

La fine dell'epidemia da tabacco: strategie efficaci, risorse possibili

B. Tinghino

*Centro per il Trattamento del Tabagismo, Azienda Socio Sanitaria di Vimercate (MB);
Società Italiana di Tabaccologia, Past President*

La fine dell'epidemia del tabacco è l'obiettivo di salute che risponde al mandato del WHO Framework Convention on Tobacco Control. Individuare il tabagismo come una "epidemia" costituisce una strategia adeguata a trasmettere il senso della gravità del problema (circa 75.000 morti ogni anno, in Italia) e del fatto che la lotta al tabagismo andrebbe considerata con la stessa serietà che ha condotto all'eradicazione del vaiolo.

Si è molto sviluppato in questi ultimi anni, d'altra parte, il dibattito sulla "riduzione del danno", come possibile strategia per i fumatori. La discussione è centrata sull'uso di dispositivi come la sigaretta elettronica e il tabacco senza combustione.

Le sigarette elettroniche, per esempio, sembrano essere molto meno capaci di indurre danni all'apparato respiratorio e ad altri organi negli studi a breve termine. La stessa cosa sembra emergere dai pochi (non indipendenti) studi tossicologici pubblicati sul tabacco non combusto. Queste ancor lacunose conoscenze comunque non risolvono il problema della dipendenza da nicotina e di un approccio sistemico all'uso del tabacco.

Le considerazioni su questo tema possono essere così riassunte.

1. Le sigarette elettroniche sembrano indurre meno danni sull'organismo, almeno nel breve termine, rispetto alle sigarette tradizionali. Ciò non equivale all'assenza di danni e non permette di fornire rassicurazioni nel lungo termine.
2. Si scambiano spesso i dati prodotti usando le e-cig all'interno dei contesti di cura (cioè quando il loro uso è seguito da un esperto ed è incluso in un percorso terapeutico) rispetto all'uso diffuso nella popolazione generale. La sigaretta elettronica può costituire un ausilio utile e temporaneo per la cessazione se inserita in un contesto di cura, ma le evidenze per ora sono di livello basso.
3. Diversa è la questione della libera vendita. Non esistono evidenze che la diffusione a fini commerciali della e-cig costituisca una strategia utile a ridurre i danni da tabacco. I dati disponibili nelle varie nazioni sono contrastanti e risentono fortemente delle variabili di contesto.
4. I dati italiani mostrano che, da quando si è diffuso l'uso della sigaretta elettronica, non si è avuta una riduzione della prevalenza di fumatori. Dal 2013 (anno in cui il fenomeno delle e-cig è "esploso") al 2017 la percentuale di fumatori è cresciuta dal 20,8% al 22,3% rispettivamente. Contestualmente, inoltre, è cresciuto il consumo medio di sigarette pro-capite.
5. La sigaretta elettronica può costituire un passaggio facilitante per i giovani verso il fumo tradizionale. Dati statunitensi mostrano che il suo uso inizia a 7 anni di età e continua ad aumentare fino ai 18 anni, al contrario di ciò che succede con la sigaretta tradizionale dove il picco si verifica a 14-15 anni. Dati tratti dalla National Youth Tobacco Survey mostrano come i giovani che sperimentano la sigaretta elettronica hanno un rischio doppio, rispetto agli altri, di provare le sigarette convenzionali.

Occorre essere dunque molto prudenti nel liberalizzare prodotti capaci, comunque, di indurre e perpetuare la dipendenza da nicotina, da cui è molto difficile liberarsi da soli. L'attuale discussione sulla riduzione del danno sembra perciò essere indotta più da un bisogno commerciale di far conoscere i nuovi prodotti che da un autentico sforzo di ridurre il fumo di sigaretta.

La riduzione del tabagismo deve passare per primo dall'aumento delle tasse sul tabacco, poi da una rigida sorveglianza sul divieto di vendita delle sigarette ai minori e quindi (non ultima) da una strategia di diffusione delle cure di provata efficacia. Saltare a piè pari tutti questi step e proporre direttamente la riduzione del danno equivale a pubblicizzare la terapia del dolore nel cancro senza aver prima offerto ai cittadini le terapie oncologiche. Allo stesso modo, deve essere chiaro che dal tabagismo si può guarire con le cure adeguate e che l'uso del tabacco in qualsiasi sua forma è sconsigliato.