



## **Disponibilità a smettere di fumare o a ridurre il consumo di tabacco in Svizzera**

Sintesi del rapporto di ricerca 2004

---

Monitoraggio del tabagismo – Indagine sul consumo di tabacco in  
Svizzera

Su incarico dell'Ufficio federale della sanità pubblica (UFSP).  
Politica della sanità, servizio specializzato Fondo per la prevenzione del  
tabagismo

Aprile 2006

Roger Keller  
Hans Krebs  
Rainer Hornung

## Il sondaggio

La presente sintesi fornisce informazioni in merito alla disponibilità a smettere di fumare o a ridurre il consumo di tabacco in Svizzera da parte di coloro che hanno già fumato più di 100 sigarette nel corso della loro vita. Lo studio consiste in un sondaggio telefonico rappresentativo, svolto presso la popolazione residente in Svizzera, di età compresa tra i 14 e 65 anni, le cui caratteristiche sono descritte più in dettaglio nell'ultima parte della sintesi.

I risultati si basano sul rilevamento condotto su due campioni di diverse dimensioni: dal gennaio 2001 fino al giugno 2003 sono stati interrogati 7 350 fumatori in relazione alla loro disponibilità a smettere di fumare ai sensi del Modello Transteoretico (TTM). Tra luglio 2002 e giugno 2003, 2 152 di essi hanno ricevuto domande supplementari relative alla loro disponibilità a ridurre il consumo di tabacco.

### Disponibilità a smettere di fumare secondo il Modello Transteoretico (TTM)

#### Descrizione generale

- Circa un terzo (32%) della popolazione svizzera fuma. Poco meno della metà non ha mai fumato o ha fumato meno di 100 sigarette nel corso della propria vita, mentre gli ex fumatori rappresentano pressoché il 20%.
- Globalmente, circa un quarto dei fumatori (26%) intende smettere di fumare entro i prossimi sei mesi (9% entro i prossimi 30 giorni). Il 48% dei fumatori non ha intenzione di smettere di fumare e un altro 26% considera la possibilità di smettere di fumare, ma non nel corso dei prossimi sei mesi (cfr. fig. 1).

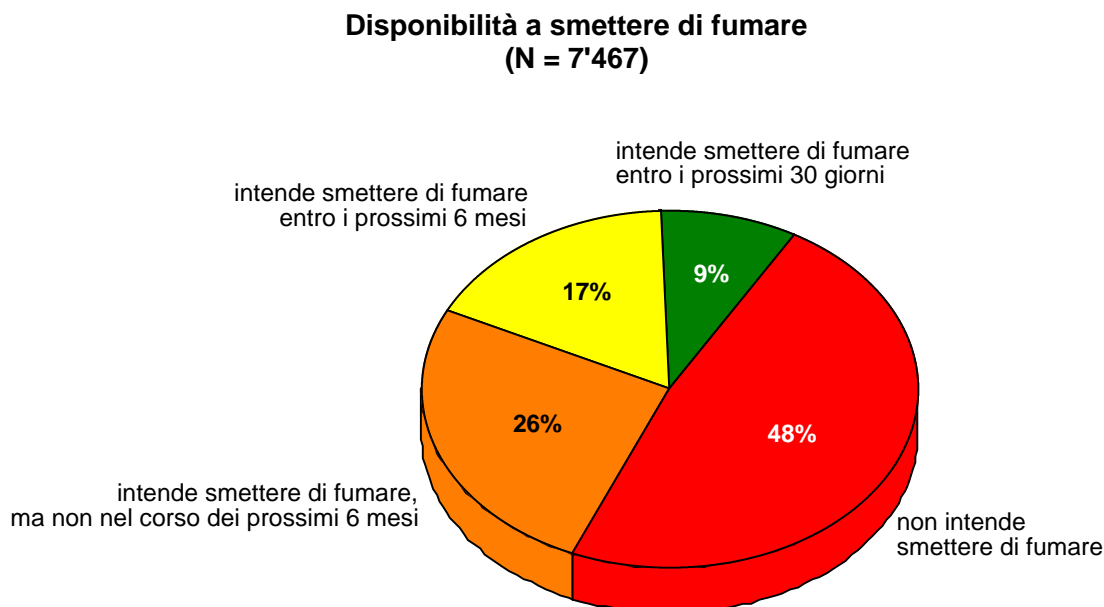


Figura 1: disponibilità a smettere di fumare

### **Relazione tra la disponibilità a smettere di fumare e le caratteristiche dei fumatori**

- Sussiste un chiaro legame tra la disponibilità a smettere di fumare e lo statuto di fumatore. L'intenzione di smettere di fumare è molto più decisa presso coloro che fumano regolarmente che non presso coloro che fumano saltuariamente.
- Più sigarette si fumano e più forte è la disponibilità a smettere di fumare. Tuttavia, con più forte è il consumo di tabacco, con più viene dilazionato l'inizio dell'interruzione.
- Le persone che durante gli ultimi 12 mesi hanno provato a smettere di fumare sono molto più spesso intenzionate a compiere un nuovo tentativo entro breve tempo rispetto a coloro che non hanno provato a smettere di fumare durante lo stesso periodo.

### **Relazione tra la disponibilità a smettere di fumare e caratteristiche sociodemografiche**

- Se la disponibilità a smettere di fumare si misurasse solo secondo il sesso di appartenenza, non si noterebbero differenze di rilievo. Tuttavia, considerato il fattore età, si nota che le donne tra i 25 e i 34 anni manifestano una maggior disponibilità a smettere di fumare entro i prossimi 30 giorni. Questo comportamento è spiegabile in presenza di una gravidanza, di bambini piccoli o con il desiderio di avere figli.
- La quota di fumatori è minore tra chi dispone di un più alto grado d'istruzione che non tra chi ha un livello di scolarizzazione più basso. Tuttavia, nella prima categoria di fumatori l'intenzione di smettere di fumare si manifesta più raramente.

### **Relazione tra la disponibilità a smettere di fumare e lo stato di salute**

- I fumatori che ritengono di godere di buona salute sono meno propensi a smettere di fumare rispetto a coloro che ritengono di non godere di buona salute.
- Esiste una relazione tra l'intenzione di smettere di fumare e la presenza di problemi concreti alle vie respiratorie. La disponibilità a smettere di fumare è maggiore in presenza di tali problemi.
- Le persone che adottano un regime nutrizionale sano sono più propense a smettere di fumare rispetto a quelle che non curano la propria alimentazione. Non è invece possibile stabilire alcuna tendenza relativamente al consumo di alcool e all'attività sportiva.

## ***Riduzione del consumo di tabacco***

### **Descrizione generale**

- Il 26% dei fumatori intende smettere di fumare entro i prossimi sei mesi. Agli altri fumatori (74%) è stato chiesto se fossero intenzionati a ridurre il consumo del tabacco.

- Il 44% di questi ultimi manifesta l'intenzione di ridurre il consumo di tabacco, il 53% non è intenzionato a farlo e il 3% non ha ancora un'opinione o non ha risposto alla domanda (cfr. fig. 2). Il 60% dei fumatori intenzionati a ridurre il consumo desiderano procedere in questo senso entro i prossimi 6 mesi, mentre il 32% di essi conta di compiere questo passo entro i prossimi 30 giorni.

**Riduzione del consumo di tabacco da parte di chi non  
intende smettere nel corso dei prossimi 6 mesi  
(N = 2'152)**

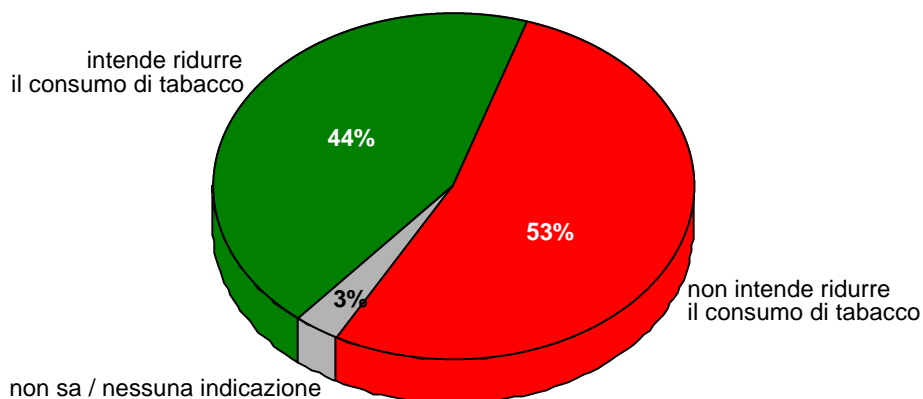


Figura 2: intenzione di ridurre il consumo di tabacco

**Relazione tra l'intenzione generale di ridurre il consumo di tabacco e le caratteristiche dei fumatori**

- Si profila una chiara relazione tra la disponibilità a smettere di fumare e un desiderio generale a ridurre il consumo del tabacco: le persone non intenzionate a smettere di fumare sono meno propense a diminuire il consumo di tabacco rispetto a quelle che invece considerano la possibilità di smettere al momento opportuno.
- Coloro che fumano regolarmente, analogamente a chi intende smettere di fumare, manifestano più frequentemente la volontà di diminuire il consumo di tabacco rispetto ai fumatori occasionali.
- Tra coloro che fumano fino a 20 sigarette al giorno, si nota che la disponibilità a ridurre il consumo tende ad aumentare proporzionalmente al numero di sigarette fumate.
- Un tentativo di smettere di fumare durante gli ultimi 12 mesi, non coronato da successo, è un presupposto favorevole in vista di un'auspicata riduzione del consumo di tabacco.

**Relazione tra l'intenzione generale di ridurre il consumo di tabacco e caratteristiche sociodemografiche**

- Le donne che intendono ridurre il consumo di tabacco sono nettamente più numerose degli uomini.
- La quota di fumatori di età compresa tra i 14 e i 24 anni intenzionati a ridurre il consumo di tabacco è maggiore rispetto a quella degli altri fumatori. La disponibilità a ridurre il consumo di tabacco in tempi brevi (entro 30 giorni) non è tuttavia legata ad una determinata fascia di età.
- L'intenzione di ridurre il consumo di tabacco cresce con il livello d'istruzione.

## **Relazione tra l'intenzione generale di ridurre il consumo di tabacco e lo stato di salute**

- Il numero di fumatori con problemi alle vie respiratorie intenzionati a diminuire il consumo di tabacco è più alto rispetto ai fumatori che non soffrono di tali problemi.
- I fumatori intenzionati a ridurre il consumo di tabacco curano maggiormente la propria alimentazione rispetto ai fumatori che non hanno tali intenzioni.  
Da un'analisi dell'attività sportiva risulta che i fumatori che praticano regolarmente un'attività fisica sono meno propensi a ridurre il consumo di tabacco. Ciò è spiegabile probabilmente dal fatto che le persone che praticano un'attività sportiva hanno meno problemi di salute.

Non è possibile formulare considerazioni statistiche in riferimento al consumo di alcol.

## **Reazioni alla prospettiva di ridurre il consumo di tabacco**

Fumatori ed ex fumatori non sono convinti dell'efficacia della riduzione del consumo di tabacco:

- poco meno dei tre quarti dei fumatori e degli ex fumatori (74%) ritengono che, dopo averlo ridotto, il consumo di tabacco riprenderà come prima. Questa è soprattutto l'opinione di chi fumava quotidianamente e ora ha smesso.
- Il 56% dei fumatori e degli ex fumatori non crede che sia più facile smettere di fumare dopo ad una prima riduzione del consumo di tabacco. Le persone che non fumano regolarmente, e che non hanno mai fumato quotidianamente, ritengono invece che la riduzione del consumo possa portare più facilmente a interrompere il fumo in futuro.
- I fumatori e gli ex fumatori in Svizzera sono bene informati sulla dannosità delle sigarette «leggere»: tuttavia, il 17 % di essi è dell'opinione che il consumo di sigarette «leggere» possa contenere i danni alla salute.

Fonte:

Keller, R., Willi, M., Krebs, H. & Hornung, R. (2004). *Tabakmonitoring – Schweizerische Umfrage zum Tabakkonsum. Aufhör- bzw. Reduktionsbereitschaft der Raucherinnen und Raucher in der Schweiz. Im Auftrag des Bundesamtes für Gesundheit, Facheinheit Sucht und Aids*. Zürich: Psychologisches Institut der Universität Zürich, Sozial- und Gesundheitspsychologie.

### **Indagine sul consumo di tabacco in Svizzera (monitoraggio del tabagismo)**

Il monitoraggio del tabagismo è stato realizzato dall'Istituto di psicologia dell'Università di Zurigo "Sozial- und Gesundheitspsychologie" (prof. Dott. Rainer Hornung e Roger Keller) e da Hans Krebs, "Kommunikation und Publikumsforschung" Zurigo, su incarico dell'Ufficio federale della sanità pubblica (UFSP). Il rilevamento dei dati è stato effettuato da LINK, istituto demoscopico e di indagini di mercato.

Per monitoraggio del tabagismo si intende la registrazione continuativa e rappresentativa del consumo di tabacco tra le persone di età compresa tra i 14 e i 65 anni in Svizzera. Dal gennaio 2001, a ritmo trimestrale viene effettuato un rilevamento (una cosiddetta "ondata") comprendente 2 500 interviste telefoniche: ogni anno, dunque, per l'analisi sono disponibili le risposte di 10 000 persone.

Il monitoraggio del tabagismo comprende un modulo di base e diversi moduli aggiuntivi. Con il modulo di base, ogni tre mesi vengono registrati i dati più importanti sul consumo di tabacco. Il questionario del modulo di base può essere completato con blocchi di domande supplementari (p. es. modulo aggiuntivo con domande in merito alla disponibilità a ridurre il consumo di tabacco o domande relative al fumo passivo) durante una o più ondate.

Per definire il panel di intervistati si ricorre al procedimento detto random-random; l'inchiesta è interamente automatizzata e si svolge in italiano, tedesco e francese. Al fine di disporre di un numero sufficiente di intervistati per l'analisi dei giovani, dei giovani adulti, delle donne incinta e delle madri di bambini piccoli, si procede a un oversampling (iper-rappresentanza del campione) tra gli uomini e le donne di età compresa rispettivamente tra i 14 e i 24 e tra i 14 e i 45 anni. L'oversampling riguarda anche la Svizzera italiana e romanda, appunto per disporre di un campione sufficientemente indicativo in ciascuna regione linguistica. Le 2 500 interviste trimestrali si suddividono come segue: 1 425 nella Svizzera tedesca, 700 nella Svizzera francese e 375 nella Svizzera italiana.

Alla fine, i dati vengono ponderati. La ponderazione serve a correggere (= ricalcolare) le distorsioni del campione in modo tale che quest'ultimo rappresenti correttamente e proporzionalmente le abitudini della popolazione in Svizzera.