

# TUTTO QUELLO CHE AVRESTE VOLUTO SAPERE MA NON AVETE MAI OSATO CHIEDERE SUL FUMO

Dr. Alessandro Schiavetta – Chirurgo Vascolare

## Il fumo attivo



Il fumo di sigaretta contiene molte sostanze, 123 delle quali sicuramente cancerogene. Nei polmoni, il fumo si condensa e si spalma sulle pareti. Una parte raggiunge il sangue e si deposita sulle arterie. Un'altra parte viene ingerita nell'esofago e si deposita nello stomaco. Espiriamo della boccata di sigaretta circa il 15% di ciò che avevamo ingerito. L' 85% è rimasto nel nostro corpo sotto forma di condensati.

Ogni sigaretta fumata abbrevia la vita di cinque minuti, ovvero fumando 20 sigarette al giorno perdiamo circa 24 giorni di vita all'anno; dopo 30 anni di fumo si muore statisticamente 2 anni prima. In Italia il fumo è responsabile del 30% delle morti da tumore, il 50% se consideriamo la popolazione tra i 35 ed i 69 anni. Uccide oltre tre milioni di persone ogni anno nel mondo.

Circa il 30 % di tutti i tumori nei paesi sviluppati sono connessi con il fumo di tabacco. Il 90% dei tumori del polmone, esofago, laringe e cavità orale sono connessi con il fumo di tabacco.

Il tasso di mortalità dei fumatori tra i 35 e i 59 anni è tre volte quello dei non fumatori, e circa la metà dei fumatori abituali di sigarette decederà alla fine a causa di questa abitudine.

Tuttavia, vi è prova che, cessando di fumare prima di sviluppare gravi malattie, si evita la maggior parte del rischio supplementare a causa del tabacco.

## Il fumo passivo



Il fumo è dannoso non solo per i fumatori ma anche per chi sta loro vicino, e cioè chi subisce il cosiddetto **fumo passivo**.

Dal 1992 si sa che il fumo passivo è un agente cancerogeno accertato per il polmone dell'uomo. Risulta un rischio accresciuto di infarto del miocardio dovuto all'esposizione al fumo passivo; si manifestano conseguenze negative per la salute dei bambini i cui genitori fumano.

Nel 2001 l'esposizione al fumo passivo in Italia in ambiente domestico ha causato 221 morti di tumore al polmone; in ambiente lavorativo ha causato 560 morti, di cui 235 per infarto.

## Cosa succede quando si smette di fumare?

- Dopo due ore l'organismo comincia ad eliminare la nicotina.
- Dopo un mese riprende a funzionare il sistema ciliato che ripulisce le vie respiratorie, e migliora la circolazione.
- Dopo un anno diminuisce il rischio di ictus ed infarto.
- Dopo diversi anni si riduce il rischio di sviluppare tumori.

### Bibliografia: testi principali

1. Giornale della Previdenza dei Medici, n. 10 del 15/11/2002, pag 1-2
2. Boyle P., The Hazards of Passive and Active Smoking, New Engl.J.Med. 328: 1708-1709 (1993) Bosanquet N., Europe and Tobacco, BMJ 304:370-372 (1992)
3. Doll R, Peto R, Wheatley K, Gray R and Sutherland I., Mortality in relation to smoking: 40 years' observation on male British doctors, Brit Med Jour 309: 901-911 (1994)
4. IARC (International Agency for Research on Cancer) Monographs on the Evaluation of Carcinogenic Risks to Humans, Tobacco Smoking. Volume 36, IARC, Lyon (1986)
5. Joossens L, Naett C, Howie C and Muldoon A., Tobacco and Health in the European Union. An overview, European Bureau for Action on Smoking Prevention. (BASP), Brussels (1994)
6. La Vecchia, C., Boyle, P., Franceschi, S., Levi, F., Maisonneuve, P., Negri, E., Lucchini F. and Smans, M., Smoking and Cancer with Emphasis on Europe, Eur. J. Cancer 27: 94104 (1991)
7. Peto R, Lopez AL, Boreman J, Thun M, and Health Jr C., Mortality from tobacco in developed countries: Indirect estimation from national vital statistics, Lancet 339: 1268-1278 (1992)
8. United States Department of Health and Human Services, The Health Benefits of Smoking Cessation, U.S. Department of Health and Human Services, Public Health Service, Centers for Disease Control, Center for Chronic Disease Prevention and Health Promotion, Office on Smoking and Health, DHHS Publication No. (CDC) 90-8416, 1990.
9. U.S. Environmental Protection Agency, Respiratory Health Effects of Passive Smoking: Lung Cancer and Other Disorders, Office of Health and Environmental Assessment, Office of Research and Development, U.S. Environmental Protection Agency. EPA/600/6-90/006F, December 92.