IL FUMO

DANNI ESTETICI CAUSATI DAL FUMO

Il tabagismo (consumo di tabacco) provoca danni estetici.
Si può parlare di invecchiamento cutaneo precoce facendo riferimento ad esempio al volto di un fumatore che presenta caratteristiche particolari:

- rughe che si irradiano tipicamente ad angolo retto dalle labbra agli angoli degli occhi;
- rughe profonde sulle guance o numerose linee poco profonde sulle guance e sulla mandibola;
- aspetto macilento (consumato, pallido) e scarno del viso con prominenza del contorno osseo;
- cute di aspetto atrofico, grigiastra;
- carnagione pletorica, di colorito arancione-rossastro.

TABACCO

COSA PUÒ PROVOCARE IL TABACCO?

Il consumo di tabacco (tabagismo) rappresenta uno dei più grandi problemi di sanità pubblica a livello mondiale ed è uno dei maggiori fattori di rischio nello sviluppo di patologie neoplastiche, cardiovascolari e respiratorie.
Il tabacco provoca più decessi di alcol, droghe, incidenti stradali, omicidi e suicidi messi insieme. Il fumo di tabacco, in particolare, è una causa nota o probabile di almeno 27 malattie

PERCHÉ VIENE CONSIDERATA UNA DROGA?

Perchè al suo interno contiene un sostanza che crea dipendenza dal nome di nicotina oltre a creare dipendenza danneggia il sistema nervoso .Quindi una volta iniziato a fumare è molto difficile smettere

Uno studio clinico statunitense ha dimostrato quanto fumare invecchia la pelle.
La ricerca è stata condotta su 79 coppie di gemelli monozigoti, in cui solo uno dei due fumava, oppure aveva fumato per almeno 5 anni in più dell'altro.
Confrontando le fotografie dei gemelli, si è visto che i fumatori presentano maggiore cedimento nelle palpebre, borse, borse malari, rughe accentuate intorno al naso, agli occhi e alla bocca (Fig. 1).

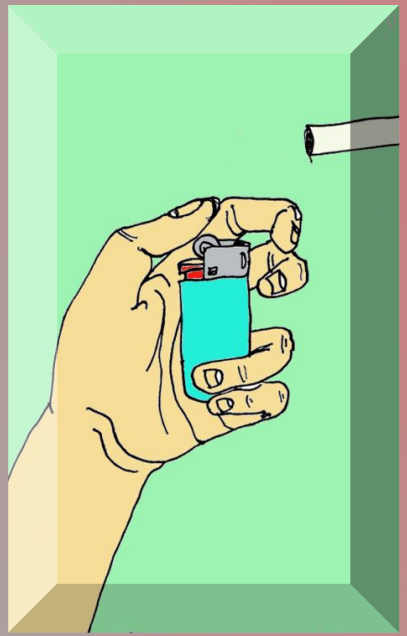


Fig. 1 - Confronto tra i volti di due gemelli fumatori. Il gemello a destra ha fumato per 14 anni più dell'altro.

Possiamo dire che il fumo provoca un'alterazione delle fibre elastiche simili a quelle provocate dall'esposizione al sole, ma a carico del derma più profondo anziché di quello più superficiale.
Ogni volta che si aspira dalla sigaretta, i vasi sanguigni più piccoli dell'epidermide si restringono, rendendo più difficile il passaggio dell'ossigeno, delle vitamine come la vitamina A e dei nutrienti essenziali per il rinnovamento dell'epidermide.
Le sostanze contenute nella sigaretta riducono anche la capacità della pelle di auto-rigenerarsi e ripararsi, quindi la cicatrizzazione delle ferite richiede un tempo più lungo del normale.
Inoltre nei fumatori si riscontrano caratteristiche particolari come la colorazione gialla dei baffi, la pelle delle dita giallastra e le unghie macchiate, dovuta l'accumulo di catrame e nicotina (Fig. 2).
Le conseguenze del fumo sono il rallentamento della crescita delle unghie, la secchezza e la fragilità, la comparsa di cuticole e una maggiore predisposizione a contrarre infezioni fungine (provocate da funghi).

Fig. 2

La macchia di tabacco, una pigmentazione marrone-nera, è individuabile sullo smalto dei denti di fumatori. anche la mucosa dell'apparato orale viene danneggiata.
Nei fumatori si può osservare la lingua villosa nera.
Effetti negativi del fumo si fanno anche a livello di capelli e cuoio capelluto.
La nicotina ha un'azione vasocostrittrice sulla microcircolazione e la diminuzione dell'ossigeno del sangue, arriva al bulbo pilifero e può provocare la caduta dei capelli.
La nicotina, depositandosi sul cuoio capelluto modifica la composizione chimica del sebo, aumentando il rischio di infiammazione dei follicoli. Fumare sigarette comporta anche un peggioramento dell'alopecia.

La nicotina, depositandosi sul cuoio capelluto modifica la composizione chimica del sebo, aumentando il rischio di infiammazione dei follicoli. Fumare sigarette comporta anche un peggioramento dell' alopecia.

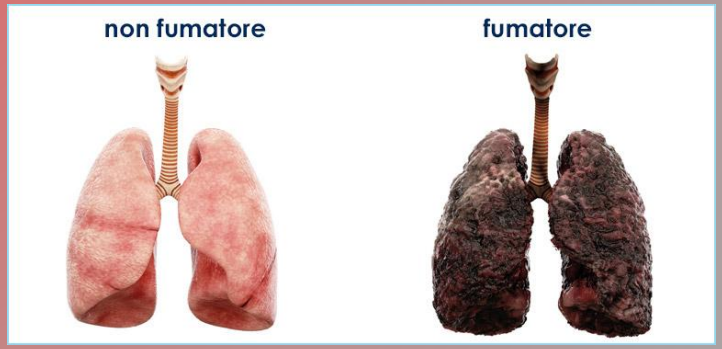
DANNI DEGLI ORGANI INTERNI CAUSATI DA FUMO

Il fumo aumenta il rischio di molti tipi di tumore nell'uomo. Tutti conosciamo l'associazione tra fumo e tumore polmonare, ma anche altri tumori sono associati al fumo di tabacco, come i tumori del cavo orale e della gola, dell'esofago, del pancreas,del colon, della vescica, della prostata, del rene, del seno, delle ovaie e di alcune leucemie.
Il fumo rappresenta anche il principale fattore di rischio per le malattie respiratorie non neoplastiche (non tumorali), tra cui la broncopneumopatia cronica ostruttiva (BPCO), episodi asmatici, infezioni respiratorie ricorrenti, ed è uno dei più importanti fattori di rischio cardiovascolare: un fumatore ha un rischio di mortalità, a causa di una coronaropatia, superiore da 3 a 5 volte rispetto a un non fumatore.
Il fumo è inoltre un fattore di rischio per lo sviluppo e la progressione di un precoce danno renale diabetico (albuminuria) e per il peggioramento della retinopatia nei giovani soggetti diabetici.

L'esposizione cronica al fumo può anche essere causa di danni sulla sessualità maschile, amplificando notevolmente il rischio di impotenza, specie quando associata a patologie cardiovascolari e relative terapie farmacologiche.
Il fumo influisce negativamente sull'apparato riproduttivo femminile, provoca menopause più precoci di circa 2 anni rispetto alle non fumatrici in quanto il fumo altera la normale produzione di ormoni sessuali femminili. Una donna gravida che fuma ha un aumentato rischio di aborti, di bambini nati morti, e di avere neonati sottopeso.

I POLMONI MALATI A CAUSA DEL FUMO

Anneriti, perennemente infiammati e meno elastici: così si presentano i polmoni di un forte fumatore, abituato a consumare almeno un pacchetto (di sigarette) al giorno.
I polmoni, essenziali per la respirazione e di conseguenza per l'apporto di ossigeno al sangue e ai tessuti, sono i più compromessi nel corpo di un fumatore. Il danno che si genera dopo anni di fumo è soltanto parzialmente reversibile.
L'infiammazione si manifesta con la tosse e il catarro nel tempo, provoca la bronchite, che colpisce circa la metà dei forti fumatori ed è considerabile cronica quando i sintomi persistono per più di tre mesi e si presentano in almeno due anni successivi.
La bronchite cronica aumenta il rischio di infezioni respiratorie e determina un declino accelerato delle funzioni polmonari.



LEGGI NEGLI SPAZI CHIUSI

Il 10 Gennaio 2005 entrò in vigore la legge n. 3 (art. 51), "Tutela della salute dei non fumatori" (Legge Sirchia), che ha esteso il divieto di fumo a tutti i locali chiusi, compresi i luoghi di lavoro privati o non aperti al pubblico, gli esercizi commerciali e di ristorazione, i luoghi di svago, palestre, centri sportivi. Le sole eccezioni: i locali riservati ai fumatori e gli ambiti strettamente privati, come le abitazioni civili. La legge concede la possibilità di creare locali per fumatori.

La prima norma di tutela dei non fumatori viene introdotta nel 1975: la legge n. 584 dell'11 novembre 1975 stabilisce il divieto di fumare in determinati locali e sui mezzi di trasporto pubblico.
Tra i luoghi interessati dal divieto: le corsie degli ospedali, le aule scolastiche, le sale d'attesa delle stazioni, i locali chiusi adibiti a pubblica riunione, i cinema, le sale da ballo.

La prima norma di tutela dei non fumatori viene introdotta nel 1975: la legge n. 584 dell'11 novembre 1975 stabilisce il divieto di fumare in determinati locali e sui mezzi di trasporto pubblico. Tra i luoghi interessati dal divieto: le corsie degli ospedali, le aule scolastiche, le sale d'attesa delle stazioni, i locali chiusi adibiti a pubblica riunione, i cinema, le sale da ballo.

Negli anni '90, una serie di provvedimenti legislativi affrontano i temi della tutela dal fumo passivo: con il decreto legislativo n. 626/1994 si impone al datore di lavoro di limitare l'esposizione del lavoratore ad agenti cancerogeni, tra i quali il fumo di tabacco; con la Direttiva del Presidente del Consiglio dei Ministri del 14/12/1995 si estende il divieto di fumo ai locali destinati al ricevimento del pubblico e utilizzati dalla pubblica amministrazione, dalle aziende pubbliche e dai privati esercenti servizi pubblici. Si stabiliscono inoltre limitazioni alla pubblicizzazione (D.M. n. 425/1991 e D.Lgs n. 581/1993 e si inizia anche a regolamentare la composizione (legge n. 142/1992) e l'etichettatura dei prodotti del tabacco (legge n. 428 del 1990).

- nelle sale d'attesa di stazioni ferroviarie, aeroporti, stazioni portuali e marittime, stazioni autofilotranviarie;
- nei veicoli di proprietà dello Stato o di enti pubblici, nonché in quelli appartenenti a concessionari di pubblici servizi e destinati al trasporto di persone;
- nei taxi, nei treni, nelle metropolitane;
- nei musei e nelle pinacoteche;
- nelle biblioteche e nelle sale di lettura;
- nelle palestre;
- nelle sale gioco, bingo, corse e videogame;
- nei cinema e nei teatri;
- per quanto riguarda gli alberghi, il divieto di fumo vige negli spazi comuni, mentre le singole stanze vengono considerate alle abitazioni private.

CURIOSITA': LEGGI SUGLI SPAZI APERTI

In alcuni spazi aperti è vietato accendere una sigaretta come nei pressi di università ospedaliere o presidi ospedalieri, di istituti di ricerca scientifica di cura pediatrica, perfino nelle pertinenze esterne (terrazzini o balconi) dei reparti di ginecologia e ostetricia dei reparti di neonatologia e pediatria delle università ospedaliere, dei presidi ospedalieri e degli IRCCS, (degli istituti di ricerca e cura a carattere scientifico). Naturalmente, nelle aree esterne di pertinenza delle scuole. Domanda legittima del vizioso: ma è vietato fumare in piazza, all'aperto, davanti ad un'università ospedaliera? Ed è vietato fumare sul balcone di un ospedale, anche se la porta è chiusa a modo? La risposta è stata appena data: sì.
Nel caso della piazza in cui c'è l'università, conviene allontanarsi di qualche decina di metri, magari davanti al negozio di un tabaccaio. Saranno contenti chi fuma la sigaretta e chi la vende e non si rischierà la multa.
Nei comuni in cui vige il divieto di fumo all'aperto la multa va dai 25 i 500.

I CONTROLLI

In tutti i luoghi in cui è vietato fumare deve essere affisso un cartello che specifica l'esistenza del divieto di fumo, le sanzioni e la persona incaricata di controllare che non vi siano trasgressioni.
Quest'ultima ha il compito di:

- ❏ vigilare affinchè il divieto non sia violato;
- ❏ contestare le violazioni ai trasgressori;
- ❏ irrogare le sanzioni previste dalla legge.

Negli uffici pubblici la persona incaricata di vigilare sull'osservanza del divieto viene nominata dal dirigente dell'ufficio; in mancanza sarà egli stesso a svolgere questo compito.
Negli uffici privati, il titolare provvede personalmente alla vigilanza o nomina un incaricato scegliendolo tra i dipendenti.

Sanzioni

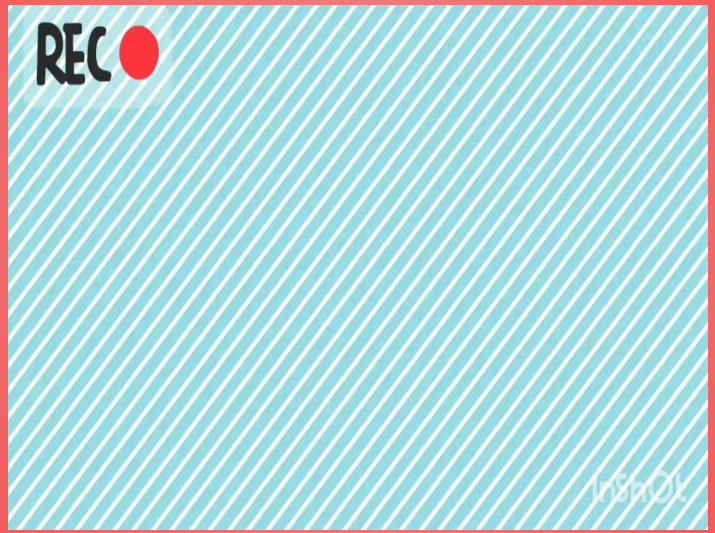
Quali sono le sanzioni previste per chi viola i divieti stabiliti dalla legge contro il fumo?

- ★ Chi fuma in luoghi vietati è soggetto a una sanzione pecuniaria di importo compreso tra 27,50 e 275 euro;
- ★ se la trasgressione è avvenuta in presenza di una donna in evidente stato di gravidanza o di un minore fino a dodici anni la sanzione è raddoppiata e pertanto va da 55 a 550 euro;
- ★ se il soggetto incaricato di far osservare il divieto di fumo non adempie all'incarico perché ad esempio non contesta la violazione a chi viene sorpreso a fumare) la sanzione è piuttosto elevata: da 200 a 2.200 euro.

IL NOSTRO SLOGAN

Cerca di salvaguardare la vita e falla finita,
denti ingialliti e cuori infastiditi,
l'allegria sommersa è ormai andata persa,
inquina il tuo corpo di meno e vivi davvero.

THE
END


REC