

Studio preliminare e analisi dei fabbisogni per lo sviluppo di un programma integrato per smettere di fumare indirizzato ai fumatori di tabacco che fanno uso anche di canapa

Riassunto

Retroscena: alcune analisi epidemiologiche dimostrano l'esistenza di una correlazione importante ed estremamente complessa tra il consumo di tabacco e quello di canapa. In Svizzera il consumo di canapa è del 25% tra i fumatori regolari (che fumano ogni giorno) ed è dunque maggiore rispetto ai fumatori occasionali. Inoltre esistono dei risultati di ricerche riguardanti i programmi per smettere di fare uso di tabacco, risp. di canapa che dimostrano che in un'offerta per smettere di fumare, il consumo della sostanza in questione non sfocia in modo esplicito nell'astinenza bensì aumenta considerevolmente durante questo periodo, creando potenzialmente diversi problemi per le persone coinvolte nel trattamento. Per questa ragione sorprende il fatto che a livello nazionale e internazionale non si tenga sufficientemente conto di questo tipo di problemi nelle offerte per smettere di fumare tabacco rispettivamente canapa. Inoltre ci si chiede se non sarebbe più sensato avere addirittura un programma integrato per smettere di fumare indirizzato ad una determinata parte di popolazione di persone dipendenti da tabacco e che consumano occasionalmente anche canapa, e se questo non porterebbe maggiori risultati proprio a queste persone.

Problematica: obiettivo di questo studio preliminare era quello di elaborare il bisogno e le basi per un programma potenziale per smettere di fumare indirizzato alle persone tabacco-dipendenti, che fanno inoltre uso regolare di canapa. Sono stati così descritti da un lato il consumo di tabacco e di canapa e dall'altro il comportamento adottato da questi consumatori quando decidono di smettere di fumare. A questo proposito è stata fatta un'analisi del consumo di tabacco e canapa, un'analisi dei bisogni, delle preferenze e delle esperienze fatte con i programmi per smettere di fumare (tabacco e canapa) – da parte di persone che hanno frequentato un corso per smettere di fumare e da parte di quei consumatori che non hanno ancora usufruito di un'offerta del genere (sia per quanto riguarda il tabacco sia la canapa).

Metodologia: in questo studio preliminare le questioni fondamentali sono state analizzate in base ad una combinazione di procedure qualitative e quantitative. Sono state così effettuate delle interviste strutturate in maniera qualitativa all'interno di gruppi specifici formati da persone che avevano frequentato un corso per smettere di fumare (tabacco e canapa) e sono stati interpellati numerosi esperti attivi nella prevenzione dell'uso di tabacco e canapa provenienti da ambienti professionali diversi. Sulla base di questi risultati è stata inoltre svolta un'inchiesta online tra i consumatori di tabacco e canapa per poter quantificare la problematica ed identificare tutti i sotto-gruppi e i loro fabbisogni con l'obiettivo di avere un programma integrato per smettere di fumare.

Risultati: la maggioranza dei partecipanti all'inchiesta online aveva fumato giornalmente delle sigarette e negli ultimi sette giorni o tre mesi, canapa. Come i partecipanti dei gruppi specifici, anche i partecipanti al sondaggio online avevano già al loro attivo dei tentativi di smettere di fumare, ma non avevano peraltro intenzione di interrompere il loro consumo di tabacco e/o canapa nell'immediato futuro. I risultati ricavati dai gruppi specifici e dal sondaggio online hanno dimostrato che sia i motivi per cui si consumano queste sostanze sia i possibili motivi per smettere di farne uso sono differenti a seconda della sostanza in questione.

Complessivamente e contrariamente ai risultati dei gruppi specifici che erano composti da persone che si erano già più volte occupate della tematica, sembra che le conoscenze riguardanti una correlazione tra il consumo di tabacco e quello di canapa da parte delle persone intervistate online siano piuttosto vaghe, risp. molto scarse. Questo potrebbe essere una possibile spiegazione del perché la maggior parte degli intervistati abbia detto di non essere pronta a smettere di fumare contemporaneamente tabacco e canapa, risp. non lo sia stata in passato. La molteplice correlazione tra le due sostanze è peraltro risultata chiara nel presente studio anche perché è stato più volte

accennato che dopo aver smesso di fumare, è aumentato il consumo della sostanza reciproca. Inoltre la maggioranza degli intervistati online, come peraltro gli specialisti e i membri dei gruppi specifici, erano dell'opinione che esista un vero e proprio bisogno di avere un'offerta integrata per poter affrontare la tematica legata all'interruzione del fumo. Tutti hanno inoltre concordato che nell'elaborare un programma del genere, rispetto alle offerte esistenti per poter smettere di fumare, dovrebbe essere dato maggior peso a delle misure d'accompagnamento mediche, psichiatriche o psicoterapeutiche e vadano inoltre integrate delle opportunità di rilassamento alternative.

Suggerimenti: le offerte attuali per poter interrompere il consumo di tabacco e canapa dovrebbero indirizzarsi maggiormente ad entrambe le sostanze (cioè in caso di interruzione di tabacco, si dovrebbe includere maggiormente la canapa e viceversa). Inoltre anche in un'offerta integrata è fondamentale che vi sia un atteggiamento neutro, aperto e non moralistico. Proprio perché in presenza di un doppio lavoro per poter smettere di consumare due sostanze e grazie alla maggiore complessità del trattamento in contemporanea di due dipendenze, si dovrebbe poter contare su un'offerta integrata che contempli un sostegno complessivo (medico, psichiatrico e psicoterapeutico) all'indirizzo dei partecipanti. Inoltre si consiglia di approntare delle modifiche per quanto riguarda la pubblicazione e il setting terapeutico. Appare perciò ovvio concentrarsi per prima cosa sul gruppo di consumatori di oltre 25 anni, offrire in caso di bisogno oltre al setting di gruppo delle sedute individuali, come pure, soprattutto per quanto riguarda i consumatori più giovani, integrare maggiormente il loro contesto sociale nel trattamento, garantendo che le persone che tengono i corsi siano correttamente informati sulla complessità della situazione. Per quanto riguarda gli aggiornamenti contenutistici, questi riguardano soprattutto l'educazione psicologica affrontata all'inizio delle terapie, nel cui ambito vanno affrontate più in profondità le correlazioni tra il consumo di tabacco e quello di canapa.