

Dalla sperimentazione all'uso abituale del fumo di tabacco. Metanalisi di sondaggi rappresentativi

Gherardo Siscaro

In questa interessante meta-analisi pubblicata di recente su *Nicotine & Tobacco Research* viene analizzata la proporzione di persone che dalla sperimentazione della sigaretta, spesso dettata dalla "curiosità", diventa poi un fumatore abituale [1]. È stato studiato il così detto "tasso di conversione" di chi quindi, dalla sperimentazione iniziale passa al fumo quotidiano: questa proporzione è potenzialmente un'importante metrica del comportamento del fumo nella popolazione.

Per fare questo lo scambio di dati sulla salute globale è stato cercato per sondaggi rappresentativi condotti in inglese, nei paesi sviluppati, dopo l'anno 2000.

Questi sondaggi includevano sempre domande sul fumo "occasionale" di una sigaretta e sul fumo quotidiano. La ricerca iniziale ha identificato 2.776 sondaggi che sono stati ulteriormente analizzati per lingua, ubicazione, anno, dimensione del campione, struttura del sondaggio e rappresentatività.

Le otto indagini che sono state scelte per questa meta-analisi hanno utilizzato campioni rappresentativi della popolazione adulta generale. Complessivamente sono stati inclusi 216.314 intervistati di cui il 60,3% (95% CI = da 51,3 a 69,3) aveva provato a fumare almeno una sigaretta. Di questi, il 68,9% (95% CI = dal 60,9% al 76,9%) è passato al fumo abitudinario. Il fumo abituale, una volta stabilito, può essere altamente resistente al "cambiamento". Una percentuale considerevole di fumatori continua a fumare nonostan-

te professi il desiderio di smettere e, quelli che tentano di smettere, avranno più del 90% di probabilità di tornare a fumare entro un anno. In alcuni fumatori, il fumo acquisisce tutte le caratteristiche di estrema dipendenza. Nello sviluppo di qualsiasi comportamento di dipendenza, il trasferimento dalla sperimentazione alla pratica quotidiana rappresenta un importante punto di riferimento [2]. Il passaggio dal provare la "prima sigaretta" al fumo occasionale per poi passare a quello quotidiano, di solito implica un'attività ricreativa che si sta trasformando in un bisogno compulsivo che deve essere soddisfatto virtualmente in maniera continua.

I fumatori adolescenti possono mostrare segni di dipendenza già nelle prime fasi, prima di passare al fumo quotidiano: tuttavia tali individui in genere progrediscono fino al fumo abituale, mentre le persone che rimangono fumatori occasionali tendono a mostrare pochi segni di dipendenza.

Quindi, quale percentuale di persone che hanno provato una singola sigaretta è passata al fumo quotidiano? Sorprendentemente, esistono pochi studi per rispondere a questa domanda. M.A.H. Russel, il pioniere della ricerca sulla dipendenza dal tabacco, cercò una prima risposta in un sondaggio trasversale del 1967 nel Regno Unito: furono "testati" 984 adulti per calcolare che fra le persone che fumavano una sigaretta, il 70% continuò a fumare regolarmente per 5 anni o più [3]. Certamente ci sono studi più

recenti che hanno tentato di valutare il potenziale di dipendenza del fumo, ma questo è stato fatto, ad esempio, stimando la percentuale di fumatori adolescenti e/o adulti che potevano essere classificati come "dipendenti", utilizzando indici come i criteri DSM: fumare la prima sigaretta del giorno entro 30 minuti dal risveglio, riportando gli impulsi di fumare o irritarsi quando non si riesce a fumare o provare difficoltà ad astenersi dal fumare [4-6].

Il tasso di trasferimento dalla prima "sperimentazione" con le sigarette al fumo quotidiano (indicato come "tasso di conversione" nella presente meta-analisi) sembrerebbe essere un'informazione essenziale, necessaria per orientare le politiche relative alla sperimentazione del tabacco negli adolescenti. Pertanto occorre incentivare gli under 18 ad abbandonare questo "vizio" nelle sue fasi iniziali e prevenire le opportunità di praticarlo prima che avvenga il passaggio dalla sperimentazione al fumo quotidiano. Gli Autori stimano infatti che il 69% delle persone che provano una sigaretta progredisce nel fumarla quotidianamente. Sondaggi diversi hanno dato risultati un po' differenti. Sebbene nessuno abbia riscontrato "tassi di conversione" inferiori al 50%, la variazione osservata suggerisce che la cifra reale a cui siamo arrivati è solo approssimativa [7-9].

Dato l'elevato "tasso di conversione" dalla sperimentazione al fumo quotidiano che è stato trovato in tutti i sondaggi esistenti, si può

ipotizzare che almeno una parte della riduzione della prevalenza del fumo osservata negli ultimi 20 anni sia probabilmente dovuta alla ridotta sperimentazione del fumo tra gli adolescenti [10,11].

Gli Autori di questa interessante meta-analisi [1] concludono affermando che anche se la maggior parte degli sperimentatori progredisce verso il fumo quotidiano, alcuni non lo fanno. Un importante studio sulla progressione adolescenziale verso la dipendenza da tabacco ha scoperto che in seguito alla prima "sperimentazione", si hanno maggiori probabilità di pro-

gredire verso il fumo più pesante e che dà dipendenza [3].

Ulteriori studi dovrebbero esplorare i database esistenti per vedere se eventuali altre variabili registrate nei relativi sondaggi siano associate con la progressione al fumo quotidiano.

Nonostante alcune domande restino senza risposta, il presente studio fornisce un'informazione chiara e sorprendente: al momento attuale, circa i due terzi dei non fumatori che provano le sigarette diventano fumatori quotidiani.

[Tabaccologia 2018; 1:10-11]

Gherardo Siscaro

✉ gherardo.siscaro@icsmaugeri.it
Dirigente Medico Pneumologo
Istituti Clinici Scientifici Maugeri,
Agrigento

► *Disclosure: l'autore dichiara l'assenza di conflitto d'interessi.*

Bibliografia

1. MChem MB, Duffy S, Miler JA, Hajek P. What proportion of people who try one cigarette become daily smokers? A meta-analysis of representative surveys. *Nicotine Tob Res* 2017; doi:10.1093/ntr/ntx243.
2. Riggs NR, Chou CP, Li C, Pentz MA. Adolescent to emerging adulthood smoking trajectories: when do smoking trajectories diverge, and do they predict early adulthood nicotine dependence? *Nicotine Tob Res* 2007;9:1147-54.
3. Dierker L, He J, Kalaydjian A, Swendsen J, Degenhardt L, Glantz M, et al. The importance of timing of transitions for risk of regular smoking and nicotine dependence. *Ann Behav Med* 2008;36:87-92.
4. Scragg R, Wellman RJ, Laugesen M, DiFranza JR. Diminished autonomy over tobacco can appear with the first cigarettes. *Addict Behav* 2008;33:689-98.
5. Anthony JC, Warner LA, Kessler RC. Comparative epidemiology of dependence on tobacco, alcohol, controlled substances, and inhalants: basic findings from the national comorbidity survey. *Exp Clin Psychopharmacol* 1994;2:244-68.
6. Rose JS, Dierker LC, Donny E. Nicotine dependence symptoms among recent onset adolescent smokers. *Drug Alcohol Depend* 2010;106:126-32.
7. Kandel DB, Chen K, Warner LA, Kessler RC, Grant B. Prevalence and demographic correlates of symptoms of last year dependence on alcohol, nicotine, marijuana and cocaine in the U.S. population. *Drug Alcohol Depend* 1997;44:11-29.
8. Moher D, Liberati A, Tetzlaff J, Altman DG; PRISMA Group. Preferred reporting items for systematic reviews and meta-analyses: the PRISMA statement. *Ann Intern Med* 2009;151:264-9.
9. Institute for Health Metrics and Evaluation (IHME). Global Health Data Exchange (GHDx). <http://ghdx.healthdata.org/>. Accessed October 17, 2016.
10. Bureau of Labor Statistics, National Longitudinal Surveys. National Longitudinal Survey of Youth, Children and Young Adults. <https://www.nlsinfo.org/content/cohorts/nlsy79-children/topical-guide/crime/cigarettedrug-use> Accessed September 09, 2016.
11. Dierker L, Swendsen J, Rose J, He J, Merikangas K; Tobacco Etiology Research Network (TERN). Transitions to regular smoking and nicotine dependence in the Adolescent National Comorbidity Survey (NCS-A). *Ann Behav Med* 2012;4:394-401.