

Peggior del fumo di tabacco c'è solo il fumo di tabacco

Silvano Gallus, Cristina Bosetti

“Cancro ai polmoni: il pane bianco come le sigarette”, “La solitudine peggio del fumo”, “Sesso orale: fa più male del fumo”. Sono solo alcuni degli altisonanti titoli comparsi negli ultimi anni nelle sezioni mediche dei maggiori quotidiani italiani. Sembra che, ogniqualvolta nella letteratura scientifica compaia un nuovo studio che associa un determinato fattore al rischio di morte o di insorgenza di tumori o di altre malattie croniche, i giornalisti scientifici tendano ad attrarre i lettori paragonando la nocività di tale fattore a quella del fattore di rischio per antonomasia: il fumo di sigaretta.

Per esempio, nemmeno tanti anni fa era stata diffusa su tutti i media italiani la notizia che respirare l'aria di Milano equivaleva a fumare 15 sigarette al giorno. Se così fosse, in Lombardia ci sarebbe una attesa di vita inferiore di un decennio rispetto a quella delle regioni e paesi limitrofi. Invece, l'attesa di vita in Lombardia risulta più alta rispetto a quella italiana, e l'attesa di vita in Italia risulta tra le più alte al mondo [1].

Sebbene alcuni nostri autorevoli colleghi abbiano lodevolmente tentato di spiegare all'opinione pubblica che fumare anche poche si-

garette al giorno è molto più rischioso per la salute che vivere in una città inquinata [2,3], l'erroneo confronto tra inquinamento e tabacco viene ancora oggi preso come alibi per iniziare o continuare a fumare.

Bisogna capire una volta per tutte che, almeno nei paesi ad alto reddito, non esiste alcun fattore di rischio nocivo come il fumo di tabacco. Questa è la conclusione a cui è giunto un panel di esperti mondiali che ha confrontato il carico di malattia attribuibile ai 67 principali fattori di rischio [4].

Basti pensare che solo in Italia

Only tobacco smoking is worse than tobacco smoking

Silvano Gallus, Cristina Bosetti

“Lung cancer: white bread as cigarettes”, “Loneliness hurts more than smoking”, “Oral sex: it is worse than smoking”. These are just some of the extravagant titles of health-related articles that appeared over recent years in major Italian newspapers. It seems that whenever in the scientific literature a new study on the association between a specific exposure factor and the risk of death from cancer and other chronic diseases comes out, scientific journalists tend to attract readers by comparing the harmfulness of such a factor with that of the risk factor for excellence, i.e. cigarette smoking. For example, not many years ago

the news that breathing the air of Milan was equivalent to smoke 15 cigarettes per day circulated across all Italian media. If true, in Lombardy the mean life expectancy should have been at least ten years lower compared to that of other Italian regions or neighbouring countries. Instead, life-expectancy in Lombardy (i.e., the Italian region with Milan) is higher than in Italy, which, in turn, has among the highest life-expectancy in the world [1]. Although some of our respected colleagues have admirably explained to the general public that smoking a few cigarettes per day poses at a higher health risk than living in a polluted city

[2,3], such an erroneous comparison between air pollution and tobacco smoking is still taken as an excuse to continue or even start smoking. It is important to understand, once and for all, that there is no risk factor as harmful as tobacco smoking, at least in high-income countries. This is the conclusion reached by a panel of world experts who compared the burden of disease attributable to 67 leading risk factors (Lim et al., 2012).

Only in Italy, every year more than 12% of deaths (i.e., about 70,000 of 570,000 deaths) can be attributed to cigarette smoking [4].

It is always wrong to make a comparison of the harmfulness between

ogni anno più del 12% dei morti (ovvero circa 70 dei 570 mila morti all'anno) sono da attribuire al fumo di sigaretta [5].

È sempre sbagliato fare confronti di nocività tra un qualsiasi fattore di rischio e il fumo di tabacco. Per questo motivo sull'autorevole rivista *Lancet* abbiamo criticato la pub-



blicazione di un importante articolo che confrontava il numero di morti attribuibile alla mancanza di attività fisica con quello attribuibile al fumo [6,7]. C'era infatti il rischio che una lettura superficiale di quel lavoro potesse suggerire che gli interventi per incentivare l'attività fisica dovessero avere la priorità su quelli di ridurre il consumo di tabacco. Anche la campagna di comunicazione anti-fumo del 2015 del simpatico attore comico Frassica, già criticata perché presumibilmente di limitata efficacia [8], cadeva, a nostro modo di vedere, nello stesso errore. Infatti, dava l'impressione che accendersi una sigaretta fosse come andare senza casco in motorino. Questo è sbagliato, perché i due azzardi sono completamente diversi e accomunarli porta a fuorvianti interpretazioni. Un caso speciale è avvenuto con l'episodio della carne e il rischio di tumore. Circa un anno fa, l'Agencia

Internazionale per la Ricerca sul Cancro (IARC) ha classificato il consumo di carne rossa come "probabilmente cancerogeno per l'uomo" (Gruppo 2A) e quello di carni lavorate come "cancerogeno per l'uomo" (Gruppo 1) [9]. Il ruolo sfavorevole della carne sui tumori è ben noto da tempo e anche noi abbiamo contribuito a metterlo in luce [10]. Sebbene fosse importante che questa informazione raggiungesse un grande pubblico per limitare i consumi, soprattutto di carni lavorate, la notizia della valutazione della IARC è stata annunciata dai mass-media attraverso titoli sensazionali, che anche in questo caso davano il messaggio che la carne uccidesse come il fumo di tabacco. Addirittura, un articolo di un prestigioso quotidiano sosteneva che una sola bistecca bruciata fosse paragonabile a 600 sigarette in termini di rischio per la salute [11]. A questo punto, ci siamo sentiti in

various risk factors and tobacco smoking. For this reason, on the *Lancet* – one of the most influential scientific journal – we have criticized the publication of an article which compared the number of deaths attributable to the lack of physical activity with that attributable to smoking [5,6].

There was the possibility that a superficial reading of that paper might give the suggestion that interventions to promote physical activity should have a higher priority compared to those of reducing tobacco consumption. Even the anti-smoking campaign of 2015 with the popular comic actor Frassica, already criticized for its likely limited effectiveness [7], fell, in our view, into the same error. In fact, it gave the impression that lighting up a cigarette was like riding a motorbike without the helmet. This is not a correct message for the public, since these are two completely different hazards, and interrelating them may lead to misleading interpretations. A special

case is that of meat and the risk of cancer. About a year ago, the International Agency for Research on Cancer (IARC) has classified the consumption of red meat as "probably carcinogenic to humans" (Group 2A) and that of processed meat as "carcinogenic to humans" (Group 1) [8]. The unfavourable role of meat on various neoplasms is well known since long time, and we also contributed to highlight this [9].

Although it was important that this information reached a wide public in order to limit consumption of meat, especially processed meat, the news of the IARC evaluation was announced by the media through sensational headlines, which again gave the message that meat killed as tobacco smoking. Indeed, an article in a prominent newspaper argued that a single overcooked steak was comparable to 600 cigarettes in terms of health risk [10]. At this point, we felt compelled to clarify this issue, and we published a letter to the editor

in the *International Journal of Cancer* where we highlighted that the risk of cancer in relation to meat was extremely limited as compared with that of cigarette smoking [11]. In order to clarify this point, we have roughly estimated in the Italian population the absolute number of cancer deaths attributable to meat and that attributable to smoking. Starting from the data provided by the IARC Monograph, we estimated that in Italy the yearly average consumption of red meat is carcinogenic as sixty cigarettes, an amount that a heavy smoker smokes in a couple of days.

All previous examples highlight how it is misleading to relate the cancerogenicity, the harmfulness or mortality of any risk factor with that of smoking. This may have the adverse consequence of reducing public awareness on the harmful effects of tobacco and to counteract the messages that the anti-smoking prevention campaigns are earnestly striving to spread.



dovere di fare chiarezza, e abbiamo pubblicato una lettera all'editore sulla prestigiosa rivista *International Journal of Cancer* dove abbiamo messo in luce come il rischio di cancro in relazione alla carne sia estremamente limitato rispetto a quello causato dal fumo di sigaret-

te [12]. Al fine di chiarire questo punto, abbiamo stimato approssimativamente il numero assoluto di decessi per cancro attribuibile alla carne e quello attribuibile al fumo nella popolazione italiana. A partire dai dati della IARC, abbiamo stimato che in Italia un intero anno

di consumo medio di carne rossa è cancerogeno quanto una sessantina di sigarette in tutto, che un fumatore accanito si fuma in un paio di giorni.

Tutti i precedenti esempi mettono in luce come sia fuorviante mettere in relazione la cancerogenità, la nocività o la mortalità di qualsiasi fattore di rischio con quella del fumo di sigarette.

Ciò può infatti avere la conseguenza negativa di ridurre la consapevolezza dell'opinione pubblica sugli effetti nocivi del tabacco e di contrastare i messaggi che le campagne di prevenzione anti-fumo cercano faticosamente di diffondere.

Tabaccologia 2016; 3:7-9

Silvano Gallus

Cristina Bosetti

Dipartimento di Epidemiologia,
IRCCS Istituto di Ricerche
Farmacologiche "Mario Negri"
Milano

Bibliografia

- Gallus S, Bosetti C, Chatenoud L, La Vecchia C. Long live the Italians! *Prev Med* 2015;70:76-77.
- Harari S. Inquinamento e fumo sono davvero così dannosi o si sta esagerando? *Corriere della Sera*, 12 Marzo 2012; disponibile online presso: http://www.corriere.it/salute/sportello_cancro/12_marzo_12/fumo-inquinamento-segnalato-voi_e126e512-6936-11e1-96a4-8c08adc6b256.shtml.
- Invernizzi G, Ruprecht A, Boffi R. Smog peggio del fumo: messaggio fuorviante. *Corriere della Sera*, 10 Ottobre 2004; disponibile online presso: http://www.corriere.it/Primo_Piano/Cronache/2004/10_Ottobre/23/fumo.shtml.
- Lim SS, Vos T, Flaxman AD, Danaei G, Shibuya K, Adair-Rohani H, et al. A comparative risk assessment of burden of disease and injury attributable to 67 risk factors and risk factor clusters in 21 regions, 1990-2010: a systematic analysis for the Global Burden of Disease Study 2010. *Lancet* 2012;380(9859):2224-2260.
- Gallus S, Mutarak R, Martinez-Sanchez JM, Zuccaro P, Colombo P, La Vecchia C. Smoking prevalence and smoking attributable mortality in Italy, 2010. *Prev Med* 2011;52(6):434-438.
- Lee IM, Shiroma EJ, Lobelo F, Puska P, Blair SN, Katzmarzyk PT, et al. Effect of physical inactivity on major non-communicable diseases worldwide: an analysis of burden of disease and life expectancy. *Lancet* 2012;380(9838):219-229.
- La Vecchia C, Gallus S, Garattini S. Effects of physical inactivity on non-communicable diseases. *Lancet* 2012;380(9853):1553; author reply 1553-1554.
- Camprostrini S. Contro il fumo non basta Frassica. *Scienza in Rete*, 18 Novembre 2015; disponibile online presso: <http://www.scienzainrete.it/contenuto/articolo/stefano-campostrini/contro-fumo-non-basta-frassica/novembre-2015>.
- Bouvard V, Loomis D, Guyton KZ, Grosse Y, Ghissassi FE, Benbrahim-Tallaa L, et al. Carcinogenicity of consumption of red and processed meat. *Lancet Oncol* 2015;16(16):1599-1600.
- Tavani A, La Vecchia C, Gallus S, Lagiou P, Trichopoulos D, Levi F, et al. Red meat intake and cancer risk: a study in Italy. *Int J Cancer* 2000;86(3):425-428.
- Anonimo. Tumori, carne sotto accusa. Gridelli: "Una bistecca bruciata fa male quanto 600 sigarette". *Il Mattino* 27 Ottobre 2015; disponibile online presso: http://www.ilmattino.it/PRIMOPIANO/CRONACA/carne_tumori_esperto/notizie/1644528.shtml.
- Gallus S, Bosetti C. Meat consumption is not tobacco smoking. *Int J Cancer* 2016;138(10):2539-2540.