

Bollettino semestrale dell'Associazione NADA ITALIA  
www.acudetox.it

## Edizione speciale - Dipendenza da nicotina

### Agopuntura e dipendenza da nicotina Il Cochrane report - 2000

L'agopuntura é sempre più usata per trattare la dipendenza da sostanze. In particolare l'agopuntura auricolare si é dimostrata la più efficace in questo campo, basandosi sui risultati ottenuti sin dal 1973 da Wen e Chung e dalla loro pubblicazione iniziale (How Acupuncture can help Addicts, Drugs and Society, 1973;2:18-20). La terapia si é evoluta negli anni in un protocollo standardizzato ed é da 20 anni usata con successo per problemi di abuso di varie sostanze quali alcol, cocaina, eroina e tabacco.

Diversi studi clinici hanno cercato di valutare l'efficacia dell'agopuntura, non in particolare del protocollo auricolare Acudetox, nel trattamento del tabagismo. Nel 2000 la pubblicazione del "Cochrane Database Review" ha evidenziato uno studio di White et al. (Acupuncture for Smoking Cessation) nel quale sono stati esaminati tutti gli articoli pubblicati e elencati sul "Medline", come pure da altre fonti, che riguardavano il problema. Lo studio poi selezionava soltanto quegli articoli (18) che riportavano l'uso di metodi "mono cieco con placebo" per verificare l'efficacia del trattamento.

L'analisi non ha mostrato alcuna differenza tra il trattamento con placebo e quello con agopuntura, evidenziando allo stesso tempo la scarsa qualità, l'insufficienza del campione e persino errori nel metodo degli studi clinici. Gli autori pertanto hanno evidenziato la necessità di studi di maggior rigore e qualità per analizzare il ruolo che l'agopuntura può avere nella disassuefazione da nicotina, elencando alla fine le componenti di una buona analisi scientifica quali:

- ipotesi ben definite
- calcolo e raccolta di un vasto campione
- metodo appropriato di randomizzazione dei soggetti
- occultamento della randomizzazione
- riduzione di possibile pregiudizio nell'assegnazione random
- follow-up a lungo termine (dai 6 ai 12 mesi)
- agopuntori ben preparati e con esperienza nel campo
- analisi tossicologica di controllo.

Il lavoro che segue arricchisce gli studi precedenti in un'ottica di maggior rigore scientifico per quanto riguarda tutti gli aspetti elencati dal Cochrane Report.

### Il primo studio randomizzato e a mono cieco sull'efficacia di Acudetox e dipendenza da nicotina

Auricular Acupuncture, Education and Smoking Cessation: Randomized, Sham-Controlled Trial

Ian D. Bier et al,

American Journal of Public Health, 10/2002 Vol. 92, N°10

David Blow

#### Obiettivi

Lo studio esamina l'effetto dell'agopuntura da sola e in combinazione con terapia rieducativa, comportamentale e motivazionale.

#### Metodi

Sono stati studiati 141 adulti, sottoposti ad agopuntura, trattamento placebo e terapia psicologica, quali partecipanti volontari raccolti per mezzo di

annunci radiofonici e pubblicità su giornali locali e poi selezionati da interviste telefoniche e successivi screening.

I criteri di ammissione al gruppo sono stati i seguenti:

- aver compiuto almeno 18 anni di età
- aver già provato a smettere di fumare senza successo
- nessuna patologia psicologica o fisica che avrebbe impedito l'auto compilazione e la comprensione dei

questionari

- il consenso a partecipare ad un protocollo di trattamento con agopuntura

- non essere sottoposto all'uso di farmaci, antidepressivi, ecc. per cui libero dall'uso di "sostanze" durante la fase di trattamento.

Il trattamento è stato completamente gratuito. I pazienti sono stati divisi in tre gruppi, ai quali venivano assegnati a caso.

1) Il primo comprendeva trattamenti di "vera agopuntura auricolare" del protocollo NADA Acudetox: gli aghi venivano inseriti bilateralmente nel padiglione auricolare in 5 punti, insieme ad uno (intestino crasso 4, "HEGU") sulla mano. Inoltre venivano sottoposti a trattamento rieducativo psicologico/motivazionale e comportamentale combinato con incontri informativi.

2) Il secondo gruppo ha ricevuto agopuntura "placebo": i punti trattati cioè erano distanti 5 mm. da quelli del protocollo NADA, non riconosciuti quali attivi per l'agopuntura (come per ricerca Bullock Culliton, 1989 Lancet) insieme al trattamento rieducativo già menzionato.

3) Il terzo gruppo comprendeva "vera agopuntura" senza il trattamento rieducativo.

Il trattamento di agopuntura era standardizzato secondo le raccomandazioni NADA e gli agopuntori operatori qualificati e formati dalla stessa associazione.

I partecipanti sono stati monitorati ad ogni trattamento e visita di controllo per eventuali segni di effetti collaterali. Il trattamento di agopuntura, senza stimolazione manuale degli aghi, veniva effettuato in sedute collettive su comode sedie. L'interazione, verbale era limitata al tempo necessario all'applicazione degli aghi. In tutti tre i gruppi il ciclo di trattamento di agopuntura aveva una durata di 4 settimane, con una frequenza di 5 volte alla settimana.

Il programma rieducativo, della durata di 5 settimane, era strutturato in incontri di 90 minuti, due volte alla settimana per le prime due settimane, poi una volta alla settimana per le 3 restanti del ciclo.

L'inclusione di un programma psicologico di supporto è in accordo con il metodo descritto da Bullock et. al., i programmi riabilitativi del Lincoln Hospital di New

York e quelli attuali del "Drug Courts" Dade County, Florida.

Le variabili dipendenti utilizzate

Sono state "Beck Depression Inventory Score", "ZUNG autovalutazione del livello d'ansia", numero di sigarette fumate al giorno, età nella quale si è iniziato a fumare, numero di anni di dipendenza dal fumo, percentuale di riduzione del fumo, 'scala analogica visuale' (VAS), "Pack -Year History", definito come numero di anni da fumatore moltiplicati per il numero di sigarette fumate al giorno diviso 20 (numero standard di sigarette per pacchetto).

Il fine di questo studio era di confrontare gli effetti dell'agopuntura placebo con quella vera, da sola o in combinazione con un programma rieducativo di supporto, all'inizio e dopo 1,3,6,12,15, e 18 mesi di trattamento, tenendo presenti certe variabili: numero di persone che hanno smesso di fumare, numero di sigarette fumate, craving, depressione, ansia abbandono del programma.

Risultati

Non state rilevate differenze fra i gruppi riguardo ad età, sesso, età nella quale si è iniziato a fumare, numero di sigarette fumate al giorno; pertanto la randomizzazione è stata eseguita con successo. Nessun effetto collaterale è stato evidenziato.

Lo studio ha anche mostrato una maggiore efficacia del programma nelle persone con più alto "Pack -Year History". Si ricorda che sono proprio le persone che hanno il più grande rischio di sviluppare malattie correlate al fumo.

Tutti i gruppi hanno mostrato una significativa riduzione del numero di sigarette fumate a distanza di 18 mesi, maggiore nel primo gruppo (agopuntura+programma educativo) nel quale il 40% dei partecipanti hanno smesso di fumare, in confronto al 22% del secondo gruppo (agopuntura+placebo+programma educativo) e al 20% del terzo (solo agopuntura) con una percentuale di riduzione della quantità di sigarette fumate come segue:

1° Gruppo 52%

2° Gruppo 31%

3° Gruppo 20%

### Percentuale di soggetti non più fumatori e percentuale di diminuzione dell'uso in ogni periodo preso in considerazione

Durata (in percentuale)	Agopuntura vera e progr. educativo		Agopuntura placebo progr. educativo		Solo agopuntura	
	ha smesso di fumare	riduzione	ha smesso di fumare	riduzione	ha smesso di fumare	riduzione
Inizio	0	0	0	0	0	0
Follow-up, mesi						
1	40	53	22	40	10	49
3	40	40	17	34	20	25
6	40	48	6	13	20	25
12	40	51	11	26	20	21
15	40	51	18	43	20	29
18	40	52	22	31	20	20

Il fumo é la piú grande causa di morte prematura prevenibile nel mondo. Negli USA nel 1990 é stata la causa del 20% di tutti i decessi registrati.

Lo studio ha sottolineato che un semplice programma di 5 settimane con un protocollo di agopuntura auricolare coadiuvato da uno di sostegno psicologico, ha un efficacia del 40% nella cessazione del fumo e una percentuale del 53% di riduzione del numero delle sigarette fumate.

Questo risultato é comparabile con quello del trattamento farmacologico per dipendenza da nicotina con sostegno comportamentale che mostra un'efficacia del 20% a distanza di un anno.

Questo studio ha ampiamente messo in atto i suggerimenti e le raccomandazioni del Cochrane Report; una nuova ricerca é prossima con un campione studiato ancora maggiore e l'inclusione di analisi biochimiche.

Lo studio é stato finanziato dalla "Arizona Disease Control Research Commission" ed é stato approvato dall "Institutional Review Board, Arizona State University".

## **Il trattamento tramite auricoloterapia per gli operatori sanitari che smettono di fumare - U.O.A. SerT ASL 10 Pinerolo (TO)**

Responsabile Dott. Remo Angelino.  
Potosnjak A., Nuccio M., Mantellina D.  
Vedi [www.asl10.piemonte.it/sert/](http://www.asl10.piemonte.it/sert/)

Presso l'ASL 10 di Pinerolo le sedute di trattamento con agopuntura auricolare secondo la metodica ACUDETOX sono state inserite nel progetto ASL 10 SENZA FUMO, quale offerta di trattamento di disintossicazione per gli operatori sanitari che intendessero smettere di fumare.

Il progetto ASL 10 SENZA FUMO é un progetto aziendale che ha coinvolto le seguenti unitá operative: Formazione, Affari Generali e Relazioni Esterne, Ser.T, Protezione, Prevenzione e Sicurezza, Medicina Generale, Cardiologia, AST e la Direzione Sanitaria del presidio ospedaliero.

Il progetto si pone i seguenti obiettivi:

- Promuovere, attraverso l'acquisizione di stili di vita sani, l'immagine dell'ASL attenta alla promozione della salute della popolazione;
- Creare una cultura antifumo fra gli operatori sanitari dell'ASL 10;
- Ridurre il numero dei fumatori fra gli operatori dell'ASL 10;
- Facilitare l'accesso alle opportunitá di trattamento per i fumatori che intendano smettere;
- Valorizzare il ruolo educativo negli operatori sanitari dell'Azienda in quanto promotori della salute

Dall'indagine di prevalenza effettuata fra i

dipendenti (Ha risposto il 53% dei 1345 dipendenti pari a 713 questionari compilati) i fumatori sono risultati il 20,9 % mentre gli ex fumatori il 21,2 %. La somma dei fumatori ed ex fumatori risulta del 42,1 %.

Tra le iniziative di trattamento proposte al personale dell'ASL vi é stato un ciclo di trattamento ACUDETOX (agopuntura auricolare), combinato con incontri di auto-mutuo-aiuto.

Al primo trattamento si sono iscritti 12 operatori (infermieri professionali, tecnici, sanitari, assistenti sanitari, puericultrici, cuochi).

Prima di iniziare il trattamento si é tenuta una riunione informativa, dove sono state illustrate le modalitá e gli obiettivi del ciclo, é stata effettuata la visita medica e compilata la cartella sanitaria.

I partecipanti sono quindi stati inseriti nel protocollo di trattamento ACUDETOX per il tabagismo.

Il numero di dipendenti che si é sottoposto al trattamento é troppo piccolo per fare valutazioni di tipo generale, ma nel complesso emerge che il metodo ha prodotto risultati positivi nel 78% dei casi (il 42% ha smesso, il 34% ha ridotto di almeno la metá l'uso)

Nel corso del 2002 sono previsti ulteriori corsi, che potranno aumentare la casistica di riferimento.

### **Ottimi risultati con verifica a 12 mesi Az. ospedaliera della provincia di Pavia**

*Presidio Pneumotisiologico, Ambulatorio per fumatori  
vle Gorizia 95, Pavia*

*Programma ospedaliero a base di Acudetox e colloqui educativi individuali che prevede 7 sedute di agopuntura auricolare - Acudetox. Seguono i risultati con follow-up a 6 e 12 mesi con rilevazione del CO espirato, test di fagerstrm ecc*

Anno	Trattati	Astinenza a fine programma	%	Astinenza a 6 mesi	%	Astinenza a 12 mesi	%	Abbandono
1998	17	9	52,9	5	29,4	4	23,5	0
1999	27	13	48,1	9	33,3	7	25,9	7
2000	52	29	55,8	22	42,3	17	32,7	5
2001	23	17	73,9	8	34,8	8	34,8	1

# Smetti di fumare con il SerT: Auricoloterapia e Tabagismo

L'esperienza di un ambulatorio dedicato alla disassuefazione dal fumo di tabacco

Dott. Residori M., I.P: Arzillo C., Cordioli M L., Montresor M., Rossi A.

Dicembre 2002

Premessa:

L'abitudine al fumo di tabacco è una delle principali cause evitabili di malattia e di morte. Per la gran parte dei consumatori, il tabacco si configura come una vera e propria dipendenza farmacologica, analoga per certi aspetti alle tossicodipendenze abitualmente considerate. Come queste, il tabagismo può essere definito patologia cronica recidivante, che necessita di approccio multidisciplinare, di trattamenti flessibili e personalizzati, di interventi di cambiamento nella sfera soggettiva, relazionale e sociale, nonché di strategie realistiche per la prevenzione delle ricadute.

Metodo:

L'equipe sanitaria del SERT di Villafranca (Verona), come metodo di disassuefazione dal fumo di tabacco, ha scelto l'agopuntura auricolare "ACUDETTOX" protocollo NADA.

Questo metodo:

- 1) riduce il livello di tensione emotiva con cui il paziente si confronta, nell'abuso di sostanze e quando intraprende una detossificazione;
- 2) riduce il livello di stress;
- 3) riduce il bisogno della sostanza, tanto più sensibile quanto più il disagio è legato a disequilibrio dei neuromodulatori;
- 4) controlla la sintomatologia astinenziale;
- 5) rende progressivamente più facile la verbalizzazione del malessere, caratteristico di ogni dipendenza farmacologica;
- 6) consente ma non richiede l'associazione con farmaci sostitutivi o antiastinenziali, incoraggiando il paziente ad entrare in una dinamica terapeutica che privilegi la attivazione di risorse proprie.

La presa in carico al SERT di Villafranca prevede:  
\* la fase diagnostica, che valuta la classe di rischio del paziente, l'anamnesi tossicologica e generale, la presenza di patologie correlate.

\* le fasi di osservazione e di sostegno che, dall'accoglienza alla dimissione, promuovono la motivazione del paziente ed individuano strategie di counselling quanto più possibile personalizzate.

\* 15 sedute quotidiane di agopuntura auricolare, della durata di 50 minuti ciascuna, in due fasce orarie giornaliere.

Abbiamo scelto di non trattare i pazienti con farmaci sostitutivi o antiastinenziali, di rendere personalizzato il numero di sedute complessive, e di non vincolare il trattamento al costituirsi di un gruppo.

Risultati:

Dal febbraio 1999 al giugno 2002 sono stati trattati 129 utenti della popolazione generale.

Abbiamo deciso di definire "risultato completo" la situazione del paziente che, alla stabilizzazione dell'astinenza (nessuna sigaretta fumata da 3-10 giorni) veda associata una condizione di benessere soggettivo, con la scomparsa del craving da nicotina.

65 soggetti (50,4%) hanno quindi raggiunto un risultato completo, 60 (46,5%) hanno conseguito un risultato parziale (significativa riduzione del numero di sigarette fumate cioè media di 50% riduzione della quantità fumato) e solo per quattro pazienti (3,1%) il trattamento non ha avuto successo.

Il numero medio di sedute per utente è stato di 11,3.

## Percentuale di soggetti non più fumatori e percentuale di diminuzione dell'uso

### Agopuntura Acudetox

Durata	ha smesso	riduzione	Nessun effetto
1999-2002	65	60	4
129	(50.4%)	(46.5%)	(3.1%)

### Alcuni centri integrati antifumo/Acudetox a Veneto:

Policlinico Verona  
Servizio Dipendenza Tel. 045 8074762  
SerT Villafranca (VR)  
Tel. 045/6338450  
SerT Bussolengo (VR)  
Tel. 045 676952  
SerT Mirano Tel. 041/5795421  
SerT Dolo Tel. 041/5102307

Il Newsletter "Acudetox" della Associazione NADA Italia è un bollettino informativo semestrale (giunto alla 17° edizione) co-ordinato e redatto da David Blow, Presidente della Associazione.

Potete inviare le vostre lettere, articoli e commenti a:  
David Blow, Associazione NADA Italia, via Gavinana  
2, Roma 00192  
Tel/Fax: +39 06 3611685 o nada.it@tin.it