



**USL**Umbria**1**

COMUNICATO STAMPA

## **Grazie, non fumo (più)... e non fumerò!**

*In Umbria siamo bravi a rispettare i divieti di fumo nei luoghi pubblici, ma fumiamo ancora troppo in casa, anche in presenza di minori di 15 anni. Per combattere il fumo la USL 1 punta sulla prevenzione nelle scuole e sui corsi per smettere di fumare con riduzione graduale.*

Perugia, 30 maggio 2014 – In occasione della giornata mondiale contro il fumo, che si celebra il 31 maggio, l'Unità Antifumo della USL Umbria 1 ricorda che sono sempre 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. I prossimi corsi si svolgeranno a **Bastia Umbra, Città della Pieve e Perugia**. Chi è interessato può chiedere **informazioni** al proprio medico di famiglia, ai centri antifumo della USL 1, alle farmacie AFAS, al Centro Salute di Ponte Felcino, alla farmacia Bolli di Ponte Felcino, alle farmacie comunali di Bastia Umbra e S. Maria degli Angeli.

Proseguono, intanto, le **attività di prevenzione "Liberi dal fumo" sperimentate con successo e partecipazione nelle scuole primarie del Trasimeno e della Media Valle del Tevere**, dove 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'abitudine al fumo in Umbria: bravi a rispettare i divieti ma fumiamo ancora troppo in casa (anche in presenza di minori)**

I dati dello studio epidemiologico PASSI dicono che **l'Umbria è tra le regioni a maggior prevalenza di fumatori**, con una percentuale superiore rispetto al dato medio. **Anche nel periodo 2010-2013 si stima che circa 1 umbro su 3 sia classificabile come fumatore**; in particolare, **nel territorio dell'Azienda USL Umbria 1 fuma sigarette il 31% degli adulti tra i 18 e 69 anni**, con una **prevalenza tra i 18 e i 34 anni (37%)** e una diffusione maggiore negli uomini (34%) rispetto alle donne (28%); il 22% è un ex fumatore e il 47% non ha mai fumato. Il **23% dei fumatori fuma 20 o più sigarette al giorno**.

La percentuale di fumatori e l'esposizione al fumo passivo si stanno progressivamente riducendo in Italia (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), ma c'è ancora da lavorare. In Umbria, infatti, **sebbene il divieto di fumare nei luoghi pubblici e nel luogo di lavoro sia rispettato dall'83% e dall'88% degli intervistati, c'è ancora un 30% che dichiara che nella propria abitazione è permesso fumare**. L'astensione dal fumo in casa cresce in presenza di minori di 15 anni (81%), tuttavia in circa un quinto di queste case il fumo non è ancora stato completamente bandito dall'ambiente domestico.

### **"GrazieNonFumo (più)": smettere di fumare si può!**

L'esperienza dei precedenti corsi "Stop al Fumo" realizzati dalla USL 1 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 al termine del corso è dell'80-85% e si mantiene elevata anche nei mesi successivi.** Ogni corso prevede nell'arco di **circa due mesi nove incontri di gruppo** condotti da operatori specificamente formati.

### **“GrazieNonFumo (e non fumerò)”: la prevenzione nelle scuole**

Per combattere l'abitudine al fumo la USL Umbria 1, secondo quanto raccomandato dalle recenti linee guida italiane, **organizza una serie di attività di prevenzione primaria del fumo di tabacco nelle scuole.** Particolare successo e partecipazione hanno riscosso i progetti e le attività organizzate nelle scuole dell'infanzia, primarie e secondarie del Trasimeno e nelle scuole dell'infanzia e primaria di I e II grado della Media Valle del Tevere. Qui i bambini hanno l'occasione di conoscere **“Mister StarBene**, che li introduce ai temi dei danni del tabagismo, della conoscenza del corpo umano e più in generale del concetto di salute e li aiuta ad iscriversi al “Club dei Vincenti”; o altri personaggi come la bugiarda **“Nicotina”**, il supereroe **“GrazieNonFumo”** e la dottoressa **“RosaPolmon”** (interpretati da tre operatori della prevenzione e insegnanti) che, attraverso momenti di animazione, narrazione e gioco, creano un'esperienza significativa utile a sollecitare nei bambini attitudini e comportamenti positivi verso la salute e la scelta di non fumare simbolizzata dalla costruzione del puzzle della Città del Sole, la città senza fumo...

### **La USL 1 ricorda che**

La nicotina è una sostanza capace di dare dipendenza al pari di alcol, cocaina, oppiacei e allucinogeni. Il fumo di sigaretta, **uno dei principali fattori di rischio dello sviluppo di almeno otto tipi di neoplasie** e di diverse **altre malattie croniche**, è definito dall'OMS come **prima causa evitabile di malattia e morte nell'attuale società** ed è stato dimostrato che **il rischio di iniziare a fumare** e diventare dipendenti è **maggiore per coloro che durante l'infanzia e l'adolescenza sono esposti a fumo di tabacco da parte di adulti** che possono rappresentare un modello, come genitori insegnanti, o che frequentano amici che fumano.

### **Per informarsi e/o iscriversi ai corsi della USL 1 rivolgersi a:**

- Il proprio Medico di famiglia o Pediatra

#### **Distretto del Perugino:**

- Centro di Salute di Ponte Felcino (tel. 075/5911111)
- Farmacie AFAS
- Farmacia Bolli di Ponte Felcino (075/691146)
- Centro Antifumo UsI Umbria 1 di Perugia (tel.075/5412813)

#### **Distretto dell'Assisano,:**

- Centro Antifumo UsI Umbria 1 di Bastia Umbra (tel. 075/8139779)
- Farmacie Comunali di Bastia: Via Firenze (tel. 075/8000502) e via XXV Aprile (075/8004997)
- Farmacia Comunale di S. Maria degli Angeli (tel. 075/8044262)

#### **Distretto del Lago Trasimeno:**

- Centro Antifumo UsI Umbria1 di Magione (tel. 075/ 8477831)
- Farmacia AFAS di Città della Pieve

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