 e 1 femmina su 3.

Per capire l'impatto del tumore al polmone, bastano alcuni dati, è intervenuto il **Dott. Giuseppe Chiesa, Chirurgo Toracico**. Ogni anno, nel Mondo, si ammalano 1.500.000 persone di cancro al polmone. In Italia, ci sono circa 41/42.000 nuovi casi di tumore al polmone ogni anno, di cui circa 13.000 donne e 28.000 uomini. Il 90% dei casi di cancro al polmone sono causati dal fumo.

Il tumore ai polmoni ha la più alta mortalità tra le malattie tumorali. Rappresenta il 20% delle cause di morte. Il cancro ai polmoni da solo ha una mortalità maggiore della somma dei tre tumori che lo seguono nella casistica: cancro della mammella, del colon-retto e della prostata. La sopravvivenza rispetto a questa diagnosi è del 16% negli uomini e del 23% nelle donne.

Di fronte a questi dati, risulta chiara la necessità di lavorare molto sulla prevenzione e sulla sorveglianza sanitaria. Non solo prevenzione primaria ma anche secondaria: la diagnosi precoce. Per farlo bisogna arrivare ad adottare lo screening del tumore polmonare come si fa per altri tumori. Questo potrebbe abbassare del 20/25% la mortalità.

I tumori correlati al fumo sono tanti, ha spiegato il **Dott. Roberto Labianca, Oncologo**. Il fumo è una causa importante, per esempio, dei tumori di testa e collo, come quello della laringe o del cavo orale. Non solo però per i tumori a carico dell'apparato respiratorio nel senso più ampio. Si pensi, per esempio, al tumore della vescica. Non si deve dimenticare che il fumo è fattore di rischio anche per patologie non oncologiche, come quelle a carico del sistema cardio-vascolare.

Il fumo è causa di patologie respiratorie e cardio-vascolari, è intervenuta la **Dott.ssa Giuliana Rocca, di ATS Bergamo**, dove ricopre il ruolo di Direttore UOC Dipartimento Igiene e Prevenzione Sanitaria - Promozione della salute. Il fumo fa male anche alle mamme e alle future mamme e il fumo in gravidanza deve essere combattuto con vigore. Per questo, da tempo, è stata avviata la campagna "Mamme libere dal fumo". Il fumo è un problema di salute pubblica molto grave.

Pasquale Intini ha riportato alcuni dati dell'Istituto Superiore di Sanità. L'assunzione costante e prolungata di tabacco - 20 sigarette al giorno dall'età di 25 anni - riduce di 4,5 anni l'aspettativa di vita. Per ogni settimana di fumo si perde un giorno di vita.

Bisogna pensare ai non fumatori, alla loro salute e alla loro corretta educazione alla salute, ha detto l'**Ass. Marcella Messina, Presidente della Conferenza dei Sindaci** della provincia di Bergamo. Spesso il giovane dice "io non fumo, a me non riguarda". Questo vale anche per altre dipendenze. Il punto è capire e fargli capire quando certe condizioni diventano un problema. Questa è una questione che non può essere relegato agli esperti. La cultura della salute, soprattutto su questi temi, deve coinvolgere altre figure, compresi gli insegnanti. Peraltro, l'educazione alla salute non riguarda solo i giovani ma deve essere continuata nel corso di tutte le età della vita.

Luminita Andreescu, Presidente Anvolt ha raccontato che lei ha vissuto la sua infanzia immersa nel fumo. Ha subito il fumo passivo in modo massiccio. Questo è un danno fisico ma anche culturale. Il bambino osserva il fumare dei grandi come cosa normale. Per questo nel 1993 ha avviato delle attività di cultura della salute contro i danni da fumo.

ATS Bergamo ha messo a punto una serie di progetti che vengono presentati alle scuole, da quella dell'infanzia alle scuole superiori. Lo ha spiegato la **Dott.ssa Rocca**. Questi sono incentrati su fare passare il messaggio che il consumo di tabacco non è una cosa "normale", come molti bambini tendono a credere. Chi fuma è una minoranza. Anche su cercare di stimolare il pensiero critico che permette di decodificare i messaggi che associano il fumo a condizioni affascinanti o vincenti.

E' intervenuto **Giuseppe Pietrobelli, Infermiere** che ha sostenuto che smettere di fumare si può. Lui ha smesso di fumare 15 anni dopo avere frequentato un corso di disassuefazione al fumo promosso da ASL. Da allora, ha seguito un percorso formativo per conduttore di gruppi per smettere di fumare. E oggi conduce gruppi di disassuefazione al fumo per Lilit Bergamo onlus. Qui i risultati sono piuttosto buoni.

Il cancro ai polmoni si cura innanzi tutto con la diagnosi precoce, ha spiegato il **Dott. Chiesa**. Quando il tumore è diagnosticato in fase iniziale (primo stadio A – tumore piccolo senza interessamento dei linfonodi - si può arrivare ad una sopravvivenza del 92%. Sono cambiate molte cose negli ultimi 20 anni. Si è capito che per curare il cancro del polmone si deve procedere in modo multidisciplinare. A fronte di un sospetto di tumore al polmone, intervengono diversi professionisti che riescono a "stadiare" il tumore con altissime probabilità: oncologo, chirurgo toracico, radioterapista conducono insieme un percorso preciso.

Il motivo per cui è fautore dello screening del tumore polmonare, ha aggiunto, è che purtroppo questo tumore, spesso, viene diagnosticato in pazienti asintomatici, in modo occasionale. Infatti solo il 15% dei casi viene diagnosticato in fase precoce.

E' complicato smettere di fumare e da soli è difficile riuscirci e questa è la ragione per cui si propongono gruppi di lavoro, è intervenuta la **Dott.ssa Perego**. Questo perché la nicotina è un oppioide stupefacente e chi inizia a fumare sviluppa dipendenza fisica e psicologica e assuefazione. Si comincia con un paio di sigarette, poi cinque, poi dieci, venti. Più passa il tempo, più aumenta il bisogno.

E quando si cerca di smettere di fumare si va incontro ad una sindrome di astinenza che può produrre ansia, depressione, senso di vuoto, perdita di memoria.

“Agente Zero Zero Sigarette” è un progetto di LILT Milano ripreso da LILT Bergamo, ha spiegato la **Presidente De Ponti** ed è rivolto a bambini di 4° e 5° elementare. Messo a punto da esperti pedagogisti, tende a trasmettere ai bambini il desiderio di stare bene col proprio corpo e la propria mente, attraverso il gioco, la sana alimentazione, il movimento e il rafforzamento della propria personalità nei confronti di chi ci spingerebbe a fare cose che non ci farebbero stare bene.

L'amministrazione civica è chiamata a contribuire a promuovere la cultura della salute in ogni strato della popolazione. Lo ha detto l'**Ass. Messina**. Naturalmente non lo può fare da sola ma può essere parte e facilitatore di una rete. Al suo interno ci sono le associazioni e altri enti. Insieme bisogna lavorare in termini di co-programmazione, coordinamento e pianificazione. Quando parliamo di educazione alla salute bisogna considerare che dobbiamo parlare con diverse età e ognuna di queste ha un linguaggio diverso.

Ci sono stati dei progressi importanti nella cura delle patologie “fumo-corretate”, ha spiegato il **Dott. Labianca**. Si sono affinate le tecniche chirurgiche. Queste sono combinate con la radioterapia e con la terapia medica che è progredita molto. Sta diventando meno importante il ruolo della chemioterapia e sta crescendo quella dei farmaci immunotropici e di quelli orientati al bersaglio che colpiscono le specifiche mutazioni che in quello specifico paziente hanno prodotto il tumore. Si parla addirittura di terapia personalizzata. Questo vale per il tumore ai polmoni ma anche per altre patologie oncologiche. La prevenzione continua a rimanere però l'arma più importante.

Intorno alla cura e alla prevenzione la **Dott.ssa Perego** ha osservato che spesso c'è un problema di tempo che non ci si dà. Questo insieme al fatto che spesso non si vuole sapere.

L'intervento di prevenzione sul territorio è efficace se è impostato in modo sinergico con la collaborazione di diverse entità che si mettono insieme intorno all'attività, ha spiegato la **Dott.ssa Rocca**. La sua esperienza lo conferma. ATS, amministrazioni comunali, associazioni, enti del territorio, insieme, lavorano con risultati. Non sarebbe così se non ci fosse questa collaborazione.

L'**Inf. Pietrobelli** ha spiegato che per iscriversi ad un corso di disassuefazione al fumo ci si può rivolgere alla propria azienda, se questa ne organizza, in convenzione con ATS Bergamo. Oppure ci si può iscrivere, inviando una e-mail a LILT Bergamo Onlus. Al raggiungimento di dieci richieste, il corso parte.