

31 maggio 2019



GIORNATA MONDIALE SENZA TABACCO



Dati 2015-2018 dei sistemi di monitoraggio PASSI, PASSI d'Argento e HBSC • A cura dell'Osservatorio per la salute Provincia autonoma di Trento



Il consumo di tabacco e l'esposizione al fumo di tabacco hanno un impatto considerevole sulla salute e sull'ambiente. La riduzione dei rischi ad essi correlati rientra fra gli obiettivi dell'**AGENDA 2030 PER UNO SVILUPPO SOSTENIBILE** (Sustainable Development Goals):

Obiettivo 3.4: Entro il 2030, ridurre di un terzo la mortalità prematura da malattie non trasmissibili attraverso la prevenzione e il trattamento e promuovere la salute mentale e il benessere.

IL FUMO DI TABACCO



È il maggiore fattore di rischio evitabile di morte prematura (metà dei fumatori muore a causa delle sigarette che fuma)



Provoca ogni anno la morte di circa **700** persone in Trentino, di oltre **80.000** in Italia



Provoca ogni anno nel mondo la morte di **600.000** persone esposte al fumo passivo, di cui un **28%** di bambini



Causa circa il **10%** delle malattie cardiovascolari, con un rischio aumentato per le fumatrici donne rispetto agli uomini



www.world-heart-federation.org/resources/tobacco-totally-avoidable-risk-factor-cvd/



Tobaccoendgame.it/02_dati/fumo-e-salute/

Obiettivo 12.4: Entro il 2020, raggiungere la gestione ecocompatibile di sostanze chimiche e di tutti i rifiuti in tutto il loro ciclo di vita, in accordo con i quadri internazionali concordati, e ridurre significativamente il loro rilascio in aria, acqua e suolo.

I mozziconi di sigaretta sono una pericolosa fonte di inquinamento: essi contengono il 40-60% delle sostanze chimiche prodotte dalla combustione del tabacco e il loro smaltimento nell'ambiente richiede da 1 a 5 anni. Considerando un consumo medio giornaliero di 11 sigarette per fumatore, **si può stimare che ogni giorno in Trentino vengono prodotti quasi 1 milione di mozziconi**, i quali, se gettati in terra, rappresentano uno dei rifiuti più abbondanti e costosi da rimuovere.

Come la plastica, i mozziconi di sigaretta sono un consistente inquinante ambientale.

Nel 2016 è entrato in vigore il divieto di abbandono di mozziconi, il quale impegna i comuni a sensibilizzare la popolazione, a predisporre posacenere nei luoghi di aggregazione e a sanzionare gli eventuali trasgressori.



IN PROVINCIA DI TRENTO

La metà degli adulti (18-69 anni) non ha mai fumato (**52%**), il **23%** sono ex fumatori e il **25%** sono fumatori. L'abitudine al fumo inizia precocemente e decresce all'aumentare dell'età: **fuma il 20% dei 15enni e il 9% degli anziani.**



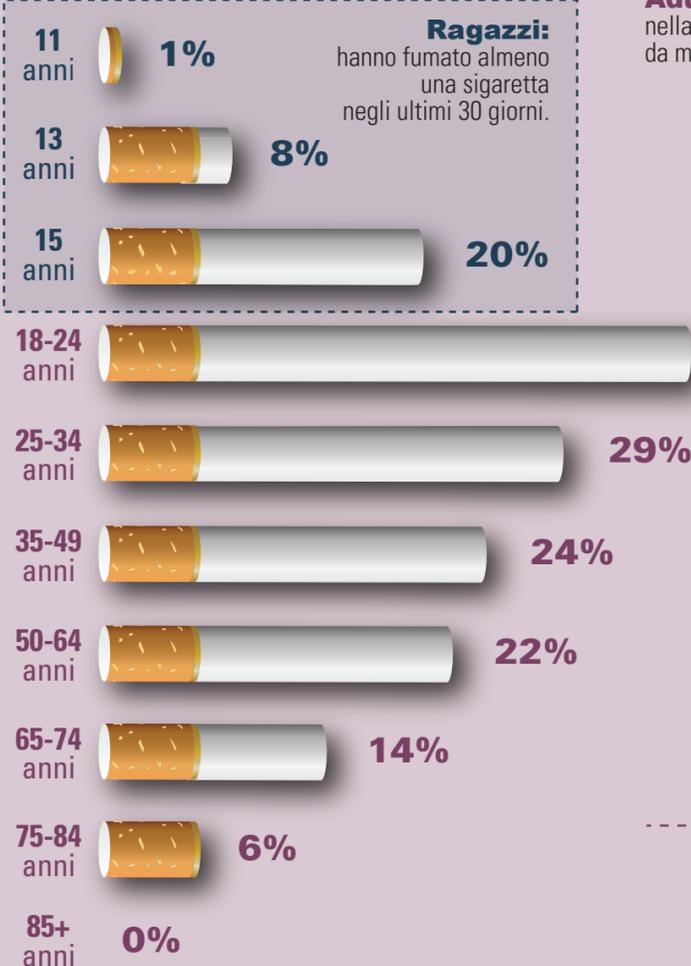
52% NON FUMATORE
Non ha mai fumato o ha fumato meno di 100 sigarette nella sua vita e attualmente non fuma.

23% EX FUMATORE
Attualmente non fuma e ha smesso da oltre 6 mesi.

25% FUMATORE

Adulti: ha fumato oltre 100 sigarette nella sua vita e fuma tuttora (o ha smesso di fumare da meno di 6 mesi).

% DI FUMATORI IN TRENTINO PER ETÀ



Ragazzi: hanno fumato almeno una sigaretta negli ultimi 30 giorni.

L'ABITUDINE AL FUMO È PIÙ DIFFUSA

- tra gli uomini (28% vs 22% delle donne)
- tra le persone con difficoltà economiche (45% vs 21% nessuna difficoltà)
- tra le persone con basso titolo di studio (26% vs 21% laurea)
- tra i lavoratori (26% vs 22% non lavoratori)



LA SIGARETTA ELETTRONICA

Il **2%** dei trentini fuma la sigaretta elettronica; nella maggior parte dei casi con nicotina (**74%**). È usata soprattutto da fumatori in aggiunta alla sigaretta tradizionale (**66%**), quindi senza alcun beneficio per la salute. Al contrario potrebbe ritardare la decisione di smettere definitivamente. Negli adolescenti potrebbe invogliarli a cominciare a fumare.

OBIETTIVI DI SANITÀ PUBBLICA

A una persona su due (**47%**) che nell'ultimo anno è andata dal medico è stato chiesto se fuma e al **41%** dei fumatori è stato consigliato di smettere.

Una parte dei fumatori desidera smettere. Poco meno della metà (**44%**) ci ha provato nell'ultimo anno, non riuscendoci nella maggior parte dei casi (**78%**).

Indipendentemente dal risultato, si è trattato di un'iniziativa personale senza nessun ausilio (**84%**), il **10%** ha provato con la sigaretta elettronica, pochissime persone sono ricorse a farmaci o a corsi, tra cui quelli organizzati dall'Azienda sanitaria.



smettere di fumare

dopo **20 minuti** la pressione arteriosa e la frequenza cardiaca tornano nella norma

dopo **24 ore** i polmoni cominciano a ripulirsi dal muco e dai depositi lasciati dal fumo

dopo **2 giorni** l'organismo si è liberato dalla nicotina e ricomincia a recuperare gusto e olfatto

dopo **3 giorni** si comincia a respirare meglio e si recupera energia

dopo **2-12 settimane** la circolazione del sangue migliora

dopo **3-9 mesi** il miglioramento nella respirazione si fa più marcato, tosse e sibili si riducono

dopo **1 anno** il rischio cardiovascolare si è dimezzato rispetto a quello di chi continua a fumare

dopo **10 anni** il rischio di tumore del polmone in molti casi è tornato pari a quello di chi non ha mai fumato

minuti

ore

giorni

giorni

settimane

mesi

anni

anni

La percentuale di fumatori che smettono grazie alla sigaretta elettronica è pari a quella di chi prova senza ausili, mentre le possibilità di riuscita aumentano significativamente ricorrendo a farmaci o con il sostegno dei professionisti esperti. La visita presso i **CENTRI ANTI-FUMO** non richiede l'impegnativa del medico e si prenota tramite **CUP** ai numeri **848 816 816** (da telefono fisso) e **0461 379400** (da cellulare), da lunedì a venerdì ore 8-18 e sabato ore 8-13.