

Percorso terapeutico I metodi per smettere di fumare

David Mocini

U.O.C. Cardiologia II, Ospedale CTO "Andrea Alesini", ASL Roma C, Roma

(Ital Heart J 2001; 2 (Suppl 1): 59)

© 2001 CEPI Srl

Per la corrispondenza:

Dr. David Mocini

Via Giuseppe Gioeni, 30
00158 Roma

E-mail:
dmocini@tiscalinet.it

L'abitudine al fumo di tabacco è largamente prevalente nella popolazione italiana così come all'interno della popolazione dei fumatori è fortemente rappresentato il gruppo di coloro che vorrebbero smettere ma non ci riescono. Non c'è da stupirsi quindi se il panorama delle offerte di aiuto sia particolarmente ricco e se accanto a metodologie di dimostrata efficacia si presentino sistemi di discutibile utilità. Per fare chiarezza su tale argomento abbiamo analizzato la libreria della Cochrane (Tab. I) poiché al suo interno è presente un gruppo che analizza i metodi per smettere di fumare ed i lavori che secondo la metodologia della medicina

dell'evidenza ne dimostrano l'efficacia (<http://www.update-software.com/ccweb/cochrane/revabstr/g160index.htm>).

La Cochrane individua 21 argomenti. Di ognuno di essi possiamo definire in maniera sintetica: assenza di evidenza di efficacia, incertezza sull'evidenza di efficacia, certezza di evidenza di efficacia. Possiamo poi quantizzare questa posizione con minima evidenza (+), buona evidenza (++), ottima evidenza (+++). Naturalmente l'efficacia, pur essendo provata, può essere di entità diversa ma questo esula dagli scopi della revisione della Cochrane.

Tabella I.

	Certezza di evidenza di efficacia	Incertezza	Assenza di evidenza di efficacia	Data revisione letteratura
Agopuntura			+	17/06/99
Antidepressivi	+			29/08/00
Ansiolitici		+	+	29/08/00
Attività fisica		+	+	28/02/00
Autoaiuto	+			14/10/99
Avversativi		+	+	01/09/97
Acetato di argento			+	20/05/97
Clonidina	++			24/11/98
Consigli del medico	+			12/11/98
Counseling individuale	++			19/12/99
Consigli specifici da parte di infermieri	++			17/05/99
Gruppi comportamentali	+++			22/05/98
Interventi di comunità per i giovani		+		20/10/99
Ipnosi			+	18/02/98
Lobelia			+	27/03/97
Mass media per i giovani	+			19/08/98
Mecamilamina		+		17/02/98
Nicotina	+++			19/05/00
Interventi per prevenire il fumo in luoghi pubblici	+	+		27/05/00
Addestramento di personale sanitario ai consigli per favorire la cessazione	+			31/05/00
Interventi per prevenire la vendita ai minori		+	+	10/12/99