

# Fumo: lotta senza fine

## SALUTE

### L'Asl Alba-Bra e la Lilt insieme contrastano il dilagante tabagismo

**S**in dal 2009 l'Asl Cn2 e la delegazione di Alba della Lega italiana per la lotta contro i tumori (Lilt) hanno unito le loro forze per contrastare la dipendenza da nicotina; negli anni il gruppo di lavoro ha portato avanti progetti come "Scuole libere dal fumo", che ha ottenuto il divieto di fumare nelle scuole del territorio ben prima che il legislatore intervenisse in questo senso.

Nonostante l'attività di sensibilizzazione e le norma-



### Corso di sei settimane per dire addio

#### TERAPIA

«Il servizio dipendenze patologiche mette da anni a disposizione percorsi individualizzati o di gruppo per contrastare il tabagismo», spiega il direttore Giuseppe

Sacchetto. «Il lavoro in gruppo si è dimostrato particolarmente efficace per smettere di fumare; fondamentale è inoltre la collaborazione di figure come quelle dei medici di base e dei farmacisti». Le conduttrici del corso "Una scommessa per

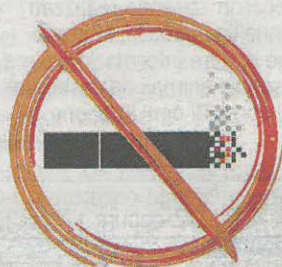
smettere di fumare" sono Elisa Salvano, psicologa e psicoterapeuta, fiduciaria della Lilt sezione di Alba, e Franca Rabino, educatrice professionale del servizio dipendenze patologiche di Alba. Il percorso prevede cicli di incontri di gruppo della durata di sei settimane. Informazioni: 0173-31.62.10 (Asl) oppure 0173-29.07.20 (Lilt). a.r.

«Dopo 50 anni di sigarette la nascita di un nipote mi ha spinto a smettere»

#### LA STORIA

■ Marino Garra di Monforte, 73 anni, dice: «Ho fumato per cinquant'anni, anche 30 sigarette al giorno, dai 18 fino a sei anni fa. Dopo la nascita di un nipotino mi trovavo ad aver vergogna di me stesso, sempre alla ricerca di una scusa per uscire a fumare; mi dava fastidio anche l'idea di buttare tanti soldi, che possono essere meglio spesi. Franca Rabino mi ha aiutato molto inserendomi nel gruppo e io ho seguito alla lettera i consigli; ho anche avuto un supporto da un medico del servizio dipendenze patologiche, con una pillola che

attenua la voglia. Ricordo che in quel periodo un amico che fumava come un turco mi ha detto: «Guarda Marino, se ce l'ho fatta io ce la puoi fare anche tu», e così, grazie al corso con Lilt e servizio dipendenze patologiche non solo ho smesso – e non ho più alcun desiderio di fumare – ma, credo anche grazie al mio esempio, hanno smesso pure mia moglie e un altro figlio. Sono molto contento: ho dato a tutti quelli che conosco gli indirizzi per fare il corso e alcuni sono andati. Ringrazio Franca Rabino, il direttore del servizio dipendenze patologiche Giuseppe Sacchetto, la psicologa Carmen Occhetto e lo staff». a.r.



tive il tabagismo continua a essere un problema che affligge anche il nostro territorio, come dimostrano i dati raccolti in occasione della Giornata mondiale senza tabacco 2016: la *World no tobacco day 2016*, che si è svolta il 31 maggio.

Secondo questi dati, relativi al periodo 2012-2015, che fanno riferimento al sistema di sorveglianza Passi, nell'Asl Cn2 il 28% degli adulti dai 18 ai 69 anni fuma sigarette;

il 20% è invece ex fumatore, mentre il 52% non ha mai fumato.

In Piemonte e nel pool di Asl Passi, nello stesso periodo la percentuale di fumatori è rispettivamente il 25% e il 27%. Le attività dell'Asl che coinvolgono il servizio dipendenze patologiche in collaborazione con la Lilt e il servizio di educazione alla salute riguardano soprattutto i corsi per smettere e gli interventi nelle scuole. a.r.