



Sassari,

2 febbraio 2022 - Il lockdown e la pandemia non spengono le sigarette, anzi alcuni fumatori che, in un primo momento, avevano imboccato la strada dell'astinenza da fumo si sono 'persi' lungo il cammino. E una volta lasciato il percorso è più difficile riuscire a riprenderlo. È questo quanto registrato dall'ambulatorio del fumo della struttura complessa di Pneumologia dell'Aou di Sassari, diretta dal prof. Piero Pirina, che dopo un periodo di incontri web e chat nel 2020 causa pandemia, da maggio 2021 ha ripreso gli appuntamenti in presenza.

“Alcuni

utenti che avevano smesso di fumare, dall'inizio della pandemia hanno ripreso a farlo - afferma la dott.ssa Francesca Polo, medico referente per l'ambulatorio del fumo - e adesso per loro diventa più difficile smettere. Durante il periodo del lockdown il fumo, oltre a riempire i loro polmoni, ha riempito il loro tempo, forse perché sembrava calmare uno stato di ansia. Per questo motivo - prosegue - nei nuovi corsi stiamo valutando di inserire la presenza di uno psicologo. Questa figura potrebbe essere uno strumento in più nella lotta al fumo, oltre che aiutare a rendere la scelta del paziente più certa e consapevole”.

Fumo e Covid-19

È importante, allora, smettere di fumare per salvaguardare la propria salute e quella di chi ci sta vicino che viene esposto al fumo passivo. Il fumo è causa di malattie molto gravi e con decorso mortale. Tra queste i tumori del polmone, della laringe e dell'esofago, le cardiopatie ischemiche, l'ipertensione

arteriosa, le malattie cerebrovascolari, l'infertilità nelle donne e l'impotenza negli uomini. E ancora la broncopneumopatia cronica ostruttiva e l'enfisema diffuso. E con la malattia Covid-19, che provoca difficoltà respiratorie, il fumo è ancora di più un fattore di rischio.

Il fumo e gli adolescenti

E così, se in questo cammino verso l'astinenza da fumo alcuni pazienti si sono persi, altri sono rimasti e altri ancora sono arrivati. "Non abbiamo, per il momento, i numeri che si registravano nel periodo pre-Covid - aggiunge - cioè tra gli 8 e i 10 pazienti al mese. Adesso parliamo di 3-4 pazienti. Per la prima volta, però, abbiamo un paziente adolescente che segue il corso con un genitore, anche lui intenzionato a smettere di fumare".

Gli

adolescenti restano, dunque, una fascia a rischio. In Italia a fumare sono circa 1,2 milioni di ragazzi compresi nella fascia d'età tra i 15 e i 17 anni.

In Sardegna i dati evidenziano un 22 per cento dei quindicenni sardi. "Per questo motivo abbiamo fatto diversi incontri con le scuole - afferma ancora Francesca Polo - l'ultimo in presenza, assieme alla Lilt, nel 2019 con il prof. Francesco Sircana quindi online nel 2021 con il Rotary Club di Porto Torres".

Uno studio multicentrico

Di recente l'ambulatorio del fumo gestito dalla dottoressa Polo, nella struttura diretta dal prof. Pirina, ha partecipato a uno studio multicentrico, Cosmo-it, con capofila La Sapienza di Roma e l'IRCCS Mario Negri, relativo al fumo e altri fattori di rischio nella prognosi del Covid-19. Lo studio ha messo in luce il fatto che i "fumatori hanno un rischio di mortalità doppio rispetto ai mai fumatori; coloro che sono esposti a fumo passivo hanno un rischio di morte 70% superiore rispetto a chi non è esposto. Inoltre, avere comorbidità, in particolare storia di cardiopatia ischemica, è risultato determinante sia di severità che di mortalità".

Gli incontri

Per iniziare il corso contro il fumo da sigaretta, i pazienti sono sottoposti a visita pneumologica, all'esame spirometrico quindi a un questionario che misura la dipendenza e la loro motivazione a smettere di fumare. Fatti i primi passi, l'utente viene inserito nelle attività di counseling dell'ambulatorio.

Tra

gli argomenti degli incontri, oltre alle indicazioni e ai consigli per smettere di fumare, vengono date anche indicazioni sullo stile di vita adeguato e la

corretta alimentazione. In genere, inoltre, viene iniziato il trattamento farmacologico o con compresse, oppure con sostituti della nicotina, cerotti e inalatori, per ridurre il desiderio di fumare e per contrastare l'astinenza. Tutto questo per cercare di far smettere di fumare senza soffrire.

Gli

incontri avvengono il lunedì e il giovedì. Per accedere all'ambulatorio è necessario fissare un appuntamento telefonando la mattina al numero 079 22.83.70.