

# Centro Studi Dipendenza - CSD

## Linea guida abuso sostanze legali

### Acudetox integrato ai programmi per la dipendenza da nicotina

Copyright 26/6/2006

David Blow

Nell'ultima newsletter Acudetox, Gennaio 2006, Anno 12, N°21, abbiamo parlato di una serie di interventi specifici sull'argomento del fumo, la maggior parte proveniente da strutture ASL. E' sempre stato nostro obiettivo facilitare l'uso di Acudetox e delle altre procedure a volte classificate come non-convenzionali (anche se nella maggior parte del mondo sono concepite come convenzionali, nell'ambiente della salute pubblica. Non è stato nostro obiettivo fare un tipo di ricerca che ha bisogno di fondi e strumentalizzazione adatta, piuttosto mostrare come i risultati operativi dalle varie casistiche relative alla dipendenza da nicotina, da alcuni riportati nell'ultima newsletter, offrano indicazioni per ottenere buone prassi cliniche e operative. I risultati finali ottenuti sono determinati da un insieme di fattori quali la progettazione e messa in atto del progetto e/o servizio, l'applicazione corretta delle procedure, una corretta formazione del personale, seguire il progetto nel suo percorso, il "problem solving", l'integrazione con altre tecniche di sostegno presenti nell'ambiente dell'ASL. Ritengo che progetti correttamente inseriti rappresentino per i servizi della dipendenza una nuova e consolidata opportunità per aiutare persone con dipendenza non solo da nicotina ma anche da altre sostanze, come cocaina e alcol, con le quali è più difficile ottenere buoni risultati.

#### **ASPETTATIVE**

Un'abitudine come quella del fumo, che per molti da decenni è entrata a far parte della vita, difficilmente a volte può essere superata in tempi brevi. Il programma di trattamento che consigliamo è di 4 settimane. Fra le persone che hanno raggiunto l'astinenza durante il trattamento (60-70%), alcuni di loro riprenderanno a fumare nei mesi successivi (25%), invece il rimanente 30-40% riduce almeno del 50% la quantità di sigarette fumate. Solo 3-5% dei partecipanti non trarrà nessun beneficio dal trattamento. (dati basati sui risultati operativi dalle varie casistiche riportati all'Associazione NADA Italia) A fronte di tali tendenze, un progetto a base di Acudetox integrato con aspetti come farmaci sostitutivi della nicotina e altre terapie farmacologiche quando e se necessario, counselling motivazionale, esercizi respiratori e di rilassamento e infine dinamiche di gruppo è in grado di proporre una strategia chiara ed efficace per affrontare la realtà della dipendenza da nicotina. I progetti di alcune ASL, già operativi, non affrontano il problema del dopo e sembrano essere orientati a concludere frettolosamente i trattamenti con un atteggiamento di superficiale ottimismo. Sarebbe utile a definire meglio gli indicatori di efficacia, in particolare su: craving (il sintomo chiave per rendere conto del miglioramento dell'individuo), sintomi astinenziali, motivazione del soggetto, soddisfazione del trattamento da parte del paziente/pubblico, percorso dipendenza e quantità di sigarette fumate. I partecipanti dovrebbero essere monitorati non solo durante il programma ma a 1 mese, a 3 mesi, a 6 mesi e a 1 anno dopo la conclusione del programma. E' consigliabile seguire i pazienti con trattamenti di richiamo periodicamente per ridurre la ricaduta e controllare l'appetito.

*Seguono due progetti specifici da realizzare in ambito ASL per ottenere un ottimo rapporto costo/beneficio.*