...ro, diretto- ...Osservatorio ...mmo droga ...ituto supe- ...i Sanità —. ...enzialità dei ...i non è stata ...a a sufficien- ...mancanza di ...azioni, di sti- ...la parte del ...o curante e ...le medicine ...o». Nei pros- ...imi, per effet- ...la legge Sir- ...ntitabacco e ...arie restrizio- ...oste in Italia, ...spetta che il ...o dei pentiti. ...oti. Chi vorrà ...di chiudere ...sato ha diver- ...rte da imboc- ...armaci, tera- ...sicologiche, ...imini integra- ...comprendo- ...mbedue), ...e, metodi al- ...ivi. Niente di ...liante, niente ...oli. Tutt'al-

...ITIVI — I farmaci «di pri- ...ata», che secondo le li- ...ida dell'Iss uno speciali- ...vrebbe prescrivere a chi ...più di 10 sigarette al ..., sono i sostitutivi della ...na e il bupropione. I pri- ...ducono i sintomi dell'asti- ...compensando la quanti- ...icotina normalmente as- ...a con decine, centinaia ...cate. Compresse da far ...ere sotto la lingua, gom- ...ray nasali. Il trattamen- ...a 3 mesi, costo medio da ...euro a settimana. Le cir- verifiche hanno portato ...unica conclusione. Di si- ...più utile del placebo o ...soluta mancanza di in- ...ti. Meglio di niente. Il bu- ...one è un antidepressivo

7%

LE RAGAZZE di 15-17 anni che fumano. Nel 1990 erano il 4,5%. Il numero delle donne fumatrici, di tutte le età, è in crescita

80

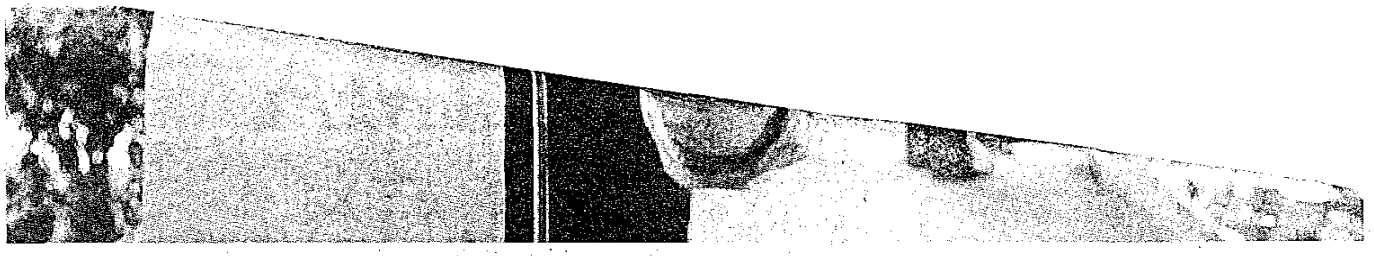
FUMATORI su 100, in Ue, cominciano fra i 12 e i 18 anni. Un 15enne su 5 accende almeno una sigaretta al giorno

...Asl, aziende ospedaliere e Le- ...ga italiana per la lotta ai tumori — la maggioranza pro- ...pongono formule in- ...tegrate: medicine più sedute.

ALTERNATIVE — Chi insegue la guarigione viene attratto da qualsiasi abbaglio e non disdegna soluzioni alternative. A cominciare dall'agopuntura. Ti infilzano sottilissimi stiletti su lobi, zigomi, torace. Un supplizio inutile, a giudicare dai pochi studi disponibili in letteratura. Passate di moda, invece, le cosiddette terapie avversive, in voga negli Anni 70. Il malcapitato doveva infliggersi un'overdose di fumo, aspirando catrame e nicotina a più non posso. Da questa maratona usciva nauseato e più determinato a dire basta. Teoria mai suffragata.

FAI DA TE — L'Istituto superiore di sanità ha appena pubblicato il manuale «Smetterè di fumare, una questione che mi sta a cuore», dove si insegna ad affrontare il cambiamento proponendo ai candidati, tra l'altro, la compilazione di alcune schede per autoconvincersi. C'è anche un richiamo all'aspetto economico. Bisogna calcolare il numero dei pacchetti saccheggiati ogni giorno e di quanto costano care le sigarette ogni settimana, mese, anno. «A questo punto — è il suggerimento — lei può fare un elenco di cose che potrebbe comprare con i soldi risparmiati». Per saperne di più il numero verde dell'Iss: 800-554088.

Margherita De Bac



SEPARATI Un barista appende il cartello che delimita l'area riservata ai fumatori. La nuova legge prevede infatti di tenere separati chi fuma da chi non ha il vizio

L'INTERVISTA

Bassolino: non avevo freni, è stata la mia sfida più grande

«Ho visto mio padre morire di cancro ai polmoni Ma continuavo: anche 80 sigarette al giorno. L'ultima la accesi prima di essere operato alle corde vocali»

NAPOLI — **Quando l'ultima?**

«Il 21 luglio 2003, alle 21.25».

Dove?

«In clinica, nella mia stanza».

Complimenti.

«Fumavo dappertutto, proprio dappertutto. Forse qualche volta ho, diciamo così, approfittato del fatto che difficilmente qualcuno me l'avrebbe fatto notare».

E adesso invece cosa pensa dei divieti?

«Li comprendo, ora sì. E faccio autocritica».

Antonio Bassolino ha vissuto in questi giorni due scadenze importanti: dieci anni da amministratore pubblico, prima come sindaco di Napoli e poi come governatore della Campania, e cinque mesi da ex fumatore. «In qualche modo queste due vicende sono legate. Nel senso che il cambiamento della mia vita senza sigarette è per molti versi paragonabile a quello che vissi quando entrai per la prima volta a Palazzo San Giacomo (sede del Comune di Napoli, *ndr*)».

Due sfide. Quale la più difficile?

«Quella politica fu durissima, ma forse questa del fumo è anche peggio. Però ora è come se ripetessi cose imparate allora. Come il valore del fare e non solo del parlare, il valore delle cose concrete, costruite, come dico sempre io, giorno giorno, passo dopo passo».

Stavolta l'espressione è adattissima: ex fumatori lo si diventa un po' in più ogni giorno, vero?

«Verissimo. E' un percorso, una sfida che si rinnova continuamente. Io mi sono incamminato su questo percorso, e spero di non abbandonarlo più».

Antonio Bassolino

Per iniziare a smettere c'è voluto più coraggio o più paura?

«Più coraggio, direi. Anzi, più determinazione. La paura da sola non basta. Io, come ogni fumatore, conoscevo i rischi che correvo, eppure andavo avanti. Avevo visto mio padre morire per cancro ai polmoni, eppure continuavo. Senza nessuna limitazione, senza freni. Fumavo almeno ottanta sigarette al giorno, ma se avevo una riunione notturna potevo arrivare anche a cento. Non fumavo soltanto quando dormivo».

Poi però di paura ne ha avuta.

«Sicuramente, e tanta. Quando fui operato alle corde vocali e il chirurgo mi disse che probabilmente eravamo intervenuti in tempo ma dovevamo comunque aspettare l'esito dell'esame istologico, passai momenti terribili. Per me perdere la voce sarebbe stato come per un pianista perdere le mani: non avrei potuto più fare politica».

Solo questo temeva?

«No, avevo le paure che ha chiunque in una situazione come quella. E promisi ai miei figli che avrei smesso».

Eppure continuò a fumare fino a poco prima di entrare in sala operatoria. L'ultima Winston l'ha consumata in clinica.

«Dovevano operarmi alle 9 e mezzo del mattino, e mi dissero che per le dodici ore precedenti non avrei dovuto fumare: accesi la sigaretta esattamente quando mancavano dodici ore e cinque minuti all'intervento. Ecco perché ricordo così bene il giorno e anche l'orario».

Ora come va con le crisi di astinenza?

«Ci sono eccome. A volte non mi fanno dormire anche per tre o quattro notti di seguito. Però resisto».

E' vero che tiene ancora un pacchetto di sigarette nella borsa e uno nella scrivania di casa?

«Sì, ma sono chiusi. E sa perché li conservo? Perché mi piace la sfida, mi aiuta a essere più forte. E' come se in ogni momento mi confrontassi con il nemico».

E della legge Sirchia che pensa?

«E' una buona legge. Perché è giusto impedire che si faccia del male agli altri. Uno ha il diritto di farne a se stesso, e comunque bisognerebbe aiutarlo a capire che non ha senso, ma agli altri proprio no».

Darebbe una mano al ministro?

«Sono pronto a mettere la mia esperienza al servizio di tutti. Del resto io come ex fumatore sono anche una specie di messaggio pubblico: se ce la faccio io, può farcela chiunque».

Fulvio Bufi

UN ANNO PER TORNARE ALLE O