



- Compito** > Valutare 3 affermazioni concernenti il tema del tabacco e occuparsi delle sostanze nocive
- Obiettivi** > Acquisire conoscenze
> Prendere conoscenza delle sostanze nocive delle sigarette
- Svolgimento** > Proiettare lucido con affermazioni
> Leggere ogni affermazione e valutarla individualmente (Vero/non vero)
- Tempo necessario** > da 10 a 15 minuti
- Materiale** > Lucido T|Q|2a

Contenuto del lucido

- Affermazione 1** Una sigaretta contiene veleni che si trovano anche in detersivi, batterie, gas di scarico o nei rivestimenti stradali, nonché elementi radioattivi.
- Affermazione 2** Chi fuma 20 sigarette al giorno assume in un anno circa un cucchiaino di catrame nei polmoni.
- Affermazione 3** L'ammoniaca rallenta l'assunzione di nicotina da parte del cervello.

Soluzioni

Affermazione 1 **Una sigaretta contiene veleni che si trovano anche in detersivi, batterie, gas di scarico o nei rivestimenti stradali, nonché elementi radioattivi.**

È vero! Le sigarette contengono molteplici veleni: p. es. catrame come sulle strade, monossido di carbonio come nei gas di scarico, ammoniaca come nei detersivi, piombo come nella benzina, cadmio come nelle batterie; butano come nel gas da campeggio; arsenico come nell'acido formico, ecc. Inoltre il tabacco delle sigarette contiene gli elementi radioattivi chimici polonio e plutonio. Sono all'origine di almeno la metà di tutti i tumori polmonari dei fumatori. Singole sostanze tossiche si depositano anche in bocca e nella faringe. Già a partire da 10 sigarette al giorno aumenta di quattro volte il rischio di ammalarsi di cancro alla cavità orale o alla laringe, in combinazione con alcol aumenta di cinque volte.

Affermazione 2 **Chi fuma 20 sigarette al giorno assume in un anno circa un cucchiaino di catrame nei polmoni.**

Non è vero! Vengono assunti persino dai 7 ai 10 cucchiaini di catrame (circa 75 fino a 100g). Per questo motivo i polmoni dei fumatori si tingono di nero. Con l'assunzione di catrame da tabacco le ciglia dell'epitelio nei polmoni diventano immobili. Le ciglia espellono il pulviscolo che si è depositato nella faringe, nella trachea e nei polmoni, ecc. Il corpo cerca di aiutarsi con la tosse (tosse dei fumatori). Ciò gli riesce sempre meno e quindi il catrame si deposita nei polmoni.

Affermazione 3 **L'ammoniaca rallenta l'assunzione di nicotina da parte del cervello.**

Non è vero! L'ammoniaca rende meno acido il fumo delle sigarette e favorisce così la trasformazione di una parte della nicotina legata nella cosiddetta nicotina libera. Questa forma viene assorbita più in fretta dai polmoni e raggiunge il cervello in pochi secondi. Si tratta di un meccanismo molto efficace per aumentare il potenziale della dipendenza dalla nicotina.