



**Unità Operativa Educazione e Promozione
della Salute Aziendale**
Via Bambino, 32 - Catania
Tel./Fax 095 322507



Dirigente Responsabile

Dott. **Salvatore Cacciola** tel. 095.2545594

A chi rivolgersi

Dott. **Alfio Reitano** tel. 095 2545583

Dott. **Giovanni Tarditi** tel. 095 2545599

educazionesalute@aspct.it

www.aspct.it



UO Educazione e Promozione della Salute Aziendale

Corso per smettere di fumare



ICS Bruno Viale dei Fiori snc
BIANCAVILLA

Iniziativa svolta nell'ambito del progetto
SIN Biancavilla – educazione alla salute

Corso per smettere di fumare

Laboratorio di gruppo (max 25 iscritti)

Dott. Salvatore Scardilli
(Progetto POAF Psicologo Ser.t. via Sardo Catania)
Dott. Giuseppe La Rocca
(Medico Responsabile Ser.t via Sardo Catania)

Le malattie respiratorie (dalla bronchite, all'enfisema, al tumore polmonare) e cardiocircolatorie (infarto miocardico, ictus) sono strettamente correlate alla dipendenza dal tabacco. I danni provocati dal fumo si evidenziano anche dopo un lungo periodo (20 – 30 anni) e, quindi, è normale che una persona possa fumare per tanti anni senza avvertire alcun problema, per poi scoprirsi ammalata. Inoltre è dimostrato che anche i fumatori da lungo tempo beneficiano dalla sospensione dal fumo, anche se tardiva.

Indipendentemente da quando e quanto si fumi, smettere di fumare allunga la speranza di vita e riduce l'insorgenza di malattie: migliorano il controllo della pressione arteriosa e la capacità respiratoria; la frequenza del battito cardiaco diminuisce e ritorna ai livelli precedenti; senza monossido di carbonio i tessuti ricevono più ossigeno; il rischio di avere un infarto cardiaco si riduce del 50% dopo un anno; il rischio di avere un ictus cerebrale regredisce in 5-10 anni.

Il corso è rivolto a soggetti fumatori con intenzione di smettere di fumare, l'attività è pomeridiana (dalle 16.00 alle 17.30) e si svolge in 5 incontri, presso i locali della scuola. Il gruppo è composto da un max di 25 iscritti. Si consiglia abbigliamento comodo. Il corso è gratuito.

Mercoledì 7 febbraio 2018 dalle 16.00 alle 17.30

Giovedì 8 febbraio 2018 dalle 16.00 alle 17.30

Venerdì 9 febbraio 2018 dalle 16.00 alle 17.30

Martedì 13 febbraio 2018 dalle 16.00 alle 17.30

Mercoledì 20 febbraio 2018 dalle 16.00 alle 17.30

SCHEDA DI PARTECIPAZIONE al

Corso per smettere di fumare

**Scheda Anagrafica
(compilare a stampatello)**

Nome: _____

Cognome: _____

Indirizzo: _____

Città: _____

Professione: _____

Cell.: _____

E-mail: _____

Consenso Informazioni legali: In conformità al D. Lgs. 196/2003 La informiamo che i dati inseriti saranno utilizzati negli stretti limiti del perseguimento delle medesime finalità per le quali i dati sono stati raccolti, e per essere informato/a sulle altre nostre iniziative.

Da spedire entro il 31/1/2018 a educazionesalute@aspct.it
numero posti limitato (max. 25 iscritti).

Data ___/___/___

Firma
