

Tendenze nel consumo di tabacco fra i giovani in Alto Friuli

Recent trends on use of tobacco among students in Alto-Friuli region

Gianni Canzian

Riassunto

Introduzione. Nel corso del 2008 il Dipartimento delle Dipendenze dell'ASS n°3 "Alto Friuli" ha replicato le rilevazioni del consumo di tabacco, alcol e droghe illegali nelle scuole medie superiori svolte nel 2002 e nel 2005. Questo articolo riassume i risultati delle rilevazioni, il trend nei consumi di tabacco che ne emerge, nonché una prima analisi di efficacia del progetto "Smoke Free Class Competition".

Materiali e metodi. Le tre rilevazioni riassunte nell'articolo hanno interessato tutti gli studenti delle classi seconda e quarta media superiore di tutte le scuole del territorio. Tutte le rilevazioni sono state effettuate attraverso questionari anonimi distribuiti agli studenti da operatori del Dipartimento delle Dipendenze, compilati direttamente in classe e immediatamente raccolti dagli operatori. Il consumo di tabacco viene incrociato con molte variabili (consumo di alcol e di altre droghe, tabagismo e alcolismo nei genitori, rendimento scolastico, partecipazione al progetto "Smoke Free Class Competition", nonché a dati sulle abitudini di vita (attività sportive, alimentazione, peso reale e percepito, ecc.).

Risultati e conclusioni. Le tre rilevazioni indicano una chiara progressiva riduzione, prevalentemente fra i maschi e fra gli studenti più giovani, del fumo di tabacco, con un'inversione del rapporto fra i due sessi (il fumo di tabacco è ora prerogativa soprattutto del sesso femminile). Parallelamente appare in parziale riduzione anche l'uso di alcol e cannabis. Si conferma lo stretto rapporto fra fumo di tabacco e uso di alcol e altre droghe. Una prima valutazione di efficacia del progetto Smoke Free Class offre risultati parzialmente positivi ma non significativi. Un'analisi del rapporto fra fumo e indice di massa corporea smentisce la diffusa percezione che il fumo sia uno strumento efficace per la riduzione del peso.

Parole chiave: *Fumo di tabacco, adolescenti, scuole, smoke free class, abuso di droghe, BMI.*

INTRODUZIONE

Questo lavoro riassume, per la parte relativa al fumo di tabacco, i risultati di tre successive rilevazioni, effettuate con periodicità triennale dal Dipartimento delle Dipendenze dell'ASS n°3 "Alto Friuli", nel 2002, 2005 e 2008, fra gli studenti delle scuole medie superiori del territorio dell'Alto Friuli (provincia di Udine).

Summary

Introduction. During 2008 Department of drug-addiction of ASS n°3 "Alto Friuli" replied the previous surveys (2002 and 2005) on use of tobacco, alcohol and illegal drugs among students attending all the high schools of the area. This article summarizes surveys' results, describe trends in consumption of tobacco among students, and offer a first analysis of effectiveness of "Smoke Free Class Competition".

Materials and methods. The three surveys summarized in the article examined students attending second and fourth class of all high schools of territory. All surveys have been carried out through anonymous questionnaires distributed to students from Department's operators, filled in inside the classroom and immediately collected from the operators. Tobacco consumption is crossed with several variables: consumption of alcohol and other drugs, smoking and alcoholism among parents, scholastic performances, participation in "Smoke Free Class Competition", as well as data on lifestyle (sports, food, real and perceived weight, etc).

Results and conclusions. The surveys show a clear progressive reduction, mainly among males and among younger students, of smoking tobacco consumption, and a progressive prevalence of tobacco-smoking among females. At the same time the last survey show a partial reduction in use of alcohol and cannabis. It confirms the close relationship between smoking and use of alcohol and other drugs. An initial evaluation of the effectiveness of "Smoke Free Class Competition" offers some little positive results, but not statistically significant. Finally, an analysis of relationship between smoking and body mass index denies the widespread perception that smoking is an effective way for reducing weight.

Keywords: *Smoke of tobacco, adolescents, schools, smoke free class, drug abuse, BMI.*

Le rilevazioni comprendono anche l'uso di alcol, inalanti e droghe illegali, il consumo di alcol e tabacco fra i genitori, l'andamento scolastico, il tipo di scuola, le opinioni degli intervistati su aspetti quali la pericolosità, le cause e gli effetti dell'uso delle diverse droghe. Nell'anno in corso la rilevazione esplora anche la partecipazione al progetto Smoke Free Class (abbastanza diffusa in questi territorio), nonché, in collaborazione con il Dipartimento della Prevenzione, le abitudini ali-

mentari, l'attività fisica, l'indice di massa corporea. Le correlazioni più significative verranno quindi di seguito descritte.

MATERIALI E METODI

Tutte le rilevazioni sono state effettuate attraverso questionari anonimi distribuiti agli studenti da operatori del Dipartimento delle Dipendenze, compilati direttamente in classe e immediatamente raccolti dagli operatori. La minor riservatezza di un questionario svolto in classe è ampiamente compensata dall'assenza di influenza sulla rilevazione di altri fattori esterni, come la famiglia, e dall'evitare l'elevata percentuale di non responders che abitualmente caratterizza i questionari dati e raccolti in due tempi distinti.

Le rilevazioni sono state effettuate nel 2002, 2005 e 2008, e comprendevano tutti gli studenti delle seconde e quarte medie superiori (1043 questionari validi nel 2002, 1052 nel 2005, 1084 nel 2008). Non vi è stata necessità di randomizzare il campione, in quanto per ciascuna classe è stata raggiunta l'intera popolazione di studenti del territorio.

Nelle tre rilevazioni i questionari sono stati riproposti alle stesse classi e con le stesse caratteristiche e modalità, garantendo quindi una buona confrontabilità dei dati. Per una maggior garanzia di confrontabilità i dati delle diverse rilevazioni sono stati successivamente pesati per età, sesso e tipo di scuola, con risultati sovrapponibili a quelli del campione non pesato.

RISULTATI

A) EPIDEMIOLOGIA DELL'ABITUDINE AL FUMO

1) Riduzione del consumo di tabacco fra gli studenti di scuola media superiore.

Sulla base di precedenti rilevazioni svolte da questo Dipartimento (anche se non direttamente confrontabili per alcune differenze nella metodologia di indagine), fino al 2002 il numero di fumatori fra gli studenti appariva in crescita e l'età di inizio in diminuzione.

Anche altri studi regionali su fumo e adolescenti¹⁰ segnalavano con preoccupazione il progressivo incremento del numero dei fumatori e il progressivo abbassamento dell'età di inizio.

Dal 2002 invece le rilevazioni, svolte da allora con identica

metodologia, indicano una netta progressiva inversione del trend di crescita, con un netto aumento (dal 48,7% del 2002 al 55,5% del 2005 e al 60,5% del 2008) del numero di soggetti che dichiara di non aver mai fumato, né abitualmente, né in modo occasionale (**tabella 1**), e, come illustrato più sotto, un'inversione del precedente trend di progressivo anticipo dell'età di inizio.

Il dato riguarda soprattutto i ragazzi più giovani: nelle classi seconde la percentuale di non fumatori sale progressivamente dal 49,7 al 59,9 al 65,5%, con un netto calo, in gran parte nell'ultimo triennio, dei fumatori abituali, che appaiono quasi dimezzati (25,1% nel 2002, 13,7% nel 2008), mentre è assai meno evidente la riduzione dei fumatori abituali nelle classi quarte.

Una possibile e verosimile lettura di questa così marcata riduzione dei fumatori fra gli studenti delle classi seconde, contrapposta alla sostanziale stabilità dell'abitudine al fumo fra gli studenti delle classi quarte, può trovarsi nella realizzazione (nel 2004) della nuova normativa che vieta il fumo nei locali pubblici. L'iniziazione al fumo dei giovani si situa infatti in genere fra i 13 e i 16 anni: la legge sul fumo è quindi intervenuta in linea di massima dopo l'iniziazione degli studenti delle classi quarte e prima di quella degli studenti delle classi seconde. La legge, vietando il fumo proprio in quelle situazioni conviviali (bar, pubs, pizzerie, altri luoghi di ritrovo giovanile) che favoriscono l'arruolamento di nuovi fumatori, appare aver protetto significativamente i giovani che al fumo dovevano ancora avvicinarsi, mentre la rapida instaurazione della dipendenza, descritta anche da molti recenti lavori⁷, ha impedito a chi aveva già iniziato a fumare prima della legge di avvantaggiarsene. Questo dato appare confermare quanto già suggerito nel nostro precedente articolo¹, ovvero che in adolescenza un serio intervento normativo, razionalmente ed emotivamente condivisibile anche dagli stessi consumatori (come le leggi su alcol e guida, e diversamente dalle leggi sul consumo di droga vissute come persecutorie più che protettive), è probabilmente più efficace di molti pur raffinati progetti preventivi.

Dai dati in tabella 1 si evidenzia anche l'avvenuto sorpasso delle fumatrici femmine sui fumatori maschi. Questo dato è citato in altri studi, ma non in tutti (il rapporto maschi femmine presenta una notevole variabilità sia di anno in anno, sia per area geografica, sia per istituto di ricerca)^{4,5,8,13}. La riduzione dei fumatori riguarda infatti soprattutto il sesso maschi-

Tabella 1 - Fumo di tabacco nelle medie superiori	Rilevazione 2002 (n=1043)					Rilevazione 2005 (n=1052)					Rilevazione 2008 (n=1084)				
	Maschi	Femmine	classi 2°	classi 4°	Totale	Maschi	Femmine	classi 2°	classi 4°	Totale	Maschi	Femmine	classi 2°	classi 4°	Totale
Non ho mai fumato (o solo provato)	46,8%	50,6%	49,7%	47,4%	48,7%	56,8%	54,0%	59,9%	49,4%	55,5%	64,8%	55,4%	65,5%	54,3%	60,5%
Talvolta fumo ma non tutti i giorni	20,9%	22,9%	22,5%	21,2%	21,9%	15,3%	18,8%	14,7%	20,0%	16,9%	15,8%	21,7%	18,5%	18,8%	18,7%
Fumo abitualmente (tutti i giorni)	28,2%	23,5%	25,1%	26,7%	25,8%	24,7%	25,2%	23,2%	27,3%	24,9%	17,2%	19,8%	13,7%	24,4%	18,5%
Fumavo in passato, ma ora non fumo	4,0%	3,1%	2,6%	4,7%	3,6%	3,2%	2,0%	2,3%	3,2%	2,7%	2,1%	2,5%	2,2%	2,5%	2,3%

le, nel quale in sei anni i non fumatori sono cresciuti di ben 18 punti percentuali, contro solo 5 punti nelle ragazze. Seguendo un trend iniziato ormai molti anni fa, fra gli studenti dell'Alto Friuli le fumatrici donne per la prima volta hanno superato percentualmente i compagni maschi, sia considerando solo i fumatori abituali (19,8% contro 17,2%), sia sommandoli (operazione corretta vista l'elevata probabilità che in adolescenza il fumo occasionale si faccia continuativo, e che chi ha appena smesso di fumare riprenda l'uso) ai fumatori occasionali e agli ex fumatori (in totale 44% nelle ragazze contro 35% nei maschi). Da notare, per inciso, che nelle rilevazioni statunitensi viene definito fumatore abituale chi ha fumato nei 30 gg precedenti l'intervista.

Il sorpasso delle ragazze si fa clamoroso considerando (**tabella 2**) solo gli studenti più giovani (15-16aa). Qui un iniziale sorpasso si era evidenziato già dal 1999 al 2002, ma oggi la percentuale di fumatori (abituali e, per ora, occasionali o ex) è qui del 38,2% nelle ragazze contro il 24,3% nei ragazzi: più del 50% in più!

Un ulteriore dato confortante è l'inversione del precedente trend di progressivo anticipo dell'età di inizio: se dal 2002 al 2005 il numero di fumatori che dichiarava di aver iniziato prima dei 14 anni era salito dal 22,6% al 30,4%, dal 2005 al 2008 il dato è ridisceso al 23,9%. Il dato appare positivo anche perché, come noto, la mortalità da fumo è correlata alla precocità dell'inizio.

Per la prima volta nel 2008 i questionari presentano un item relativo alle nuove confezioni di tabacco per uso orale (denominate Snus o Snuff), il cui uso in Europa è in crescita, soprattutto fra gli sportivi in quanto non pregiudicano l'efficienza fisica. L'uso (vedi **tabella 3**) appare ancora modesto e quasi sempre solo episodico, con netta prevalenza fra gli studenti maschi. Il rischio di questa modalità di assunzione della ni-

cotina è di per se nettamente inferiore a quella classica (sigarette). Non è presente infatti fumo, e quindi è assente l'ossido di carbonio e sono molto ridotte le sostanze cancerogene. Sarebbe quindi un'alternativa positiva alle sigarette. Il problema sta però nella sottovalutazione del rischio di indurre dipendenza, comunque elevato visto il discreto rilascio di nicotina.

2) Desiderio di smettere

Nei fumatori abituali (**tabella 4**) prevale, come prevedibile per l'età, un atteggiamento pre-contemplativo (per ora non mi pongo il problema) o "contemplativo" (prima o poi cercherò di smettere, ma non ora).¹² Una dato che merita di essere sottolineato è l'elevata percentuale di chi dichiara di non riuscire a smettere pur volendolo (ben il 24,6% dei fumatori), e il netto aumento rispetto alla precedente rilevazione del 2002 (quando era del 12,9%). Da una lato questo dato conferma le recenti ricerche sulla rapida insorgenza della dipendenza nei neo-fumatori,^{7,11} dall'altro il suo aumento suggerisce che le nuove normative hanno motivato diversi giovani a lasciare il fumo ponendoli così di fronte alla difficoltà, probabilmente prima non considerata, di raggiungere questo obiettivo.

3) Atteggiamento verso la nuova normativa sul fumo

Interessante, e confortante, è l'adesione (**tabella 5**), fortemente maggioritaria anche fra i fumatori abituali ed in progressiva crescita dal 2002 (quando la legge era ancora un'ipotesi) al 2008, alla recente legge che vieta il fumo nei locali pubblici.^{17,18} Il dato sottolinea quanto da più parti affermato ma raramente raccolto dai legislatori (e purtroppo anche dal senso comune), ovvero che posti di fronte a norme e sanzioni razionali e non emotive, protettive e non persecutorie, che limitano la libertà individuale solo quando e dove questa sia

Tabella 2 (fumo a 15-16 aa) ($p < 0,0001$ con test chi quadro / DF=4)	Numero campione	Non fumatori	Fumatori occasionali	Fumatori abituali	Ex fumatori	Totale fumatori (occasional, abituali, ex)			
						2008	2005	2002	1999
Maschi 15-16 aa	268	75,7%	14,2%	8,2%	1,9%	24,3%	26,1%	38,4%	41,1%
Femmine 15-16 aa	270	61,9%	21,9%	13,3%	3,0%	38,2%	37,1%	40,4%	38,2%

Tabella 3 Hai mai usato Snus (o Snuff)?	Numero risposte	No, e non so cosa sia	No, ma so di cosa si tratta	Si, ma ho solo provato	Si, ogni tanto ne faccio uso	Si, lo uso con frequenza
Maschi	561	52,4%	31,4%	11,8%	3,7%	0,7%
Femmine	520	64,6%	31,3%	2,5%	1,3%	0,2%
Totale 2008	1081	58,3%	31,4%	7,3%	2,6%	0,5%

Tabella 4 Se già fumi abitualmente, vorresti smettere?	2005 (n=264)	2008 (n=203)
No, fumare mi piace, o comunque per ora non mi pongo il problema	40,2%	36,5%
Prima o poi sì, ma sono giovane e ci penserò fra qualche anno	29,5%	27,6%
Sì, voglio seriamente provarci	17,4%	11,3%
Sì, vorrei smettere, ma non ci riesco	12,9%	24,6%

Tabella 5 – Cosa pensi del divieto di fumare in tutti i locali pubblici?	Sono d'accordo	Sono contrario
Rilevazione anno 2002 (1039 risposte)	85,0%	15,0%
Rilevazione anno 2005 (990 risposte)	88,5%	11,5%
Rilevazione anno 2008 (1070 risposte)	91,3%	8,7%

di possibile danno ad altri, gli adolescenti sono sensibili ed attenti, spesso più del mondo degli adulti.

4) Valutazione di efficacia dei programmi "Smoke Free Class Competition"

Nel nostro territorio dal 2004 ad oggi il Dipartimento delle Dipendenze ha promosso nelle scuole medie inferiori e nelle 1° medie superiori l'adesione al programma "Smoke Free Class Competition". In media ogni anno sono state coinvolte 17,5 classi (20 nell'ultimo anno), un valore piuttosto elevato rispetto alla bassa popolazione di questo territorio (rapportato alla popolazione, il dato è quasi tre volte superiore alla media regionale e 16 volte superiore alla media nazionale). Partendo da questa premessa, nella rilevazione del 2008 è stato chiesto agli studenti se negli anni precedenti avessero partecipato al programma e, se sì, quanto questo avesse secondo loro influito sul loro consumo di tabacco. Per avere un riscontro oggettivo di efficacia il dato è stato poi incrociato con le abitudini al fumo. Vengono qui riportati (tabella 6) solo i dati, pesati per sesso, relativi alle classi seconde, in quanto, per la recente offerta di questi programmi, solo pochi studenti delle classi quarte ha avuto occasione di parteciparvi.

I dati, forzatamente limitati alle sole classi seconde, non offrono elementi conclusivi, così come del resto altri studi nazionali e internazionali.^{14,15} Dal punto di vista della valutazione degli studenti, solo poco meno di un quarto (il 23,2%) ritiene che la partecipazione al programma Smoke Free Class abbia avuto un'influenza significativa sul suo atteggiamento verso il fumo. Dal punto di vista della valutazione di efficacia, in effetti fra chi ha partecipato al programma le percentuali di fumatori occasionali e abituali sono inferiori a quelle degli studenti che non hanno partecipato (1,2% in meno di fumatori abituali e 4,9% in meno di fumatori occasionali). La differenza è però, anche per la bassa numerosità del campione (e per la mancanza di informazioni sulle abitudini al fumo precedenti l'intervento), troppo modesta per essere statisticamente significativa ($p=0,1802$), e necessiterebbe di una valutazione più mirata. L'incertezza sui risultati a breve e lungo termine è peraltro una prerogativa comune a tutti i programmi di prevenzione del fumo (ma anche di altri abusi) di tipo non normativo.

5) Dati sul consumo di tabacco fra i genitori degli studenti

In tutte le rilevazioni (2002, 2005, 2008) è stato chiesto anche di indicare le abitudini al fumo dei genitori. I dati, che non presentano notevoli variazioni nelle diverse rilevazioni, indicano nel 2008 un 42,7% di genitori mai stati fumatori (con netta prevalenza delle madri, 51,9% contro il 33,5% nei padri), un 7,8% di fumatori occasionali, un 21,3% di fumatori abituali (con modesta prevalenza dei padri, 22,7% contro 19,9%) e un 28,2% di ex fumatori (in prevalenza padri: 36,5% contro 20%). Anche se in misura modesta, il numero dei fumatori abituali appare in diminuzione (dal 23,8% del 2002 al 21,3% del 2008), con una riduzione presente in entrambi i sessi (dal 22,5% al 19,9% nelle madri, dal 25,2% al 22,7% nei padri).

RISULTATI

B) CORRELAZIONI

1) Conferma correlazioni già evidenziate nelle precedenti rilevazioni (fumo e scuola, fumo e uso di altre droghe, fumo genitori e uso fumo e altre droghe nei figli, ecc.)

Alcune correlazioni significative confermano quanto già emerso nell'analoga ricerca del 2005. Si riassumono quindi brevemente le correlazioni già evidenziate nella precedente ricerca,¹ alla quale si rimanda, e confermate nell'attuale rilevazione.

- Conferma dell'elevata correlazione fra basso rendimento scolastico e fumo (nelle femmine ancor più evidente)
- Conferma dell'elevata correlazione fra tipologia di istituto e fumo (prevalente negli istituti tecnico-professionali)
- Conferma dell'elevata correlazione fra abitudini al fumo nei genitori e fumo nei figli
- Conferma dell'elevata correlazione fra abitudini al fumo nei genitori e abuso di alcol e droghe illegali nei figli

In tutti questi casi, come già ipotizzato nella precedente rilevazione, si ritiene che la correlazione non sia, se non in minor parte, frutto di un'influenza diretta di questi fattori sul fumo, ma, per le prime due, di tratti di personalità che influenzano sia il rendimento scolastico che la scelta del tipo di scuola, per le altre della trasmissione genitori-figli di una predisposizione, anche su base genetica, all'abuso di fumo e di altre sostanze.^{2,3-5}

Tabella 6 Smoke Free Class Compet. (solo classi 2°)	Hai partecipato allo Smoke Free Class?	Se sì, quanto ritieni abbia influito sulle tue abitudini al fumo?		Rapporto partecipazione/fumo (dato pesato per sesso) ($p=0,1802$ con test chi quadro / $DF=2$)			
				Partecipazione	Non fumo	Fumo occas.	Fumo abituale
	SI - 287 (47,4%)	Poco o nulla	76,8%	SI	72,5%	17,3%	10,2%
	NO - 318 (52,6%)	Abbastanza/molto	23,2%	NO	66,4%	22,2%	11,4%

Tabella 7 Rapporto fra abitudini al fumo e abuso di alcol e droghe	Rilevazione 2005					
	% abusi alcolici frequenti (uno o più al mese)	% abusi alcolici totali (anche episodici)	% uso THC fre- quente (diverse volte / spesso)	% uso THC totale (anche episodico)	% uso di altre droghe illegali (anche episodico)	% uso di inalanti (anche episodico)
Mai fumato	3%	19%	1%	3%	1%	4%
Solo provato	14%	56%	6%	23%	1%	5%
Occasionale/pregresso	23%	65%	19%	39%	1%	14%
Fumo abituale	40%	84%	51%	72%	16%	24%

Tabella 7 Rapporto fra abitudini al fumo e abuso di alcol e droghe	Rilevazione 2008					
	% abusi alcolici frequenti (uno o più al mese)	% abusi alcolici totali (anche episodici)	% uso THC fre- quente (diverse volte / spesso)	% uso THC totale (anche episodico)	% uso di altre droghe illegali (anche episodico)	% uso di inalanti (anche episodico)
Mai fumato	3%	19%	0,3%	1,3%	1,1%	2%
Solo provato	12%	49%	2,5%	13%	1,4%	4%
Occasionale/pregresso	22%	70%	13%	36%	4%	7%
Fumo abituale	39%	85%	39%	69%	13%	21%

Un altro gruppo di correlazioni, già evidenziate nel 2005 (ma anche nel 2002) e qui confermate (dati di sintesi in **tabella 7**), sono relative alla maggior frequenza di abusi di alcol e altre droghe fra i fumatori. Si può quindi ribadire quanto scritto a commento della precedente rilevazione, ovvero che “il rapporto fra fumo di tabacco e uso di alcol e droghe illegali è talmente stretto da poter dire che, almeno in adolescenza, chi non fuma è sostanzialmente immune dall’uso di altre droghe lecite o illecite”. In tutte le rilevazioni infatti la quasi totalità di chi non ha mai provato a fumare non ha mai sperimentato l’uso di inalanti e droghe illegali, né abusi alcolici se non occasionali. Al contrario, come si vede in tabella, fra gli adolescenti che già fumano quotidianamente l’abuso di altre sostanze è frequentissimo. Da rilevare come il solo aver “provato” a fumare sposta di molto le percentuali rispetto a chi non ha mai fumato; entra probabilmente in gioco un atteggiamento “sperimentatorio” che può rivolgersi anche ad altre sostanze e comportamenti.

Sempre a commento della precedente rilevazione si suggeriva che alla base del forte rapporto fra fumo e uso di altre droghe, e fra fumo nei genitori e uso di tabacco, alcol e droghe nei figli vi fosse sia una predisposizione neurobiologica all’abuso di sostanze, sia tratti di personalità “sensation seeking”, sia più genericamente una scarsa attenzione alla propria salute e alle possibili conseguenze nel tempo dei propri comportamenti.

Un altro dato a sostegno del rapporto fra tabagismo e neurobiologia emerge dalla tabella successiva (**tabella 8**) nella quale si confrontano le abitudini al fumo nei genitori con il rendimento scolastico nei figli. Il campione riguarda solo i ragazzi di 17-18 anni (si considerano “in regola con gli studi” se frequentano la quarta, “ripetenti” se frequentano la seconda). Per una maggiore numerosità e quindi validità del campione sono stati sommati i dati delle ultime due rilevazioni del 2005 e 2008.

Appare evidente (e statisticamente significativo) un chiaro rapporto fra fu-

mo nei genitori e difficoltà scolastiche nei figli (avere uno o due genitori fumatori abituali raddoppia le possibilità di essere bocciato, 22,8% contro l’11,8%). Può sembrare sorprendente, ma una possibile spiegazione può essere trovata nel fatto che alla base del tabagismo (e di altre dipendenze) è spesso presente un tratto di inquietudine caratteriale, in parte geneticamente trasmissibile, che da un lato porta i genitori all’abuso di nicotina, dall’altro porta i figli a maggiori difficoltà nell’apprendimento scolastico.

2) Rapporto fra fumo, indice di massa corporea (BMI), attività fisica.

Utilizzare il fumo come strumento di controllo del proprio peso corporeo è una motivazione spesso riferita. In particolare fra le giovani donne, tanto che l’attenzione eccessiva al peso corporeo può forse essere una delle cause della mancata riduzione del fumo nelle ragazze a fronte del notevole calo nei maschi. Vengono qui di seguito sinteticamente riportate (**tabella 9**) alcune opinioni ri-

Tabella 8 – Rapporto fumo nei genitori / rendimento scolastico nei figli Campione 2005+2008, solo studenti di 17-18 aa, n=911 (p=0,0017 con test chi quadro / DF=2)	In regola con gli studi	Ripetente
Uno o entrambi i genitori sono fumatori abituali (n=316)	77,2%	22,8%
Nessun genitore abituale ma almeno uno fumatore occasionale o ex fumatore (n=392)	85,2%	14,8%
Nessuno dei due genitori ha mai fumato (n=203)	88,2%	11,8%

Tabella 9 Atteggiamenti del campione verso il proprio peso corporeo (per tutti gli items, $p < 0,0001$ con test chi quadro)	Nota - Oggettiva % sovrappeso secondo BMI: maschi 15,2%, femmine 4,5%, totale 10,2%				
	Crede che il mio peso attuale sia eccessivo ($p < 0,0001$ / $DF=2$)	Penso che dovrei mettermi a dieta ($p < 0,0001$ / $DF=3$)	Quando mangio mi sento a disagio ($p < 0,0001$ / $DF=3$)	Dovrei vomitare per perdere peso ($p < 0,0001$ / $DF=3$)	Attribuisco molta importanza al mio peso ($p < 0,0001$ / $DF=3$)
Maschi (n=563)	14,8%	18,3%	3,2%	0,7%	39,6%
Femmine (n=521)	37,9%	51,9%	13,4%	3,8%	60,1%
Totale (n=1084)	25,9%	34,5%	8,1%	2,2%	49,4%

Tabella 10 Rapporto fra fumo e peso corporeo	Classi peso (in base all'indice di massa corporea ritarato per sesso ed età)			
	N° campione	Sottopeso	Normopeso	Sovrappeso
Non ho mai fumato (o solo provato)	629	4,1%	84,6%	11,3%
Fumo occasionale o pregresso	215	2,3%	90,2%	7,4%
Fumo abitualmente (tutti i giorni)	192	5,2%	84,9%	9,9%
Totale campione	1036	3,9%	86,6%	9,5%

Tabella 11 Rapporto fra fumo e valore BMI	Media valore BMI (campione limitato a soggetti 17-18 aa)			
	N° campione	Maschi 17-18aa	Femmine 17-18aa	Totale campione
Non ho mai fumato (o solo provato)	255	22,5	20,8	21,7
Fumo occasionale o pregresso	90	22,6	21,4	22,0
Fumo abitualmente (tutti i giorni)	114	22,7	20,3	21,5

spetto al proprio peso corporeo emerse dall'indagine, che confermano la marcata, e ben nota, differenza fra i due sessi e, per le ragazze, l'assenza di oggettiva correlazione fra le preoccupazioni corporee e la reale presenza di sovrappeso (sulla base dell'indice di massa corporea, BMI, corretto per sesso ed età).

I dati non appaiono però confermare questa aspettativa. L'indice di massa corporea (BMI) non presenta infatti sostanziali differenze fra fumatori e non fumatori, né (tabella 10) rispetto alla percentuale di soggetti in sovrappeso, né (tabella 11) rispetto al valore medio del BMI (in quest'ultimo caso il campione è stato ristretto solo ai soggetti di 17-18 aa, per poter valutare l'effetto di una più prolungata esposizione al fumo). Paradossalmente, poiché è invece ben noto il frequente aumento ponderale nei fumatori che smettono, iniziare a fumare sembra quindi essere una strategia inutile per dimagrire, ma efficace per ingrassare quando, più in là negli anni, si dovesse decidere di smettere. Argomento che, vista l'attenzione al peso, potrebbe essere efficace nell'indurre le più giovani a non iniziare un'abitudine

non solo dannosa, ma a quanto sembra anche inutile.

Un'ultima correlazione significativa (tabella 12) è quella fra fumo e attività motoria. Fra chi non fuma circa un quarto (23,3%) non riferisce attività sportiva o comunque motoria regolare, contro circa un terzo (il 32,5%) fra chi fuma regolarmente (i fumatori occasionali si pongono in posizione intermedia). La differenza, peraltro non marcatissima, non stupisce, in quanto fumo e attività fisica sono espressioni di due diversi stili di vita e di differenti livelli di attenzione verso la propria salute. Stupisce di più invece vedere che la stessa differenza, statisticamente significativa, si ripropone correlando l'attività fisica con le abitudini al fumo dei propri genitori (non svolge attività fisica regolare il 21,1% dei figli di genitori non fumatori, contro il 31,3% dei figli di almeno un genitore fumatore abituale). Anche qui (come già detto descrivendo il rapporto fra fumo nei genitori da un lato e abuso di tabacco, alcol e droghe, nonché peggior rendimento scolastico, nei figli) sembra di poter cogliere che almeno in parte tutti questi atteggiamenti (abuso di sostanze

legali e illegali, inquietudine caratteriale, stili di vita) siano correlati a fattori neurobiologici comuni, in parte trasmissibili (correlazioni, qui non descritte ma che vanno nello stesso senso, si evidenziano nel campione anche correlando questi atteggiamenti alla riferita presenza di problemi di abuso alcolico in famiglia).

CONCLUSIONI

Un primo elemento importante ed evidente è la sostanziale progressiva riduzione del fumo di tabacco in atto in questo territorio a partire dal 2002, ed in particolare fra gli studenti più giovani, forse "protetti" dall'arruolamento fra i nuovi fumatori dalla legge che dal 2004 vieta il fumo nei locali pubblici, luogo in cui spesso i non fumatori sperimentavano l'uso di tabacco.

Evidente è anche il passaggio da una cultura "maschile" a una "femminile" del fumo, con una progressiva prevalenza, specie fra i fumatori più giovani, del sesso femminile.

Interessante la diffusa percezione di "non riuscire a smettere" pur volendolo, già in giovane età, a conferma delle recenti ricerche sulla precoce insorgenza

Tabella 12 - Rapporto fra fumo studenti e genitori e regolare attività motoria fra gli studenti (Fumo genitori / attività motoria; $p=0,0145$ con test chi quadro, $DF=2$) (Fumo studenti / attività motoria: $p=0,0294$ con test chi quadro, $DF=2$)		Presenza di attività sportiva o motoria regolare		
		N° campione	Attività motoria regolare	Assenza di attività regolare
Abitudini al fumo degli studenti	Non ho mai fumato (o solo provato)	255	22,5	20,8
	Fumo occasionale o pregresso	90	22,6	21,4
	Fumo abitualmente (tutti i giorni)	114	22,7	20,3
Abitudini al fumo dei genitori	Nessun genitore ha mai fumato	198	78,9%	21,1%
	Solo fumo occasionale o pregresso	327	75,0%	25,0%
	Almeno un genitore fumatore abituale	246	68,7%	31,3%

della dipendenza. Si conferma, ed è anzi in crescita, l'apprezzamento per il divieto di fumo nei locali pubblici, a conferma che anche gli adolescenti sono in grado di accettare e approvare norme restrittive purché razionali, eticamente corrette e non persecutorie.

Molto limitato, ma presente, è l'uso di tabacco attraverso i nuovi prodotti per uso orale (SNUS o SNUFF)

Un'analisi di gradimento e di efficacia del programma "Smoke Free Class Competition", diffusamente realizzato nell'Alto Friuli, non offre risultati univoci. Le percentuali di fumatori sono in effetti inferiori fra chi ha partecipato all'iniziativa, ma con differenze non statisticamente significative, e solo uno studente su quattro ritiene di esserne stato in qualche modo influenzato.

Si confermano (e quindi non vengono qui approfondite) una serie di strette correlazioni già emerse nelle precedenti rilevazioni, ed in particolare fra fumo di tabacco (sia negli intervistati, che nei loro genitori) e uso di alcol e

droghe,^{9,16} nonché fra fumo (degli studenti, ma anche dei loro genitori) e rendimento scolastico. Si ribadisce quindi quanto detto a commento della precedente rilevazione, ovvero che il tabagismo non debba più essere definito come "pericolosa abitudine", ma come una vera tossicodipendenza, condizionata non solo da fattori ambientali e culturali, ma anche da fattori neurobiologici ed ereditari, e che il tabagismo vada letto come un indice di rischio anche rispetto agli abusi di alcol e droghe illegali (va rilevato che una serie di dati emersi dalla rilevazione, non riportati in questo articolo, indica che parallelamente alla riduzione del fumo di tabacco appaiono ridursi anche le percentuali di bevitori eccessivi e di consumatori di droghe illegali).

La rilevazione appare anche porre fortemente in dubbio la diffusa credenza che il fumo sia un efficace strumento di controllo del peso. L'indice di massa corporea (BMI) non presenta infatti sostanziali differenze fra fumatori e non fumatori,

tanto che iniziare a fumare può paradossalmente rappresentare una strada per una futura obesità (non aiuta a dimagrire quando si inizia, ma fa spesso ingrassare quando si smette). Vista la spesso esasperata attenzione, soprattutto femminile, al controllo del peso, questa informazione può essere in adolescenza forse più utile rispetto a quella sui danni alla salute (a 15 anni si è poco interessati a quello che, forse, ci capiterà a 50).

Si evidenzia infine, a conferma di analoghi studi, una discreta correlazione fra fumo di tabacco e scarsa attività motoria/sportiva.

In sintesi quindi dalla nuova rilevazione emergono dati decisamente positivi rispetto ad una riduzione dell'"epidemia" di tabagismo, viene ribadita la stretta correlazione fra tabagismo ed altri abusi, ed emergono alcune possibili indicazioni per più efficaci strategie di contenimento. ■

Disclosure: L'Autore dichiara l'assenza di qualsiasi conflitto di interesse.

Bibliografia

- Canzian G. Fumo e adolescenti nell'Alto Friuli. *Tabaccologia* 2007; 1: 25-31.
- Chiamulera C. Genetica & tabagismo. *Tabaccologia*, 2003; 1: 29-32.
- Chiamulera C. Biologia del tabagismo: un continuum dalle molecole ai processi psico-comportamentali. *Tabaccologia* 2005; 2s:33-37.
- Di Cosmo C. Fattori psicosociali e comportamento tabagico in un gruppo di adolescenti. *Tabaccologia* 2008; 1: 21-26.
- Tamang E, Pilati G, Latini R, Pettinò A. Smoke Free Class Competition. *Tabaccologia* 2003; 3: 13-17.
- Gerra G. et al. Neurotransmitters, neuroendocrine correlates of sensation-seeking temperament in normal humans" *Neuropsychobiology*. 1999; 39: 207-213.
- Gervais A. et al. Milestones in the natural course of onset of cigarette use among adolescents", *Canadian Medical Association Journal CMAJ* 2006; 175:255-261
- ISTAT. I fumatori in Italia-Dicembre 2004-Marzo 2005. Gennaio 2006.
- Mangiaracina G. Non c'è droga senza fumo. *Tabaccologia* 2006; 3: 3.
- Pascoli M. Fumo nell'adolescenza: analisi e prospettive in Adolescenti a Rischio. Stili di vita e comportamenti in Friuli Venezia Giulia, a cura di Bernardo Cattarinussi, ed. Forum, Udine 2004.
- Poropat C. et al Il fumo negli adolescenti: dall'uso alla dipendenza. *Tabaccologia* 2005; 1: 29-34.
- Prochaska e Di Clemente "Stages and process of self change of smoking: toward an integrative model of change" *Journal of Consul Clin Psychol* 1983;51:390-395
- Regione Veneto. Abitudine al fumo di tabacco nel Veneto. Dati ISTAT 2001.
- Tamang E, Pilati G, Latini R, Pettinò A. Smoke Free Class Competition. *Tabaccologia* 2003; 3: 13-17.
- Thomas R, Perera R. "School-based programmes for prevention smoking" *Cochrane Database Systematic Reviews*, 19-luglio 2006; 3: CD00129.3
- Tinghino B. e Rossin L. Tabagismo: dipendenza minore? Correlazioni fra dipendenza da tabacco e uso di sostanze stupefacenti. *Tabaccologia* 2006; 1:23-26.
- Tomazin R, Poropat C. Effetti della legge 3/03 sul divieto di fumo nei locali pubblici. *Tabaccologia* 2005; 4: 5-6.
- Zagà V. Effetti del divieto di fumo nei locali pubblici in Italia. *Tabaccologia* 2007; 4: 6-7.