

Smoke free Class Competition

Il fumo di tabacco è la principale causa di numerose malattie croniche invalidanti e di morti premature (più di 5 milioni di decessi/anno nel mondo e circa 85.000/anno in Italia) e con altissimi costi sanitari per la collettività (il fumo costa alla San Pubblica 6 miliardi di €/anno e rappresenta il 6.7% della spesa sanitaria totale).

Nei Paesi sviluppati, dove il numero dei fumatori negli ultimi decenni sembra essere in declino, la prevalenza del fumo nei adolescenti non accenna a diminuire.

In Italia, l'indagine DOXA-ISS del 2013 rileva un tasso di fumatori pari al 20,7% nella popolazione generale (26,2% maschi e 15,3% femmine) e del 21,9% per i maschi e 19,1% per le femmine nella fascia d'età fra 15 e 24 anni. L'età media di inizio fumo è di 17,7 anni, mentre l'84,9% dei fumatori ed ex-fumatori dichiara di aver iniziato prima dei 20 anni.

Poiché il fumo di tabacco è la singola causa di morbilità e mortalità prevenibile, riteniamo la prevenzione debba essere indirizzata principalmente ai pre-adolescenti e adolescenti, che si trovano nella fase cruciale di potenziale iniziazione al fumo e che debba avere tra i suoi obiettivi primari il ritardo o la prevenzione dell'iniziazione. Questa necessità ha favorito, nelle ultime decadi, la diffusione di una grande varietà di programmi di prevenzione specifici per queste fasce d'età, che sfruttano le opportunità educazionali offerte dal sistema scolastico. E' possibile classificare gli interventi scolastici di prevenzione del tabagismo in base al diverso focus: informazioni, competenze sociali, influenza sociale e combinazione di più strategie.

I programmi del primo tipo offrono ai partecipanti informazioni sul fumo, sulla sua prevalenza e sui danni per la salute che derivano e sono in grado di accrescere le conoscenze dei ragazzi, ma non ne modificano il comportamento tabagico. I programmi del secondo tipo si basano sulla teoria dell'apprendimento per imitazione di Bandura e sono finalizzati all'acquisizione di abilità sociali che rinforzano l'autostima e la capacità decisionale. Gli approcci centrati sull'influenza sociale si basano sulle teorie della comunicazione persuasiva di McGuire e dell'inoculazione psicologica di Evans e sono finalizzati ad innalzare le capacità degli adolescenti di resistere alle influenze dei media e dei pari.

Gli approcci combinati integrano fra loro diversi aspetti di questi modelli. Sulla efficacia degli interventi la letteratura offre risultati contrastanti, anche se una meta-analisi attribuisce una maggiore efficacia ai programmi che integrano abilità sociali, influenza sociale e una recente rassegna attribuisce la maggiore efficacia ai programmi centrati sull'influenza sociale. In una rassegna delle rassegne, Fly riassume le caratteristiche che rendono i programmi scolastici di prevenzione del tabagismo efficaci nel lungo periodo: essere interattivi, centrati sull'influenza sociale o sulle competenze sociali, durare 15 o più sessioni e produrre sostanziali effetti a breve termine. Altri autori, inoltre, insistono sull'importanza della partecipazione ai programmi scolastici antitabacco di pari, insegnanti, familiari e professionisti della salute presenti nella comunità, oltre al coinvolgimento degli studenti nell'impegno a non fumare, modificandone i comportamenti normativi.

La *Smoke Free Class Competition* (SFCC) è un programma scolastico di prevenzione del tabagismo che integra il modello dell'apprendimento tramite rinforzo positivo con la teoria dell'influenza sociale e presenta molte delle caratteristiche dei programmi efficaci. L'intervento ha come obiettivo cruciale la stabilizzazione dell'astinenza dal fumo nei ragazzi che non hanno mai fumato e lo persegue attraverso il rinforzo positivo (premi) del comportamento desiderato. L'influenza sociale è in gioco nel momento in cui l'astensione dal fumo diventa un comportamento popolare, connotato positivamente e progressivamente normativo all'interno delle classi.

Il progetto europeo Smoke Free Class Competition

Lo "**Smokefree Class Competition**" (SFCC) è un Progetto Europeo per la prevenzione del fumo di tabacco nelle scuole. Questo progetto è in parte finanziato dalla Commissione Europea nell'ambito del programma "L'Europa contro il cancro" i

collaborazione con l'European Network on Young People and Tobacco" (Rete Europea dei giovani contro il tabacco). L'iniziativa è stata sviluppata in Finlandia dove viene organizzato ogni anno dal 1989. Vi partecipano centinaia di classi e migliaia di alunni. Possono partecipare a Smoke Free Class Competition tutte le classi delle Scuole Secondarie di I° grado e le classi prime e seconde delle Scuole Secondarie di II° grado. Le valutazioni svolte da vari studi indicano che questo concorso contribuisce a ritardare l'iniziazione al fumo tra i giovani come anche il passaggio dallo stato di fumatori sperimentali a quello di fumatori abituali contribuendo alla prevenzione del fumo di tabacco nelle scuole.

Mission del progetto

La mission dello SFCC è di prevenire o ritardare l'inizio dell'abitudine al fumo tra i giovani con l'obiettivo di dissuadere i ragazzi dalla sperimentazione della prima sigaretta e comunque far sì che dalla sperimentazione non si passi alla condizione di fumatore abituale. Vari studi indicano che questo concorso contribuisce a ritardare l'iniziazione al fumo tra i giovani con il passaggio da fumatori sperimentali a fumatori abituali. A tale riguardo, stiamo per pubblicare su una rivista internazionale uno studio pilota effettuato in collaborazione con la Facoltà di Psicologia dell'Università di Bologna che mostra come l'aver partecipato al programma SFCC aiuta a rimanere astinenti a distanza di 4 e 5 anni rispetto a quelli che non vi hanno partecipato.

Articolazione dello SFCC a livello locale

Punto nodale dello SFCC è la condivisione del progetto con tutti i componenti della classe. Il progetto cioè deve essere spiegato e proposto ma non imposto. Per iscriversi, la classe deve sottoscrivere il Contratto di Classe dove ogni alunno si impegna a non fumare per il periodo del concorso che va da novembre a maggio dell'anno scolastico in corso. Il progetto prevede la partecipazione delle classi in questione ad una campagna contro il tabacco ed un impegno continuo da parte degli studenti e delle classi di rimanere non fumatori per un periodo di sei mesi. Il contratto è sottoscritto oltre che dagli stessi alunni, anche dai genitori e da un insegnante tutor.

Fasi modalità di svolgimento

Durante il periodo del concorso, ogni settimana, gli alunni discuteranno circa le proprie abitudini al fumo; se la classe sarà rimasta astinente dal fumo, un rappresentante eletto firma per l'intero gruppo il modulo di monitoraggio. Sarà sempre la classe a decidere cosa fare se anche un solo compagno ha fumato: in caso di un unico episodio la classe può decidere di confermare l'impegno assunto, se invece dovesse risultare un comportamento abituale, la classe è obbligata a rinunciare alla competizione. Durante questo periodo vengono discussi con gli insegnanti di riferimento argomenti relativi al fumo di tabacco e compilate mensilmente le Schede di Monitoraggio e il Diario di Classe. Il concorso prevede anche la ricerca di uno slogan e la compilazione di due cartelloni dove indicare i motivi per essere smoke free e per smettere di fumare e la possibilità di coinvolgere degli amici "simpatizzanti". Al termine del concorso le classi che risultano smoke-free partecipano a varie lotte: una nazionale, una regionale, a altre locali per l'estrazione delle classi vincitrici. SFCC, dati i suoi obiettivi e le modalità di svolgimento, ben si integra con altri programmi didattici di prevenzione del tabagismo e di promozione di stili di vita sani. In richiesta e compatibilmente con gli altri impegni istituzionali negli anni scorsi abbiamo effettuato degli interventi di sensibilizzazione sul problema tabagismo con un'esposizione che puntasse al contromarketing, cioè far capire ai ragazzi la cospirazione e gli inganni effettuati dalle multinazionali del tabacco ai danni dei fumatori e in particolare dei ragazzi. Quest'anno, come U.O. di Pneumotisiologia dell'AUSL di Bologna, assieme ad ALIBERF (Associazione Liberi dal Fumo) abbiamo pensato più in grande organizzando una "Convention Smoke Free - Grazie non fumo", sabato 31 marzo, presso il Cinema Perla di Bologna.

In questo evento abbiamo voluto far convergere i ragazzi delle scuole che partecipano allo Smoke Free Class Competition che quindi non dovrebbero iniziare a fumare, con quelli che ce l'hanno fatta o che hanno intenzione di smettere, cioè i ragazzi dei nostri Centri Antifumo, più tutti quelli che hanno a cuore questo problema. Sono state previste incursioni musicali della nostra testimonial antifumo, la cantante ALLY e la sua Respira Band. L'entusiastica accoglienza da parte soprattutto dei ragazzi ci ha già convinti di mettere in cantiere l'edizione del 2013.

Possibile significato, dal punto di vista sanitario, di un'Europa e un'Italia smoke free

Significherebbe in poche parole più salute per tutti. Basti pensare che il fumo di tabacco è la principale causa di numerose malattie croniche invalidanti e morti premature (più di 5 milioni di decessi/anno nel mondo di cui 600.000 non-fumatori a causa dell'esposizione del fumo passivo, e circa 85.000/anno in Italia di cui 2.763 decessi per solo fumo passivo) e con altissimi costi sanitari per la collettività (il fumo

costa alla Sanità Pubblica italiana 6 miliardi di €/anno e rappresenta il 6.7% della spesa sanitaria totale). Nell'Unione Europea (UE) per il 2012 sono previsti 1,3 milioni di morti per solo per cancro. Peraltro i tassi sono in calo per tutti i tumori tranne che per il polmone, nelle donne, ed il pancreas. Sempre in UE si stimano 1.146 decessi/anno per tumore polmonare da fumo passivo.

Un olocausto evitabile se si intervenisse con decisione ed efficacia sui due punti cardine della prevenzione:

1. Evitare che gli sperimentatori diventino fumatori abituali. Infatti programmi di prevenzione primaria nelle scuole sono promossi dall'AUSL di Bologna (Smoke Free Class Competition, Liberi di scegliere, infanzia a colori, etc). L'età media di inizio fumo è di 15 anni mentre il 71,3% dei fumatori ed ex dichiara di aver iniziato fra i 15-20 anni di età. I ragazzi in età evolutiva rappresentano quindi il potenziale bacino di utenza ideale delle Multinazionali del Tabacco (Big Tabacco), dovendo rimpiazzare l'elevato numero di decessi e dei fumatori che decidono di smettere. A danno dei più giovani, soprattutto, sono state attuate da Big Tabacco subdole e ciniche strategie di marketing nonché veri e propri atti criminali come l'ammoniaca della nicotina nascondere la pericolosità di tante sostanze presenti nel fumo di tabacco, come il Polonio 210. Pertanto nell'ottica di una efficace strategia di controllo del tabagismo la prevenzione primaria rappresenta un punto fondamentale.
2. Aiutare i fumatori che vogliono smettere di fumare con la terapia del tabagismo presso i Centri Antifumo delle Aziende Sanitarie.

Tutto ciò comunque non può prescindere da una intelligente e lungimirante politica sanitaria con stanziamento di risorse e formazione specifica degli operatori sanitari.