

Giornata mondiale contro il fumo, 31 maggio

Umbri sempre meno attenti a rispettare i divieti di fumo nei luoghi pubblici!

*Proseguono i corsi per smettere di fumare ma per contrastare
l'aumento di fumatori la USL 1 punta sulla prevenzione nelle scuole*

Perugia, 28 maggio 2015 – **Non soltanto l'Umbria è tra le regioni italiane a maggior prevalenza di fumatori**, ma i dati del sistema di sorveglianza **PASSI del quadriennio 2011-2014** dicono anche che nel cuore verde d'Italia la diffusione dell'abitudine del fumo resta alta **soprattutto tra i giovani** e che **non accenna a diminuire il numero di fumatori che non rispetta il divieto di fumare nei luoghi pubblici e nel luogo di lavoro (15% e 11%) né quello di chi fuma in casa (30%) anche in presenza di minori (18%)**. Un quadro poco confortante, soprattutto se si considera che il fumo di sigaretta è **uno dei principali fattori di rischio per l'insorgenza di numerose patologie cronico-degenerative**, in particolare a carico dell'apparato respiratorio e cardiovascolare, **ed è il maggiore fattore di rischio evitabile di morte prematura**.

I CORSI: con il metodo della gradualità smettere di fumare si può!

Per questo, in occasione **della giornata mondiale contro il fumo, che si celebra il 31 maggio**, l'Unità Antifumo della USL Umbria 1 ricorda che sono **aperte le iscrizioni ai corsi organizzati per coloro che vogliono definitivamente abbandonare il fumo** di sigaretta in modo graduale e con il sostegno di operatori specializzati. Chi è interessato può chiedere **informazioni** al proprio medico di famiglia, ai Centri Antifumo della USL 1, ai Centri Salute, alle farmacie AFAS e comunali. L'esperienza dei precedenti corsi conferma l'elevata **efficacia del metodo della gradualità**, volto a ridurre al minimo i sintomi di astinenza, responsabili dei fallimenti precoci dei tentativi di smettere. La **percentuale di sospensione a fine corso è dell'80-85%** e **si mantiene elevata anche nei mesi successivi**.

LA PREVENZIONE: promuovere nelle scuole la cultura contro il fumo

Ma se è difficile smettere di fumare e limitare i danni già fatti, sul fronte della prevenzione si può certamente fare di più, inducendo culturalmente i giovanissimi a non iniziare mai a fumare. Per questo la USL Umbria 1 punta ad estendere su tutto il territorio le **attività di prevenzione "Liberi dal fumo"** già sperimentate con successo nelle scuole primarie del Trasimeno e della **Media Valle del Tevere**. Le iniziative prevedono che operatori sanitari e insegnanti, nei panni del supereroe *GrazieNonFumo*, della dottoressa *RosaPolmon*, della fata bugiarda *Nicotina* e di *Mister*

StarBene, attraverso momenti di animazione, narrazione e gioco, sollecitano nei bambini attitudini e comportamenti positivi verso la salute e la scelta di non fumare.

L'EVENTO A PERUGIA: Piedibus del BenEssere per "camminare insieme senza tabacco"

La USL Umbria 1, inoltre, in attuazione del programma Costruire insieme la Salute, **sabato 30 maggio ha organizzato un'edizione speciale del Piedibus del BenEssere**, per richiamare l'attenzione dell'opinione pubblica sugli effetti negativi del fumo sulla salute individuale e collettiva e invita tutti a camminare insieme per lanciare, a gran voce, l'appello per un mondo libero dal fumo di tabacco. **Il programma prevede il ritrovo dei partecipanti alle ore 9 in via E. Dal Pozzo**, presso il Centro Linguistico dell'Ateneo, con partenza alle ore 9,30 da Piazza Monteluca e arrivo previsto alle ore 11 circa in piazza IV Novembre per letture, animazioni, un laboratorio e informazioni su fumo e salute. Chi vorrà, potrà sottoporsi alla misurazione gratuita del livello di monossido di carbonio (CO) e al Test di Fagerstrom per valutare il grado di dipendenza dalla nicotina; un'iniziativa a cura del dotto Luciano Bondi e altri collaboratori dell'Unità Antifumo della USL Umbria1. Alle ore 12 si ritroveranno presso la Fontana Maggiore per ritornare al punto di partenza. Il percorso non presenta particolari difficoltà, è adatto a tutte le fasce di età. Si consiglia abbigliamento sportivo, scarpe comode, acqua, gilet ad alta visibilità. All'iniziativa, che è **gratuita e aperta a tutti ma richiede per prenotazione per fini organizzativi** (erminia.battista@uslumbria1.it; [3471024074](https://www.facebook.com/events/352478268294759/)), hanno aderito le scuole, AVIS, AFAS, AMAR, LILT, Progetto in Vitro, Bicicurediabeto, Riciclamiche, Ortocrossing, Associazione Culturale Teatro le Onde. Altre informazioni al link: <https://www.facebook.com/events/352478268294759/>

I DATI IN UMBRIA: ancora poco bravi a rispettare il divieto di fumare nei luoghi pubblici

I dati del sistema di sorveglianza PASSI 2011-2014 dicono che **l'Umbria è la regione con a maggior prevalenza di fumatori**, con una percentuale significativamente superiore rispetto al dato medio nazionale. Nell'Azienda USL Umbria 1 **il 31% degli adulti di 18-69 anni fuma sigarette**, il 21% è invece ex fumatore e il 48% non ha mai fumato. **L'abitudine al fumo è più diffusa negli uomini che nelle donne (rispettivamente 35% e 27%), nei 18-24enni (36%), nelle persone con una scolarità media-inferiore (34%) e in quelle con molte difficoltà economiche riferite (43%).** Il numero di sigarette fumate in media al giorno è pari a 12. Tra i fumatori, **il 25% è un forte fumatore (più di un pacchetto di sigarette al giorno)**, il 2% è invece un fumatore occasionale (meno di una sigaretta al giorno). **Se la percentuale di fumatori e l'esposizione al fumo passivo sul territorio nazionale si stanno progressivamente riducendo** (anche grazie alla Legge n.3 del 16 gennaio 2003 che ha esteso il divieto di fumo a tutti i locali chiusi frequentati dal pubblico), **in Umbria c'è ancora da lavorare.** Infatti nel territorio della USL Umbria 1 (dato in linea con quello regionale) **il divieto di fumare nei luoghi pubblici e nel luogo di lavoro è rispettato sempre o quasi sempre solo dall'85% e 89% degli intervistati, inoltre c'è ancora un 30% che dichiara che nella propria abitazione è permesso fumare** (nel 23% limitatamente ad alcune stanze o situazioni e nel 7% ovunque). Il divieto assoluto di fumare in casa è maggiore in presenza di minori di 15 anni (82%).



.....
Ufficio stampa TGC Eventi - Monia Rossi 333.2991700 - ufficiostampa@tgceventi.it