



PROFESSIONE INFERMIERE: AL VIA GLI STATI GENERALI

Consultazione pubblica
fino al prossimo 2 maggio

Dal 28 marzo (e fino al prossimo 2 maggio) si è ufficialmente aperta la consultazione pubblica degli Stati Generali, rivolta agli oltre 456.000 infermieri iscritti all'Albo nazionale. Collegandosi al link "http://statigenerali.fnopi.it/", ogni professionista potrà fornire preziosi contributi specifici nelle tre macro-aree individuate (Identità professionale, Organizzazione e Formazione) e potrà scegliere di rispondere a uno o più quesiti presenti in ciascuna sezione. Entro il prossimo autunno, attraverso gli Stati Generali, si vuole ridisegnare la professione infermieristica in Italia, anche attraverso la modifica delle norme primarie e dei percorsi formativi universitari e di specializzazione.

By ATHESIS STUDIO

Fattore di rischio. Il tabacco è la causa nota di almeno 27 malattie e uno dei principali responsabili nella comparsa di tumori

Smettere di **fumare**, investire in salute: il tabagismo resta una grande minaccia

Secondo l'Organizzazione Mondiale della Salute, il consumo di tabacco (tabagismo) rappresenta la più grande minaccia per la salute pubblica, a livello mondiale, costituendo il primo fattore di rischio per le malattie croniche (patologie neoplastiche, cardiovascolari e respiratorie).

È da tempo dimostrato che il tabacco provoca più decessi di alcol, AIDS, droghe, incidenti stradali, omicidi e suicidi messi insieme; il fumo di sigaretta è inoltre causa nota di almeno 27 malattie, tra le quali bronco-pneumopatie croniche ostruttive (BPCO) e rappresenta uno dei più importanti fattori di rischio nello sviluppo di malattie tumorali, non solo a carico del polmone (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).

L'assunzione costante e prolungata di tabacco è in grado di incidere sulla durata e sulla qualità della vita: 20 sigarette al giorno riducono di circa 4,6 anni la vita media di un giovane che inizia a fumare a 25 anni, ovvero, per ogni settimana di fumo si perde un giorno di vita.

Secondo i dati dell'ultima rilevazione sul tabagismo nei minori svolta dall'agenzia italiana dell'Health Behaviour in School-aged Children (HBSC) nel 2018, la quota di giovani quindicenni che dichiara di aver fumato (almeno una sigaretta negli ultimi trenta giorni) è pari al 24,8% per i ragazzi e 31,9% per le ragazze, percentuali che aumentano sensibilmente con il progredire dell'età.



Le motivazioni che spingono i giovani a fumare comprendono fattori di rischio ambientali (accessibilità ai prodotti a base di tabacco, accettazione del tabacco nel contesto sociale di vita, disagio familiare) e comportamentali individuali (basso livello di scolarità, scar-

se capacità nel resistere all'influenza sociale, basso livello di autostima e di autoefficacia). Lo scorso 29 marzo, l'Istituto Superiore di Sanità (ISS) ha lanciato la nuova piattaforma "smettodifumare" (<https://smettodifumare.iss.it/>) che fornisce informazioni, servizi di so-

un'approfondita sezione informativa sul tabagismo e sui rischi connessi a tale pratica, dalla tradizionale sigaretta fino ad arrivare alle sigarette elettroniche di nuova generazione.

È inoltre presente una guida per smettere di fumare (scaricabile in PDF), con preziosi suggerimenti ed efficaci strategie; e un "diario di viaggio" dove è possibile tenere nota dei progressi fatti. Completa il tutto, un elenco dei Centri Antifumo e diversi accorgimenti per evitare una ricaduta in itinere.

Per chi desidera parlare con un operatore è infine disponibile il Numero Verde contro il Fumo (800354088), un servizio nazionale, anonimo e gratuito, attivo dal lunedì al venerdì dalle 10:00 alle 16:00. Abbandonare il vizio del fumo può risultare difficile a causa della dipendenza fisica (dalla nicotina) unita a fattori comportamentali (gestualità e ritualità) e psicologici (stress, stati emotivi ecc.) aspetti che influenzano il fumatore in maniera soggettiva.

Smettere di fumare rappresenta un cambiamento importante nello stile di vita e a volte possono essere necessari più tentativi prima di riuscirci; i più recenti dati ISTAT indicano che il 90% degli ex fumatori ha smesso definitivamente di fumare dopo, in media, sei tentativi, e che maggiore è il supporto che si riceve, più è alta la probabilità di smettere di fumare in modo definitivo.

Non fumare arricchisce, non solo in salute, e salvaguarda il proprio benessere e quello di chi ci sta intorno, bambini compresi. Non è mai troppo tardi, per smettere di fumare.

Tecnologia

Opi Brescia Mobile: tutti i servizi a portata di app

Nasce la nuova app "Opi Brescia mobile", disegnata appositamente per smartphone e tablet e già disponibile per tutti gli utenti sia per iOS che per Android.

Progettata per migliorare e facilitare la comunicazione tra Ordine, iscritti e cittadini, l'app ripropone al suo interno, in modalità smart, tutti i principali servizi erogati dall'Area riservata agli iscritti di OPI Brescia.

Ecco allora che diventa possibile visualizzare la propria tessera di iscrizione, modificare la propria anagrafica, caricare la foto tessera, richiedere il rilascio di certificati di iscrizione, richiedere consulenze e appuntamenti.

È ancora, tramite l'applicazione è possibile inoltrare segnalazioni, iscriversi ad eventi formativi organizzati da OPI Brescia (e non solo), ricercare liberi professionisti, accedere alla propria casella PEC, visualizzare le convenzioni riservate agli iscritti, consultare le Newsletter, monitorare il calendario delle attività dell'Ordine.

L'app permette inoltre un utilizzo veloce, intuitivo ed immediato che favorisce la divulgazione delle notizie, anche tramite l'attivazione della funzione di notifiche push.

Anche i cittadini possono scaricare l'app di OPI Brescia e usufruire dei servizi già attivi, che nel tempo verranno ulteriormente implementati.



Ordine delle Professioni Infermieristiche di Brescia

**Noi infermieri:
storie che raccontano milioni di vite**



OVUNQUE per il BENE di TUTTI

Via Metastasio 26, Brescia. Tel. 030.291478 - fax 030.43194 email: info@opibrescia.it - www.opibrescia.it