

I programmi comportamentali di terapia di gruppo per smettere di fumare

Data di inserimento	25/01/2021
Anno	2017
Domanda di ricerca	I programmi comportamentali di terapia di gruppo sono efficaci nel favorire la cessazione del fumo?
Quello che conta	<p>Sono stati selezionati 66 studi (RCT), con follow up minimo di 6 mesi.</p> <p>Con programmi comportamentali di gruppo ci si riferiva a riunioni programmate in cui i partecipanti ricevevano interventi comportamentali, come informazioni, consigli, incoraggiamenti e/o terapie cognitive comportamentale erogate in almeno due sessioni.</p> <p><i>Confronto tra intervento di gruppo e altri interventi o nessun intervento:</i></p> <ul style="list-style-type: none">• Programmi comportamentali di gruppo vs nessun intervento: Nove studi con 1098 partecipanti hanno confrontato la terapia di gruppo con nessun intervento, mostrando una maggior efficacia dei programmi comportamentali con prove di bassa qualità (RR 2,60 95%IC 1,80-3,76).• Programmi comportamentali di gruppo vs programmi di auto-aiuto: Tredici RCT con 4395 partecipanti hanno confrontato interventi comportamentali di gruppo con interventi basati su materiale cartaceo o multimediale di auto-aiuto. Esistono prove di qualità moderata che la terapia di gruppo porti ad un aumento della cessazione dell'uso di tabacco (RR 1,88; 95% IC 1,52-2,33).• Programmi comportamentali di gruppo vs interventi individuale (breve consulenza da parte di un operatore sanitario): Quattordici studi con 7286 partecipanti hanno confrontato interventi basati sulla terapia di gruppo con una breve consulenza da parte di un operatore sanitario (medico, infermiere o farmacista). Esistono prove di bassa qualità che programmi comportamentali di gruppo presentino una maggior, seppur minima, efficacia nel favorire la cessazione rispetto alla consulenza breve. (RR 1,22 95%IC 1,03-1,43).• Programmi comportamentali di gruppo vs consulenza individuale di intensità simile (numero e durata sedute): Non è stata rilevata una maggior efficacia di interventi basati sulla terapia di gruppo rispetto ad interventi individuali di simile intensità (6 studi con 980 partecipanti; qualità bassa).• Programmi comportamentali di gruppo più farmacoterapia vs la sola farmacoterapia: Cinque studi con 1523 partecipanti hanno valutato l'effetto dell'aggiunta di un programma di supporto di gruppo alla farmacoterapia (bupropione o NRT). Non esistevano differenze statisticamente significative tra i due tipi di interventi.
Caveat	La qualità assegnata agli studi è medio-bassa. Per alcuni confronti (programmi comportamentali e consulenza intensiva) le prove sono insufficienti a determinare l'efficacia.
Contesto	Negli ultimi anni la terapia di gruppo è diventata sempre più popolare come intervento per smettere di fumare. Gli interventi comportamentali di gruppo si basano generalmente su tecniche cognitive-comportamentali, formazione sulle abilità sociali, gestione delle crisi ecc. Collocandosi tra i metodi di auto-aiuto e quelli con un contatto minimo con il terapeuta, gli interventi di gruppo potrebbero offrire tassi di cessazione migliori rispetto al primo e costi inferiori rispetto al secondo.

Implicazioni per la pratica	<p>La revisione conclude che ci sono prove ragionevoli per affermare che i programmi comportamentali di gruppo siano migliori dei programmi di auto-aiuto e altri interventi meno intensivi nell'aiutare le persone a smettere di fumare. Potrebbero, però, non essere migliori dei consigli di un operatore sanitario. Non ci sono prove sufficienti per determinare quanto siano efficaci rispetto alla consulenza individuale intensiva.</p> <p>Dal punto di vista del consumatore che è motivato a fare un tentativo di cessazione, probabilmente vale la pena unirsi a un gruppo se disponibile; aumentando la probabilità di smettere. La terapia di gruppo può anche essere utile come parte di un intervento completo che include la farmacoterapia.</p> <p>Dal punto di vista della salute pubblica, l'impatto dei gruppi sulla prevalenza del fumo dipenderà dalla loro diffusione. I fornitori devono esprimere un giudizio sull'efficacia in termini di costi e guadagni ottenuti dalla terapia di gruppo rispetto ad altri interventi.</p>
Giudizio di qualità revisione	Alta (presente su Cochrane Library)
Riferimento bibliografico revisione	Stead LF, Carroll AJ, Lancaster T. Group behaviour therapy programmes for smoking cessation . Cochrane Database of Systematic Reviews 2017, Issue 3. Art. No.: CD001007. DOI: 10.1002/14651858.CD001007.pub3.
Parole chiave	- terapia comportamentale - consulenza - prevenzione e controllo - terapia / metodi comportamentali -
Aree di intervento	- dipendenze -
Setting	- sanitario - comunitario -
Outcome	Cessazione uso del tabacco
Sintesi e traduzione	Sintesi e traduzione a cura di Marta De Vito, Università del Piemonte Orientale