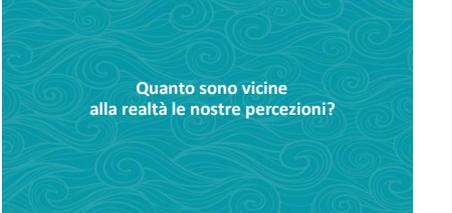
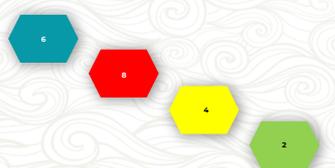


Lezione introduttiva sulla tematica per le scuole

Sappiamo che l'industria del tabacco ha preso di mira i giovani, per convincerli a usare il tabacco ed i prodotti simili. Questa lezione, che coinvolge gli studenti con stimolanti diapositive e una guida alla discussione, si dà come obiettivo di insegnare agli studenti delle scuole medie e superiori gli effetti sulla salute dell'uso di prodotti del tabacco e prodotti simili come le sigarette elettroniche monouso e le sigarette.

Slide	Immagine	Punti da discutere									
1	 <p>Nuovi consumi, vecchie dipendenze</p>	<ul style="list-style-type: none"> presentazione della tematica delle vape monouso <ul style="list-style-type: none"> Oggi parleremo dei nuovi consumi ma anche delle vecchie dipendenze cercando di capire quali differenze ci sono e quali sono gli effetti sulla nostra quotidianità. 									
2	 <p>Tabacco e altri consumi</p>	<p>“riscaldamento”</p> <ul style="list-style-type: none"> Prima di tutto, cosa conoscete sul tabacco e prodotti simili?” (marcare sulla lavagna le risposte) 									
3	 <p>Tabacco e altri consumi</p> <p>sigarette convenzionali, Vape/puffbar, SNIKUS, Sachetti di nicotina, Vape con pod (cartucce), Vape sigaretta elettronica con serbatoio, Prodotto a tabacco riscaldato (RDT), Vape con serbatoio, Prodotto a tabacco, Vape/puffbar</p>	<p>Perfetto, grazie mille, ecco alcuni dei prodotti più comuni sul mercato.</p> <ul style="list-style-type: none"> C'è qualcosa che non conoscete? Ev. mostrare la slide 3 									
4	 <p>Quanto sono vicine alla realtà le nostre percezioni?</p>	<p>Bene, ora chiedete alle classe quali sono le percezioni secondo loro sul consumo di prodotti del tabacco e simili, facendo la distinzione fra maschi e femmine</p>									
5	 <p>Consumo di tabacco e di prodotti derivati 2022 Giovani di 15 anni, Dipendenze Svizzera – HBSC*</p> <p>Quanti sono i giovani di 15 anni che fumano sigarette convenzionali prodotti derivati nel 2022?</p> <table border="1"> <thead> <tr> <th colspan="3">Frequenza del consumo di tabacco e prodotti tra i giovani di 15 anni, 2022</th> </tr> <tr> <th></th> <th>Ragazzi</th> <th>Ragazze</th> </tr> </thead> <tbody> <tr> <td>Consumo almeno una volta nei ultimi 30 g</td> <td>10%</td> <td>11%</td> </tr> </tbody> </table> <p><small>*Health Behaviour in School-Aged Children (HBSC)</small></p>	Frequenza del consumo di tabacco e prodotti tra i giovani di 15 anni, 2022				Ragazzi	Ragazze	Consumo almeno una volta nei ultimi 30 g	10%	11%	<ul style="list-style-type: none"> In realtà i giovani che hanno consumato almeno una volta nei gli ultimi 30 giorni sono il 10% dei ragazzi e l'11% delle ragazze. Questi dati sono stati raccolti dall'indagine che viene effettuata ogni 4 anni nelle scuole in tutta Europa in maniera del tutto anonima. Ev. guardare insieme ai ragazzi il sito https://www.hbsc.ch/it/home.html
Frequenza del consumo di tabacco e prodotti tra i giovani di 15 anni, 2022											
	Ragazzi	Ragazze									
Consumo almeno una volta nei ultimi 30 g	10%	11%									

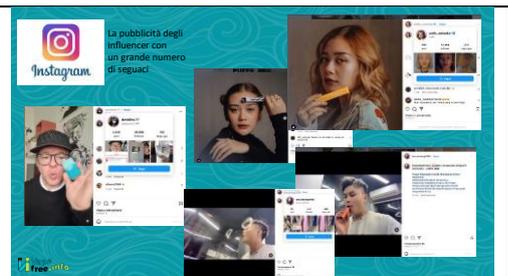
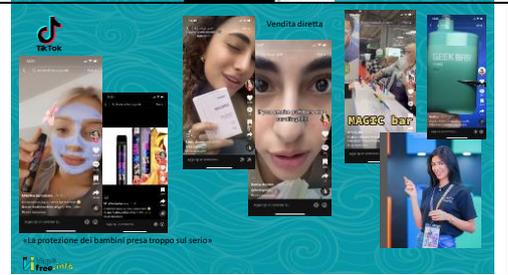
<p>6</p>	<p>Consumo di tabacco e di prodotti derivati 2022 Giovani di 15 anni, Dipendenze Svizzera – HBSC*</p> <p>Quanti sono i giovani di 15 anni che fumano e-cig e puff?</p> <table border="1"> <thead> <tr> <th colspan="2">Frequenza del consumo di e-cig e puff tra i giovani di 15 anni, 2022</th> </tr> <tr> <th></th> <th>Ragazzi</th> <th>Ragazze</th> </tr> </thead> <tbody> <tr> <td>Consumo almeno una volta negli ultimi 30 g</td> <td>25%</td> <td>25%</td> </tr> </tbody> </table> <p><small>*Health Behaviour in School-aged Children (HBSC)</small></p>	Frequenza del consumo di e-cig e puff tra i giovani di 15 anni, 2022			Ragazzi	Ragazze	Consumo almeno una volta negli ultimi 30 g	25%	25%	<ul style="list-style-type: none"> - Ebbene sono il 25% e qui non ci sono più grandi differenze tra ragazze e ragazzi
Frequenza del consumo di e-cig e puff tra i giovani di 15 anni, 2022										
	Ragazzi	Ragazze								
Consumo almeno una volta negli ultimi 30 g	25%	25%								
<p>7</p>	<p>Nuovi dati – studio HBSC</p> <p>Consumo medio di altri prodotti a 1x da fine 20 dicembre (anni, 15 anni (HBSC: 2018-2022, in %))</p> <p>Ca il 30% hanno consumato almeno un prodotto del tabacco e/o della nicotina negli ultimi 30 giorni.</p>	<ul style="list-style-type: none"> - Ecco il riassunto dell'indagine per quanto riguarda i dati del consumo di tabacco e prodotti simili. Chiaramente come si può vedere il consumo è spesso multiplo. 								
<p>8</p>	<p>In Svizzera cosa causa più decessi?</p> <p>Il tabagismo, Gli incidenti stradali, I suicidi, Malattie infettive</p>	<ul style="list-style-type: none"> - Quiz : potete utilizzare dei cartoncini colorati per la risposta o proporre un Kahoot. - Domandare alla classe qual è tra queste cause la causa maggiore di decessi in Svizzera 								
<p>9</p>	<p>Morti per anno</p> <p>Tabagismo: 23 morti al giorno</p> <p>Tabacco, Incidenti stradali, Suicidi, Malattie infettive, Droghe illegali</p>	<ul style="list-style-type: none"> - Mostrare le risposte e far ragionare la classe sulle differenze delle proprie percezioni. - Il tabagismo è una delle maggiori cause poiché sono tutte le malattie ad esso correlate (tumori, ictus, broncopatia cronico ostruttiva,...). Per andare oltre - Possibilità di prendersi un momento per riflettere sulle conseguenze del fumo per approfondire la tematica; - Possibilità di far approfondire alla classe in piccoli gruppi con la ricerca delle risposte sui siti dell'ufficio federale della sanità pubblica https://www.bag.admin.ch/bag/it/home.html oppure su quello di statistica https://www.bfs.admin.ch/bfs/it/home.html 								
<p>10</p>	<p>Quante sostanze si trovano nel fumo di una sigaretta?</p> <p>Meno di 50, Circa 100, Circa 1000, Circa 7000</p>	<ul style="list-style-type: none"> - Domandare al gruppo classe quante sostanze ci sono nel fumo della sigaretta convenzionale 								

11	<p>Più di 7'000 sostanze in una sigaretta</p>  <ul style="list-style-type: none"> • Contenute nella pianta Nicotina • Nell'ambiente Pesticidi DDT • Aggiunte dai fabbricanti Ammoniaca Microplasti aromi • Prodotti dalla combustione catrame ossido di carbonio formaldeide 	<ul style="list-style-type: none"> - Tutte queste sostanze e molte altre ancora sono state trovate nel fumo delle sigarette convenzionali - Alcuni additivi sono presenti per nascondere il gusto aspro del tabacco e per inalare meglio il fumo (menta) - Possibilità di approfondire
12	 <p>Osservate bene l'immagine...</p>	<ul style="list-style-type: none"> - Chiedere al gruppo classe quante sigarette elettroniche, puff, ci sono nell'immagine
13	<p>Quante vape ci sono?</p> 	<ul style="list-style-type: none"> - Fare scegliere il numero
14	<p>8 VAPE</p> 	<ul style="list-style-type: none"> - 8 vape
15	<p>E-cig dalla 1° alla 4° generazione</p> 	<ul style="list-style-type: none"> - Mostrare al gruppo classe e mostrare l'evoluzione delle sigarette elettroniche come sono cambiate nel tempo. - Intorno al 1950, la società ha iniziato a rendersi conto che un numero crescente di persone sviluppava problemi di salute a causa del fumo delle sigarette di tabacco. Nel 1963, l'americano Herbert A. Gilbert presentò il primo prototipo della sigaretta elettronica. L'origine vera e propria del dispositivo come lo conosciamo oggi risale, però, al 2003, quando il farmacista cinese Hon Lik sviluppò il primo prodotto commerciale che sfruttava una tecnologia ad ultrasuoni, motivato dalla morte del padre, un forte fumatore, per un cancro ai polmoni. Da allora le sigarette elettroniche hanno avuto una crescita importante e si sono sviluppate con diverse forme, colori per attirare sempre più consumatori e soprattutto sempre più giovani.

16	<p>E- cig 5° generazione</p>	<ul style="list-style-type: none"> - Mostrare la 5° generazione, le puff/vape usa e getta e la loro composizione
17	<p>Che differenza c'è tra le vape e i prodotti a tabacco riscaldato?</p>	<ul style="list-style-type: none"> - Chiedere alla classe qual è la differenza tra la vape e i prodotti a tabacco riscaldato
18		<ul style="list-style-type: none"> - Mostrare le differenze
19	<p>Le vape emanano...</p>	<ul style="list-style-type: none"> - Chiedere al gruppo classe cosa emanano le vape....
20		<ul style="list-style-type: none"> - Spiegare quanto è contenuto in una vape, spiegando che non è vapore acqueo ma che vi sono molti componenti che hanno delle conseguenze a livello della salute.
21		<ul style="list-style-type: none"> - Mostrare qualche esempio

22	<p>Quanta nicotina contengono le vape?</p>	<ul style="list-style-type: none"> - Chiedere al gruppo classe quanta nicotina contiene una vape? 																																													
23	<p>2% = 20 mg/ml = 2 ml</p>	<ul style="list-style-type: none"> - In realtà tutte le risposte sono giuste, in quanto il limite legale è di 20 mg/ml che equivale già ad un grande quantitativo di nicotina; tuttavia, ne esistono anche di illegali che superano il limite di 20mg/ml. 																																													
24	<p>CIGS IN AN E-CIG</p>	<ul style="list-style-type: none"> - Sigarette in puff 																																													
25	<p>Sigarette in puffs</p> <table border="1"> <thead> <tr> <th>Brand</th> <th>Puffs</th> <th>= Sigaretta</th> </tr> </thead> <tbody> <tr><td>Puff Bar</td><td>400</td><td>30</td></tr> <tr><td>Puff Pen</td><td>800</td><td>60</td></tr> <tr><td>Puff Long XL</td><td>2000</td><td>150</td></tr> <tr><td>Puff Pen</td><td>3000</td><td>150</td></tr> <tr><td>Smok Bar Lite</td><td>400</td><td>30</td></tr> <tr><td>Smok Bar</td><td>575</td><td>43</td></tr> <tr><td>Smok Bar Pro</td><td>1500</td><td>113</td></tr> <tr><td>Smok Bar X1000</td><td>4000</td><td>300</td></tr> <tr><td>Smok Bar Pro X1000</td><td>500</td><td>41</td></tr> <tr><td>Wopman 500 Bar Disposable 20mg</td><td>1500</td><td>113</td></tr> <tr><td>SMOK Disposable Mesh 2%</td><td>300</td><td>23</td></tr> <tr><td>SMOK Disposable 20mg</td><td>150</td><td>11</td></tr> <tr><td>Smok Bar</td><td>3000</td><td>75</td></tr> <tr><td>Dobby Puff Drinks 2% 16ml</td><td>4000-5000</td><td>138-413</td></tr> </tbody> </table> <p>Fonte: AT svizzera</p>	Brand	Puffs	= Sigaretta	Puff Bar	400	30	Puff Pen	800	60	Puff Long XL	2000	150	Puff Pen	3000	150	Smok Bar Lite	400	30	Smok Bar	575	43	Smok Bar Pro	1500	113	Smok Bar X1000	4000	300	Smok Bar Pro X1000	500	41	Wopman 500 Bar Disposable 20mg	1500	113	SMOK Disposable Mesh 2%	300	23	SMOK Disposable 20mg	150	11	Smok Bar	3000	75	Dobby Puff Drinks 2% 16ml	4000-5000	138-413	<ul style="list-style-type: none"> - Sigarette in puffs, mostrare quanto corrispondono i puff con le sigarette per far riflettere sul consumo di nicotina
Brand	Puffs	= Sigaretta																																													
Puff Bar	400	30																																													
Puff Pen	800	60																																													
Puff Long XL	2000	150																																													
Puff Pen	3000	150																																													
Smok Bar Lite	400	30																																													
Smok Bar	575	43																																													
Smok Bar Pro	1500	113																																													
Smok Bar X1000	4000	300																																													
Smok Bar Pro X1000	500	41																																													
Wopman 500 Bar Disposable 20mg	1500	113																																													
SMOK Disposable Mesh 2%	300	23																																													
SMOK Disposable 20mg	150	11																																													
Smok Bar	3000	75																																													
Dobby Puff Drinks 2% 16ml	4000-5000	138-413																																													
26	<p>Quanto tempo impiega la nicotina ad arrivare al cervello?</p>	<ul style="list-style-type: none"> - Chiedere al gruppo classe, quanto tempo impiega la nicotina ad arrivare al cervello. 																																													
27	<p>La nicotina impiega 7 secondi ad arrivare dai polmoni al cervello per inserirsi nei ricettori, se non si soddisfa la voglia di fumare si hanno i sintomi tipici del manco.</p>	<ul style="list-style-type: none"> - Mostrare l'immagine per far capire quanto tempo impiega, ca 7 secondi. 																																													

28	<p>La nicotina è una sostanza ...?</p>	<ul style="list-style-type: none"> - Chiedere al gruppo classe che tipo di sostanza è la nicotina...
29	<p>Cos'è la nicotina?</p> <p>La nicotina è presente nella pianta del tabacco, in particolare nelle foglie, che vengono essiccate, trattate e imbevchiate. La nicotina è una potente neurotossina e un insetticida, è una sostanza stimolante e che crea dipendenza molto velocemente.</p>	<ul style="list-style-type: none"> - Spiegare cos'è la nicotina e dire che è una sostanza stimolante che rende molto dipendenti. Dopo il suo consumo si ha la sensazione di rilassamento provocato dal manco.
30	<p>Gli effetti a livello cerebrale</p> <p>Aumento delle connessioni, la nicotina cambia il modo di formarsi delle sinapsi</p> <p>La nicotina cambia il modo di formarsi delle sinapsi</p> <p>Rilascio di dopamina e noradrenalina → piacere soddisfazione</p> <p>Falsa sensazione di prontezza</p> <p>Negli adolescenti ha un impatto sulle parti del cervello che controllano l'attenzione, l'apprendimento, l'umore e l'impulso del controllo</p>	<ul style="list-style-type: none"> - Spiegare gli effetti a livello cerebrale
31	<p>Perché secondo voi si comincia a svapare?</p>	<ul style="list-style-type: none"> - Chiedere al gruppo classe, perché si comincia a svapare - Aprire la discussione e riflettere sui motivi per cui i giovani cominciano a consumare e marcare sul flipchart/lavagna/...
32	<p>Tabacco e prodotti simili... liberi di scegliere?</p> <p>I negozi dedicati</p>	<ul style="list-style-type: none"> - Far riflettere la classe se effettivamente si è liberi di scegliere mostrando i negozi dedicati, i colori, dove si trovano i prodotti,...
33		<ul style="list-style-type: none"> - Mostrare dove si trovano sui social → youtube

34	 <p>La pubblicità degli influencer con un grande numero di seguaci</p>	<ul style="list-style-type: none"> - Instagram
35	 <p>Vendita diretta</p> <p>«La protezione dei bambini presa troppo sul serio»</p>	<ul style="list-style-type: none"> - TikTok -
36		<ul style="list-style-type: none"> - Facebook - Eventualmente si può proporre l'attività del video v. Fiches pedagogiche nell'infoteca/materiali
37	<p>Vi fidate di quell'che c'è scritto sull'imballaggi@</p>	<ul style="list-style-type: none"> - Chiedere ai ragazzi se si fidano di quanto c'è scritto sull'imballaggio delle sigarette elettroniche usa e getta - Far riflettere su cosa vi è scritto, cosa indica, ... - Mostrare in un secondo momento le informazioni di incompletezza, mal informazione sui componenti, ... in quanto finora non c'è una regolamentazione chiara.
38	 <p>IMBALLAGGIO</p>	<ul style="list-style-type: none"> - Discutere con il gruppo classe le scritte sull'imballaggio di una puff, capire i vari segni, le varie scritte, ... - Riflettere anche sulla pubblicità,... - Aprire la discussione
39	<p>L'IMBALLAGGIO</p> <p>Le indicazioni sulla composizione del prodotto sono soventi incomplete.</p> <p>La persona che consuma è mal informata sui componenti dei liquidi che inala.</p> <p>La scritta «senza nicotina» non garantisce l'assenza di questa sostanza.</p>	<ul style="list-style-type: none"> - Dare qualche spunto per la conclusione - Per andare oltre, si possono usare le schede pedagogiche proposte nei materiali.

40		<ul style="list-style-type: none"> - Visionare l'inchiesta completa e poi aprire la discussione - In alternativa guardare le varie puntate in più occasioni e aprire la discussione dopo ogni puntata. - Per andare oltre, si possono usare le schede pedagogiche proposte nei materiali.
41		<ul style="list-style-type: none"> - Per concludere dare un messaggio finale
42		<ul style="list-style-type: none"> - Discussione sulla legge in Svizzera
43		<ul style="list-style-type: none"> - Le legislazioni: in Svizzera, mostrare la mappa delle disposizioni di divieto di vendita ai minorenni in Svizzera - Visionare il sito www.at-svizzera.ch, - Visionare il sito della confederazione : https://www.bag.admin.ch/bag/it/home/gesetze-und-bewilligungen/gesetzgebung/gesetzgebung-mensch-gesundheit/gesetzgebung-tabakprodukte-schutz-vor-passivrauchen.html - lanciare la discussione
44		<ul style="list-style-type: none"> - Mostrare a chi potersi rivolgere in caso di domande, di aiuto nella disassuefazione nel proprio cantone, ...
45		<ul style="list-style-type: none"> - Lasciare spazio per le domande, le osservazioni,...

46



Chi conosce tutte
le risposte,
non si è fatto tutte
le domande.
(confucio)



**GRAZIE PER
L'ATTENZIONE**



- Momento conclusivo