

## Riassunto del rapporto conclusivo - STOP-TABAC.CH 2014-2018

Il finanziamento da parte del FPT ci ha permesso di sviluppare questo programma (sito web, app per smartphone e opuscoli), di mantenerlo operativo e di allargarne la cerchia dei destinatari. Gli obiettivi riguardanti la frequentazione del sito web Stop-tabac.ch e l'utilizzazione dell'applicazione mobile Stop-tabac sono stati ampiamente raggiunti. L'attività di consulenza e moderazione dei forum di discussione della psicologia in materia di tabagismo è molto più importante del previsto. Tuttavia la rubrica «Coach» è stata utilizzata meno rispetto alle attese. La distribuzione di opuscoli cartacei rimane costante. La newsletter di Stop-tabac è inviata settimanalmente a 7000 abbonati.

I dati ripresi dalla letteratura mostrano che gli interventi via telefonia mobile sono efficaci, ma lo studio randomizzato dell'Università di Berna non ha rilevato differenze nei tassi di coloro che hanno smesso di fumare tra il gruppo che ha utilizzato l'app per smartphone e il gruppo di controllo avente accesso all'app placebo. Ciò si spiega in vari modi: l'app non è efficace o la mancata efficacia è dovuta al basso tasso di partecipazione all'indagine di follow-up e al fatto che i valutatori non hanno verificato se i partecipanti avevano effettivamente scaricato e utilizzato l'app.

Il programma Stop-tabac è sotto finanziato rispetto al numero di utenti, alla necessità di moderare il forum di discussione e alle numerose possibilità di sviluppo tecnologico, di rafforzamento delle consulenze personali della psicologia in materia di tabagismo, d'integrazione del sito e dell'app nella prassi clinica e nella rete sociale degli utenti («Tribu»). Pertanto gran parte del potenziale offerto dalle nuove tecnologie non è sufficientemente sfruttata per mancanza di fondi.

L'alta frequentazione (in costante ascesa) di stop-tabac.ch e il suo elevato rango nei motori di ricerca mostrano che il sito è molto apprezzato dagli utenti. Nel corso del progetto la frequentazione è triplicata: attualmente ogni mese 288 000 utenti visitano il sito (100 000 nel 2013) e 48 000 si collegano all'app per smartphone (16 000 nel 2013); il 20 per cento proviene dalla Svizzera. Tuttavia il futuro del programma Stop-tabac, creato nel 1997, è incerto per le difficoltà di finanziamento.