



Malasmetti?

È certamente, al momento, il libro più piccolo sul fumo di sigaretta (cm. 5,4 x 8,6), un libro bonzai che sembra un pacchetto di sigarette... ma si legge e non si fuma! L'autore, Salvatore Cicala è uno scrittore autodidatta, osservatore eclettico e gran viaggiatore. Pur non essendo un medico, trattando di una materia sì di costume, il fumo, ma comunque delicata come può esserlo qualsiasi patologia da dipendenza, Cicala, al di là di qualche veniale inesattezza, non incorre in errori scientifici soprattutto quando va a trattare, sempre a volo di uccello, il versante terapeutico. All'interno si parla di rimedi per smettere di fumare, suddivisi per tipologia: farmacologici, naturali, psicologici, empirici. In coda è stato aggiunto un diario del futuro ex -fumatore, per annotare, passo dopo passo, miglioramenti, sensazioni, disagi, difficoltà e successi. Un *divertissement*.

[Vincenzo Zagà]



Salvatore Cicala. "Malasmetti",
formato: cm. 5,4 x 8,6 (circa un pacchetto di sigarette)

ISBN: 978-88-95071-07-7

Copertina: 200 g.

Alcyone Editore. Pagine: 320,
euro 5,90.



Fumare è una dipendenza psicotossica e la nicotina è una sostanza psicoattiva morbosa. Il testo indirizzato ad operatori e a consumatori, presenta i principali modelli terapeutici per il trattamento di coloro che sono affetti da tabagismo. Sono indicati percorsi per smettere di fumare e strumenti operativi per rimanere non fumatori.

Il libro integra l'attuale panorama delle pubblicazioni sul tabagismo.

È uno strumento necessario per i formatori psicologi ma anche indispensabile per medici e operatori sanitari dedicati alla disciplina tabaccologica.

La complessità della dipendenza tabagica non può prescindere dalla conoscenza delle tecniche della relazione di aiuto e delle strategie del *counseling* e del *coaching* che al momento si presentano al terapeuta del tabagismo in forma descrittiva, didascalica e sommaria.

I *test* e le schede del testo rappresentano perciò il necessario completamento di un'azione di *empowerment* nella formazione di operatori efficaci.

Prof. Giacomo Mangiaracina
Dipartimento di Scienze di Sanità Pubblica
2^a Facoltà di Medicina
Università di Roma "La Sapienza"

0018