

Il Messaggero

La Giornata mondiale anti-tabacco registra l'aumento della sigaretta al femminile e tra le fasce d'età più giovani. Il consumo tra gli under 25 è passato dal 24 per cento del 2014 al 29. E tre su 4 non vogliono rinunciare alle bionde

Lei fuma di più e non smette

IL FENOMENO

La paura è per lei. Che, ormai, fuma e si ammala per colpa della nicotina esattamente come lui. La paura è per lei che inizia a divorare sigarette sempre prima, che fa fatica ad abbandonarle anche quando è in gravidanza, che diventa facilmente dipendente.

Oggi, Giornata mondiale senza tabacco, si tirano le somme e, di anno in anno, emergono nuovi particolari tra le abitudini degli italiani. Il numero delle fumatrici è cresciuto del 60% negli ultimi 20 anni e la quota delle grandi fumatrici, che consumano più di 20 sigarette al giorno, è addirittura triplicata. Un'equiparazione al modello maschile perdente e masochista. Se avviciniamo la lente al fenomeno scopriamo che sale in modo preoccupante il consumo tra i giovani. Dal 2014 si è passati dal 24 al 29%. Volutamente sordi ai richiami salutisti. Ostinati nel confessare di voler continuare costi quel che costi. La Lega italiana per la lotta contro i tumori di Milano presenta dati che potrebbero essere estesi a tutta Italia: il 74% degli intervistati dalla Doxa ha risposto di non voler spegnere l'ultima sigaretta. Tra i giovani, dai 15 ai 24 anni, ben il 67% dichiara di non avere nessuna intenzione di buttare il pacchetto.

L'ESCALATION

La paura è per lei perché fa molta più fatica di lui a smettere. Una peculiarità che, oltre il fumo, riguarda anche l'alcol e le droghe. «Le femmine, rispetto ai maschi, sono più vulnerabili ai passaggi chiave del processo che porta alla dipendenza - spiega Roberta Pacifici che dirige il Centro nazionale dipendenze e doping dell'Istituto superiore di sanità - che è caratterizzato da tappe come l'iniziazione, l'escalation, il consumo compulsivo e la ricaduta dopo la cessazione». Il fenomeno è più evidente per l'alcol, la marijuana, gli oppioidi e la cocaina. Più evidente perché i segni sono disegnati sul viso e i comportamenti lasciano trapelare malessere, dolore ed emarginazione. Le ricerche che hanno messo a confronto il tabagista, come il dipendente maschio e femmina, rimandano ritratti so-

LA DONNA È PIÙ ESPOSTA ALLA DIPENDENZA PER FATTORI ORMONALI QUESTA VULNERABILITÀ VALE ANCHE PER ALCOL E DROGHE

vrapponibili a quelli di chi abusa di alcol o di sostanze stupefacenti. La donna fatica più di lui a smettere. Che sia di bere o di fumare spinelli.

Anche la dipendenza da fumo di tabacco mostra delle differenze tra maschi e femmine. Quando lei cerca di abbandonare il pacchetto va incontro a sintomi di astinenza più gravi rispetto a

quelli di lui. «Le donne - aggiunge Roberta Pacifici - hanno effetti più intensi sull'umore e sull'ansia nonché una maggiore risposta allo stress rispetto agli uomini». A determinare queste caratteristiche differenti sono diversi fattori. In studi sperimentali sui ratti è stato osservato che «le differenze ormonali possono svolgere un ruolo un ruolo importante nel determinare questi effetti».

LA GRAVIDANZA

Risultato: una madre di neonato su cinque è fumatrice. Il 52% dei bambini nel secondo anno di vita è esposto abitualmente al fumo passivo. Quasi la metà delle donne che riescono a non fumare durante l'attesa poi ricominciano nel giro di appena sessanta giorni. Tutte tornano alla sigaretta in media entro otto mesi dal parto. Tra il 1999 e il 2011 l'incidenza del carcinoma del polmone è diminuita del 20,4% tra gli uomini, mentre è aumentata del 34% nelle donne.

La paura di star male non sembra bastare per cambiare abitudini. D'altronde, si sa, non è sul terrore che si riesce a separarsi dalle sigarette. Come dimostrano i corsi gratuiti della Lilt, Lega italiana contro i tumori (www.lilt.it) dove, per arrivare all'obiettivo, oltre la volontà, ci vuole l'aiuto di chi è nelle stesse condizioni, la conoscenza dei cambiamenti del fisico e dell'umore. Prima regola, gestire ansia e impulso. Quest'anno, per La giornata senza tabacco, scende in campo anche Ector.

Un orsetto speciale che protegge i bimbi dal fumo passivo. È un peluche che tossisce ogni volta che qualcuno fuma vicino a lui.

A lanciarlo, una collaborazione tra le aziende Roche e Trudi, con il patrocinio di Women against cancer in Europe (Walce). Ector

(www.ectorthe protector.com) verrà portato nei corsi pre-parto a partire dall'autunno.

Carla Massi