

# 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.**

	Certeza 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