

Nicotina e Tabagismo: mattoni ed edificio del fumare (ovvero, una splendida opera architettonica non può prescindere dal tipo di mattoni con cui è fatta)

Cristiano Chiamulera

È con immenso piacere che mi accingo a trascrivere alcune evidenze sulla nicotina e il tabagismo. La rivista Tabaccologia è sempre stata – da venti anni a questa parte – l'unica platea nella quale è possibile “fare lezione”, parlare di scienza, ma anche di fatti e opinioni provocatorie e quindi “fare cultura” sul tabagismo in senso ampio, anche toccando contenuti e forme espressive di natura umanistica.

Questo non ha voluto dire mettere in discussione l'utilità pragmatica del dare priorità alla ricerca scientifica e alle evidenze da essa generate, ma anzi è stato un modo più aperto e attuale di estendere la logica scientifica anche alla comprensione della complessità, individualità e variabilità del tabagismo. Una logica scientifica non più strettamente deterministica, ma che proceda sia nelle sue attività come nella sua dialettica in termini di probabilità, di possibilità. Mai come nelle dipendenze e nel tabagismo si è oggi in grado di condividere conoscenze e competenze in base al dialogo circolare tra meccanismi e fenomeni, processi e sintomi.

Fatta questa prefazione, possiamo quindi “serenamente” tracciare una sorta di “*executive summary*” (elenco dei fatti rilevanti) che ricordi le conoscenze chiave, fondamentali, alla base della dipendenza dalla sigaretta e dall'assunzione di nicotina. Tale elenco non presenta un ordine di importanza dei suoi elementi, non ha preferenze, non esalta alcuni aspetti censurandone altri: è il *bello* e l'*utile* della Scienza – non esiste un'evidenza che ci piaccia più delle altre.

L'elenco è quindi “puntato” e non “numerato”...

- **Fumare induce effetti psicoattivi:** fumare tabacco induce una serie di modifiche dell'umore, dell'attenzione, dell'emotività e della *performance* cognitiva.
- **Il tabacco contiene una molecola psicoattiva:** fumando si assumono a ogni boccata piccoli quantitativi di una sostanza, la nicotina.
- **La nicotina è assorbita come le altre sostanze d'abuso:** la nicotina entra velocemente nel cervello entro pochi secondi dall'inhalazione, raggiunge un picco di concentrazione che poi scende altrettanto rapidamente.
- **La nicotina ha effetti specifici:** la nicotina si lega in modo selettivo ai suoi recettori presenti in aree cerebrali coinvolte in differenti processi.
- **La nicotina è un agente rinforzante:** l'effetto principale è piacevole, gratificante e ne rinforza la sua assunzione.
- **La nicotina agisce come le altre sostanze d'abuso:** i meccanismi sottostanti sono comuni ad altri piaceri naturali e ad altre sostanze psicoattive.
- **Gli effetti della nicotina persistono nel tempo:** si osserva l'instaurarsi e il mantenimento del disturbo cronico da uso della sostanza.
- **Il quadro clinico del disturbo da uso di nicotina è simile alle altre sostanze d'abuso:** il disturbo da uso di nicotina – nella sua complessità sintomatologica – è analogo a quello per altre sostanze d'abuso: tolleranza, astinenza, dipendenza psicologica, perdita di controllo.

- **Gli stadi del tabagismo:** i fattori individuale e ambientale concorrono alla definizione complessa di tabagismo, differenziabile in uso ricreazionale, continuato, monopolizzante.
- **I fattori non farmacologici del tabagismo:** questi stadi si differenziano grazie a caratteristiche individuali genetiche, di personalità, comorbilità, storia personale, ambiente e condizioni socio-economiche che si integrano con gli effetti cerebrali dell'esposizione alla nicotina.
- **Il ruolo dell'ambiente nel tabagismo:** gli effetti piacevoli del fumare avvengono in un contesto ambientale ricco di stimoli che acquisiscono così proprietà condizionate positive efficaci nel rinforzare il condizionamento dalla sigaretta.
- **Il neuroadattamento alla nicotina:** l'esposizione protratta alla nicotina può indurre per i recettori nicotinici una desensibilizzazione. L'organismo contrappone una compensazione con l'aumento del numero dei recettori stessi.
- **L'astinenza come espressione della cessazione da nicotina:** smettere di fumare smaschera i processi neuroadattativi messi in atto dopo anni di fumo, con aumentata attività colinergica che induce alterazione dell'umore, ansia, irritabilità, agitazione e disturbi del sonno.
- **L'apprendimento graduale:** ripetute associazioni tra fumare e assumere nicotina non solo inducono gratificazione in diverse situazioni ambientali, ma anche ne creano e ne rafforzano il ricordo.

- **La memoria e il ricordo associato al fumare:** il contesto ambientale è fortemente radicato e influente all'interno di ogni livello della memoria individuale e sociale del tabagista.
- **La complessità biopsicosocologica del tabagismo:** questa vastità di stimoli contestuali associata agli effetti neurobiologici, porta alla formazione di uno schema psico-comportamentale dove le variabili ambientali interagiscono reciprocamente e intimamente con quelle biologiche.

Quindi (e qui passiamo a un elenco "numerato" per importanza):

1. La sigaretta è economica, legale e facilmente ottenibile; viene assunta in un contesto ricco di segnali stimolanti (ruoli sociali, modelli familiari, gruppo, pubblicità, ecc.) con l'aspettativa di azioni piacevoli e positive rapidamente e facilmente ottenibili a ogni boccata.
2. Nella multidimensionalità del tabagismo la nicotina gioca un ruolo importante essendo la sostanza psicoattiva contenuta nel tabacco della sigaretta.
3. Gli effetti psico-comportamentali del fumare tabacco sono omologhi a quelli indotti dalla nicotina e la ricerca ci ha indicato come molti di questi hanno la stessa origine a livello neurobiologico.
4. Analogamente, lo smettere di fumare e la sindrome d'astinenza presentano meccanismi comuni al neuroadattamento (compensazione delle funzioni cerebrali) conseguente all'assunzione cronica di nicotina.

5. Tuttavia, la dipendenza tabagica come ricerca della gratificazione ed evitamento del malessere, necessita di una definizione che includa il ruolo inscindibile di un contesto ambientale ricco di valenze condizionate, associate sia al piacere sia all'avversione.

Da qui deriva la complessità del tabagismo, la variabilità di risposta alla terapia e la necessità dell'individualizzazione dell'intervento. *Oltre la nicotina, ma con la nicotina...*

[Tabaccologia 2019; 2:30-31]

Cristiano Chiamulera

Università degli Studi di Verona

Bibliografia di riferimento

Chiamulera C, West RJ. What role does dopamine really play in tobacco addiction? *Addiction* 2018;113:1379-80.

ACQUISTA UNA COPIA



FORMATO: 15x21 cm
EDITORE: Sintex Editoria
PAGINE: 188
ISBN: 978-88-943312-1-9
RILEGATURA: broccatura
PREZZO: € 24,00

Il volume illustra gli attuali standard di cura del paziente adulto con Fibrosi Cistica secondo le più recenti ricerche scientifiche e linee guida per il trattamento della malattia.

PAOLO PALANGE
 UOC Medicina Interna e Disfunzioni Respiratorie,
 UOS Fibrosi Cistica Adulti, Policlinico Umberto I,
 Sapienza Università di Roma

PER ORDINARE UNA COPIA SCRIVI A:
editoria@sintexservizi.it



Via A. da Recanate, 2 - 20124 Milano
 ☎ +39 02 66703640 - ✉ editoria@sintexservizi.it
 🌐 www.sintexservizi.it

SEGUICI SU   