



# Alpini per caso

Giacomo Mangiaracina

**Q**uando Wayne McFarland, medico, ed Elman Folkemberg, giovane sociologo e pastore della comunità avventista, pubblicarono nel New Jersey *"How to stop smoking in five days"*, era il 1962. Avevano già alle spalle un'esperienza di almeno sette anni con una "terapia di gruppo" mai vista prima, per aiutare i fumatori a smettere. Il volumetto, che ho reperito negli Usa a 3,95 dollari, più 30 dollari di spedizione, lo considero una reliquia, anche se nella sostanza è una piccola guida che descrive *step-by-step* il loro approccio senza alcuna descrizione teorica, senza riferimenti a metodologie già sperimentate, per il solo fatto che la ricerca in materia di tabacco si limitava a quel tempo a correlare il fumo con le varie patologie. Il rapporto Luther Terry sarebbe stato pubblicato nel 1964 e quelli dell'OMS e del Royal College of Physicians negli anni Settanta. Non si poteva pretendere di più. D'altro canto è sintomatico il fatto che nella presentazione del volume gli autori definissero l'approccio *"an amazing successful method for getting rid of the cigarette smoking habit"* (un metodo straordinariamente efficace per sbarazzarsi dell'abitudine al fumo). Oggi pretendiamo nel modo più assoluto che si conosca bene la differenza tra abitudine e dipendenza sul piano teorico e pratico ma quello era il tempo del nulla, dove si ponevano le pietre miliari della conoscenza tabaccologica e nella terapia del tabagismo.

Trent'anni dopo McFarland e Folkemberg io pubblicavo *"Uscire dal Fumo"*, che oggi guardo bonariamente e con tenerezza, poiché nell'Italia di allora i riferimenti in ambito editoriale erano davvero fiacchi e senza dubbio portavo qualche novità, quantomeno

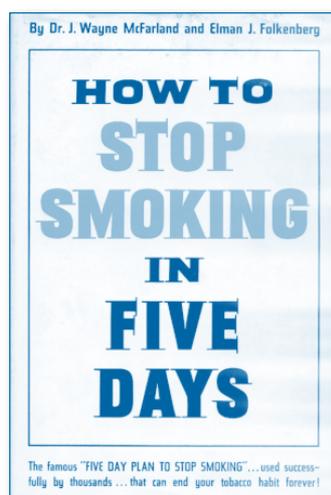
nel considerare il problema in modo sistemico, mostrando che c'erano da scoprire tutti i continenti nel mondo del tabacco.

Da allora la produzione editoriale si è intensificata in vari modi, specie con proposte di trattamenti "antifumo", magari offerti in cofanetti eleganti corredati di dvd esplicativi. Ma il 2012 è l'anno da ricordare per tre uscite in libreria che portano per così dire il sigillo Sitab, visto che gli autori la rappresentano. Biagio Tinghino, Fabio Lugoboni e Fabio Beatrice fanno tre lanci lunghi in tre direzioni. Tinghino affronta la materia specialistica a cui ha dedicato

gran parte della sua formazione professionale e lo fa nel modo più autorevole: "Stili di vita e tabagismo, strumenti di counselling per motivare al cambiamento"[1]. Lugoboni orienta l'attenzione verso il medico nel rapporto con i suoi pazienti, con un titolo ad impronta familiare, da collega a collega, che ripete il verso dello "smettere facile", ma che così non è, mentre lo è la sua proposta:

"Aiutare a smettere di fumare? È più facile di quanto pensi" [2]. Beatrice invece opta per l'area divulgativa e lo fa con una oculata collaborazione, la giornalista di Repubblica Jhoanna Rossi Mason, con la prefazione di Luciana Littizzetto, la presentazione di Roberta Pacifici, e un titolo accattivante: "101 motivi per non fumare" [3].

Ciascuno ha lavorato per proprio conto seguendo la traccia del cuore oltre che della mente, il che permette a noi operatori della salute di guardare dentro e fuori. Dentro, alle nostre

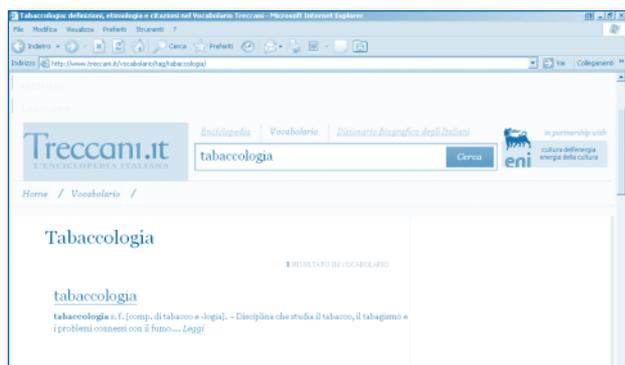




competenze, alle nostre capacità, alle nostre abilità. Fuori, all’universo dei problemi e delle possibilità nel quale siamo immersi completamente, che respiriamo ogni giorno, ma di cui anche ci nutriamo, che ci sfidano e che sfidiamo. È il cuore che ci porta con passione ad esaminare i vuoti, a guardare nel buio del pozzo, sperando che l’elaborato delle nostre fatiche, opportunamente confezionato, riesca a colmarne qualcuno, anche in parte.

La triade delle pubblicazioni di quest’anno abbraccia per intero tutto il processo che ruota intorno alla terapia e alla prevenzione: l’informazione

al cittadino, la formazione essenziale degli operatori della salute e l’empowerment delle competenze e della professionalità. Come se gli autori si fossero messi prima d’accordo. La misteriosa orchestrazione occulta può spiegarsi con lo scambio ripetuto delle esperienze individuali e la capacità di riconoscere la propria individualità e i propri limiti. Questa diversità ci rende efficaci ed amplia le possibilità.



La misteriosa orchestrazione occulta può spiegarsi con lo scambio ripetuto delle esperienze individuali e la capacità di riconoscere la propria individualità e i propri limiti. Questa diversità ci rende efficaci ed amplia le possibilità.

**Giacomo Mangiaracina**  
(direttore@tabaccologia.it)

1. [www.pensiero.it/catalogo/recensioni.asp?page=pagine\\_aperte\\_532\\_tinghino](http://www.pensiero.it/catalogo/recensioni.asp?page=pagine_aperte_532_tinghino)
2. [www.edizioneed.it/libro.aspx?id=1002](http://www.edizioneed.it/libro.aspx?id=1002)
3. [www.libreriauniversitaria.it/101-motivi-non-fumare-rossi/libro/9788862504362](http://www.libreriauniversitaria.it/101-motivi-non-fumare-rossi/libro/9788862504362)