



CHI LA SMETTE LA VINCE!

Un'App per smartphone sui Centri Antifumo



Chi la dura la vince? No, chi la smette la vince! Tutto è cominciato così, con questo slogan, nato durante la preparazione di un esame di marketing sociale e pian piano trasformatosi in qualcosa di più importante per noi, cinque studenti universitari del COM.PASS di Bologna.

Come avrete capito, l'importante tematica con la quale ci siamo dovuti confrontare è stata quella della lotta al tabagismo, uno dei "vizi" o, per meglio dire, delle dipendenze più difficili da estirpare. L'obiettivo che ci siamo prefissati con questo progetto è quello di ridurre il numero di fumatori tra gli iscritti all'Università di Bologna di età compresa fra i 20 e i 30 anni, in un periodo di tempo di sei mesi. Siamo giunti alla scelta di questo target dopo aver esaminato numerosi studi di incidenza del tabagismo fra cui lo studio PASSI, dalle quali è emerso che in Emilia-Romagna sono tabagisti il 34% dei ragazzi e il 25% delle ragazze nella fascia di età 18-24 anni¹. Quasi tutti conoscono rimedi come il cerotto alla nicotina o altri sostituti nicotini, la sigaretta elettronica o altri metodi più o meno empirici propri del fai-da-te, ma allo stesso tempo quasi tutti ignorano quella che forse è la principale arma di supporto per debellare questo dannosa dipendenza: il Centro Antifumo. Sembra incredibile ma ancora oggi, nel 2012, molte persone non sanno cosa esso sia e in cosa consista esattamente la sua attività. Ecco perché, cogliendo l'occasione fornita da questo lavoro di gruppo, abbiamo deciso di concentrare la nostra attenzione proprio sui Centri Antifumo per dare maggiore risalto a queste realtà tanto importanti quanto sottovalutate. Abbiamo quindi preferito andare oltre a un semplice voto e segnalare il nostro progetto al Dott. Vincenzo Zagà, pneumologo dell'U.O. di Pneumotisiologia Territoriale dell'AUSL di Bologna, che già ci aveva fornito importanti suggerimenti e spunti di riflessione. Anche grazie alla sua consulenza ci siamo subito resi conto che tale progetto, nato sotto forma di simulazione virtuale, possedeva elementi facilmente trasferibili anche nella realtà. Elementi che in seguito andremo ad elencare. Prima di partire è meglio però soffermarsi un attimo sullo scenario legislativo e organizzativo all'interno del quale ci siamo dovuti orientare. Come noto le principali leggi contro il consumo di tabacco sono, a livello nazionale, la Legge Sirchia (Legge 3/2003, art. 51) entrata in vigore il 10 gennaio 2005 (stop al fumo nei locali chiusi pubblici e privati aperti al pubblico) e, per l'Emilia-Romagna, la Legge Regionale n.17 del luglio 2007 (Disposizioni in materia di prevenzione, cura e controllo del tabagismo).

Per quanto riguarda invece le iniziative precedenti che in qualche modo potevano ricollegarsi alla nostra, quelle che abbiamo maggiormente considerato e analizzato sono il progetto itinerante No Smoking Be Happy della Fondazione Veronesi, i vari incontri sul tema organizzati dallo stesso Dott. Zagà (nello specifico quello del settembre 2011 intitolato Grazie non fumo!) e, ultima ma non ultima, un'App per iPhone creata sempre lo scorso anno da Vito Bellini e denominata Smetti di fumare, con la quale è possibile sfogliare un calendario per vedere quotidianamente quante sigarette abbiamo fumato e quanto abbiamo speso.

Al giorno d'oggi in effetti ci sono poche cose capaci di catturare l'attenzione dei giovani come un'applicazione per smartphone. Ma essendo noi stessi giovani sappiamo perfettamente che sensibilizzare i nostri coetanei su un argomento così delicato come il tabagismo non è certo impresa facile. Abbiamo così pensato a qualcosa che possedesse l'appeal di un software tecnologico e che allo stesso tempo non si presentasse come uno strumento troppo serio e invasivo, ma semplicemente come un supporto in grado di assistere e non abbandonare mai il fumatore durante il suo difficile cammino di allontanamento dalla sigaretta. Queste sono state le motivazioni che ci hanno spinto a ideare l'applicazione Chi la smette la vince!, una vera e propria novità in questo campo.

La peculiarità che la rende unica e davvero efficace è la presenza di una mappa di localizzazione dei centri antifumo di Bologna, ma in futuro espandibile a tutto il territorio nazionale, con annesse informazioni sia logistiche che sugli interventi educazionali e sulle sedute organizzate dalle varie strutture antifumo.

Tutto questo per far conoscere al nostro target di riferimento (che in futuro potrà anche essere ampliato) cosa offre ogni Centro Antifumo: non solo informazioni e consulenza ma anche trattamenti specifici per la cessazione del fumo di tabacco. Nello specifico i Centri Antifumo organizzano corsi intensivi, singoli e di gruppo, condotti gratuitamente da personale formato, e grande attenzione viene posta alla prevenzione delle ricadute per consolidare nel tempo i risultati raggiunti. Tutto ciò non avviene per caso: infatti da un'indagine DOXA emerge che gli ex fumatori senza supporto a rischio ricadute nel 2008 erano il 94,3% e nel 2009 addirittura il 97,8%.

¹ PASSI 2008 - Progressi delle Aziende Sanitarie per la Salute in Italia. <http://www.epicentro.iss.it/passi/rapporto2011/FumoAttivo.asp>



Questo testimonia come i principali ostacoli da superare per il nostro target di riferimento siano lo smarrimento e la mancanza di punti di riferimento, dirette conseguenze della scarsa o nulla conoscenza dei centri antifumo e della loro importanza anche nell'arginare l'inevitabile sindrome d'astinenza iniziale. Molti ragazzi che vorrebbero ma non riescono a sbarazzarsi della

sigaretta non sanno nemmeno che a pochi isolati da casa loro potrebbero trovare una struttura in grado di aiutarli per davvero, una nuova realtà tutta da scoprire.

Dal punto di vista tecnico, accedere a questo pratico software poi è semplicissimo, basta eseguire il login inserendo le proprie credenziali di ateneo. A seguire ogni utente si troverà di fronte un breve questionario per saggiare il grado di nicotinodipendenza (il celebre test di di Fagerström), informazioni relative ai dati epidemiologici del tabagismo, ai danni da fumo e ai benefici dello smettere. Infine, con la mappa dettagliata dei Centri Antifumo di Bologna e Provincia indicheremo dove rivolgersi per farsi dare una mano a smettere. Questo progetto (consultabile anche online alle pagine http://www.marketingsociale.net/download/mkunibo12/smette_vince.pdf e http://www.marketingsociale.net/download/mkunibo12/smette_vince_2.pdf) avrebbe però bisogno di un adeguato supporto promozionale. La nostra idea sarebbe quella di associare alla nascita dell'applicazione un evento in grado di attirare l'attenzione dei giovani: potrebbe essere presentata nell'ambito di una Convention smokefree per le scuole superiori e i fumatori dei Centri Antifumo con invito per gli studenti universitari o una serata in Piazza Maggiore con la collaborazione della Cineteca di Bologna durante la quale proiettare il film *The Insider* (1999) sulla vera storia di Jeffrey Wigand, coraggioso ricercatore impegnato in una lotta per smascherare gli inganni delle multinazionali del tabacco. A margine della proiezione sarebbe consigliabile l'intervento di uno specialista in grado di approfondire le problematiche legate al tabagismo. Alle persone presenti potrebbero poi essere consegnati una borsa in tela con impresso il logo dell'iniziativa (il nostro gadget) e una



I componenti del gruppo il giorno della presentazione del progetto.

brochure informativa (che andrà parallelamente distribuita anche presso le facoltà universitarie e nelle zone limitrofe).

Ci stiamo forse dimenticando di Internet? Certo che no. Un link diretto per scaricare l'applicazione dovrà senza dubbio essere presente sia su Facebook (il social network più frequentato in Italia e nel mondo) che sul portale dell'Università di

Bologna. Inoltre tramite una mailing list di ateneo tutti gli studenti potranno essere informati sulla possibilità di scaricare gratuitamente l'App Chi la smette la vince! Fin qui il prototipo di simulazione che ci auguriamo che con l'apporto di qualche sponsor (Regione, AUSL e/o altri) si possa concretizzare in un'applicazione vera e propria che potrebbe avere un bel successo soprattutto fra i giovani. In base alla simulazione ci aspettiamo dunque che le iscrizioni ai Centri Antifumo di Bologna aumentino almeno del 10% e che circa 60 studenti universitari riescano ad abbandonare il tabagismo con benefici per la salute, estetici ed economici a fronte di zero costi. Siete ancora convinti che valga la pena accendersi una sigaretta? Meglio accendere l'applicazione Chi la smette la vince! e farsi guidare nel Centro Antifumo più vicino.

Bucci Serena, Deiuri Giorgia, Ipcovana Marcella, Maiano Marcello, Minghinelli Simone

(Corso di Laurea Magistrale in Scienze della Comunicazione Pubblica e Sociale (COM.PASS) dell'Università di Bologna)

Webgrafia

<http://www.apple.com/it/itunes/>
<http://www.epicentro.iss.it/passi/>
<http://www.fondazioneveronesi.it/ricerca-e-prevenzione/no-smoking-be-happy/>
<http://www.hindawi.com/journals/fo/2011/860103/>
<http://www.marketingsociale.net/aree/09.htm>
<http://www.smettere-di-fumare.net/centri-antifumo-Emilia-Romagna.php>
<http://www.vitobellini.com/quit-smoking-manager/it/#>
www.lilt.it
www.tabaccologia.it
www.tabaccologia.org
www.senzafumo.it



Free **Un nuovo motore di ricerca solo per pdf**

Un nuovo motore di ricerca si è affacciato nel panorama scientifico. Si chiama **FreeFullPDF.com** e consente di cercare tra più di 80 milioni di pubblicazioni scientifiche ad accesso libero presenti sul web e scaricabili gratuitamente in formato pdf. Il sito è stato sviluppato da una azienda tecnologica francese (knowmade.com) specializzata nella ricerca e nell'analisi di fonti informative in ambito scientifico. La ricerca in FreeFullPDF.com può essere svolta semplicemente scrivendo le parole chiave nella finestra di dialogo. L'uso della lingua inglese consente, come ovvio, un feedback maggiore e migliore di risultati. Per rendere più specifica la ricerca si può ricorrere al link <http://www.freefullpdf.com/operators.html>, in cui vengono descritti alcuni accorgimenti specifici. Per esempio nella stringa di ricerca si può utilizzare l'operatore OR, si possono escludere dei termini semplicemente facendoli precedere dal segno meno (-) e si può ricercare una frase esatta e altro ancora. Al momento il motore di ricerca attinge a circa 10 mila fonti di articoli gratuiti fra riviste, giornali, archivi a libero accesso, etc.) che sono così indicizzati sul database FreeFullPDF. (V.Z.)