FUMOTTO

Progetto Finanziato Dal Fondo Nazionale d'Intervento per la Lotta alla Droga

Presidenza del Consiglio dei Ministri
Dipartimento Nazionale per le Politiche Antidroga

ISTITUTO SUPERIORE DI SANITÀ

Ministero del Lavoro e delle Politiche Sociali

OSSERVATORIO
OSSFAD
FUMO ALCOL E DROGA

www.iss.it/ofad

Telefono verde contro il fumo **800 554088**

Coordinamento editoriale
Piergiorgio Zuccaro[1]
Graziella Caraffa[2]

Testi
Antonio Mistretta[3]

Illustrazioni
Paolo Caraffa[2]

Impaginazione e realizzazione grafica
Giacomo Toth[4]

Stampa
Centro Stampa De Vittoria S.r.l. via degli Aurunci, 19 - 00185 Roma

Copyright Ossfad - Maggio 2005

Si ringraziano per il loro valido contributo
Valentina Monaca e Mary Pappalardo

1) Dipartimento del Farmaco - Istituto Superiore di Sanità, Viale Regina Elena, 299 - 00161 Roma

2) 3C&C, Piazza Piemonte, 4 - 20145 Milano

3) Dipartimento “G.F. Ingrassia” Igiene e Sanità Pubblica, Università degli Studi, Catania

4) Ufficio Relazioni Esterne - Istituto Superiore di Sanità - Via Giano della Bella, 34 - 00162 Roma

FUMOTTO

PREFAZIONE

Il concetto che il fumo di tabacco sia nocivo alla salute e che aumenti la probabilità di andare incontro a molte malattie (la più grave delle quali è il cancro) è un fatto certamente ben noto a voi tutti.
Ma perché il fumo fa male? E quanto fa male? Proviamo insieme a trovare una risposta.

Questo libricino ha la funzione di informare in modo semplice e divertente sui danni causati dal fumo.

Troverete in esso diversi giochi che vi aiuteranno a capire quanto sia importante scegliere di non fumare per poter stare bene da grandi.
Questo opuscolo è dedicato a Voi bambini perché crediamo che possiate diventare dei messaggeri della salute nella scuola, nella vostra famiglia e tra i vostri amici.
Sarà utile ai vostri insegnanti per aiutarli ad affrontare in classe il “problema fumo” in modo divertente e simpatico.

Scheda per l’insegnante

Appartiene alla famiglia delle solanacee. E’ una pianta erbacea annuale genere Nicotiana; la specie più diffusa è la Nicotiana Tabacum. E’ alta fino a 2 metri ed è originaria del Sud America.

Le foglie sono grandi (60 x 40 cm) di forma ovale o lanceolata.

Il fusto è eretto e privo di diramazioni.

Cenni storici. Gli antichi popoli Maya ne trasmisero l’uso alle popolazioni indigene del Nord America.

Curiosità. La Cina e gli Stati Uniti sono oggi rispettivamente il primo e il secondo produttore mondiale di tabacco.

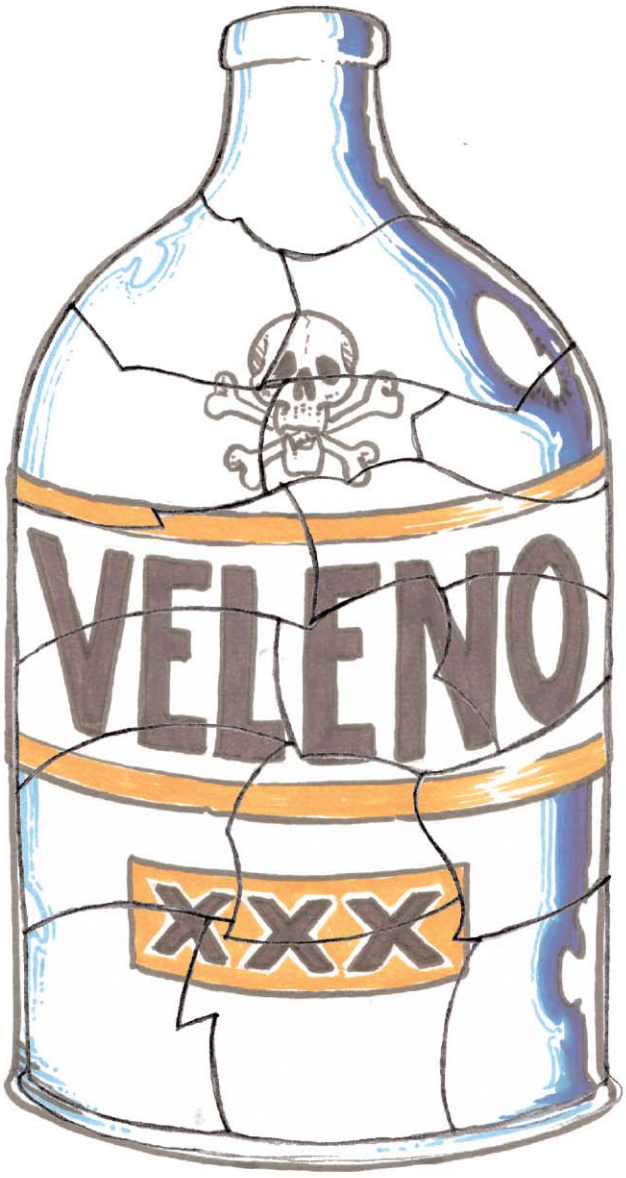
Composizione. Le foglie sono ricche di proteine, acidi organici e glucidi. Il contenuto di alcaloidi varia dal 2% al 15%.

La nicotina, il principale alcaloide presente, è un olio e deriva biosinteticamente dall'acido nicotinico e dall'ornitina. I suoi effetti sia sul SNA (sistema nervoso autonomo) che sul SNC (sistema nervoso centrale) sono i responsabili della dipendenza.

La tossicità del tabacco è dovuta in gran parte ai prodotti di combustione, circa 4000 composti tra cui: catrame, ossido di carbonio e di azoto, nitrosammine volatili, acido cianidrico, idrocarburi volatili, formaldeide etc. che sono responsabili dell'azione cancerogena. Anche la nicotina ha un'azione tossica, essa infatti è implicata nell'insorgenza e nello sviluppo delle malattie cardiovascolari.

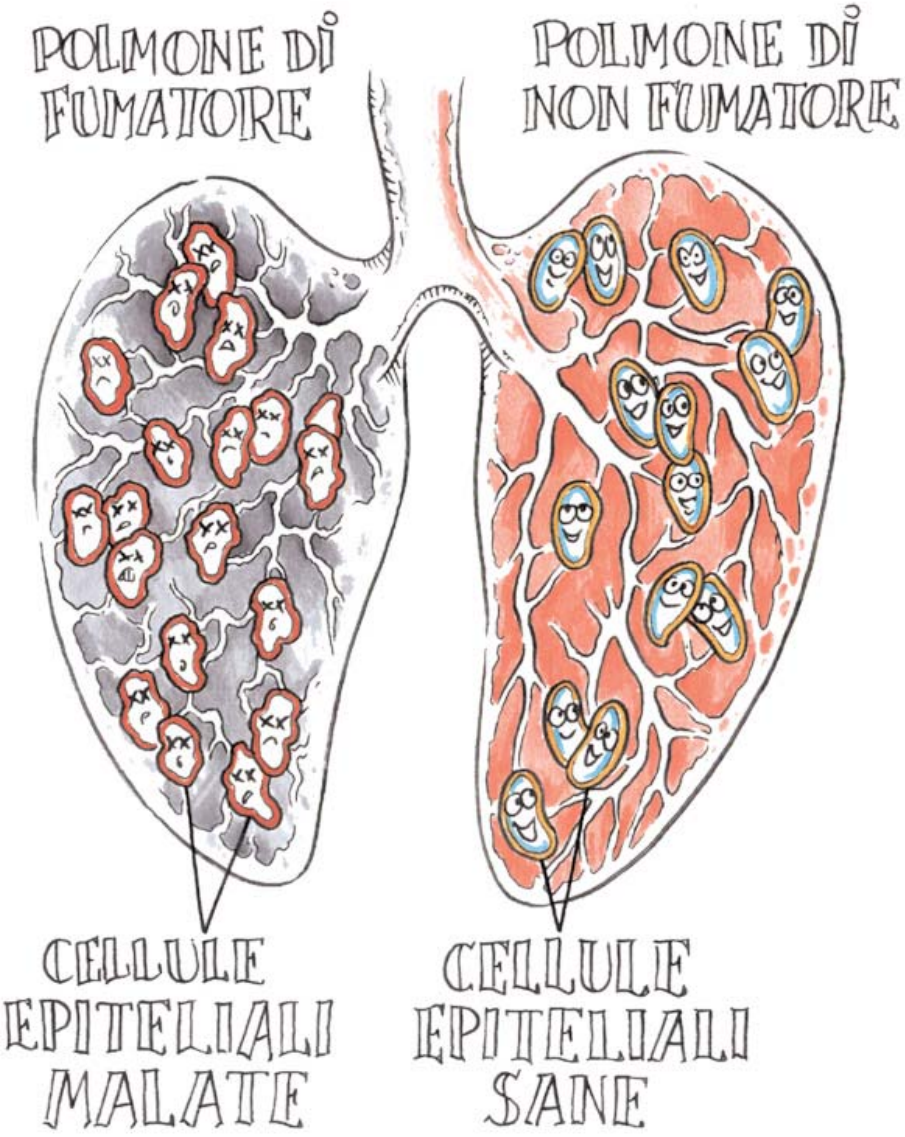
GIOCO

Sai quali sono le sostanze tossiche contenute nel tabacco?
Fotocopia la pagina, ritaglia e componi il puzzle sulla bottiglia: otterrai il nome di 4 componenti.


VELENO
XXX

DANNI AL POLMONE

Cosa succede dentro ai nostri polmoni quando si intasano di fumo?
Normalmente le pareti dei bronchi sono rivestite da cellule epiteliali che hanno il preciso compito di filtrare ciò che respiriamo.



Se fumiamo, boccata dopo boccata, anno dopo anno, il catrame contenuto nella sigaretta riesce a paralizzare queste cellule; di conseguenza il fumatore è più esposto alle aggressioni esterne di germi, polveri e sostanze cancerogene.
Sigaretta dopo sigaretta, giorno dopo giorno, le cellule polmonari possono entrare in contatto con sostanze capaci di danneggiare alcuni geni, così che la cellula si altera e, dunque, può accadere il peggio.
Perché una cellula polmonare diventi cancerosa occorrono in genere diversi anni.

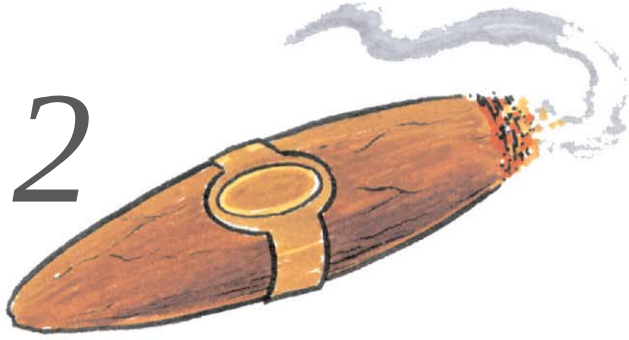
GIOCO

Cancella dallo schema della pagina accanto le lettere che compongono il nome di ciascuna figura, avanzando in senso orario e seguendo la numerazione. Alla fine scoprirai qual'è l'organo più danneggiato dal fumo di sigarette.

1

_____

2

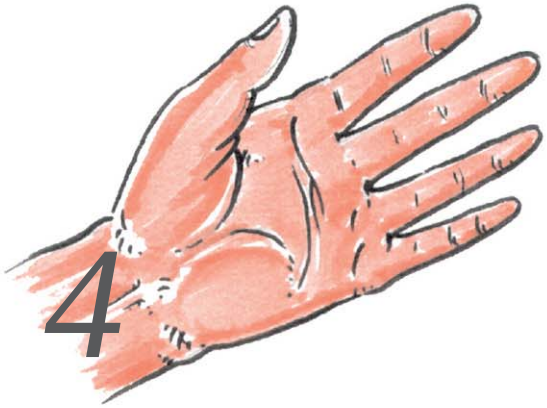


_____

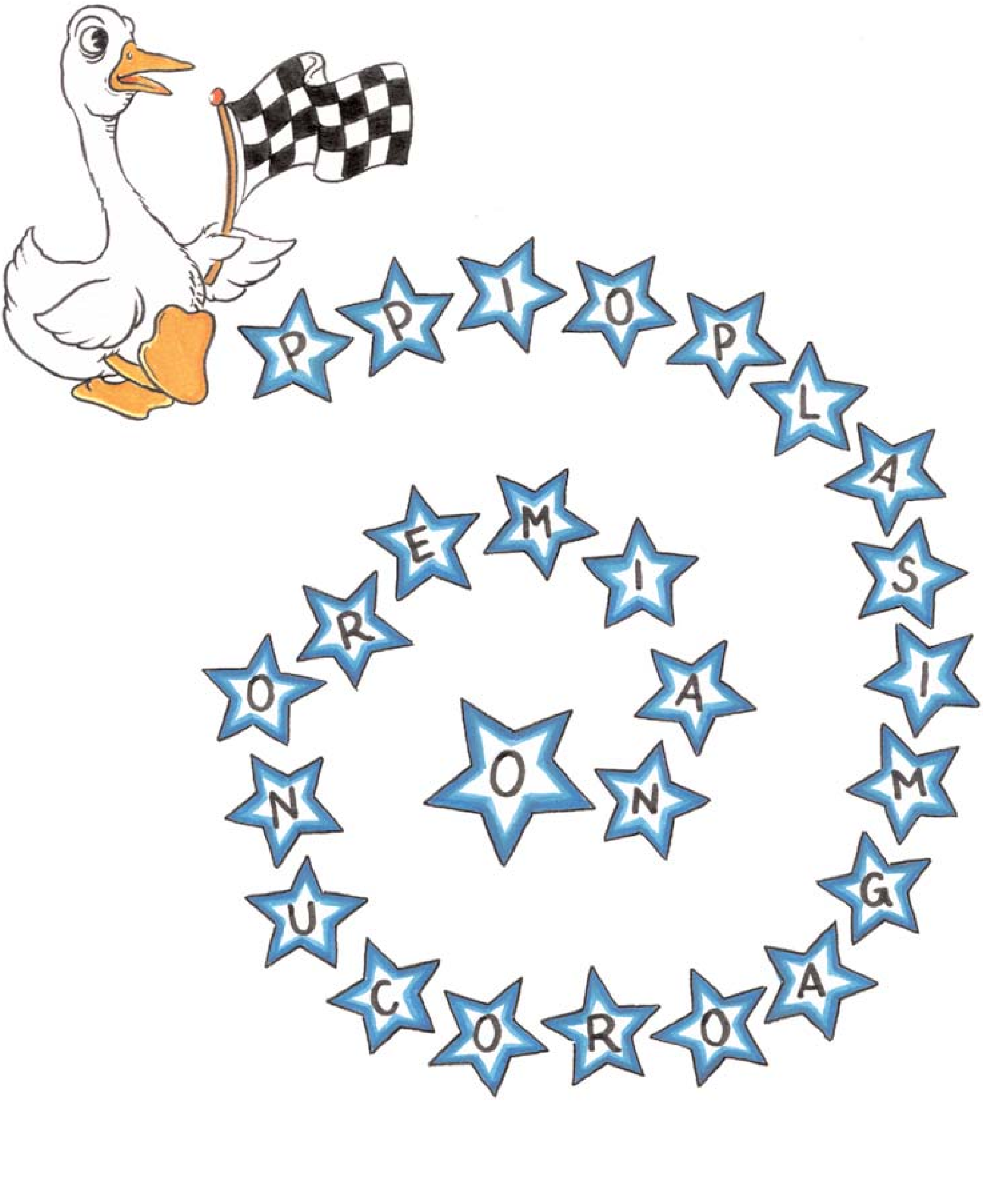
3

_____

4



_____


P P I O P L A S I M G A O R O C U N O R E M I A N O

DANNI AL CUORE

Le malattie che colpiscono il cuore (cardiovascolari) sono la prima causa di mortalità nei paesi occidentali come il nostro.

Per queste malattie esistono dei “fattori di rischio” che aumentano la probabilità di ammalarsi: l’aumento di grassi nel sangue, il fumo di sigarette, l’obesità, l’assenza di attività fisica.

Il fumo è il secondo degno componente della temibile banda di formidabili attentatori della nostra salute.

CUORE di FUMATORE

Le sostanze presenti nelle sigarette, fortemente dannose per il cuore e i vasi sanguigni, sono il monossido di carbonio e la nicotina.

REBUS

IL PU

M TTIE AI

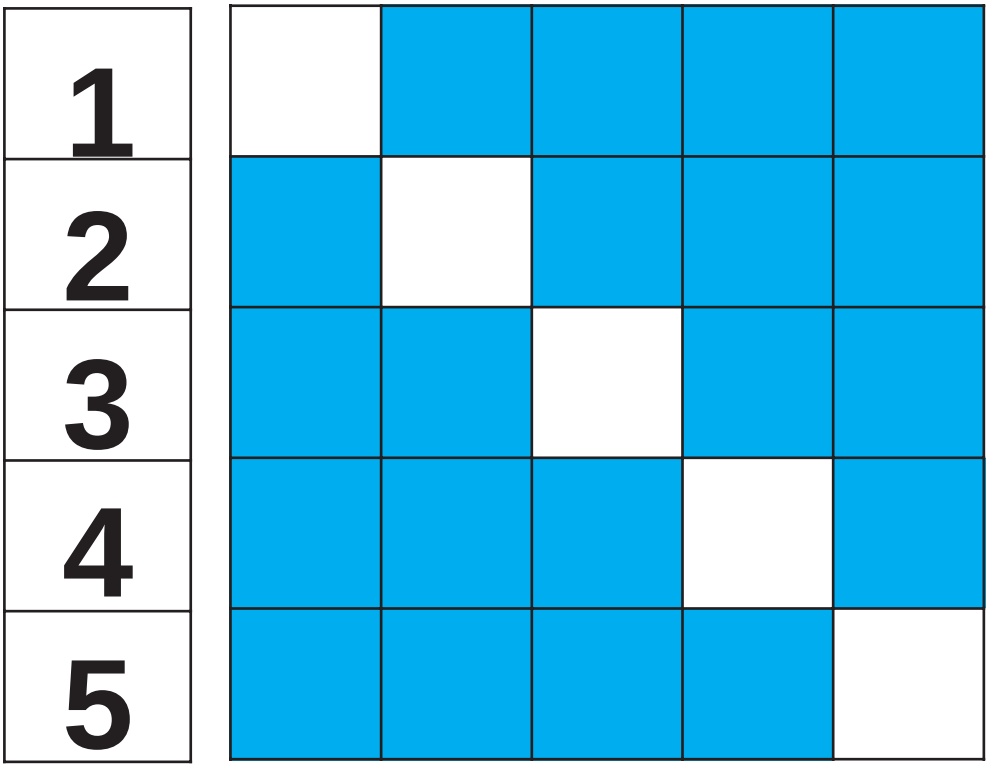
E AL

SOLUZIONE del GIOCO

_ _ _ _ _ _ PU_ _ _ _ _ _ _ _ _ M _ _ _TTIE
AI _ _ _ _ _ _ _ _ E AL _ _ _ _ _

GIOCO

Risolvi il cruciverba, leggerai nella colonna bianca il nome di un organo che può essere colpito dal fumo.



Orizzontali

1) E’ di forza maggiore...
2) Passato remoto del verbo fumare, prima persona...
3) Il fumo da sigaretta emana un cattivo...
4) Il codice segreto è composto in...
5) Il contrario di debole...

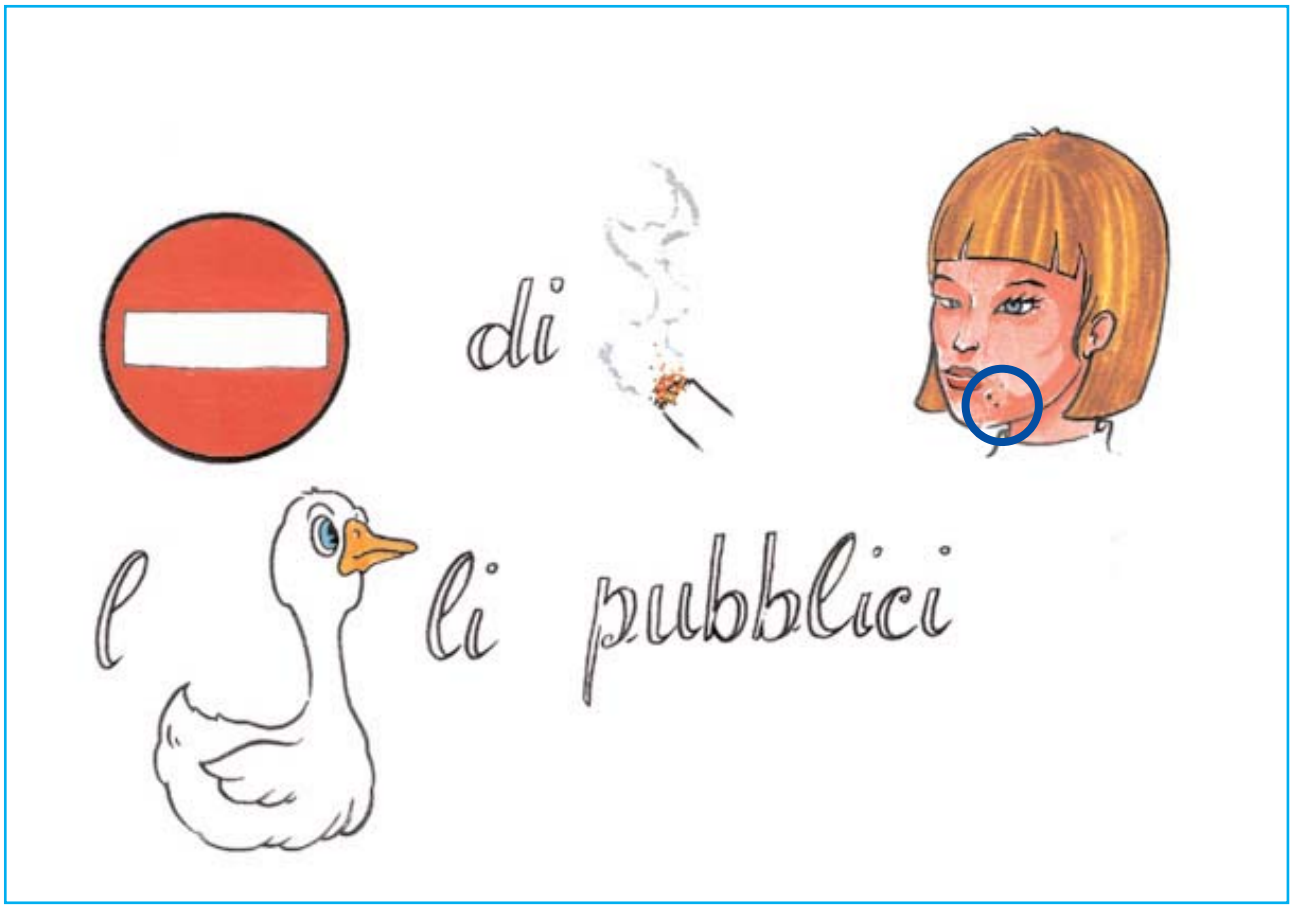
FUMO PASSIVO

Vi sono due tipi di fumo: attivo e passivo. Il fumo attivo è quello che viene direttamente inalato da un fumatore, mentre il fumo passivo è quello che viene inalato involontariamente dai soggetti che si trovano accanto ai fumatori.

Ciò che è più dannoso è il fumo che esce dalla punta della sigaretta, dove avviene la combustione.

Questo fumo è ricco di sostanze cancerogene e tossiche generate dalla combustione della sigaretta, poiché non è passato né attraverso il filtro della sigaretta, né attraverso i polmoni del fumatore.
L’esposizione al fumo passivo comporta quindi gli stessi rischi, seppure in quantità minore, che hanno i fumatori.

REBUS



SOLUZIONE del GIOCO

_ _ _ _ _ _ _ _ DI _ _ _ _ _ _ _ _ _ _ L _ _ _ LI PUBBLICI

REBUS

SOLUZIONE del GIOCO

IL _ _ _ _ DI _ _ _ _ _ _ _ _ _ _ E' _ _ _ _ VO
_ _ _ L'_ _ _ _

REBUS

SOLUZIONE del GIOCO

_ _ _ _ _ _ _ _ _ E _ _ _ _ _ _ SENZA _ _ _ _

GIOCO

Rispondi alle seguenti definizioni e inserisci le risposte negli spazi vuoti.
Alla fine scoprirai altri problemi che il fumo può causare.

DEFINIZIONI

1) Articolo determinativo maschile singolare...
2) Per freddo e forti emozioni viene la pelle d'...
3) Articolo determinativo femminile singolare...
4) Automobile in inglese...
5) Prima persona maschile singolare...
6) Frequentano la scuola...

SOLUZIONE del GIOCO

_ _ FUMO PROV _ _ _ MA_ _ TTIE
_ _ _ D _ _ VA _ _ _ _ _ _ _ _

Smascheriamo alcune frottole

Sei sicuro che avere gli occhi arrossati, i denti ingialliti, l'alito pesante, il respiro affannoso rendano più affascinante un fumatore?

Chi fuma ha più fascino? **FALSO**

Chi fuma è tenuto a distanza da tutti coloro che non sopportano il fumo.
VERO

Smascheriamo alcune frottole

Fumare vuol dire sono grande? **FALSO**

Grande si diventa quando si raggiunge la propria autonomia, quando si fanno delle scelte di vita decidendo da soli, senza farsi condizionare dagli altri. L'idea di essere grandi perché si fuma è una moda diffusa tra ragazzi. E' un'idea debole.

I ragazzi che fumano diventano come pecore di un gregge che segue un cattivo pastore. **VERO**

Smascheriamo alcune frottole

Chi fuma ha più ossigeno? **FALSO**

In un fumatore che pratica sport le capacità atletiche si riducono proprio perchè vi è una carenza di ossigenazione .
Dunque le prestazioni risultano scarse.
Ricorda: sport e fumo non vanno mai d'accordo! **VERO**

Crea uno spot

Dividetevi in squadre.
Ogni squadra dovrà preparare una "pubblicità progresso" sui danni provocati dal fumo di tabacco.
Potrete scegliere se rappresentare un vero e proprio spot recitato, sul tipo della pubblicità televisiva, oppure se creare un manifesto con uno slogan utilizzando collage o disegni.
Sarete voi stessi a stabilire qual'è la migliore pubblicità prodotta.

Scenetta da rappresentare in classe

No grazie!!!

Attori protagonisti:
Fred Catrame
Michelina Nicotina
Irene Benzopirene
Arturo Idrocarburo

Amici fumatori

Giovannino Tontolino
Paolina Furbina

Ragazzi non fumatori

Scena: festa a casa di Fred Catrame, musica di sottofondo

“Canovaccio” da seguire:
Fred Catrame, Michelina Nicotina, Irene Benzopirene e Arturo Idrocarburo cercano di convincere Giovannino Tontolino e Paolina Furbina a fumare una sigaretta. Giovannino Tontolino dopo una lunga discussione decide di provare una

sigaretta, ma si accorge che fumare in realtà non gli piace. Paolina Furbina, invece, resiste alla “tentazione” e, alla fine, riesce a convincere Giovannino Tontolino a restare un non fumatore.

Soluzione dei giochi

Puzzle pag. 8:
NICOTINA, OSSIDO DI AZOTO, OSSIDO DI CARBONIO, CATRAME
Gioco pag 12 e 13:
Polmoni
Rebus pag 16:
Il fumo può causare malattie ai polmoni e al cuore
Cruciverba pag 17:
CUORE
Rebus pag 20:
Divieto di fumare nei locali pubblici
Rebus pag 21:
Il fumo di sigaretta è nocivo per l'uomo
Rebus pag 22:
Ospedale e scuola senza fumo
Gioco pag 23:
Il fumo provoca malattie cardiovascolari

Progetto “Gli stili di vita per la prevenzione delle tossicodipendenze”

Responsabile del Progetto:

Dott. Andrea Segrini - Coordinatore del Progetto - Fondazione Molina, Varese

Responsabile di Procedimento:

D.ssa Marina Rossignoli - Dirigente Coordinatore d’Area - Settore Lavoro e Politiche Sociali Provincia di Varese

Direzione scientifica e coordinamento delle attività:

Dott Giovanni Daverio - Ministero del Lavoro e delle Politiche Sociali

Dott. Mario Carletti - Ministero del Lavoro e delle Politiche Sociali

Dott. Piergiorgio Zuccaro - Dipartimento del Farmaco, Istituto Superiore di Sanità

D.ssa Roberta Pacifici - Dipartimento del Farmaco, Istituto Superiore di Sanità

Prof. Paolo Cherubino - Preside Facoltà di Medicina, Università degli Studi dell’Insubria

Prof. Adolfo Francia - Dipartimento di Medicina Clinica, Università degli Studi dell’Insubria

Prof. Aldo Fumagalli - Sindaco del Comune di Varese

Dott. William Malnati - Assessore alle Politiche Sociali, Comune di Varese

Dott. Francesco Spatola - Dirigente del Settore Politiche Sociali, Comune di Varese

Dott. Pierluigi Zeli - Direttore Generale dell’Azienda Sanitaria Locale, Varese

Dott. Vincenzo Marino - Direttore Dipartimento delle Dipendenze dall’ASL di Varese

Dott. Antonio Lupacchino - Dirigente Territoriale Centro Servizi Amministrativi di Varese

Affidatario del Progetto

Provincia di Varese

Settore Lavoro e Politiche Sociali

Via Valverde, 2

2100 - Varese

Tel. 0332 252770 - Fax. 0332 252793

FUMARE PUO'ESSERE PERICOLOSO PER LA TUA SALUTE

Ricordatelo

SEMPRE!