

---

## Riassunto del rapporto finale: STOP-TABAC.CH

Il sito Stop-tabac.ch ha lo scopo di motivare e di aiutare i fumatori a smettere.

Questo progetto ha permesso di raggiungere 100 000 visite al mese, di tradurre il sito in tedesco e in italiano, di migliorarne il contenuto, l'ergonomia e l'architettura, di aggiungere alcune testimonianze video e illustrazioni, di migliorare l'accompagnamento dei partecipanti e non da ultimo di potenziare il Coach interattivo. Nel corso di questo progetto sono stati pubblicati dodici articoli scientifici basati sui dati raccolti dal sito.

L'impatto di un programma varia in funzione della sua efficacia e del numero di persone coinvolte. Due test randomizzati, di cui uno pubblicato negli *Archives of Internal Medicine* (1), hanno dimostrato l'efficacia del programma interattivo disponibile sul sito (Coach). Questo programma moltiplica per 2,6 le possibilità di successo (in valori assoluti: 3,6% di interruzioni in più rispetto a un gruppo di controllo). Il sito Stop-tabac.ch occupa la prima posizione in Google.ch se si digitano le parole chiave «smettere di fumare». L'impatto del sito è dunque considerevole e il suo rapporto costi-benefici è assolutamente positivo.

Il progetto ha permesso inoltre di formare diversi collaboratori nei settori della tabaccologia e dell'impiego di Internet per la prevenzione. Tuttavia, l'insicurezza legata al tipo di finanziamento e all'interruzione del finanziamento hanno portato diversi collaboratori ad abbandonare il progetto. Questa scelta è molto costosa e si ripercuote negativamente sul progetto, causando uno spreco di risorse. Si dovrebbe cercare in ogni modo di assicurare la continuità di questi progetti e di evitare gli avvicendamenti.