

INTERVENTO FORMATIVO

“UNSMOKERS”

Spinosa Marta

n. matricola 961517

❖ INTRODUZIONE

Secondo alcuni studi condotti dall'OMS, il fumo risulta ad oggi essere la più grande minaccia per la salute ed è il primo fattore di rischio di malattie croniche non trasmissibili a livello mondiale.

Riportando alcuni dati, l'80% dei fumatori vive in paesi di basso-medio reddito e il 70% dei consumatori fuma prima dei 18 anni.

Per quanto riguarda proprio i giovani fumatori:

solo il 3% fuma una sola sigaretta a settimana

il 13% dei ragazzi tra i 18 e i 24 anni fuma circa 10 sigarette al giorno.

Il 16% dei ragazzi tra gli 11 e i 15 anni dichiara di aver fumato almeno una volta.

Uno degli aspetti positivi che è possibile riscontrare dal 2014 ad oggi è la diminuzione di ragazzi che dicono di aver fumato la loro prima sigaretta.

Il fenomeno resta comunque allarmante, infatti i danni che il fumo provoca sull'organismo sono incredibili; con 15 sigarette al giorno la capacità respiratoria diminuisce di oltre il 5% senza contare i deficit a cui l'organismo è continuamente soggetto a causa della presenza del fumo in esso.

Secondo l'indagine GYTS (Global Youth Tobacco Survey) sono cinque i fattori determinanti per l'iniziazione al fumo:

- Accessibilità e disponibilità di prezzo.
- Esposizione al fumo passivo.
- Cessazione.
- Media e pubblicità.
- Curriculum scolastico.

Inoltre tra le motivazioni che avvicinano i giovani al fumo riscontriamo:

- Fattori di tipo ambientale; come l'accettazione del fumo nel contesto sociale d'appartenenza, il disagio familiare ecc...
- Fattori socio-demografici; come un basso reddito.
- Fattori comportamentali -individuali; come una bassa autostima, uno scarso livello di scolarità, l'incapacità di resistere all'influenza sociale, ecc...

Inoltre in questa fascia d'età i giovani e i giovanissimi hanno bisogno di affrontare il discorso anche fuori dall'ambito familiare, hanno bisogno di vivere un'esperienza di prevenzione ben strutturata e il contesto migliore per questo gruppo altro non è che la scuola e i compagni.

❖ INFORMAZIONI SUL PROGETTO DI INTERVENTO

L'attività qui progettata va inserita all'interno delle scuole superiori, soprattutto nei primi anni.

il progetto è strutturato come un'attività extracurriculare, quindi svolta da classi di istituti superiori nel pomeriggio, dopo l'orario delle lezioni; questo perché necessita della giusta importanza e quindi non deve essere vissuta dallo studente come un'opportunità di saltare lezioni, verifiche o altri impegni scolastici, ma deve avere tutta l'attenzione del caso.

Questo progetto può essere inserito dalle scuole nel monte ore dell'alternanza scuola – lavoro. Questo perché il progetto consiste in un corso diviso in una parte pratica e una parte più teorica che comprende l'acquisizione di nozioni medico-scientifiche, per quanto riguarda gli effetti del fumo sull'organismo, e nozioni di cittadinanza e di tipo legislativo, guardando a quelle leggi che hanno cambiato negli anni la possibilità e le modalità di fumare.

❖ DESTINATARI E FINALITÀ DELL'INTERVENTO

In primis i destinatari del progetto sono gli studenti, ma indirettamente il corso è indirizzato anche alla famiglie e ai gruppi sociali attorno ai ragazzi. L'intervento mira a portare il maggior numero di ragazzi sulla scia dell'abbandono del fumo e punta alla sensibilizzazione anche nei confronti dei destinatari indiretti.

Questa premura sempre più evidente si verifica proprio inseguito ai risultati delle indagini compiute negli ultimi anni dagli istituti di sanità e dal modo in cui gli enti comunali e nazionali spingano gli istituti scolastici ad aumentare la prevenzione.

❖ OBIETTIVI DELL'INTERVENTO

Questo corso punta a raggiungere diversi obiettivi:

- Gli studenti devono conoscere cosa sia realmente il fumo. Devono sapere cosa è contenuto all'interno del processo di creazione di una sigaretta e devono essere seriamente coscienti dei danni, delle percentuali catastrofiche che il fumo si porta dietro con tutti i suoi danni e hanno bisogno di vederlo con i loro occhi e non solo di sentirselo dire da un insegnante o un genitore.
- Quindi questo progetto mira ad un cambiamento innanzi tutto dei ragazzi e secondariamente dei loro gruppi di appartenenza.

❖ STRATEGIE FORMATIVE

Questo progetto non nasce per essere il primo di una lunga serie, ma anzi si appoggia a molte altre iniziative sperimentate come il progetto "sfumiamo i dubbi" della regione Veneto. In questo progetto infatti vengono prese proprio delle classi e si cerca di sensibilizzarle attraverso lezione e laboratori a gruppi.

Un altro è il "progetto regionale tabagismo; regione Emilia Romagna" qui i destinatari a esempio sono un gruppo più adulto e infatti è finalizzato ad un recupero.

Inoltre nel 2022 è stata lanciata, dall'Istituto Superiore di Sanità, una nuova piattaforma chiamata "smetto di fumare", proprio per coloro che hanno bisogno di un supporto nell'affrontare questo problema.

❖ RISORSE UMANE E MATERIALI

Il corso è principalmente tenuto da altri liceali, studenti degli ultimi anni, o da studenti universitari, volontariamente. Questo proprio per sensibilizzare i fruitori del corso e renderli più partecipi senza sentirsi in imbarazzo, ma liberi di esprimersi, senza avere l'imponente presenza di "un adulto", il quale può richiamare più la presenza di un genitore o un insegnante. Per quanto riguarda il materiale, occorre relativamente poco, poiché il corso si svolge all'interno della scuola o al massimo nei dintorni e non necessita di un materiale didattico particolare.

❖ FASI DELL'INTERVENTO

Il corso ha una durata di 10 ore complessive. Prevede l'incontro settimanale dei volontari con gli studenti per 2 ore a settimana. Gli incontri sono 5 in un orario compreso tra le 15:00 e le 17:00, che ovviamente può variare in base al corso di studi e agli impegni della classe.

Gli incontri si sviluppano così:

1. INCONTRO. È un incontro di presentazione e introduzione al corso. Qui il volontario, o i volontari, che dirigono il corso cercano di instaurare un rapporto di familiarità e confidenza con gli studenti. In questo primo incontro non è presente una parte

nozionistica, ma viene somministrato un questionario anonimo sulle abitudini al fumo e su quali argomenti ogni ragazzo vorrebbe discutere maggiormente o avere chiarimenti.

**QUESTIONARIO sull'ABITUDINE al FUMO
tra gli studenti delle superiori**

sexo | M | F eta | _____

D 1. Secondo te, per quale motivo i giovani si accostano al fumo? (si può barrare più di una casella):
 1. Per amici
 2. Per il desiderio di apparire più grandi
 3. Per essere accettati all'interno del gruppo
 4. Per scaricare la tensione nervosa
 5. Per provare una cosa nuova
 6. Altro, specificare: _____

D 2. E questo ritenere il fumo di tabacco una droga? (barrare una sola casella):
 1. Sì, perché dà dipendenza
 2. Sì, perché a volte può dare dipendenza
 3. Sì, è una droga anche se dà dipendenza solo psichica e non fisica
 4. No, perché non causa danni così gravi come le droghe
 5. No, perché: _____

D 3. Quali sono le patologie che ritieni possano essere legate al consumo di tabacco? (si può barrare più di una casella):
 1. Malattie dell'apparato respiratorio
 2. Malattie dell'apparato circolatorio
 3. Malattie dell'apparato riproduttivo
 4. Malattie del sistema nervoso centrale

D 4. Sai cosa è il fumo passivo? (barrare una sola casella):
 1. Sì il fumo non aspirato
 2. È il fumo liberato nell'ambiente che ha una concentrazione di alcune sostanze dannose/maggiori del fumo attivo
 3. È il fumo liberato nell'ambiente che contiene tutte le sostanze dannose presenti nel fumo attivo, ma in concentrazione minore

D 5. Su quali dei seguenti argomenti saresti interessato a ricevere maggiori informazioni? (si può barrare più di una casella):
 1. Sui danni in corso del fumo sulla salute
 2. Su tutte le sostanze contenute in esso contenute
 3. Sulle statistiche del fumo in Italia
 4. Sui possibili supporti che esistono per smettere di fumare
 5. Nessuna informazione
 6. Altro, specificare: _____

D 6. Quanto tra quelli che ti circondano (familiari, amici, compagni) fumano? (barrare una sola casella):
 1. Nessuno
 2. Da uno a due componenti
 3. Da tre a quattro componenti
 4. Più di quattro componenti

D 7. Hai mai fumato (per un periodo di tempo continuato)?
 1. Sì
 2. No
 Se NO il questionario termina qui. _____
 Se SÌ:

D 8. Quanti anni avevi quando hai iniziato a fumare?
 96. _____

D 9. Attualmente fumi (negli ultimi sei mesi)?
 1. Sì
 2. No
 Se NO vai alla domanda D14. _____
 Se SÌ:

D 10. Quante sigarette fumi abitualmente al giorno? (indicare il numero di sigarette)
 96. _____

D 11. Hai mai pensato di smettere di fumare?
 1. Sì
 2. No
 Se NO il questionario termina qui. _____
 Se SÌ:

D 12. Hai mai provato a smettere di fumare?
 1. Sì
 2. No
 Se NO il questionario termina qui. _____
 Se SÌ:

D 13. Sei riuscito a smettere? (barrare una sola casella):
 1. Sì, ma poi ho ripreso
 2. Sì, ma non ho ancora ripreso
 3. No

D 14. Con quali mezzi hai provato a smettere (o hai smesso)? (si può barrare più di una casella):
 1. Psicologo
 2. Carotici
 3. Assistenza volontaria
 4. Supporto specialistico
 5. Per soppressione
 6. Altro, specificare: _____

Grazie per la collaborazione!

Vedi questionario pre intervento a pagina 5

Alla fine i questionari vengono ritirati e studiati per stimare quanti nella classe fumano, hanno provato o vorrebbero farlo. Infine si scelgono, due degli argomenti, tra quelli chiesti nel questionario, sui quali tutta la classe vorrà discutere negli incontri successivi.

2. **INCONTRO.** Questa parte è di carattere teorico. Infatti in questo incontro come ospite è presente una figura esperta, che può essere un medico, un insegnante, un incaricato del comune ecc... . Questa è una lezione classica, infatti i volontari con l'esperto analizzano tutti i rischi del fumo da un punto di vista biologico, ambientale e legislativo. Illustrano ai ragazzi l'illegalità del fumo per i minorenni e cosa comporta a chi vende loro delle sigarette o del tabacco; spiegano gli effetti collaterali del fumo sull'organismo, il fumo passivo, il fumo in gravidanza ecc...; si discute l'impatto ambientale del fumo e si affronta anche l'argomento delle nuove sostanze che possono essere fumate, come le sigarette elettroniche, e tutti i danni che anche queste comportano.
3. **INCONTRO.** Qui si ritorna al regolare incontro tra volontario e studenti. Si discute della lezione affrontata la settimana precedente e se questa ha lasciato qualcosa nelle menti dei ragazzi, qualcosa su cui lavorare. In questa giornata si ricrea una sorta di assemblea dove i due gruppi che si interfacciano sono i "pro-fumatori" e i "versus-fumatori". Inoltre in questo incontro si affida un compito agli studenti, quello di chiedere a familiari e amici esperienze personali sull'argomento (perché fumano? quando hanno iniziato? Oppure perché non sono mai stati attratti dal fumo? Cosa non piace loro? Ecc...)
4. **INCONTRO.** Questo si contraddistingue dai precedenti poiché ha un assetto molto più pratico. Infatti gli studenti vengono accompagnati dai volontari all'aperto. Lo scopo di questa uscita è quello di interfacciarsi con persone e luoghi differenti da quello scolastico. L'uscita è caratterizzata da due fasi che si svolgono contemporaneamente. Gli studenti vengono divisi in gruppi (es. per una classe di 20 studenti, si formano 4 gruppi da 5 ciascuno). Alcuni gruppi devono occuparsi della raccolta di cicche e mozziconi di sigaretta (ovviamente equipaggiati con le adeguate attrezzature). La raccolta può avvenire all'ingresso di scuole, parchi, asili, supermercati e altri luoghi dove la presenza di questi scarti non dovrebbe esserci. Contemporaneamente l'altra parte degli studenti intervisterà negli stessi luoghi varie persone sulle abitudini al fumo, se ne hanno, o sul perché le rifiutino. Dopo un'ora i gruppi si scambieranno i ruoli per permettere a tutti di provare entrambe le esperienze. Come compito viene assegnata la riflessione sulla giornata, la quale va messa per iscritto e presentata la settimana successiva.

5. **INCONTRO.** In queste ore finali si tirano le fila di ciò che è stato precedentemente affrontato. Si discute sull'esperienza vissuta la settimana precedente, quindi sulle interviste fatte e sui mozziconi raccolti. Si studia il gravoso impatto ambientale del fumo (e che quindi non è un'attività che nuoce solo a chi la svolge, ma anche a tutti gli altri) e cosa le persone pensino al riguardo. Si discutono i pensieri scritti dopo l'incontro della settimana precedente per valutare eventuali cambiamenti di opinione e si compila un questionario finale che mira a cercare differenze nel modo di pensare degli studenti tra l'inizio e la fine del percorso formativo. I questionari si analizzano dunque in classe per riscontrare un miglioramento generale.

The image shows four pages of a questionnaire form. The first page contains personal information fields (Name, Class) and a section for 'Conoscenza di tabacco' with multiple-choice options. The second page is titled '4. Quali pensieri sul fumo si sono formati durante l'esperienza?' and includes sub-sections for 'Pensieri positivi', 'Pensieri negativi', and 'Pensieri misti'. The third page is titled '5. Quali sono le motivazioni per non fumare?' and includes sub-sections for 'Motivazioni positive', 'Motivazioni negative', and 'Motivazioni miste'. The fourth page contains a section for '6. Quali sono le motivazioni per fumare?' and includes sub-sections for 'Motivazioni positive', 'Motivazioni negative', and 'Motivazioni miste'. Each section includes a list of statements with checkboxes for 'Sì', 'No', and 'Non so'.

Vedi questionario post intervento a pagina 6

Questo intervento offre anche una possibilità di continuare e non una semplice conclusione. Infatti, per che volesse, c'è la possibilità di andare avanti nel percorso non più come studenti, ma come volontari in altre classi di altre scuole, oratori, ecc... Questo permette di raccontare la propria esperienza e di contribuire alla diminuzione della diffusione del fumo tra i coetanei.

Questionario pre intervento

QUESTIONARIO sull'ABITUDINE al FUMO
tra gli studenti delle superiori

sexso M F età

D 1. Secondo te, per quale motivo i giovani si accostano al fumo?
(si può barrare più di una casella)

- 1 Per curiosità
- 2 Per il desiderio di apparire più grandi
- 3 Per essere accettati all' interno del gruppo
- 4 Per scaricare la tensione nervosa
- 5 Per provare una cosa nuova
- 6 Altro. Specificare: _____

D 2. E' giusto ritenere il fumo di tabacco una droga? (barrare una sola casella)

- 1 Sì, perché dà dipendenza
- 2 Sì, perché a volte può dare dipendenza
- 3 Sì, è una droga anche se dà dipendenza solo psichica e non fisica
- 4 No, perché non causa danni così gravi come la droga
- 5 No, perché: _____

D 3. Quali sono le patologie che ritieni possano essere legate al consumo di tabacco?
(si può barrare più di una casella)

- 1 Malattie dell' apparato respiratorio
- 2 Malattie dell' apparato circolatorio
- 3 Malattie dell' apparato riproduttivo
- 4 Malattie del sistema nervoso centrale

D 4. Sai cosa è il fumo passivo? (barrare una sola casella)

- 1 E' il fumo non aspirato
- 2 E' il fumo liberato nell' ambiente che ha una concentrazione di alcune sostanze dannose maggiore del fumo attivo
- 3 E' il fumo liberato nell' ambiente che contiene tutte le sostanze dannose presenti nel fumo attivo, ma in concentrazione minore

D 5. Su quali dei seguenti argomenti saresti interessato a ricevere maggiori informazioni?
(si può barrare più di una casella)

- 1 Sui danni indotti dal fumo sulla salute
- 2 Su tutte le sostanze dannose in esso contenute
- 3 Sulle statistiche del fumo in Italia
- 4 Sui possibili supporti che esistono per smettere di fumare
- 5 Nessuna informazione
- 6 Altro. Specificare: _____

D 6. Quanti tra quelli che ti circondano (familiari, amici, compagni) fumano?

- (barrare una sola casella)
- 1 Nessuno
 - 2 Da uno a due componenti
 - 3 Da tre a quattro componenti
 - 4 Più di quattro componenti

D 7. Hai mai fumato (per un periodo di tempo continuato)?

- 1 Sì
 - 2 No
- Se NO il questionario termina qui. -----
Se SI :

D 8. Quanti anni avevi quando hai iniziato a fumare?

N°

D 9. Attualmente fumi (negli ultimi sei mesi)?

- 1 Sì
 - 2 No
- Se NO vai alla domanda D14. -----
Se SI :

D 10. Quante sigarette fumi abitualmente al giorno? (indicare il numero di sigarette)

N°

D 11. Hai mai pensato di smettere di fumare?

- 1 Sì
 - 2 No
- Se NO il questionario termina qui. -----
Se SI :

D 12. Hai mai provato a smettere di fumare?

- 1 Sì
 - 2 No
- Se NO il questionario termina qui. -----
Se SI :

D 13. Sei riuscito a smettere? (barrare una sola casella)

- 1 Sì, ma poi ho ripreso
- 2 Sì, e non ho ancora ripreso
- 3 No

D 14. Con quali mezzi hai provato a smettere (o hai smesso)? (si può barrare più di una casella)

- 1 Pastiglie
- 2 Cerotti
- 3 Astensione volontaria
- 4 Supporto specialistico
- 5 Per scommessa
- 6 Altro. Specificare: _____

Grazie per la collaborazione!

Questionario post intervento

Tabacco e giovani

Indagine sul consumo di tabacco fra i giovani (dopo l'intervento formativo)

Scuola: _____

Classe: _____

Istruzioni

Il questionario verrà compilato in forma anonima e nessuno potrà venire a conoscenza della tua identità, dunque puoi esprimerti in piena libertà.

Ti preghiamo di leggere attentamente le domande e segnare con una crocetta le tue risposte.

Consumo di tabacco

1. Attualmente fumi

- Ogni giorno
 Una volta la settimana
 Meno di una volta la settimana
 Attualmente non fumo

2. Se attualmente fumi, quante sigarette consumi?

- Più di un pacchetto
 Un pacchetto
 Da 13 a 20 sigarette
 Da 8 a 12 sigarette
 Da 3 a 7 sigarette
 Meno di 3 sigarette
 Attualmente non fumo

3. Chi ti ha offerto la prima sigaretta?

- Mio padre/mia madre
 Mio fratello/mia sorella
 Un amico/un'amica
 Un adulto/un'adulte (non un genitore)
 Nessuno, me la sono procurata da solo

4. Come ti procuri di solito le sigarette? (Più risposte sono possibili)

- Le compro in un negozio o al chiosco
 Le compro al distributore automatico
 Me le danno mio fratello/mia sorella
 Me le danno mio padre/ mia madre
 Me le danno i compagni/le compagne
 Le prendo dove mi capita
 Altro (specificare)

11. Quale di queste affermazioni descrive meglio quanto spesso hai parlato con i tuoi genitori della problematica del fumo? (Si intende una vera discussione, non solo menzionare l'argomento).

(Scegli una sola risposta che descrive meglio la tua situazione)

- Non ho mai parlato con i miei genitori del fumo
 Non abbiamo mai fatto una vera discussione ma ogni tanto ho captato quello che loro pensano riguardo quest'argomento
 Non abbiamo mai fatto una vera discussione ma hanno solo accennato all'argomento
 Ho parlato con i miei genitori del fumo circa 1 o 2 volte (si intende una vera discussione)
 Ho parlato con i miei genitori del fumo da 3 a 5 volte (si intende una vera discussione)
 Ho parlato con i miei genitori del fumo da 6 a 10 volte (si intende una vera discussione)
 Ho parlato con i miei genitori del fumo più di 11 volte (si intende una vera discussione)

12. Pensi che i tuoi genitori abbiano fatto bene a metterti in guardia sulle conseguenze del fumo?

- Sì
 No
 Non lo so
 I miei genitori non mi hanno mai parlato delle conseguenze del fumo

13. Le informazioni che ti hanno dato i tuoi genitori sul fumo, hanno avuto un impatto sul tuo comportamento riguardo al fumare? (Solo una risposta è possibile)

- Non fumo, ma sono state utili
 Non fumo, e non mi sono servite a niente
 Sì, ho smesso di fumare
 Sì, ma continuo a fumare ugualmente
 Sì, sto cercando di smettere
 Sì, fumo di meno
 No, continuo a fumare
 Indifferente
 Non ho mai parlato con i miei genitori del fumo

Di seguito trovi alcune affermazioni. Su una scala da 1 a 7, segna con una crocetta se e quanto sei d'accordo oppure no con l'affermazione. Se sei completamente d'accordo o se sei completamente in disaccordo, segna le rispettive estremità. Se sei d'accordo o in disaccordo parzialmente, scegli il punto intermedio più adatto. Il punto 4 indica "indifferente". Per esempio:

Disaccordo D'accordo Significa che sei completamente in disaccordo

Disaccordo D'accordo Significa che sei d'accordo un po'

Adesso pensa a te stesso: fra due mesi, hai intenzione di fumare oppure no?

Su una scala da 1 a 7 segna il punto corrispondente alla tua risposta. Se sei molto sicuro/a che intendi fumare o se sei molto sicuro/a che non intendi fumare sicuramente, segna una delle due estremità della scala. Se non sei tanto sicuro/a, scegli il punto intermedio più adatto. Ricordati che il punto 4 indica: "indifferente".

Intendo fumare sicuramente Non intendo fumare sicuramente
 1 2 3 4 5 6 7

5. Cosa pensano i tuoi genitori dei ragazzi della tua età che fumano regolarmente? (Solo una risposta è possibile)

- Sono contrari
 Sono indifferenti
 Li approvano
 Non lo so

6. I tuoi compagni e/o amici fumano regolarmente?

- Tutti
 La maggior parte
 Alcuni
 Pochi
 Nessuno fuma

7. Quanto spesso i tuoi compagni e/o amici fumano?

- Ogni giorno
 Una volta la settimana
 Meno di una volta la settimana
 Nessuno fuma

8. Cosa pensi dei tuoi compagni e/o amici che fumano?

- Sono contrario/a
 Sono indifferente
 Li approvo

9. Cosa pensano i tuoi compagni e/o amici dei ragazzi che fumano? (Solo una risposta è possibile)

- Sono contrari
 Li approvano
 Alcuni sono contraria e altri li approvano
 Sono indifferenti

10. Secondo te, perché i giovani fumano? (Più risposte sono possibili)

- Per imitare gli amici
 Per imporsi agli altri
 Per curiosità
 Per piacere
 Per seguire l'esempio degli adulti
 Perché è facile procurarsi le sigarette
 Per farsi "belli" davanti agli altri
 Altro...

2

14. Il fumo degli altri mi da fastidio!

Disaccordo D'accordo
 1 2 3 4 5 6 7

15. Il fumo è dannoso per la salute!

Disaccordo D'accordo
 1 2 3 4 5 6 7

16. Sono a mio agio a parlare con i miei genitori dell'argomento fumo!

Disaccordo D'accordo
 1 2 3 4 5 6 7

17. Parlare con i miei genitori della problematica del fumo è importante!

Disaccordo D'accordo
 1 2 3 4 5 6 7

RIFERIMENTI IN RETE

<https://www.epicentro.iss.it/ben/2006/febbraio/2>

sfumiamo i dubbi

https://www.retepromozionesalute.it/bd2_scheda.php?idpr2=637

progetto regionale tabagismo: regione Emilia Romagna gruppo AUSL Piacenza

<https://www.salute.gov.it/portale/fumo/dettaglioContenutiFumo.jsp?lingua=italiano&id=5582&area=fumo&menu=vuoto#:~:text=I%20risultati%20pi%C3%B9%20rilevanti%20evidenziano,in%20calo%20rispetto%20al%202014.>

Giovani e fumo

https://www.amicopediatra.it/crescita/i-danni-del-fumo-sui-giovani_adolescenza_dipendenze/

I danni del fumo sui giovani

https://www.salute.gov.it/portale/fumo/dettaglioNotizieFumo.jsp?lingua=italiano&menu=notizie&p=dalminis_tero&id=5864

Fumo, la piattaforma web dell'Istituto superiore di sanità per smettere di fumare