Strategie per smettere di fumare

Data 27 novembre 2016
Categoria pneumologia

Non sembrano esistere differenze sostanziali di efficacia tra tre diverse strategie terapeutiche usate per aiutare chi vuol smettere di fumare.

Uno studio randomizzato e controllato ha confrontato tra loro tre tipi di terapie farmacologiche comunemente usate per smettere di fumare.

Lo studio ha arruolato 1086 fumatori (52% donne, età media 48 anni) randomizzati a uno dei seguenti trattamenti: vareniclina, cerotti di nicotina e terapia combinata (nicotina + vareniclina).

La durata della terapia è stata di 12 settimane. L'astensione dal fumo è stata valutata in maniera oggettiva tramite il test al monossido di carbonio.
I partecipanti fumavano in media 17 sigarette al giorno.

La percentuale di soggetti che non fumava alla 26° settimana era simile per i tre trattamenti (circa 22% per nicotina, 23% per vareniclina e 26% per la terapia combinata).
Anche a 52 settinane non c'era differenza significativa tra i tre trattamenti.

Lo studio, quindi, dimostra che le tre stretegie terapeutiche sono egualmente efficaci nell'ottenere un'astensione dal fumo e che la terapia combinata non sembra più efficace della monoterapia.

Rimane la constatazione che la percentuale di soggetti che aveva smesso di fumare era relativamente bassa. Insomma liberarsi dal fumo, per il paziente, non è affatto facile.

Da ricordare che per aiutare chi vuol smettere di fumare sono disponibili altri presidi come per esempio il bupropione, la citisina (che ha un meccanismo d'azione analogo a quello della vareniclina) e la sigaretta elettronica, su cui esistono opinioni contrastanti .

RenatoRossi

Bibliografia

1. Baker TB et al. Effects of Nicotine Patch vs Varenicline vs Combination Nicotine Replacement Therapy on Smoking Cessation at 26 WeeksA Randomized Clinical Trial.JAMA 2016 Jan 28;315:371-379.

2. http://www.pillole.org/public/aspnuke/news.asp?id=6183