



#Focus on

Scrivo come mangio! Matrimoni

Il Tempo delle Emozioni Gli incontri beauty di Iodonna

Cannes 2015

SCOPRI I BLOG E LE  
FIRME DI IO DONNA

ATTUALITÀ

PERSONAGGI

MODA

BELLEZZA

LIFESTYLE

BENESSERE

OROSCOPO

VIDEO



HOME, BENESSERE, SALUTE E PREVENZIONE / 27 maggio 2015

## Spegni l'ultima (sigaretta)

Per la Giornata Mondiale senza Tabacco del 31 maggio, la campagna No Smoking Be Happy e tutte le altre iniziative della Fondazione Veronesi contro il fumo attivo e passivo

di Elena Meli



Un mozzicone di sigaretta enorme, spento sul selciato di piazza Gae Aulenti a Milano.

Fino al 31 maggio, **Giornata Mondiale senza Tabacco**, questa cicca gigante sarà il simbolo più che tangibile del messaggio **Spegni l'ultima** promosso dalla **Fondazione Veronesi** con la campagna **No Smoking Be Happy**, che dal 2008 attraverso una mostra-laboratorio itinerante cerca di spiegare ai cittadini i danni del fumo di sigaretta.

Quest'anno il progetto porta negli ospedali milanesi la mostra interattiva grazie alla quale sarà possibile toccare con mano quanto faccia male fumare: **giochi, video, pannelli tridimensionali fanno letteralmente vedere gli effetti sulle singole parti del corpo umano, dal cuore ai**



**polmoni, dalla bocca alla pelle.**

La mostra approda [all'Istituto Stomatologico Italiano](#), fino al 23 maggio, e all'[Istituto Tumori di Milano](#), dal 26 maggio al 1 giugno, dopo essere stata vista da oltre 50 mila studenti e cittadini in tutta Italia, che hanno potuto così scoprire come il fumo attivo sia causa di **25 malattie e 18 tipologie di tumore**.

Nonostante questo, tantissimi italiani tuttora fumano e sono soprattutto le donne a farlo: le fumatrici sono oltre cinque milioni. Non basta: **il sesso femminile accende molto presto la prima sigaretta (entro i 16 anni nella maggioranza dei casi) e fuma in media "bionde" più forti**.

Il risultato? Mentre il tumore del polmone sembra ridursi negli uomini, fra le donne è in continua crescita. Ecco perché anche la nuova campagna [Women Against Lung Cancer in Europe](#) **Esci dal tunnel, non bruciarti il futuro** attraverserà tutta l'Italia per sensibilizzare i cittadini sui danni del fumo: dal 31 maggio a Torino e poi fino a novembre, passando per diverse città, **in un tunnel lungo 14 metri si potrà eseguire una spirometria per valutare la funzione polmonare e parlare con uno pneumologo e un oncologo per ricevere informazioni sul tabagismo**.

«Dobbiamo raggiungere direttamente i cittadini perché i numeri sono drammatici: in Italia i fumatori attivi sono oltre 11 milioni e uno su quattro è esposto al fumo passivo, quasi sempre senza sapere che anche questo è molto dannoso» spiega Silvia Novello, presidente WALCE Onlus e docente del Dipartimento di Oncologia Polmonare all'Università di Torino. «Il problema riguarda le donne da vicino: nel 2014 la prevalenza di giovani fumatrici è aumentata rispetto all'anno precedente, passando dal 15,3 al 18,9 per cento. Nel tunnel i visitatori potranno scoprire ad esempio che il tumore al polmone ha colpito 40 mila italiani lo scorso anno, con oltre 33 mila decessi, oppure che in una sigaretta ci sono ben quattromila composti nocivi».

La speranza è che tutti si decidano a "spegnere l'ultima", come invita la campagna **No Smoking Be Happy** anche sui social network, con l'hashtag **#spegnilultima**: testimonial è Fabio Volo, ex fumatore che racconta la sua esperienza in un video ed è molto fiero di essere riuscito a dire basta. Quando l'ha fatto la sua vita è diventata migliore, perché spegnere l'ultima significa volersi davvero bene.

**Ti potrebbe interessare anche...**

- ▶ [RAGAZZI E FUMO: LA DIPENDENZA SI IMPARA \(DAI GENITORI\)](#)
- ▶ [SIGARETTE: LE DONNE SANNO DIRE BASTA](#)

**Cuore e Parole e Monnalisa**

Premiano la creatività  
(e la salute) dei bambini

Tweets di @iodonnalive

**Vedi anche**

**Ecologia del sesso, ovvero le regole per farlo bene**



**Più in forma a 40 che a 20: Padma, Naomi, JLo & Co**