

A lezione con «Giovani in salute»

# Non diteci mai «fumare fa male!»

*Il predicazzo salutista ha fallito del tutto: lo dicono i ragazzi, lo ribadiscono gli esperti. Allora? Ai corsi li abbiamo sentiti parlare di film, jeans, amici, pubblicità*

Casello del Dazio di piazza V Giornate, martedì scorso, ore 18: tre ragazzi e tre ragazze, età media vent'anni, parlano di sigarette e del progetto che stanno seguendo, «Giovani in Salute», percorso sugli stili di vita salutari promosso da Comune, Lega Italiana Lotta ai Tumori e Società Italiana Alcolismo. «Fa male? Lo so, ma questo non mi aiuta a smettere», dice Nicoletta, che fuma da sette anni. «Non ho ancora smesso, però ogni volta che mi accendo una sigaretta mi viene in mente il test del monossido di carbonio e non me la gusto più». «Io ero quella messa peggio», ricorda Elena, prima sigaretta all'inizio del liceo, quattro tentativi di smettere falliti nonostante gli studi di canto al Conservatorio e la necessità di mantenere la voce limpida. «Sono venuta qui perché per me è diventato urgente», racconta, «almeno ho ridotto il numero». «Io ne ho tolte due, ora mi concentrerò sulle più difficili, dopo i past», ribatte Angelo, fumatore da cinque anni.

Giovani e adolescenti con la sigaretta, un primato milanese: il record di fumatori under 18 — la media nazionale è 20 su 100, da noi 12/100 — e il record della prima sigaretta, 16 anni in Italia, 15 a Milano. Dati che hanno spinto l'assessorato alla Salute del Comune a coinvolgere la Lega Tumori nel progetto Giovani in Salute: 50 ragazzi fra i 15 e i 23 anni, sei gruppi, sei incontri coordinati da psicologi. Un primo appuntamento per conoscersi e poi una programmazione decisamente atipica: spezzoni di film anni Sessanta con gli attori avvolti da nuvole di fumo; racconti di come i marchi hanno aggirato il divieto di reclamizzare le sigarette, trasformandosi in brand di moda; test del monossido di carbonio per valutare in pochi secondi la funzionalità polmonare; incontro sulle dipendenze con il farmacologo.

«Direzioni nuove, per forza», spiega Alessio Gamba, diretto-

## Per tutti

### Il Progetto Pilota

50 ragazzi di età fra i 15 e i 23 anni hanno preso parte a «Giovani in Salute», progetto-pilota sugli stili di vita salutari promosso dal comune con Lilt, Lega italiana Lotta ai Tumori e Sia, Società italiana di alcolologia.

### In futuro

Il programma prevedeva sei incontri di un'ora e mezzo, con uno psicologo. Iniziato a fine maggio è terminato questa settimana: potrebbe avere un seguito. La Lega Lotta Tumori (tel. 02.2662771; www.legatumori.mi) considera la possibilità di organizzare un nuovo ciclo il prossimo anno.

re scientifico Area prevenzione tabagismo della Lega e regista del progetto. «Il predicazzo salutista non ha efficacia, il moralismo è controproducente. Quindi rete di coetanei, perché i messaggi arrivano dal gruppo, e lavoro non sul divieto ma sul piacere, perché è l'età della trasgressione. Il punto non è il fumo in sé», continua, «ma educare i figli al pensiero critico. Un padre e una madre devono chiedersi quanto stiano aiutando il proprio ragazzo a decidere in modo autonomo dal gruppo. Le sigarette sono come i jeans di marca che indossano tutti, la play con cui giocano tutti, il fast food dove tutti consumano cibo non sano».

La pensa così anche Fondazione Veronesi, che dopo aver commissionato ad Astra-Ricerche uno studio su giovani milanesi e sigarette, organizza con il Comune e Gazzetta dello Sport una serie di incontri con i liceali. «Iniziamo martedì allo scientifico Marconi, a dicembre saremo all'Allende, al Gentileschi e al Parini, da gennaio in altri 14 istituti», racconta Cosimo Finzi, il ricercatore che ha preparato il questionario a cui hanno risposto 4372 cittadini fra 13 e 19 anni. «Cosa dirò? Mi attengo ai dati», dice, «si commentano da soli. Fuma il 21,7% degli intervistati, 7,7 è la media di sigarette al giorno, 0,5% i ragazzi che hanno iniziato prima dei 10 anni e 9,6% prima dei 13».

Insieme a Finzi ci sarà il campione na-

zionale di nuoto Samuele Pizzetti e un medico della Fondazione. Il modo di agire è lo stesso: si parla di fumo collegandolo allo sport, e poi di stili di vita corretti a 360 gradi: alimentazione, uso dei farmaci, consumo di alcolici. Concorda il pneumologo Roberto Boffi, che dirige l'Ambulatorio per la Prevenzione e la Diagnosi dei danni da fumo dell'Istituto dei Tumori. «Vediamo mille persone l'anno, gli adolescenti sono meno del 10%. Li spingono qui allarmatissimi genitori, ma non funziona. I ragazzi hanno una percezione di salute e malattia diversa, neanche "il fumo uccide" ha presa. E nemmeno dire che il fumo appesantisce l'alito e penalizza i baci, rovina la pelle e avvizzisce il seno, toglie fiato per lo sport. Per questo puntiamo sul gruppo, e ogni 31 maggio, Giornata Mondiale contro il Tabacco, promuoviamo un evento con le lene in ospedale. L'ultima edizione avevamo una Bmw nella hall: 500 ragazzi hanno visto che inquinava più una sigaretta dell'auto».

«Benvenuto a qualsiasi intervento che possa aiutare i teenager a fuggire dalla trappola della nicotina», dice Francesca Cesati, l'imprenditrice che ha portato in Italia il metodo Allen Carr e tradotto il libro *È facile smettere di fumare se sai come farlo*; ex fumatrice da 22 anni, ha un figlio ventitreenne che ha smesso da due. La signora ha donato nel 2009 tremila copie della versione a

fumetti del bestseller a 5 scuole superiori milanesi e altrettante al Libraccio per una distribuzione gratuita. «Mando copie alle scuole ogni volta che un preside mi contatta e se ricevo un sos da un adolescente rispondo personalmente inviando libri in più per gli amici fumatori. A volte mi dico: ma se genitori, medici e insegnanti fumano, perché un ragazzo dovrebbe smettere? E allora rilancio: vietiamo definitivamente il fumo nelle scuole, anche in cortile, sarebbero 5 ore di salute».

Marta Ghezzi

Foto: M. Ghezzi - ESE INVARIA

## Azioni concrete



**Roberto Boffi**  
all'Istituto dei Tumori si occupa di prevenzione



Un'auto nella hall per far vedere che inquina meno della «cicca»



**F. Cesati**  
ex fumatrice, ha portato in Italia il metodo A.Carr



Regaliamo 5 ore di salute agli studenti: cortili no smoking



**A. Gamba**  
dirige l'area prevenzione tabagismo Lilt



Lavoro sul piacere non sul divieto. E sul pensiero autonomo



12

su 100 i fumatori under 18 milanesi; la media nazionale è 20 su 100. Altro «primato»: la prima sigaretta a 15 anni, media nazionale 16

4.372

I milanesi da 13 a 19 anni intervistati per il sondaggio Astrea: il 21,7 per cento dei campioni ha dichiarato di fumare regolarmente

7,7

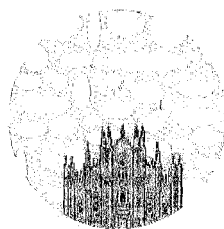
Il numero medio di sigarette al giorno. Il 9,6% ha cominciato a fumare prima dei 13 anni, lo 0,5 prima dei 10 anni

50

I ragazzi tra i 15 e i 29 anni che hanno partecipato al corso «Giovani in Salute» del Comune: 6 gruppi per 5 incontri

**In gruppo** Alcuni dei giovani che hanno partecipato al gruppo «Giovani in salute». Una di loro dice: «Abbiamo fatto il test del monossido di carbonio: non te lo scordi più»

### Il Corriere per voi



## I rimproveri ai figli E la reale efficacia

È milanese il primato di giovani e adolescenti con la sigaretta e il record della prima sigaretta, 16 anni in Italia, 15 a Milano. Assessorato alla Salute e Lega Tumori si uniscono per un progetto di prevenzione: «Giovani in Salute».

A PAGINA 10 Ghezzi

## Dialoghi

**Nidi privati: regole serie e controlli a sorpresa**

di FULVIO SCAPARRO

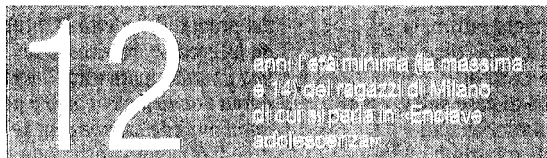
**L**a comprensibile reazione di preoccupazione dei genitori alle notizie su quanto avviene in alcuni asili nido privati non deve trasformarsi in panico e condanna generalizzata che, tra l'altro, rischiano di coinvolgere anche le strutture pubbliche. Tutti noi conosciamo per esperienza diretta quanti asili nido, anche tra quelli privati, funzionino bene con personale formato, aggiornato e ricco di doti umane. Detto questo, si ripropone il problema, più volte segnalato, dei rischi della proliferazione di iniziative private improvvisate, affidate a personale impreparato, nel migliore dei casi sinceramente convinto che per occuparsi dei piccoli un po' di sensibilità e di pazienza siano più che sufficienti. Stiamo invece parlando dei primi anni di vita che tutti gli studiosi concordano nel ritenere di straordinaria importanza per lo sviluppo successivo. È mai possibile che non si riesca a stabilire dei criteri rigorosi per autorizzare la creazione di un nido, per monitorare la formazione e l'aggiornamento delle educatrici e, soprattutto, per effettuare controlli a sorpresa o in risposta a segnalazioni di abusi? Almeno per quanto riguarda l'infanzia, è inammissibile che esistano aree esposte all'improvvisazione o, peggio, alla mercificazione, e inaccessibili ai controlli. Stiamo parlando di strutture alle quali affidiamo per qualche ora al giorno il nostro bene più prezioso.

Fulvio Scaparro modera il forum Genitori e Figli su [corriere.it](http://corriere.it)

## «Enclave adolescenza»

## Carla, 13 anni: «Ho smesso da un anno» E i genitori? «Lo sanno, ma fanno finta...»

«È un anno che ho smesso, ma prima fumavo tantissimo». Affermazione del tutto normale se, a farla, non fosse Carla, una ragazza di 13 anni. Inevitabile farsi un po' di conti: se non fuma da un anno significa che a 11 fumava moltissimo. A 10, probabilmente, fumava moderatamente. A quanti anni, allora, la prima sigaretta? A 9? A 7? Maurizio Tucci, nel



suo libro «Enclave adolescenza» (2009, Editeam) fotografa la situazione dei ragazzini milanesi, tra 12 e 14 anni. E continua: ma i genitori dei baby fumatori lo sanno? Qui la casistica è ampia, anche se in prevalenza sembra che ne siano a conoscenza. «Sì, ma fanno finta di non saperlo», «sì, perché glielo ha detto una prof.

che se la prossima volta non si fa i...», «mia mamma lo sa mio padre no». «Loro fumano, perché io non posso fumare?» è la logica stringente di Fabio. Forse perché hai 13 anni. «E che c'entra, anche loro hanno cominciato a 13 anni». Il tenore delle discussioni in famiglia sul fumo è pressoché questo. Un genitore che fuma non ha quasi alcuna possibilità di spuntarla, i «virtuosi» hanno qualche chance in più. Ci sono genitori che hanno accettato la cosa in cambio (sperano) di un controllo sulla quantità e della promessa di non passare a fumare altro. «Non fumo perché fa malissimo», dice Luca, e per fortuna non è l'unico. Ma perché si fuma? «Se nel gruppo fumano tutti sei ridicolo se non fumi», ammette Diego. Tra i maschi c'è sempre chi, con aria vissuta, dice: «perché mi piace», mentre le ragazze sull'orlo di una crisi di nervi preferiscono: «per distendermi quando sono stressata». Max mi fa vedere dalla tasca dei jeans lo spigolo di un pacchetto. Occhiata d'intesa: «Se i prof. le vedono le sequestrano». Ma il bello, glielo si legge negli occhi, è proprio il sottile piacere della provocazione.

## Stefano, 16 anni: «La prima alle 8 fuori da scuola, presto per gustarla»

**L**a prima sigaretta della giornata? «Alla mattina alle otto, prima di entrare a scuola. In effetti mi scoccia così presto e non sempre me la gusto, ma poi dovrei aspettare le 11». La seconda? «Dopo qualche ora, appunto, all'intervallo. Suona la campana e nel giro di pochi secondi hanno tutti l'accendino in mano, in cortile si può fumare. Ma ci vengono tutti», è la puntualizzazione, «anche chi non fuma». A parlare è Stefano, che accetta di raccontare la sua giornata di sigarette a patto di concedergli un nome di fantasia. Non gli piace mettersi in primo piano, poter essere riconosciuto magari dai genitori. Comunque Stefano ha 16 anni e frequenta la terza liceo scientifico al Severi, zona Fiera. I tempi della scuola scandiscono la sua giornata, e anche le sue sigarette. Dopo l'intervallo? «Dai è chiaro, all'uscita». Quanti siete a fumare in classe? «Otto su venticinque». Quante ragazze? «Una, ma le femmine sono solo sei».

Stefano, che ha iniziato a 13 anni comprando pacchetti in gruppo con i coetanei e pensando di poter smettere in qualsiasi momento, ammette sinceramente: «Eh lo so, mi sono fregato». Racconta di quella tosse fastidiosa che va e viene e del costo, pazzesco, che si sobbarca ormai da tre anni. «Un pacchetto viene circa 4 euro, per ridurre la spesa ricorro alle cartine e al tabacco sciolto», spiega. E in famiglia, lo sanno? «All'inizio mi nascondevo e avevo messo a punto una serie di strategie per mascherare la puzza di fumo, mentine et similia, poi mia madre mi ha beccato in strada con la sigaretta in bocca. Fuma anche lei, ma ha fatto di tutto per convincermi a smettere. E da poco che posso fumare anche a casa». Smettere? Stefano alza le spalle, disarmato e disarmante: «Ho provato un paio di volte, ma non ce la faccio. Se me lo vieto diventa una fissazione insopportabile, non vivo più, penso solo a quello». (m.gh.)

»» Questionario domestico di Aimara Garlaschelli

# «Per i miei bambini sogno una mensa scolastica romana»

## 1 Qual è il momento più bello della giornata?

Il pranzo feriale, quando posso decidere in completa anarchia tempo, alimentazione, conversazione.

## 2 E il più faticoso?

La sera quando tutti vorrebbero quello che ormai la giornata ha consumato, il tempo. Ma a volte è piacevole.

## 3 Un pregio della zona dove vive

Il signor Ruggero, macellaio all'angolo Foppa/Caravaggio. Più di 60 anni di contributi e lavora con la passione di un ragazzo. Assomiglia molto alla Milano che vorrei, dove si ha rispetto reciproco e un buon prodotto come valore aggiunto.

## 4 E un difetto

Onestamente amo molto la zona. C'è Parco Solari che porta l'autunno tra il cemento, i marciapiedi larghi dove ciclisti e pedoni convivono, servizi .. Difetti: traffico, smog, rumore. La gente è rassegnata, non apprezza più quello che ha.

## 5 Parco o giardinetti? Qual è il vostro luogo del cuore

Diverse sfumature di giardinetti. Un luogo magico è per me il quadriportico di Sant'Ambrogio, lì ci si sente subito in pace. Accanto c'è l'oratorio che permette ai bambini di giocare come fossimo in provincia.



Aimara Garlaschelli, coniugata Gentili, cresciuta in Valtellina, innestata a Milano. Due figli: Anna (8 anni) e Giulio (3), un solo marito, Moreno. Laureata in lettere, ha studiato fotografia, lavorato a molti progetti, ha un percorso d'artista intermittente. Vorrebbe aprire un blog per dare voce alla sua generazione (i prossimi quarantenni)

## 6 I pod, pc, cellulare: la tecnologia per i bambini è...

Un'opportunità per dimostrare la teoria evolucionistica. Sorprendente come loro brucino le tappe nell'acquisire il linguaggio dell'elettronica. Il genitore deve solo fissare le regole e vigilare sulla sicurezza. Niente Play Station.

## 7 Cosa chiede al sindaco per una città più a misura di bambini?

Due parole: Milano Ristorazione. I geni-

tori delle commissioni mensa chiedono che gli alimenti siano scelti per qualità (al 70%) e convenienza (30%) e non viceversa. Fino ad oggi le loro battaglie sono state accolte con superficialità, soprattutto in tema di biologico. Ma Roma ha scelto diversamente, sul sito leggiamo che «le mense del Comune di Roma con la loro mole di richiesta di alimenti biologici, equosolidali e locali stanno influenzando sullo sviluppo di questi mercati. 672 tonnellate di banane e 112 di cioccolata equosolidali in un anno: l'entità delle derrate ha determinato anche la diminuzione dei prezzi dell'orto-frutta bio e delle carni Igp». E l'Expo riuscirà a farlo?

## 8 Cosa chiede ai milanesi per i bambini di Milano?

Unione e partecipazione.

## 9 Cosa fa arrabbiare i suoi figli

Per strada il rumore di fondo è troppo. Io cammino a "uovo" e loro in punta di piedi: ehhhh?, cosa?!, parla più forte! non ho capito un tubo!

## 10 Pensa di essere una mamma...

Sull'orlo di una crisi di nervi che ama l'organizzazione e il controllo e invece è sempre ingarbugliata in situazioni caotiche, impreviste. Mi salva l'ironia e la convinzione che domani sarà meglio, due figli pazzi e un marito innamorato e ricambiato.



Milano aiuta o complica il rapporto tra genitori e figli? Raccontate la vostra esperienza a [ilcorrierepervoi@corriere.it](mailto:ilcorrierepervoi@corriere.it)

## Buono a sapersi

Il bestseller

No fumo  
sì fumetto

Ti illustriamo come è facile smettere di fumare se sai come farlo, di **Allen Carr** (9 euro, in tutte le librerie), a Milano ha venduto 140 mila copie, oltre agli omaggi per le scuole. Il volume a fumetti è la versione per i ragazzi del best seller inglese che ha venduto milioni di copie in tutto il mondo e popolato sui blog



Sabato 20

Trotter, diritti  
alla festa

Il 20 novembre 1986 l'Onu sanciva la Convenzione internazionale dei diritti dell'infanzia che ogni anno si celebra con feste e riflessioni. Sabato 20 al Parco Trotter, zona via Padova, La città del Sole-Amici del Parco Trotter con Ass. Elementare Russo organizza una **giornata aperta a tutti** tra divertimento e impegno. Alle 10 con la **Marcia dei diritti di tutti i bambini**: ritrovo nel piazzale centrale del parco e percorso attraverso il quartiere. Alle 11.30, al teatrino, incontro pubblico sulla situazione dei bambini Rom a Milano e sul diritto allo studio. Alle 13 buffet e, dalle 14.30, spazio a giochi spettacoli, musica. (c.v.)

## Maramotti



Mercatino

Via Tortona  
natalizia

Aperta la caccia al regalo! Giovedì 18 alle 17.30 da **Young & Rubicam Brands**, via Tortona 37, anteprima di atmosfera natalizia: con un cocktail inaugurale la onlus Caf apre il tradizionale mercatino benefico (aperto fino a sabato 20, ore 12-19). Fra gli oggetti in vendita spiccano le collezioni di gioielli di

ArteaDesign, che accosta pietre dure e semipreziose a materiali ecocompatibili, la linea di «Oreficeria su Porcellana» di Morbelli, che comprende piatti da esposizione, vasi e servizi da tavola, e il tessile per la casa, trapunte, cuscini, tovaglie, lenzuola, in lino e seta, e molto altro. Il ricavato finanzia la comunità di accoglienza per bambini maltrattati e i progetti di prevenzione che la onlus promuove da più di 30 anni per le famiglie in grave situazione di disagio. (m.gh.)

Allo Smeraldo

È il Pifferaio  
la new entry

La casa delle storie è uno spettacolo teatrale insolito che ha avuto grande successo grazie al tam tam dei genitori. Va in scena nel weekend al Teatro Smeraldo e coinvolge i bambini in modo attivo e divertente. Dopo 4 fiabe, da Cappuccetto Rosso al Gatto con gli stivali, sabato 20 debutta una nuova messa in scena, **Il Pifferaio magico**, in una versione addolcita dal lieto fine. Si parla di attaccamento eccessivo alle cose, di disattenzione verso i piccoli, di promesse non mantenute. Ma alla fine sarà chiaro ciò che conta. Piazza XXV Aprile (sabato ore 15.30, dom. ore 11, euro 10/14, tel. 02.29.00.67.67)

Inviare qui  
le vostre  
segnalazioni



Contatti e idee a [ilcorrierepervoi@corriere.it](mailto:ilcorrierepervoi@corriere.it)  
o Corriere della Sera «Genitori e figli»  
Indirizzo: via Solferino 28, 20121, Milano