

Sviluppo e verifica della fattibilità di un programma integrativo per smettere di fumare in gruppo, destinato ai tabagisti adulti che consumano anche regolarmente canapa: sintesi del rapporto finale

Contesto

Uno studio preliminare e la letteratura specifica hanno individuato il fabbisogno di un intervento destinato ai tabagisti che fanno anche regolare uso di canapa. Nell'ambito del presente progetto è stato dunque per la prima volta sviluppato per questo specifico gruppo target un primo programma di cui si è analizzata la fattibilità. Dallo studio preliminare emerge da parte del gruppo target una disponibilità moderata a smettere contemporaneamente di consumare tabacco e canapa, legata presumibilmente anche alla scarsa consapevolezza della correlazione tra i consumi di queste due sostanze.

Il programma *i-cut*

i-cut (corso integrativo per smettere di consumare canapa e tabacco) è un corso di gruppo per persone che fumano quotidianamente sigarette o prodotti analoghi e consumano anche regolarmente canapa. Il manuale del corso è stato messo a punto da un team interdisciplinare prendendo a modello un programma già esistente (*Queer Quit*) per smettere di fumare e integrandolo con elementi specifici del consumo di canapa. La prima edizione del corso era strutturata in cinque incontri serali a cadenza settimanale della durata di due ore ciascuno. Dopo la prima fase di test è stata aggiunta una sesta serata (cfr. anche figura 1). Prima del corso gli interessati possono partecipare senza impegno a una serata informativa. Alcune settimane dopo la fine del corso si tiene un incontro senza programma fisso. Per lo studio di fattibilità la dimensione del gruppo era stata fissata a un minimo di sette partecipanti. Il manuale è rivolto (per ora) solo agli adulti. I corsi sono tenuti rispettivamente da due persone, almeno una delle quali è medico. Alcuni dei docenti erano membri del team di sviluppo del programma. Obiettivo principale è l'astensione da tabacco e canapa: alla terza serata di corso (detta *quit day*) tutti i partecipanti tentano di smettere contemporaneamente di consumare entrambe le sostanze.

Contestualmente al manuale del corso è stata sviluppata anche una strategia di reclutamento per ovviare alla difficoltà di reperire partecipanti prevista analizzando i risultati dello studio preliminare. Innanzitutto è stata allestita una pagina Internet contenente informazioni sul corso e tre brevi interventi volti a sensibilizzare i visitatori sulla correlazione tra il consumo di tabacco e quello di canapa. Parallelamente le informazioni sull'offerta dei corsi e il link alla pagina Internet sono stati diffusi nel modo più ampio possibile (opuscoli, brochure, comunicato stampa).

Metodologia dello studio di fattibilità

Lo studio di fattibilità prevedeva un corso con la partecipazione di 77 persone. Il 62,3 per cento di esse l'ha frequentato per intero. Per ottenere informazioni sulla fattibilità e indicazioni sull'efficacia di *i-cut* sono stati impiegati diversi metodi (cfr. figura 1). I partecipanti hanno compilato questionari alla serata informativa (T1), all'ultima serata del corso (T2) nonché nell'ambito di un'indagine di follow-up condotta per posta sei mesi dopo il *quit day* fissato durante il corso (T3). Hanno inoltre fornito campioni di saliva per la misurazione dei livelli di cotinina in occasione della prima e dell'ultima serata del corso nonché dell'indagine di follow-up. Durante le serate sono stati poi raccolti i dati relativi al consumo settimanale di tabacco e canapa nonché i valori di monossido di carbonio. I docenti hanno valutato il programma *i-cut* una volta conclusi tutti i corsi utilizzando un questionario e interviste strutturate.

Risultati

La fattibilità di *i-cut* è stata confermata. È stato possibile reclutare un numero di persone sufficiente ad attivare i corsi, che si sono svolti senza intoppi. Tuttavia, solo il 36 per cento dei partecipanti che hanno iniziato il corso ha tentato di smettere di fumare entrambe le sostanze. Nel complesso, il 53 per cento dei partecipanti ha perlomeno interrotto il consumo di tabacco e di canapa durante il corso. Alcuni ne hanno sospeso il consumo contemporaneamente, altri in momenti diversi. Nei sette giorni precedenti all'indagine di follow-up, il 23,4 per cento degli intervistati ha riferito di essersi astenuto dal consumo di tabacco, di canapa o di entrambe le sostanze. Il 10,4 per cento non aveva fumato tabacco e il 19,5 per cento non aveva fatto uso di canapa. Sei partecipanti, vale a dire il 7,8 per cento degli intervistati, non avevano consumato alcuna sostanza. Chi ha dichiarato di non essersi completamente astenuto, ha comunque ridotto in modo significativo il consumo di tabacco o canapa, senza incrementare l'uso dell'altra sostanza.

Conclusioni e raccomandazioni

Il corso integrativo per smettere di consumare canapa e tabacco si è rivelato realizzabile, è stato giudicato utile dai docenti ed è stato accolto in modo molto positivo dal gruppo target. Si raccomanda dunque di continuare a perseguire questo approccio e di verificare l'efficacia dell'intervento in uno studio controllato e randomizzato per integrarlo nelle strutture ordinarie in caso di esito positivo.