

Organizzazione della prevenzione e della cura del tabagismo nella AUSL n.8 di Arezzo

In linea con quanto contenuto nella L.R. 65/96 e nella Delibera della Giunta della Regione Toscana n. 937/01, che indicano l'opportunità di promuovere e coordinare gli interventi di prevenzione e cura del tabagismo mediante "la costituzione a livello di Azienda USL, con possibilità di raccordo interaziendale, di uno specifico gruppo di lavoro che dovrà favorire l'integrazione operativa fra le diverse risorse, interne ed esterne all'Azienda, presenti a livello territoriale", l'Azienda Unità Sanitaria Locale di Arezzo con delibera n.2719 del 7/06/2000 ha costituito il Gruppo Aziendale per la definizione del programma di interventi per il tabagismo nella U.S.L. 8 di Arezzo, con lo scopo di coordinare gli interventi di prevenzione e cura per il tabagismo delle diverse strutture dell'azienda da tempo attive in tale ambito, ognuna per le proprie competenze.

Già il Piano Sanitario Regionale prevede che "le aziende usl garantiscano l'integrazione tra le le strutture organizzative specialistiche coinvolte, ivi comprese quelle delle aziende ospedaliere, i Ser.T. e coinvolgendo i medici di medicina generale".

Sono così stati inseriti inizialmente nel gruppo suddetto: personale del Ser.T., delle Unità Operative di Cardiologia, Pneumologia, Igiene e Sanità Pubblica, Attività Sanitarie di Comunità, Malattie Infettive, Urologia, Psicologia, Assistenza Infermieristica Ospedaliera, del Dipartimento Oncologico, della Medicina dello sport e medici di medicina generale.

Il coordinamento del gruppo è stato inizialmente affidato al direttore dell'Unità Operativa di Cardiologia e successivamente al direttore del Dipartimento delle Dipendenze di Arezzo.

L'attività di tale gruppo ha permesso effettivamente di meglio coordinare le attività già presenti nel campo del tabagismo, di svilupparne di nuove e di favorire sinergie che hanno amplificato la portata degli interventi.

Il gruppo si riunisce con cadenza circa bimensile e nel tempo ha sempre più assunto caratteristiche operative e si è selezionato un nucleo di operatori che partecipa con regolarità e che attivamente si occupa dei programmi di prevenzione e cura del tabagismo.

Fanno parte di questo nucleo, oltre al coordinatore, operatori del Ser.T. di Arezzo (medico e psicologi e operatore ex LSU), il Direttore dell'Unità Operativa di Igiene e Sanità Pubblica, un operatore del l'Unità Operativa dell'Educazione alla Salute, il Direttore e un medico della Unità Operativa di Pneumologia (il primo dei quali tra l'altro con funzione di collegamento con il Presidio Ospedaliero di Arezzo) e un medico dell'Unità Operativa di Cardiologia.

Sono stati costituiti due sottogruppi: il Centro Clinico per il Tabagismo, con la funzione di organizzare e sviluppare i trattamenti per la disassuefazione dal fumo di sigaretta e la prevenzione delle ricadute, e il Gruppo di Prevenzione.

Si è altresì lavorato per favorire la formazione degli operatori e l'inizio dell'attività clinica per la disassuefazione dal fumo di sigaretta nelle altre Zone dell'Azienda Sanitaria di Arezzo e sono al momento iniziati i corsi di gruppo per smettere di fumare e i trattamenti individuali nella Zona del Valdarno, della

Val di Chiana e del Casentino, organizzati e condotti da personale formato dei Ser.T. di tali zone.

Nella Zona di Arezzo, per quanto riguarda l'attività clinica, si effettuano corsi di gruppo per smettere di fumare con la partecipazione di circa 15 persone per corso a cadenza fissa con inizio a gennaio, maggio e settembre.

Si effettuano altresì trattamenti individuali di tipo farmacologico, di counselling o integrato e alcuni trattamenti di stimolazione auricolare.

Si è favorita la costituzione di un gruppo di auto-aiuto per smettere di fumare e per prevenire le ricadute.

Prosegue il progetto dell'Ospedale senza Fumo.

Per quanto riguarda la prevenzione sono stati effettuati numerosi interventi di sensibilizzazione nelle scuole e altri sono in fase di progettazione.

In collaborazione con la LILT sezione di Arezzo, il Comune di Arezzo, la Provincia di Arezzo, l'ex Provveditorato agli Studi di Arezzo e l'Università degli Studi di Siena è stato organizzato negli anni 2002-2003 un concorso per la realizzazione di poster e/o video da utilizzare in una campagna pubblicitaria di disassuefazione dal fumo di sigaretta che inizierà nell'anno in corso, che ha coinvolto circa 90 classi per circa 2000 studenti delle scuole medie inferiori e del biennio delle scuole medie superiori della provincia di Arezzo.

E' in corso di organizzazione un progetto d'intervento per le donne in gravidanza.

E' in corso di attuazione un progetto di sensibilizzazione per il personale sanitario dell'Azienda Sanitaria di Arezzo, che prevede un modulo ripetibile della durata di sei ore, con cui sono forniti dati e informazioni sul fumo di sigaretta e sul tabagismo e vengono trasmessi elementi di counselling. Lo scopo è quello di sensibilizzare il personale sanitario ma anche quello di renderlo capace di un intervento di counselling anche minimo, alla luce dell'efficacia dimostrata degli interventi minimi del personale sanitario nel favorire la cessazione dell'abitudine del fumo di sigaretta.

Sono state effettuate due giornate di sensibilizzazione, con i contenuti di cui sopra, per i medici di medicina generale con il coinvolgimento di più di 100 medici.

MODELLO ORGANIZZATIVO DEL "CENTRO CLINICO PER IL TABAGISMO" DEL SER.T. ZONA ARETINA

Il "Centro Clinico per il Tabagismo" del Ser.T. Zona Aretina ASL 8 di Arezzo nasce nel settembre 2001 come sottogruppo del 'Gruppo di Lavoro per la definizione di programmi di intervento per il tabagismo nella Usl 8 di Arezzo' con compiti istituzionali inerenti la cura del tabagismo.

Il Centro ha un'organizzazione funzionale; è costituito da un medico (Responsabile del Centro) e uno psicologo del Sert di Arezzo che non sono esclusivamente dedicati a questa attività. Nell'ultimo anno, si sono aggiunte altre due figure professionali (ex-lavoratori socialmente utili, in seguito all'attuazione del progetto regionale di potenziamento dei centri antifumo).

La sede del Centro, costituita da una stanza per i colloqui e una sala riunioni per gli incontri di gruppo, è situata in un edificio distaccato rispetto al Ser.T. e che ospita altre attività territoriali socio-sanitarie.

L'accesso al Centro è possibile tutti i giorni dal lunedì al venerdì ore 9-14.

Modalità di accesso

Si accede al trattamento telefonando al numero del Ser.T. di Arezzo. Agli interessati saranno fornite le informazioni richieste e sarà concordato l'appuntamento per il primo colloquio.

Primo colloquio

Il primo colloquio, condotto dallo psicologo, ha carattere informativo e valutativo.

Durante il colloquio viene compilata una scheda di valutazione iniziale comprendente, oltre a notizie anagrafiche e anamnesi tossicologica, domande sulla motivazione, sulla fiducia a smettere di fumare, sui tentativi precedenti per smettere di fumare e i motivi del loro fallimento, sulla presenza di familiari fumatori, sull'invio, sulla compresenza di diagnosi psichiatrica/tossicomania.

Durante la prima visita, viene misurato il grado di dipendenza da nicotina attraverso il test di Fagerstrom.

All'interno della stretta collaborazione con il Centro di Fisiopatologia Respiratoria dell' U.O. di Pneumologia, viene compilata una scheda per una diagnosi precoce di patologie respiratorie.

Se il fumatore accetta di intraprendere un trattamento, in questo colloquio viene anche consegnato il bollettino postale per il pagamento della tariffa specifica (45 Euro per i trattamenti individuali fino a 5 sedute; 90 Euro per i trattamenti di gruppo).

Tipi di trattamento

Fin dall'inizio della sua attività, il Centro ha proposto per la disassuefazione dal fumo di sigaretta una diversificazione di *contesti* di trattamento (individuale e di gruppo).

Trattamenti di gruppo.

Il Centro propone due tipi di trattamenti:

1. *Il Corso intensivo di gruppo per smettere di fumare*

Il Corso intensivo di gruppo per smettere di fumare si basa su un approccio che integra gli aspetti psicologici e quelli medico-farmacologici.

Il corso dura 7 settimane per complessivi 12 incontri ed è condotto dalla psicologa del Centro; si aggiungono poi 4 incontri di verifica di gruppo nel corso di un anno. La frequenza degli incontri è bisettimanale e ogni incontro dura un'ora e mezza.

Il gruppo è di "piccola" dimensione (max 15-18 persone).

La metodologia di base del Corso intensivo di gruppo discende dal modello proposto dal Centro Antifumo di Ferrara anche se da questo si diversifica in alcuni aspetti: gruppo chiuso (inizia e finisce con le persone presenti al primo incontro), possibilità di partecipare con le famiglie, integrazione del metodo prescrittivo con metodiche più esperienziali e interpretative, attenzione alle dinamiche gruppali in una concezione *operativa* di gruppo.

Le fasi del programma di disassuefazione sono quattro:

- PREPARAZIONE : 1°-4° incontro (scalaggio delle sigarette)
- SOSPENSIONE: le 24 ore precedenti il 5° incontro
- MANTENIMENTO: 5°-12° incontro

- VERIFICHE: il follow-up viene effettuato al 3° mese, al 6°, all'8°, ad un anno, a 2 e 3 anni dall'inizio del corso.

Il medico, presente al 5° incontro di gruppo, valuta per ciascun corsista l'utilità della terapia farmacologica in una visita individuale precedente la sospensione della sigaretta e ne segue il monitoraggio. E' possibile, inoltre, una consulenza dietologica di gruppo o individuale del Servizio Dietologico dell'Azienda, previo pagamento di ticket specifico.

Ogni anno vengono attivati tre corsi con inizio nei mesi di febbraio, maggio e settembre.

2. *Il Gruppo di Auto-Aiuto "S.T.O.P. e non solo"*

Il gruppo di auto-aiuto "S.T.O.P. e non solo" (S.T.O.P. sta per "Senza Tabacco Ottimi Polmoni") nasce nel marzo 2003 dalla collaborazione tra gli operatori del *Centro Clinico per il Tabagismo* e alcuni ex-corsisti.

Il gruppo di auto-aiuto si riunisce tutti i lunedì h 18.30-20 presso i locali di una Circoscrizione comunale che offre la sede e si fa promotrice in città della pubblicizzazione dell'iniziativa. Il gruppo è aperto tutto l'anno. E' possibile parteciparvi con la famiglia. Il conduttore del gruppo è, a turno, il membro del gruppo che ha fatto il verbale della seduta precedente. Non ci sono figure istituzionali al suo interno.

Gli obiettivi del gruppo di a-a sono i seguenti: 1. fornire uno spazio di confronto per mantenersi non fumatori e prevenire le ricadute; 2. offrire un aiuto a chi vuole smettere di fumare.

Al gruppo, infatti, possono accedere direttamente dal territorio i fumatori interessati a smettere di fumare. La partecipazione al gruppo è gratuita.

Il rapporto Gruppo di auto-aiuto- Centro della Asl è di collaborazione. Il Centro, infatti, si va a costituire: 1) come possibile *intervento di 2° livello* nelle situazioni in cui il percorso dentro il gruppo di auto-aiuto non si mostra efficace; 2) come *inviante* nel caso di ex-fumatori che, una volta concluso il corso intensivo, sentono il bisogno di proteggersi dalle ricadute o nel caso di fumatori che per problemi di costi o di tempi di attesa vogliono sperimentare il contesto dell'auto-aiuto; 3) come *consulente*.

Trattamenti individuali.

Il Centro propone strumenti differenti che possono anche essere impiegati in integrazione:

1. *il trattamento farmacologico*

All'interno del trattamento ambulatoriale, insieme ad un intervento di counselling, è previsto l'utilizzo della Terapia Sostitutiva Nicotinic, del Brupoprione; se il caso lo richiede, anche terapia ansiolitica e antidepressiva.

2. *il trattamento psicologico*

Il counselling individuale (con una media di 5 sedute) segue essenzialmente queste linee guida: *data-limite* in cui si stabilisce la cessazione del fumare; scalaggio nei giorni precedenti con l'aiuto del calendarietto o, in alcuni casi, sospensione immediata della sigaretta; "rottura" degli automatismi e delle associazioni (sigaretta/caffè, sigaretta/pausa TV, ecc.). In alcuni casi, su richiesta del fumatore, il counselling individuale può proseguire con terapie

di sostegno su problematiche specifiche che il fumatore vede con più chiarezza dopo la scomparsa del "sintomo".

3. *il trattamento di auricolostimolazione*

Alcuni dati dopo due anni di attività del Centro

• **Caratteristiche della popolazione fumatrice afferente al Centro Clinico Tabagismo Ser.T. Zona Aretina Asl 8 Arezzo da settembre 2001 a settembre 2003**

N° 132 soggetti: 60 maschi 72 femmine

Caratteristiche valutate al 1° colloquio:

Sigarette fumate: 25 (*media dei valori*)

Età: 45 (*media dei valori*)

N° tentativi di cessazione tabagica: 1,5 (*media dei valori*)

Punteggio Test Fagerstrom (0-11): 19% <4 (dipendenza lieve)

38% 5-6 (dipendenza media)

43% 7-11(dipendenza forte)

Scelta dei trattamenti dei 132 soggetti fumatori:

Corso di gruppo: N. 97 soggetti di cui:

completato il trattamento N. 65 soggetti hanno

(presenza a meno di tre incontri) N. 32 soggetti ritirati

Trattamenti individuali: N. 17

Invio al Gruppo di auto-aiuto: N. 1

Fumatori non presi in carico: N. 17

Ritiro dal trattamento/Abbandoni sul totale dei fumatori presi in carico:
24%

• **Efficacia dei trattamenti di gruppo**

Verifica a 3 mesi: 50% circa dei soggetti sono non fumatori

Verifica a 6 mesi: 40% circa dei soggetti sono non fumatori

Verifica ad un anno: 30% circa dei soggetti sono non fumatori

Dati preliminari di una ricerca in corso

Anticipiamo alcuni dati di una ricerca in corso sulla popolazione afferente al nostro Centro in questi due anni di attività:

• non sembra esserci una relazione significativa tra il sesso di appartenenza e l'esito del trattamento a 6 mesi;

• sembra statisticamente significativo il legame tra il numero di sigarette fumate a inizio trattamento ed esito del trattamento a 6 mesi. In particolare, i soggetti che fumano inizialmente tra le 10 e le 20 sigarette sembrano avere buona probabilità di rimanere non fumatori a 6 mesi; al contrario soggetti che fumano tra le 20 e le 30 sigarette a inizio trattamento sembrano tendenzialmente rimanere fumatori anche a sei mesi;

- la presenza di una forte "fiducia a smettere di fumare" (tratto valutato su una scala da 0 a 5) nel primo contatto con il Centro sembra costituire un fattore predittivo rispetto alla possibilità di rimanere non fumatore al 6° mese;
- alti punteggi al Test di Fagerstrom (7-11) sembrano significativamente collegati agli abbandoni precoci del trattamento (partecipazione a meno di tre sedute di gruppo) e all'esito negativo del trattamento a sei mesi;
- il fatto che il fumatore sia al 2° tentativo di smettere di fumare sembra un fattore predittivo rispetto alla ritenzione del trattamento.

I risultati finali della ricerca sono ancora in fase di elaborazione.

Descrizione di due progetti di prevenzione per il tabagismo

"DISEGNAR NON NUOCE!" Progetto 31 maggio 2003

Questo progetto è nato dalla collaborazione tra il Gruppo Prevenzione del Ser.T. di Arezzo, l'Ufficio di Educazione alla salute della ASL 8, il CSA (ex Provveditorato degli Studi), il Comune di Arezzo, la Provincia di Arezzo, la sezione di Arezzo della Lega Nazionale per la Lotta contro i Tumori e l'Università degli studi di Siena.

E' convinzione condivisa, infatti, che sia necessario un lavoro di rete per far fronte alla complessità del fenomeno tabagismo nei suoi aspetti preventivi, terapeutici, sanitari, politici ed economici.

Gli interventi di prevenzione, come risaputo, per essere efficaci devono raggiungere il maggior numero possibile di soggetti della popolazione bersaglio, devono favorire una ripetuta riflessione sui temi trattati e coinvolgere eventuali soggetti che abbiano influenza sulla popolazione interessata.

Sommatoria descrizione del progetto

1. organizzazione di un **concorso per la realizzazione di un poster e/o spot video** contenente un messaggio che inviti e motivi ad essere un non-fumatore o a cessare di esserlo

- i destinatari del concorso sono state le classi 2[^] e 3[^] della scuola media inferiore e le classi 1[^] e 2[^] della scuola media superiore della provincia di Arezzo; ogni classe ha avuto un insegnante responsabile del coordinamento delle attività relative al progetto.

- hanno aderito 82 classi per un totale di circa 2000 studenti.

- nel mese di ottobre 2002 gli insegnanti referenti per le classi hanno partecipato ad un corso di formazione sul tema del tabagismo tenuto presso la sede del Ser.T., che aveva lo scopo di fornire strumenti metodologici agli insegnanti per strutturare un percorso di riflessione sul tema del tabagismo in ogni singola classe.

- Sono stati prodotti 180 poster e 15 spot entro il 13 aprile 2003.
 - I vincitori sono stati premiati il 31 maggio 2003 in un parco cittadino e all'interno di uno spettacolo, organizzato con la Consulta degli studenti, che ha coinvolto molte centinaia di studenti, alla presenza degli assessori alle politiche sociali comunale e provinciale di Arezzo.
2. Il poster e lo spot vincitori verranno utilizzati per una campagna antifumo nell'autunno/inverno 2003/04.

3.

L'intervento è stato preceduto e seguito da somministrazione di un questionario volto ad indagare il rapporto con il fumo di sigaretta degli studenti delle classi che hanno partecipato al progetto e di studenti di classi che non hanno partecipato al progetto con funzione di gruppo controllo. I dati, in via di raccolta ed elaborazione, forniranno rilevanti informazioni epidemiologiche sul rapporto con il fumo di sigaretta dei giovanissimi di Arezzo e indicazioni riguardo l'efficacia dell'intervento di prevenzione effettuato.

4. Il 31 maggio 2004 ci sarà una giornata conclusiva di restituzione dei dati della ricerca e di riflessione sulle future prospettive.

IL PERSONALE SANITARIO ED IL PAZIENTE CHE FUMA : QUALE POSSIBILITÀ DI INTERVENTO?

Si tratta di una giornata di formazione, ripetuta due volte, rivolta ad un gruppo di 30 medici e infermieri ogni volta.

Le linee guida del Ministero della Salute per la promozione della cessazione del fumo hanno messo in evidenza l'importanza dell'intervento del personale sanitario nella promozione della cessazione del fumo. L'efficacia di un colloquio con un paziente ha un O.R. di 1.69 (I.C. da 1.45 a 1.98) rispetto a nessun intervento. Ci è parso dunque opportuno motivare a tali interventi il personale sanitario e fornire gli elementi di base per il counseling del paziente che fuma.

In questa prima fase la formazione sarà rivolta a medici ed infermieri di quei reparti che si trovano più spesso nella necessità di intervenire sull'abitudine al fumo dei propri pazienti (cardiologia, bronco-pneumologia, ostetricia...).

E' in corso di valutazione la modalità di estensione di tali interventi di sensibilizzazione per tutto il personale sanitario dell'Azienda USL di Arezzo.

Dr. Daniele Pieralli, dr.ssa Valentina Cocci, dr.ssa Francesca Morabito, dr. Paolo E. Dimauro.