PEARLS

Practical Evidence About Real Life Situations

Gli interventi per smettere di fumare che usano i telefoni cellulari sono efficaci

Domanda clinica

Sono efficaci gli interventi basati sull'uso dei telefoni cellulari per aiutare i fumatori a smettere di fumare?

Quello che conta

Gli interventi basati sull'uso dei telefoni cellulari aumentano il tasso di cessazione a lungo termine rispetto ad altri programmi, usando una definizione di astinenza o di non fumo fino a 6 mesi dal giorno in cui si è smesso ma permettendo fino a tre "ricadute" o fino a cinque sigarette. Tre studi hanno usato un semplice messaggio testuale spedito con il cellulare (motivazioni, supporto e strumenti per smettere di fumare), uno è uno studio a più bracci in cui si confrontano tre tipi di intervento: l'invio di messaggi testuali, l'uso di un programma sul web e l'uso di entrambi contemporaneamente. L'ultimo è costituito da un video messaggio inviato attraverso il telefono cellulare.

Caveat

I risultati sono eterogenei, i risultati di tre su cinque studi incrociano la linea di non effetto. Non vi sono studi pubblicati in cui si usano le applicazioni per smartphone per aiutare i fumatori a smettere di fumare.

Contesto

Sono necessari interventi innovativi ed efficaci per aiutare i fumatori che sono restii a usare i metodi tradizionali a smettere di fumare. I telefoni cellulari sono largamente usati e, attualmente, ben integrati nella vita quotidiana in particolare dei giovani adulti. Sono strumenti con ampie potenzialità per la diffusione di programmi per la promozione della salute così come la cessazione al fumo di sigaretta.

Cochrane Systematic Review

Whittaker R et al. Mobile phone-based interventions for smoking cessation. Cochrane Reviews, 2012, Issue 11. Art. No.: CD006611.DOI: 10.1002/14651858. CD006611.pub3 s. Questa revisione include 5 studi che coinvolgono oltre 9000 partecipanti.

PEARLS No. 379, novembre 2012, scritta da Brian R. McAvoy, tradotta da DoRS, Centro di Documentazione per la Promozione della Salute della Regione Piemonte, Italia.

PEARLS sono riassunti brevi delle Revisioni Sistematiche della Cochrane per i professionisti che si occupano di cure primarie. Sono finanziati dal New Zealand Guidelines Group.
PEARLS fornisce indicazioni sull'efficacia o meno di un trattamento. Le sintesi PEARLS sono risorse per la formazione e non sostituiscono il giudizio del medico nel trattamento dei singoli casi.

*Le sintesi PEARLS possono essere usate gratuitamente per attività di formazione o ricerca. Non è consentito alcun uso commerciale. Per vedere le schede PEARLS online: **www.cochraneprimarycare.org***

New Zealand GUIDELINES GROUP
Te Rōpū Rarangi Tohutohu
Promoting Effective Health and Disability Services

THE COCHRANE COLLABORATION®

dors
Centro Regionale di Documentazione per la Promozione della Salute