

Ipnoterapia per la cessazione al fumo di sigaretta: efficacia ancora dubbia

Domanda di ricerca	E' efficace l'ipnoterapia nell'indurre la cessazione al fumo di sigaretta?
Quello che conta	<p>Sono stati selezionati 14 studi per un totale di 1926 partecipanti.</p> <p>Non ci sono prove sufficienti per affermare che l'ipnoterapia sia efficace nell'indurre la cessazione al fumo di sigaretta se confrontata con altri trattamenti o con nessun trattamento.</p> <p>Tuttavia, se l'intervento ipnoterapico è inserito in aggiunta ad altri trattamenti (comportamentali o farmacologici), l'analisi complessiva dimostra un beneficio statisticamente significativo in favore dell'ipnoterapia nella cessazione per almeno 6 mesi.</p>
Caveat	La qualità delle prove è bassa poiché molti studi sono soggetti al rischio di distorsioni e presentano tra loro importanti differenze che non permettono la metanalisi.
Contesto	Gli interventi di ipnosi per indurre la cessazione al fumo possono essere di 3 tipi: rafforzare la volontà di smettere, diminuire il desiderio di fumare o aiutare alla concentrazione su programmi di cessazione.
Note	Lo studio più significativo (Carmody, 2008), è un trial randomizzato con gruppo di controllo che ha reclutato 286 fumatori sottoposti a ipnosi (2 sessioni di 60 minuti più 2 telefonate di supporto) e cerotti alla nicotina. Si registra un tasso di cessazione maggiore rispetto al gruppo di controllo con altri trattamenti a 6 e 12 mesi di cessazione.
Riferimento bibliografico revisione	Barnes J, McRobbie H, Dong CY, Walker N, Hartmann-Boyce J. Hypnotherapy for smoking cessation. Cochrane Database of Systematic Reviews 2019, Issue 6.
Altri riferimenti	Carmody TP, Duncan C, Simon JA, Solkowitz S, Huggins J, Lee S, et al. Hypnosis for smoking cessation: a randomized trial. Nicotine & Tobacco Research 2008;10(5):811-8.
Sintesi e traduzione a cura di DoRS, Centro di Documentazione per la Promozione della Salute della Regione Piemonte, Italia.	