



# L'evidenza di efficacia nel trattamento del tabagismo

## *Evidence of effectiveness in tobacco dependence treatment*

**Biagio Tinghino**

Il trattamento del tabagismo è un ambito complesso, cosa che rende indispensabile la razionalizzazione degli approcci basati su evidenze scientifiche.

L'indagine INSPIRO ha evidenziato però che già sul piano diagnostico in Italia esiste una grande eterogeneità di strumenti utilizzati. I test più usati in Italia sono il FTND (meno del 50% dei centri), il Mondor (9-17%), il test di Horn, lo Smokeloc Questionnaire, l'SDS, la VAS (complessivamente tra il 10-15% dei centri), l'HAD, il Beck Inventory, il GSE e il CDS-5 (meno del 7%). Un incremento di efficacia diagnostica capace di indagare in modo sufficientemente attendibile tutte le componenti della dipendenza tabagica permetterebbe sicuramente di diversificare gli interventi in modo mirato e, presumibilmente, più efficace. Anche da un punto di vista terapeutico è stata rilevata una estrema variabilità di approcci. Solo il 54% dei centri dispone del medico e dello psicologo insieme, per un approccio integrato.

Questa percentuale scende al 20% se si considerano solo i centri ospedalieri. Altre strutture non prescrivono farmaci di supporto, oppure offrono un percorso troppo breve (meno di 6 incontri nel 40% dei casi). Da rilevare che diversi servizi praticano metodi di cura per cui non esistono sufficienti evidenze di efficacia (per es. agopuntura auricolare) o non rilevano con appropriati follow-up gli esiti dei trattamenti.

Le recenti evidenze di letteratura mostrano come sia indispensabile una valutazione corretta del tabagista, indagando sul grado di dipendenza fisica, sullo stato motivazionale, sulla self-efficacy, sulle risorse personali, ma anche sulla commorbilità per altre dipendenze, disturbi del comportamento alimentare, patologie psichiatriche (per es. depressione e ansia). Il counselling di secondo livello dovrebbe essere praticato da operatori opportunamente formati, con colloqui individuali superiori ai 10 minuti, per un numero di incontri sufficiente (meglio se superiore ai 5). Le terapie di gruppo sono uno degli strumenti più efficaci, capaci di fornire strumenti di consapevolezza rispetto alla dipendenza da fumo, per un numero di incontri sufficiente (generalmente superiore a 8). È più nota l'ef-



Smoke addiction is a chronic disease in which poor results of treatment are more common than in other diseases. The extent of the problem and these difficulties require effective solutions based on a scientific approach.

The treatments for smoking cessation are highly cost-effective, if compared to the therapies for other chronic diseases. An international meta-analysis shows that effectiveness can be five times higher when treatment is provided by clinicians who received a specific training.

In this process, diagnostic evaluation is also important. Psychological aspects play an important role in the effectiveness of treatment.

Smoke cessation is related to high motivation, adequate self-efficacy,

presence of a social supportive network. Tobacco dependence and motivation need to be assessed, and this is possible by using a simple self-rating questionnaire (FOT) or other instruments (Horn test, Mondor test, CDS-12, HONC, SDS, VAS, Smokeloc questionnaire, MAC/T etc.).

Negative effectiveness predictor factors are represented by addiction to illegal substances, alcohol, depressed mood (major depression) or history of depression, eating disorders, and schizophrenia.

It is recommended that cessation treatments do incorporate screening procedures that can identify those patients with coexisting psychiatric disorders.

Abstinence rates increase when multiple interventions (counseling and medication vs. medication alone) are provided.

There are evidences to support the effectiveness of intensive programs (more than 90 minutes in total) that include 4 or more sessions. The best results are reported for group therapy (more than 7 sessions) that include a cognitive-behavioural approach and pharmacological treatments (NRT, bupropion, varenicline).

Drugs for smoking cessation are effective and can improve the results. Varenicline in particular is reported as the most effective treatment when compared with no-drugs therapies or other medications.



ficacia dell'approccio cognitivo-comportamentale. L'uso dei farmaci, almeno nei Centri per il Trattamento del Tabagismo, è un fattore di successo notevole, se unito all'approccio psicologico. Sono efficaci la nicotina (NRT), il bupropione, la vareniclina. La vareniclina ha offerto, negli studi a lungo termine (52 settimane) efficacia pari al 21,9%, vs 16,1% del bupropione. Il sostegno psicologico deve comprendere un'accurata valutazione dei fattori di disagio personale, delle caratteristiche e influenze ambientali, del percorso motivazionale. Deve fare interiorizzare strategie di controllo, di gestione dei momenti di crisi, di potenziamento delle risorse interne. ■

There are no evidence to support acupuncture, hypnosis or adversative methods.

At the moment there are no evidences to support the efficacy of biomedical approaches, such as spirometry, echocardiography, etc. ■

**Biagio Tinghino**

*Center for Smoking Cessation, Monza-Italy Center for Drug and Alcohol Addiction, Monza-Italy*

## Alleanze produttive e consolidamento dell'efficacia in prevenzione

*Fruitful alliances to reinforce efficacy in Prevention*

**Mary Elizabeth Tamang, Annarosa Pettenò, Alessandro Mantovani, Fabio Franceschi**

La promozione di stili di vita sani e nello specifico la prevenzione di un problema rilevante di salute pubblica quale è il tabagismo, al secondo posto nella Regione Europea come fattore di rischio per carico di malattia, necessita la costruzione di reti ed alleanze tra tutti quegli attori che lavorano costantemente nel tentativo di implementare l'efficacia dei loro interventi. La realizzazione di queste reti rappresenta uno strumento ulteriore per consolidare le esperienze realizzate e per identificare un



coordinamento di azioni. A livello europeo, l'ENSP (European Network for Smoking Prevention) è il network che è riuscito a connettere le organizzazioni attive nel controllo del tabacco proponendosi di condividere le esperienze e le informazioni anche a livello delle singole nazioni attraverso istituzioni governative e non, al fine di arrivare a definire politiche comuni di controllo e di prevenzione del tabagismo. Nel 1990 nasce il network che è riuscito a collegare le diverse esperienze ed attività di prevenzione del tabagismo nelle donne: INWAT (International Network of Women against Tobacco). Anche in questo caso, tale importante alleanza è riuscita a mettere in contatto quelle organizzazioni, prevalentemente femminili, di controllo del tabacco diffondendo informazioni, strategie di marketing e di prevenzione e gli importanti temi che legano il fumo di tabacco al genere femminile, portando così a conoscenza di come il problema fumo ed il suo controllo assuma valenze e connotazioni differenti anche di genere. A livello nazionale esistono reti stabili, quali la Consulta Italiana sul Tabagismo e il Gruppo Tecnico Interregionale sul Tabagismo, che condividono l'obiettivo di costruire

Tobacco is the single largest cause of preventable premature mortality in Europe. One major instrument in promoting healthy lifestyles and in countering tobacco is building networks between all actors involved in tobacco prevention sharing and exchanging best practices. Networks can reinforce effective interventions and implement coordinated actions bringing about results that cannot be achieved singly by individual persons or organisations. At the European level, ENSP (European

Network for Smoking Prevention) has brought together numerous governmental and non governmental organisations, coalitions and institutions involved in tobacco control by sharing information and experiences and defining common tobacco control policies.

In 1990, INWAT (International Network of Women against Tobacco) came into being.

This important network has managed to join forces with different organizations distributing information, marketing ad prevention strategies regarding women and tobacco. It is also creating links between women and tobacco and human rights issues.

In Italy we have two networks: the Italian Coalition against Tobacco and the Inter-regional Group. Their goal is to build alliances to promote healthy life styles and tobacco free environments.

The National Centre for Prevention and Disease Control (CCM) is also an example of a network which brings together competences, structures and capacities to promote and im-