

## Sintesi del rapporto finale

### **Liberi dal tabacco** (dal 2001)

«Liberi dal tabacco» è un progetto del programma nazionale per smettere di fumare ed è organizzato dall'estate del 2006 dalla Lega svizzera contro il cancro.

I medici svolgono un ruolo determinante nella promozione e nel sostegno per smettere di fumare. Esperienze decennali analizzate in modo approfondito mostrano che la consulenza medica nella disassuefazione dal fumo è un metodo valido. Inoltre, se alla consulenza si affianca un supporto farmacologico, le probabilità di successo a lungo termine raddoppiano. Lo svolgimento d'interventi brevi, proattivi, mirati e sistematici da parte di medici impegnati è in grado di ridurre in modo efficace ed efficiente la percentuale di fumatori.

Dalla sua creazione nel quadro del programma nazionale per smettere di fumare, il programma di perfezionamento standardizzato per medici è stato aggiornato e ampliato. Per lo sviluppo delle basi contenutistiche del progetto ci si è potuti avvalere dei lavori di ricerca svolti dal prof. J. Cornuz (CHUV) e dal dr. J.-P. Humair (HUG) e precisamente del loro manuale destinato ai medici «Désaccoutumance au tabac» elaborato alla fine degli anni Novanta su incarico dell'Ufficio federale della sanità pubblica nonché del loro modulo di corso concepito per assistenti medico.

Partendo da queste basi sono stati messi a punto due moduli di corso. Il primo, della durata di mezza giornata, consente al medico interessato di acquisire la competenza necessaria in tema di disassuefazione dal tabacco alla quale si aggiunge il regolare scambio di opinioni con esperti del campo. Il secondo, della durata di 60-90 minuti, fornisce agli iscritti informazioni sul tema.

Il programma di perfezionamento per medici contempla corsi standardizzati sia per la formazione di moltiplicatori nel settore medico che per la formazione continua ad ampio raggio del corpo medico (contenuti dei corsi: attuali conoscenze scientifiche nel campo della tabaccologia inclusa l'epidemiologia, descrizione di casi clinici, giochi di ruolo).

Oggi, la cerchia di moltiplicatori conta 55 medici appositamente formati per trasmettere ai propri colleghi le conoscenze in tema d'intervento nell'ambito di un sistema peer-to-peer. Un convegno indetto a cadenza annuale (edizioni precedenti: 13.9.2006, 31.8.2007) consente loro di aggiornare la loro competenza di esperti.

Nel biennio 2006/07 i corsi impartiti sono stati 73 e i partecipanti circa 2000. Dall'avvio del progetto «Liberi dal tabacco» nel 2001, il programma di perfezionamento è stato seguito da circa 6000 medici e specialisti del settore medico. Le associazioni di categoria dei medici di base riconoscono questo sistema di corsi e assegnano punti di credito a coloro che li frequentano.

Negli anni 2006-2007, la motivazione e l'istruzione dei medici nella consulenza per smettere di fumare sono state al centro di relazioni e seminari nell'ambito di 21 congressi.

La Rev Med Suisse 2006 (n. 2: pag. 1678 e ss.) ha pubblicato 6 importanti articoli sull'assistenza medica a chi vuole smettere di fumare. Gli autori erano per la maggior parte esperti del progetto «Liberi dal tabacco».

I contenuti dei corsi e le informazioni pubblicate sul sito web del progetto sono stati costantemente aggiornati.

La documentazione come pure gli esperti di «Liberi dal tabacco» sono a disposizione degli altri progetti medici condotti nel quadro del programma nazionale per smettere di fumare.