

## INTERVISTE

News, focus e interviste di DICA33 sul tuo sito 

Ultimo aggiornamento: 21/09/2015 00:00

## Non è mai troppo tardi per divorziare dalla sigaretta



L'ironica e ammiccante campagna del ministero della Salute sull'importanza di smettere di fumare - con la battuta "Ma che sei scemo?" affidata al bonario **Nino Frassica** - è partita negli stessi giorni in cui al *Congresso mondiale sul tumore del polmone* di Denver, in Colorado, veniva annunciata un'importante scoperta, frutto di una ricerca italiana: anche per i fumatori più accaniti, smettere di fumare è meno

difficile di quanto si pensava, e il beneficio è impressionante in termini di riduzione della mortalità (non solo di quella per cancro del polmone) che scende del 30-40 per cento.

Dica33 ne ha parlato con **Ugo Pastorino**, direttore della Chirurgia toracica dell'*Istituto dei tumori* di Milano, che ha diretto la ricerca finanziata dall'*Associazione italiana per la ricerca sul cancro*.

### **Dottor Pastorino, quali sono le caratteristiche dello studio?**

«Lo studio di cui abbiamo parlato a Denver ha seguito per molti anni, con metodi rigorosi, molte migliaia di forti fumatori di almeno 50 anni, sottoposti a Tac spirale a scopo di diagnosi precoce. Da molti anni, infatti, studiamo l'efficacia dei **metodi per la diagnosi precoce del tumore del polmone**, che presenta particolari difficoltà, per il rischio elevato di compiere un gran numero di atti medici - con spese, disagi ed effetti collaterali - senza garantire reali benefici».

### **Che cosa si intende per "forti fumatori"?**

«In generale, chi fuma da molti anni almeno un pacchetto di sigarette al giorno. In particolare, nello studio ci siamo concentrati su chi fumava almeno **un pacchetto al giorno da almeno trent'anni**: un sottogruppo della popolazione di fumatori particolarmente a rischio per problemi di salute legati al fumo, e in cui si tende a pensare erroneamente che smettere sia molto difficile, quasi impossibile».

### **E avete trovato il modo per aiutare a smettere anche questi fumatori accaniti, da oltre trent'anni dipendenti dalle sigarette?**

«Sì, e questo è proprio uno dei risultati più interessanti della nostra ricerca. Ai partecipanti a questo studio, che come dicevo si sono sottoposti per anni a una Tac spirale a cadenza regolare (una parte di loro ogni anno, una parte ogni due anni), è stato proposto di provare a smettere con tutti i mezzi disponibili, e in un piccolo gruppo anche con la terapia farmacologica. Proprio per le caratteristiche dello studio, a ogni appuntamento successivo per la Tac spirale abbiamo raccolto informazioni sullo stato di salute e sull'efficacia della **terapia antifumo** - che ha permesso addirittura alla metà dei trattati con un farmaco efficace come vareniclina di abbandonare la sigaretta, almeno per qualche tempo. A distanza di un anno dalla terapia, una parte di quelli che avevano smesso ha ripreso a fumare, ma molti hanno continuato a non fumare».

## SCHEDE DI PATOLOGIA

- Piede piatto
- Forfora
- Calazio
- Cifosi
- Sindrome dell'intestino irritabile

[Vedi tutti »](#)

## LE RICETTE DELLA SALUTE

- Risotto con pere caramellate e scamorza affumicata
- Bicchierini di Natale con gelatina agli agrumi e chicchi di melagrana
- Filetti di branzino al cartoccio con cime di rapa, pinoli e uvetta
- Scaloppe in padella alla melagrana
- Vellutata di sedano rapa con contrasto croccante

[Vedi tutti »](#)

## ARCHIVI

[Archivio NEWS](#)

[Archivio FOCUS](#)

[Archivio INTERVISTE](#)

[Archivio LIBRI](#)

[Archivio ASCOLTA DICA33](#)

**Quanti sono i fumatori accaniti che hanno dato l'addio definitivo alla sigaretta che scandiva le loro giornate da trenta o più anni?**

«Complessivamente, tra i partecipanti al nostro studio abbiamo registrato una percentuale del 28 per cento di fumatori che durante i nove anni di screening hanno smesso di fumare, e in condizioni di salute molto migliori. I benefici per chi smette di fumare, infatti, sono sia immediati sia di lungo termine: il rischio di essere colpiti da cancro del polmone progressivamente si avvicina a quello di chi non ha mai fumato, anche se rimane più alto, ma quello che è importantissimo sottolineare è che il **rischio cardiovascolare** - che è decisamente il più significativo per chi fuma, sia come frequenza e intensità delle malattie sia come mortalità - crolla già dopo i primi sei mesi, e dopo un anno senza tabacco torna nella norma.

Noi abbiamo stimato che smettendo di fumare la mortalità per tutte le cause si riduce del 30-40 per cento rispetto a quella di chi continua a fumare, e che il beneficio si osserva già dopo pochi mesi. Questo significa che non è mai troppo tardi per smettere di fumare».

**Questa riduzione della mortalità è assai superiore rispetto a quella che si ottiene con la diagnosi precoce a base di Tac spirale...**

«Proprio così: secondo alcuni studi la diagnosi precoce con Tac spirale offre un beneficio molto più modesto. Per questo motivo anche se negli Stati Uniti ha molti sostenitori, in Italia e in Europa non è né raccomandata né rimborsata, e la si effettua solo a fini di ricerca, in centri altamente specializzati».

**E com'è la situazione per le terapie farmacologiche?**

«Al momento attuale siamo in una situazione assurda, per cui alcuni farmaci che diventerebbero del tutto inutili se il paziente smettesse di fumare sono rimborsati, ma i farmaci che si sono dimostrati efficaci per smettere - come la vareniclina, venduta in farmacia senza ricetta - non lo sono. Noi chiediamo da tempo che le terapie antifumo vengano rimborsate - come accade per esempio in Inghilterra - ai fumatori che desiderano smettere, anche per la eventuale ripetizione della terapia di tre mesi in caso di ricadute, a partire dai forti fumatori ultracinquantenni. Con l'avvio della campagna, il ministro della Salute, **Beatrice Lorenzin** ha annunciato pubblicamente di aver preso nota di questa esigenza: speriamo che la decisione venga presa nel giro di pochi mesi».

**E mentre il ministero della Salute decide sulla eventuale rimborsabilità delle terapie antifumo, che cosa raccomanda?**

«Lasciando da parte la diagnosi precoce con la Tac, che oltre ad avere un costo significativo nelle mani di un medico poco esperto rischia di generare più danni che benefici, io invito tutti i fumatori - di qualsiasi età - a fare ogni sforzo per smettere, anche valutando l'opzione di pagare per il farmaco, che è venduto in farmacia senza ricetta medica. La spesa è paragonabile a quella delle sigarette, ma per chi riesce a smettere il guadagno in termini di salute è incomparabile».

**Fabio Turone**

© RIPRODUZIONE RISERVATA

**TAGS:** [Fumare](#), [Fumo](#)

**NOTIZIE DI:** [Polmoni](#)