

FUMO: IL 31 MAGGIO SI TERRA' IL "WORLD NO TOBACCO DAY 2013", LA GIORNATA MONDIALE SENZA TABACCO

/ 27.5.13

Pubblicato da Antonio Vaccari

Tra pochi giorni, il prossimo 31 maggio, si celebrerà la giornata mondiale senza tabacco - "*World No Tobacco Day 2013*" - , ovvero la giornata annuale della lotta contro il "vizio" del fumo, che uccide ogni anno più di 6 milioni di persone in tutto il mondo.

Si pensi, al riguardo, che solo nel nostro Paese si contano ogni anno circa 83mila decessi collegati al fumo: il "piacere" della sigaretta è responsabile, purtroppo, di circa 30 differenti tipi di malattie, fra cui tumori, cardiopatie e diverse patologie polmonari.

Un dato allarmante è che un numero sempre maggiore di donne va ad arricchire questa triste cifra, che ha fatto registrare, negli ultimi 60 anni, un aumento del 600% del tasso di mortalità.

Ecco allora che diventa sempre più essenziale ricordare a tutti che il fumo, oltre ad essere un vizio parecchio costoso (e in tempo di crisi meglio sarebbe far due conti) è altrettanto dannosissimo per la nostra salute.

C'è da chiedersi: ne vale davvero la pena?

Tante sono le iniziative messe in campo per aiutare le persone a difendersi dalle sigarette, come quella promossa dalla LILT (Lega Italiana per la Lotta contro i tumori) che, facendo appello agli amministratori locali e nazionali ed ai presidenti dei parchi, ha chiesto di liberare i parchi e le aree verdi delle città italiane dal fumo, mediante l'estensione del divieto di fumare già in vigore nei luoghi chiusi.



Infatti, le sigarette non solo sono le responsabili del fumo che respiriamo, bensì con i loro mozziconi gettati a terra contribuiscono ad incrementare il fenomeno dell'inquinamento cittadino.

I "piccoli" mozziconi impiegano, infatti, circa 10 anni per degradarsi biologicamente, mentre le tossine da essi prodotte in questo lasso di tempo inquinano le falde acquifere.

Il 31 maggio la LILT sarà presente nelle maggiori piazze d'Italia con migliaia di volontari, che si adopereranno per consigliare, informare, aiutare e distribuire l'utilissima guida sui danni del fumo e su come fare per smettere di fumare.

Sempre la LILT ha già pronto lo slogan *"Libertà! Non mandare in fumo la tua libertà"* e, con un piccolo contributo, si potrà avere la t-shirt con la scritta *"Don't do it"*.

Veramente utile infine, per chi intendesse seriamente prendere in considerazione l'idea di abbandonare le sigarette, ecco la guida a suo tempo scritta da Allen Carr, reperibile in tutte le librerie ed intitolata *"E' facile smettere di fumare, se sai come farlo"*, che vanta il ragguardevole numero di più di 1.200.000 copie vendute ad oggi in Italia.