

# Lasciateci puliti

C. Monti, F. Gentilini

“Lasciateci Puliti” è un programma di prevenzione dell'abitudine al fumo per gli studenti della scuola Media Inferiore progettato dall'Università di Waterloo in collaborazione con il Ministero della Sanità Canadese, con la Società Cardiologica per la prevenzione della patologia cardiovascolare e l'Istituto Nazionale degli U.S.A. per la lotta al cancro. La guida del programma canadese è stata liberamente tradotta e utilizzata in Lombardia dal Servizio di Medicina di Base dell'USL di Rozzano (Mi) con la consulenza del Dr. Fabio Focarile, che ha condotto lo studio e ne ha dimostrato l'efficacia anche in Italia. In Emilia-Romagna sono state condotte due esperienze di applicazione: la prima da parte del Gruppo Romagnolo per l'educazione alla salute oncologica promosso dall'Istituto Oncologico Romagnolo in collaborazione con le aziende USL della Romagna (Ravenna, Forlì, Cesena, Rimini); la seconda dall'Azienda USL di Ferrara nell'ambito dell'iniziativa “Ferrara Città Sana-Provincia senza fumo” realizzato in collaborazione con l'Amministrazione Comunale (progetto “Città Sane” dell'O.M.S.),

ed Enti e Istituzioni locali.

Il programma si propone di aiutare i ragazzi a comprendere il complesso di fattori ambientali e personali che inducono le persone a fumare ed a sviluppare le conoscenze e le capacità necessarie per identificarli e reagire positivamente. L'argomento principale trattato non è costituito dagli effetti del fumo sulla salute, ma dalle pressioni sociali che spingono a iniziare a fumare individuabili nel gruppo dei coetanei, nei modelli familiari e nella promozione pubblicitaria.

I ragazzi non sono molto interessati alle cose che possono succedere in un lontano futuro e non imparano concetti sulla salute né interiorizzano comportamenti sani solo perché viene loro detto ciò che fa bene e ciò che fa male, cosa si deve o non si deve fare (i programmi di prevenzione che sono centrati sulla descrizione meticolosa dei danni da fumo si sono infatti dimostrati inefficaci).

I ragazzi imparano dall'esperienza, attraverso una partecipazione attiva, dalla riflessione, dalla discussione e dalle persone che prendono a modello. I valori importanti su cui fare leva sono: l'amizizia, i modelli, il provare se stessi, la realizzazione di sé, l'essere sportivi, l'essere di moda.

## Programma di prevenzione dal fumo di tabacco

**Progetto “Lasciateci puliti”**  
**Diffusione regionale Emilia-Romagna**  
 Alunni e insegnanti coinvolti nell'anno scolastico 2002/2003

Azienda USL	N scuole	N scuole	N alunni	Insegnanti
RIMINI	8	32	700	25
CESENA	10	14	340	28
FORLÌ	4	18	405	22
RAVENNA	16	62	1289	108
IMOLA	2	5	110	17
BOLOGNA SUD	2	6	141	6
BOLOGNA CITTA'	3	10	250	12
BOLOGNA NORD	1	4	69	4
MODENA	28	68	1530	71
REGGIO EMILIA	9	45	1275	100
PARMA	2	6	250	12
FERRARA	13	33	660	37
<b>Totale</b>	<b>98</b>	<b>321</b>	<b>7019</b>	<b>442</b>

Claudia Monti e Franca Gentilini  
 Istituto Oncologico Romagnolo - Faenza (RA)



Un aspetto molto importante dell'intervento educativo è il valorizzare l'immagine del non fumatore evitando il più possibile comunicazioni negative. Il non

fumare deve essere presentato come un attributo desiderabile, brillante, da persona matura, mettendone in evidenza gli aspetti positivi: mantenimento della forma fisica, maggiore rendimento sportivo, fattori estetici, stile di vita salutare, libertà (in opposizione alla dipendenza del fumatore), amicizia, rispetto per gli altri, fattori ecologici, fattori economici (risparmio del proprio denaro, usi alternativi di risorse agricole nei Paesi poveri per la produzione di cibo).

Nel corso del programma viene sviluppata la capacità di far fronte alle pressioni sociali e di comportarsi da non fumatore anche in situazioni in cui ciò è difficile simulando, anche attraverso la rappresentazione di scenette, situazioni reali e frequenti, discutendo scelte alternative e valorizzando il rispetto di sé e della propria opinione.

L'obiettivo formativo finale è quello di aiutare i ragazzi a sviluppare com-

portamenti adeguati affinché sappiano rifiutare l'offerta del fumo e possano invogliare anche altri ragazzi a non fumare.

Il programma fornisce una guida didattica che si articola in cinque lezioni, gestite direttamente dagli insegnanti per classi di ragazzi, preferibilmente, di seconda media inferiore.

## Contenuti

### LEZIONE N°1

#### "COME MAI SI COMINCIA A FUMARE?"

I ragazzi mettono in comune le opinioni e le esperienze che hanno nei confronti del fumo e vengono aiutati ad identificare le ragioni per le quali i giovani cominciano a fumare.

### LEZIONE N°2

#### "COSA POSSO FARE IO?"

Gli studenti discuteranno le loro interviste sul fumo fatte a persone adulte; valuteranno in previsione la percentuale di fumatori nei diversi gruppi di età e impareranno che fumare non è statisticamente il comportamento più diffuso per la loro età. Ci sarà anche una discussione sulle situazioni di pressione in generale, sulla pressione esercitata dai

coetanei e sulle strategie di rifiuto.

### LEZIONE N°3

#### "IL CUORE DEL PROBLEMA"

Gli studenti impareranno a riconoscere i tre tipi di influenze esercitate dai coetanei, i messaggi persuasivi che potrebbero spingere a fumare e discuteranno sulle possibili argomentazioni contrarie. Si inizierà la preparazione di alcune scenette in cui verranno rappresentati i tipi di pressione esercitata dai coetanei e le tecniche di rifiuto.

### LEZIONE N°4

#### "IMPARARE A DIRE: NO, GRAZIE!"

Gli studenti presenteranno le scenette alla classe e spiegheranno le varie tecniche di rifiuto utilizzate nelle diverse situazioni.

### LEZIONE N°5

#### "SIAMO DIVENTATI PIÙ LIBERI DI SCEGLIERE?"

Gli studenti discuteranno le loro interviste fatte ai genitori; impareranno come comportarsi con le pressioni che spingono a fumare esercitate dall'interno della famiglia e come analizzare e quindi rifiutare la pubblicità delle sigarette. Gli alunni prepareranno un progetto pubblicitario "antifumo".

## Metodologia

Gli insegnanti utilizzano una metodologia attiva che prevede discussioni in classe, lavoro di gruppo con l'ausilio di schede predisposte, drammatizzazioni ed elaborazione di materiale grafico. Vengono inoltre forniti riferimenti di banche dati su cd e siti internet su cui trovare informazioni e supporti didattici.

## Valutazione

Il progetto prevede la somministrazione di un questionario iniziale anonimo per individuare gli atteggiamenti dei ragazzi verso il fumo, e una verifica con lo stesso questionario a 12 mesi dall'intervento (fine terza media). Sono previste verifiche a random a 3 anni dall'intervento, in seconda superiore.