



BACCO E TABACCO,  
UN RAMO ANCORA VERDE TRA I GIOVANI

di

*Pasquale Caponnetto, Marilena Maglia, Maria C. Quattropani*

L'adolescenza è una fase di transizione nella vita di ciascun individuo, poiché veicola il passaggio dall'età infantile alla prima età adulta attraverso intense trasformazioni fisiche e psicologiche. Il bisogno di autonomia e indipendenza rispetto alle figure genitoriali, la costruzione della propria identità personale, le prime esperienze sessuali e affettive, il confronto con i pari, rendono l'adolescente estremamente vulnerabile e alla ricerca continua di nuove esperienze, spesso rischiose, come l'abuso di sostanze, tra cui la nicotina e l'alcool.

Secondo il report ESPAD, tra il 1995 e il 2019 vi è stata una diminuzione del consumo di tabacco tra gli adolescenti di 15 e 16 anni, in relazione tanto all'uso almeno una volta nella vita (dal 68% al 42%), quanto all'uso recente (dal 33% al 20%). Tuttavia, l'Italia è il paese europeo in cui si registra la percentuale più alta di adolescenti che fumano sigarette (32%)<sup>1</sup>. Tali numeri potrebbero aumentare a dismisura come effetto secondario della pandemia causata dal virus Covid-19.

Nella letteratura scientifica esistono numerosi studi che attestano la correlazione tra eventi estremamente stressanti e l'adozione di strategie disadattive, stili di coping negativo e l'insorgenza di disturbi psicologici quali depressione, ansia e attacchi di panico. Questi esiti psicologici possono aumentare il rischio di consumare sostanze che creano dipendenza, quali alcool, tabacco, cannabis, come forma di distrazione (strategia disadattiva), o per alleviare momentaneamente l'ansia, lo stress, sentimenti e pensieri negativi provocati dalla pandemia. Sviluppare una dipendenza da sostanze durante l'adolescenza rappresenta uno dei maggiori rischi per la salute fisica e psichica dell'individuo, in quanto potrebbe compromettere il normale sviluppo cerebrale che si

---

<sup>1</sup> *European School Survey Project on Alcohol and Other Drugs (ESPAD) Report, 2019.*

conclude dopo i 20 anni circa. In questa fase delicatissima si è particolarmente vulnerabili e attratti dall'eccitazione di provare esperienze nuove, spinti da un'energia turbolenta ed esplosiva e dalla credenza di essere forti e invincibili, che porta a sottovalutare e percepire meno i rischi per la salute, come quelli causati dal tabacco e dall'alcool, nella convinzione che non succederà mai niente di grave, trascurando così gli effetti negativi per la salute che il fumo provocherà in età avanzata. Gli studi effettuati, infatti, dimostrano che l'87% dei fumatori adulti ha iniziato a fumare prima dei 18 anni e il 95% a 21. Anche l'isolamento sociale dovuto alla pandemia di COVID-19 e le limitazioni delle attività sociali degli adolescenti hanno contribuito ad esacerbare il consumo di tabacco. Uno studio nazionale condotto nel Regno Unito ha rilevato che su 4075 intervistati,  $\frac{1}{4}$  ha dichiarato di aver fumato più del solito, con la maggioranza di giovani fumatori. In particolare, l'uso di sostanze (alcool e tabacco) si è rivelata la strategia di coping più attuata tra gli adolescenti che esibivano sintomi depressivi, ansia, paura e timore per la loro sicurezza a causa del Covid-19<sup>2</sup>.

Il rischio di sviluppare il cancro ai polmoni sembra essere significativamente correlato alla durata della dipendenza da tabacco (numero di anni) piuttosto che alla quantità di sigarette fumate ogni giorno, inoltre iniziare in giovane età ne aumenta considerevolmente il rischio. A proposito dei rischi per la salute, è ormai noto da anni che il consumo di tabacco rappresenta la più grande minaccia per la salute pubblica in tutto il mondo, poiché uccide più di 7 milioni di persone all'anno. Numerose sono infatti le patologie, anche gravi, che insorgono a causa del fumo nel corso degli anni, provocando problemi: cardiovascolari (ischemie, ipertensione), respiratori (broncopneumopatia cronica ostruttiva, COPD), e vari tipi di tumore. Il fumo è responsabile del 48% dei decessi a causa del cancro: il tumore ai polmoni è quello più diffuso (80%), seguito da quello alla laringe (77%). I dati epidemiologici mostrano che, in Europa, la prevalenza del cancro ai polmoni varia da 26 a 242 per 100.000 persone. Nel 2015, di 1,3 milioni di decessi causati dal cancro, 273.400 (21%) sono stati causati dal cancro ai polmoni, compresi quello alla trachea e ai bronchi. Gli uomini sono stati colpiti il doppio delle donne: 184.600 uomini sono morti di cancro ai polmoni, rispetto a 88.800 donne. I danni alla salute provocati dal tabacco non

---

<sup>2</sup> N.D. Volkow, *Collision of the COVID-19 and Addiction Epidemics*, in «Annals of internal medicine», 173 (2020), pp. 61-62; T.M. Dumas, W. Ellis, D.M. Litt, *What does adolescent substance use look like during the COVID-19 pandemic? Examining changes in frequency, social contexts, and pandemic-related predictors*, in «Journal of Adolescent Health», 67 (2020), pp. 354-361; D. Tzu-Hsuan Chen, *The psychosocial impact of the COVID-19 pandemic on changes in smoking behavior: Evidence from a nationwide survey in the UK*, in «Tobacco prevention & cessation», 59 (2020), pp. 1-5; *National Survey on Drug Use and Health*, 2014.

sono dovuti solamente alla nicotina, ma alle migliaia di sostanze chimiche nocive contenute nelle sigarette<sup>3</sup>.

Tra le principali malattie respiratorie si annovera poi nello specifico la broncopneumopatia cronica ostruttiva (COPD, Chronic Obstructive Pulmonary Disease) che, dalle previsioni epidemiologiche condotte dall'Organizzazione Mondiale della Sanità, diventerà la terza causa di morte al mondo nel 2030 e di cui il fumo rappresenta il principale fattore di rischio. Oltre al fumo, anche l'alcool è tra i principali fattori di rischio per l'insorgenza di tumori: si stima che il consumo di alcool sia responsabile dal 3,5% al 4,4% delle morti per cancro ogni anno nel mondo, secondo il sondaggio EPIC (European Prospective Investigation into Cancer and Nutrition), il consumo di alcool sarebbe responsabile del 10% di tutti i tumori che colpiscono gli uomini e del 3% di quelli che colpiscono le donne. Nello specifico, lo studio ha rilevato la correlazione tra l'alcool e il cancro alla bocca, alla faringe, alla laringe, e alle cavità nasali (25-44%), al fegato (18-33%), al colon (4-18%) e al seno (5%). Le cause biologiche per cui l'alcool sia correlato al cancro potrebbero essere, tra le molteplici, un'elevata produzione del citocromo P450 2E1, modifiche alla metilazione del DNA, alterazione delle risposte del sistema immunitario agli agenti patogeni, eccessivo deposito epatico di ferro<sup>4</sup>.

Di fronte a questi numeri esorbitanti di decessi causati dal tabacco e dall'alcool, è necessario che i governi reagiscano in modo tale da ridurre i danni associati al consumo di tali sostanze, ed una strategia che potrebbe dimostrarsi efficace è la prevenzione a partire dalle scuole secondarie (medie e superiori), attraverso la promozione di interventi finalizzati ad evitare, o quantomeno ritardarne il consumo da parte degli adolescenti. Tuttavia, in ambito scientifico internazionale sono ancora pochi gli studi clinici longitudinali condotti con adolescenti, che hanno verificato gli effetti della prevenzione e degli interventi per smettere di fumare, sugli esiti della salute o sulla dipendenza da tabacco sviluppata da adulti. Inoltre, non sono stati trovati risultati soddisfacenti con la programmazione di interventi comportamentali con adolescenti dai 14-18 anni per

---

<sup>3</sup> C.A. Jiménez-Ruiz, S. Solano Reina, M. Barrueco Ferrero, J.I. De Granada Orive, J.J. Lorza Blasco, S. Alonso Viteri, S. Flórez Martín, V. Sobradillo Peña, Grupo de Trabajo del Area de Tabaquismo de la SEPAR, *Recomendaciones para la organización y funcionamiento de las unidades especializadas en tabaquismo* (Guidelines for organizing and operating specialized anti-smoking units), in «Archivos de bronconeumologia» 37/9 (2001), pp. 382-387; Eurostat, *Tobacco and Health: over 273.000 EU lung cancer deaths in 2015*, 2015; T.A. Perfetti, A. Rodgman, *The chemical components of tobacco and tobacco smoke*, New York, NY CRC press, 2013.

<sup>4</sup> M. Taniai, *Alcohol and hepatocarcinogenesis*, in «Clinical and Molecular Hepatology», 26 (2020), pp. 736-741.

aiutarli a smettere di fumare, anzi a distanza di 6-12 mesi le percentuali di adolescenti fumatori erano simili al gruppo di controllo che non aveva usufruito di tali interventi<sup>5</sup>.

Diversi studi hanno integrato la prevenzione, gli interventi comportamentali e quelli farmacologici per smettere di fumare su adolescenti ed è stata rilevata, in particolare, bassa aderenza ai trattamenti farmacologici. I risultati hanno dimostrato che gli interventi comportamentali sono utili a ritardare l'iniziazione al fumo e a ridurlo del 18%, ma non sono efficaci per smettere di fumare. I risultati inoltre suggeriscono che i trattamenti meno intensivi potrebbero essere potenzialmente più efficaci per ritardare l'inizio della pratica del fumare. Tuttavia, i risultati negativi circa l'efficacia degli interventi per smettere di fumare potrebbe essere dovuto alla minoranza nei campioni di soggetti che fumano<sup>6</sup>.

Il consumo e l'abuso di alcool rappresenta un fenomeno in crescita allarmante in tutti i paesi del mondo, Italia compresa, e, ciò che desta maggiore preoccupazione, è che si abbassa sempre di più l'età in cui si comincia a bere. I dati dell'Istat evidenziano che nel 2019 il 66,8% della popolazione di 11 anni e più ha consumato almeno una bevanda alcolica nell'anno, percentuale stabile rispetto al 2018. Il consumo e l'abuso di alcol hanno un enorme impatto sociale, sanitario ed economico nel paese, considerando le gravi conseguenze che ne derivano (rischi per la salute e la sicurezza, incidenti stradali, violenza, ecc...). Inoltre, è dimostrato che il consumo di alcol nei giovani causa un rischio quattro volte superiore di sviluppare alcol dipendenza in età adulta<sup>7</sup>.

È facilmente intuibile quanto sia indispensabile il ruolo della prevenzione, da effettuare già nelle scuole secondarie di primo grado, fino alla conclusione delle superiori, dato che ne è stata comprovata l'efficacia nel ritardare l'inizio del consumo di alcol, e nel ridurre la frequenza e la quantità di consumo attraverso interventi universali, destinati a tutti gli studenti<sup>8</sup>. Differenti studi hanno evidenziato l'efficacia nel ridurre il consumo dannoso di alcol di interventi se-

---

<sup>5</sup> S.M. Colby, J. Nargiso, T.O.L. Tevyaw, N.P. Barnett, J. Metrik, W. Lewander, P.M. Monti, *Enhanced motivational interviewing versus brief advice for adolescent smoking cessation: results from a randomized clinical trial*, in «Addictive Behaviors», 37 (2012), pp. 817-823.

<sup>6</sup> C.S. Scherphof, R.J. van den Eijnden, R.C. Engels, W.A. Vollebergh, *Long-term efficacy of nicotine replacement therapy for smoking cessation in adolescents: a randomized controlled trial*, in «Drug and alcohol dependence», 140 (2014), pp. 217-220.

<sup>7</sup> Istat, *il consumo di alcol in Italia*, 2019; S. Bonino, E. Cattelino, *La prevenzione in adolescenza, percorsi psicoeducativi di intervento sul rischio e la salute*, Trento, Erickson, 2008.

<sup>8</sup> L. Mewton, R. Visontay, C. Chapman, N. Newton, T. Slade, F. Kay-Lambkin, M. Teesson, *Universal prevention of alcohol and drug use: An overview of reviews in an Australian context*. Drug and alcohol review, 37 Suppl. 1 (2018), pp. 435-469.

lettivi, cioè mirati a soggetti ad alto rischio di sviluppare una vera e propria dipendenza. Sono stati confrontati gli effetti derivanti da programmi universali e interventi selettivi per la prevenzione del consumo di alcol nel campione sperimentale e di controllo nello studio Climate and Preventure (CAP). I risultati ottenuti hanno dimostrato che gli interventi di prevenzione sono stati più utili delle informazioni quotidiane nel rallentare di due anni la crescita del consumo di alcol, e inaspettatamente gli interventi selettivi erogati a una proporzione minore del campione hanno avuto effetti universali su tutto il campione. Inoltre, è stato diminuito il consumo di alcol nel corso di 36 mesi. L'efficacia a lungo termine della prevenzione universale, selettiva e combinata si è dimostrata efficace nel ridurre l'assunzione di alcol, binge drinking e relativi danni alcol-correlati tra gli adolescenti (per un periodo di 3 anni con riduzione del 40% delle probabilità di bere in modo incontrollato, con un rischio ridotto del 45%)<sup>9</sup>. A tal proposito strumento che appare di maggior rilievo è l'ASSIST, esso è in particolare un programma scolastico per la prevenzione del fumo e dell'alcol guidato da pari. A tutti gli studenti di età compresa tra i 16 e i 18 anni viene chiesto nello specifico di nominare gli studenti che ritengono più influenti nel loro gruppo – i quali in base al numero di candidature saranno invitati a diventare peer-educator. Le prove esistenti hanno identificato un legame tra l'influenza dei pari e il consumo del fumo negli adolescenti<sup>10</sup>. Gli approcci guidati da pari, come ASSIST o la sua versione ridotta ASSIST-Lite, di fatto hanno molto da offrire nella consegna di messaggi di promozione della salute. I peer-educator possono, a differenza di altri, comunicare in un modo meno formale e

---

<sup>9</sup> H. Edalati, P.J. Conrod, *A Review of Personality-Targeted Interventions for Prevention of Substance Misuse and Related Harm in Community Samples of Adolescents*, in «Frontiers in psychiatry», 9 (2019), pp. 770-779; N.C. Newton, M. Teesson, E.L. Barrett, T. Slade, P.J. Conrod, *The CAP study, evaluation of integrated universal and selective prevention strategies for youth alcohol misuse: study protocol of a cluster randomized controlled trial*, in BMC psychiatry, 12 (2012), pp. 118-128; P.J. Conrod, M. O'Leary-Barrett, N. Newton, L. Topper, N. Castellanos-Ryan, C. Mackie, A. Girard, *Effectiveness of a selective, personality-targeted prevention program for adolescent alcohol use and misuse: a cluster randomized controlled trial*, in «JAMA psychiatry», 70 (2013), pp. 334-342; N.C. Newton, P.J. Conrod, T. Slade, N. Carragher, K.E. Champion, E.L. Barrett, M. Teesson, *The long-term effectiveness of a selective, personality-targeted prevention program in reducing alcohol use and related harms: a cluster randomized controlled trial*, in «Journal of child psychology and psychiatry», 57 (2012), pp. 1056-1065; T. Slade, N.C. Newton, M. Mather, E.L. Barrett, K.E. Champion, L. Stapinski, P.J. Conrod, M. Teesson, *The long-term effectiveness of universal, selective and combined prevention for alcohol use during adolescence: 36-month outcomes from a cluster randomized controlled trial*, in «Addiction», 116 (2020), pp. 514-524.

<sup>10</sup> L. Mercken, C. Steglich, P. Sinclair, J. Holliday, L. Moore, *A longitudinal social network analysis of peer influence, peer selection, and smoking behavior among adolescents in British schools*, in «Health Psychology», 31 (2012), pp. 450-459.

diretto con i propri coetanei, che sembrano in questo modo recepire maggiormente il messaggio.

Il programma comporta implicazioni positive anche per i peer-educator stessi che possono, ad esempio, incrementare la propria fiducia ed autostima<sup>11</sup>.

Oggi, infine, il modello ASSIST può essere anche un esempio di intervento che si serve delle nuove tecnologie, quali ad esempio i social network, nella promozione della salute. È quindi un esempio applicato di un intervento di rete, fondato sulla teoria della diffusione, che è stato anche rigorosamente valutato<sup>12</sup>.

In conclusione, possiamo affermare che ritardare il più tardi possibile il consumo di alcol (e di fumo) durante l'adolescenza può dunque avere sostanziali benefici per la salute a lungo termine. Per tale ragione, ai giovani sono richiesti responsabilità e senso di appartenenza alla comunità. Allo stesso tempo, il mondo degli adulti e le istituzioni sono chiamati a conoscere e comprendere le specificità che contraddistinguono la fase adolescenziale e a facilitarne l'espressione più positiva. Sostenere le famiglie, fare affidamento sulle reti sociali di pari, dimostrare adeguatezza e affidabilità sono compiti che le istituzioni e le autorità pubbliche devono svolgere nel miglior modo possibile, affinché gli adolescenti non siano percepiti solo come la "fonte" del problema, ma si configurino come una utile risorsa comunitaria, attivando un processo che, partendo da una situazione di crisi, si trasformi in sviluppo sistemico e progresso sociale.

#### ABSTRACT

Sviluppare una dipendenza da sostanze durante l'adolescenza rappresenta uno dei maggiori rischi per la salute fisica e psichica dell'individuo. Esistono numerosi studi che attestano la correlazione tra eventi estremamente stressanti e l'adozione di strategie disadattive, stili di coping negativi e l'insorgenza di disturbi psicologici. È necessario che le istituzioni promuovano delle strategie efficaci per ridurre i danni associati al consumo di sostanze, agendo, per esempio, attraverso la prevenzione direttamente dalle scuole secondarie. Lo strumento più adeguato dalla nostra ricerca è ASSIST, un pro-

<sup>11</sup> S.T. Ennett, K.E. Bauman, *Peer group structure and adolescent cigarette smoking: a social network analysis*, in «Journal of health and social behavior», 34 (1993), pp. 226-236.

<sup>12</sup> R. Campbell, F. Starkey, J. Holliday, S. Audrey, M. Bloor, N. Parry-Langdon, R. Hughes, L. Moore, *An informal school-based peer-led intervention for smoking prevention in adolescence (ASSIST): a cluster randomised trial*, in «Lancet», 371 (2008), pp. 1595-1602; W. Hollingworth, D. Cohen, J. Hawkins, R.A. Hughes, L.A. Moore, J.C. Holliday, S. Audrey, F. Starkey, R. Campbell, *Reducing smoking in adolescents: cost-effectiveness results from the cluster randomized ASSIST (A Stop Smoking In Schools Trial)*, in «Nicotine & tobacco research», 14 (2012), pp. 161-168.

gramma scolastico guidato da coetanei per prevenire il fumo e l'alcolismo. Le prove disponibili suggeriscono che esiste un legame tra l'influenza dei pari e il fumo e l'alcol. Ritardare il più possibile il consumo di sostanze durante l'adolescenza può avere sostanziali benefici per la salute a lungo termine.

Developing a substance dependence during adolescence is one of the greatest risks for the physical and psychological health of the individual. There are numerous studies that attest to the correlation between extremely stressful events and the adoption of maladaptive strategies, negative coping styles and the onset of psychological disorders. It is necessary for institutions to promote effective strategies to reduce the harm associated with the consumption of substances, acting, for example, through prevention directly from secondary schools. The most appropriate tool from our research is ASSIST, a school program led by peers to prevent smoking and alcoholism. Available evidence suggests that there is a link between peer influence and smoking and alcohol. Delaying the consumption of substances during adolescence can have substantial long-term health benefits.