



Prevenzione Oncologica 2016

FUMO? no grazie !!



Dr.ssa M. Nincheri Kunz

FUMO ? NO GRAZIE !!



Inf. C. Fatighenti

L'abitudine al fumo di tabacco come causa di malattie e di morte

Il fumo di tabacco risulta dannoso in tutte le sue forme (sigarette, sigari, pipa, etc.). Le sostanze che sono generate dalla sua combustione (oltre 4000 composti ossidanti, tossici e irritanti, di cui molti cancerogeni) agiscono in modo sinergico e determinano, nel tempo, un danno di organi e apparati. Il rischio da *fumo attivo* aumenta in base al numero delle sigarette fumate e alla durata dell'esposizione ed è presente anche in chi fuma solo poche sigarette. Altrettanto nocivo è il *fumo passivo* respirato dai non fumatori o quello prodotto per autocombustione del tabacco che si diffonde nell'ambiente domestico o di lavoro (*fumo di terza mano*). Secondo l'*American Cancer Society* il fumo, nei Paesi industrializzati, è responsabile del 30% di tutte le morti che sono imputabili a malattie cardiovascolari, a tumori ed a patologie dell'apparato respiratorio. Si calcola che più di 180.000 morti in Italia potrebbero essere evitati eliminando l'abitudine al fumo. Studi su polimorfismi genetici supportano comunque l'ipotesi della diversa suscettibilità individuale su base etnica o razziale al fumo di tabacco.

Fumo di tabacco e tumori

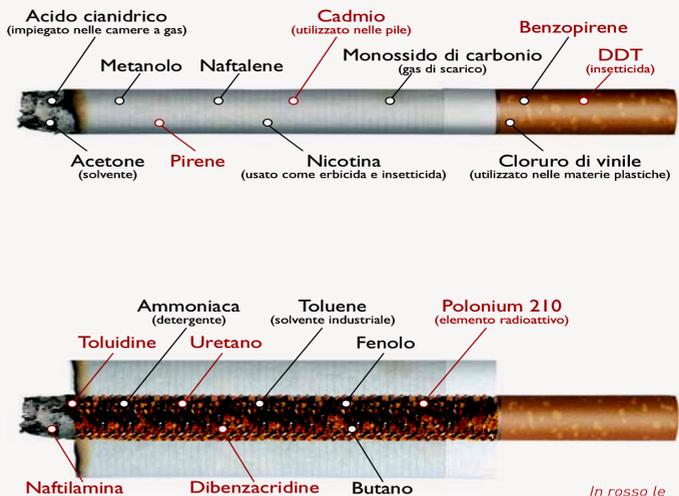
Il tabagismo è responsabile del 30% di tutti i tumori ed ha un ruolo eziologico causale nei tumori dei bronchi e del polmone, cavità nasali, orofaringe, laringe, esofago, stomaco, fegato, colon-retto, pancreas, rene-parenchima, via escretrice urinaria superiore, vescica, ovaio, cervice uterina, leucemia mieloide. Nei tumori della vescica è responsabile anche delle ricadute nei soggetti che continuano a mantenere l'abitudine del fumo dopo il trattamento iniziale. E' inoltre possibile la comparsa di carcinoma vescicale in conviventi non fumatori che siano stati esposti al fumo del partner per molti anni (fumo passivo). Per i tumori della mammella la relazione fra il fumo di tabacco e l'incidenza di tumori è ancora controversa anche se il tessuto mammario risulta particolarmente suscettibile ai cancerogeni fra l'inizio della pubertà e la prima gravidanza a termine. Per i bambini esposti al fumo dei genitori risulta un aumento del rischio di epatoblastoma e di leucemia linfatica acuta.

Fumo di tabacco e carcinoma polmonare (varianti istologiche)

Da oltre cinquanta anni è nota l'associazione causale fra fumo di sigarette e tumore al polmone. Il fumo è responsabile dell'85% dei casi di carcinoma polmonare soprattutto nella variante a cellule squamose.

Fumo: attività cancerogena

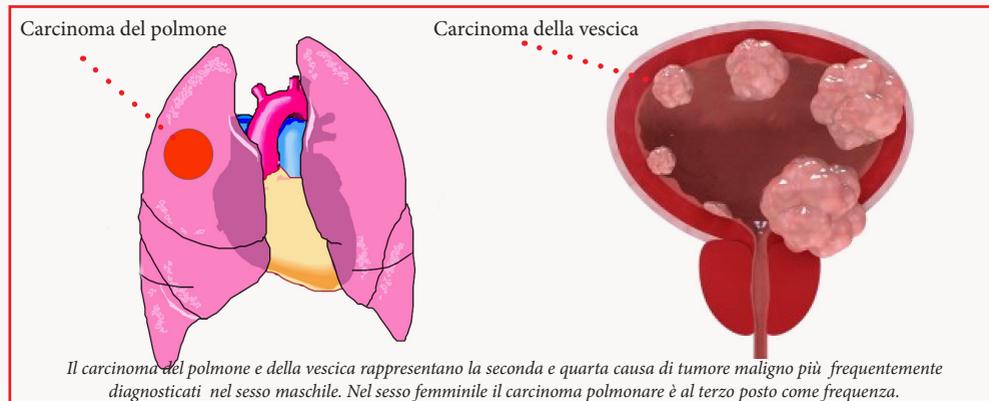
Il fumo risulta dannoso per se stessi e per l'ambiente. Dà dipendenza che è mediata dalla nicotina presente nella sigaretta. Le polveri fini ed ultrasottili del fumo, emesso in un ambiente chiuso, sono superiori a quelle sprigionate dai gas di scarico di un'automobile. Inoltre le sostanze nocive liberate dalle cicche di sigarette contengono composti cancerogeni, radioattivi ed inquinanti perché non biodegradabili. L'azione cancerogena è dovuta allo stress ossidativo e all'infiammazione cronica dei tessuti esposti da cui derivano danni del DNA cellulare.



In rosso le sostanze cancerogene

(Estratto da opuscolo LILT: Tumore del polmone.)

Ladenocarcinoma presenta, invece, un rischio inferiore. Negli Stati Uniti e nei Paesi Europei è stata osservata, nei soggetti di sesso maschile, una diminuzione dei tassi di incidenza del carcinoma polmonare a cellule squamose ed al contrario un incremento dell'adenocarcinoma. Tale riduzione è stata attribuita alla diminuzione dell'abitudine al fumo di sigaretta. In Italia l'incidenza del carcinoma polmonare è diminuita del 20% tra i maschi mentre è aumentata del 36% nelle femmine nel periodo 1999-2010.



Altri danni da fumo

Il fumo è causa di Broncopneumopatia Cronica Ostruttiva (BPCO), enfisema polmonare e riacutizzazioni di asma bronchiale, patologia cardiovascolare, infarto del miocardio, deterioramento delle funzioni psichiche, ulcera peptica, alterazioni cutanee ed invecchiamento della pelle (riduzione dell'ossigenazione tissutale e aumento dei radicali liberi), infiammazione della cavità orale, delle gengive, colorazione e caduta dei denti. Aumenta la suscettibilità ad agenti infettivi ed irritanti. Può causare disfunzione erettile ed infertilità. Nelle donne l'azione nociva del fumo risulta maggiore per fattori genetici, ormonali e metabolici. Il fumo può anticipare la menopausa, aumenta il rischio di osteoporosi, di aborto e di complicanze in gravidanza. Durante l'allattamento la nicotina riduce la produzione del latte materno e induce disturbi nel neonato (irrequietezza, sintomi gastrointestinali).

Quali benefici derivano dalla cessazione dell'abitudine del fumo?

La cessazione dell'abitudine del fumo riduce il rischio di sviluppare tumori. In particolare risulta una riduzione del 50% dopo cinque anni per i tumori del cavo orale, dell'esofago e della vescica. Inoltre chi smette di fumare, anche in età avanzata, migliora le proprie condizioni cardiovascolari e respiratorie.

Come smettere di fumare?

E' possibile ricorrere a **trattamenti farmacologici e psicologici**. A questo proposito la LILT ha attivato, dal 1999, un servizio "SOS LILT" (800 998877) costituito da uno staff di esperti con l'obiettivo di informare e sensibilizzare sui danni del fumo attivo e passivo e di fornire un supporto psicologico ai fumatori che intendono smettere di fumare. A questo proposito risulta utile bere molta acqua, consumare frutta e verdura fresca e camminare per smaltire le tossine accumulate. Alla cessazione del fumo è possibile osservare un incremento di peso (la nicotina è un anoressizzante), cefalea, disturbi della concentrazione, dell'umore e del sonno. Da non molti anni è presente in commercio la **sigaretta elettronica (e-cig)** che è un prodotto ideato e sviluppato in Cina agli inizi del 2000 allo scopo di emulare il sistema di inalazione della nicotina contenuta nella sigaretta. Sono presenti in commercio molti tipi di sigarette elettroniche contenenti miscele di sostanze costituite da aromi e nicotina che vengono vaporizzate. Dal momento che la diffusione delle e-cig è relativamente recente non sono ancora ben conosciute le conseguenze sulla salute anche se risulta che esposizioni a nicotina possono causare fenomeni irritativi a carico degli occhi e della pelle, dell'apparato cardiovascolare e respiratorio.

Lo stato attuale della prevenzione

Nonostante siano noti i danni alla salute causati dal tabagismo risulta che all'incirca un italiano su tre è fumatore abituale. L'abitudine è particolarmente diffusa nei soggetti giovani tanto da porre un problema di salute pubblica. L'OMS ha definito il tabagismo "la prima causa di morte evitabile al mondo". Di conseguenza è necessario sviluppare strategie rivolte alla prevenzione. Le leggi attuali mirano a tutelare la salute dei cittadini e, in modo particolare, dell'infanzia ma non sono sufficienti a eliminare il problema se non sussiste la reale convinzione dei danni causati dal tabagismo.



LEGA TUMORI SEZIONE DI PRATO

Prato, Via Giuseppe Catani 26/3

Tel. 0574-572798 - Fax 0574-572648

www.legatumoriprato.it - info@legatumoriprato.it

GIORNI DI ATTIVITA'

L'attività sanitaria viene svolta il Lunedì, il Mercoledì ed il Venerdì dalle ore 8.30 alle 16.30 ed il Martedì ed il Giovedì dalle ore 8.30 alle 12.30 e dalle 14.00 alle 18.00.

PER APPUNTAMENTI

Telefonare dal Lunedì al Venerdì dalle 9.00 alle 12.00.

SOSTIENI LA LILT

Sostieni la LILT e le sue attività diventando socio e con donazioni.

Dona il 5x1000 alla LILT Sez. di Prato - Codice Fiscale = 01685160978