



***Primo Piano - Studio Ucl: "Ogni sigaretta fumata corrisponde a 20 minuti di vita in meno"***

**Roma - 30 dic 2024 (Prima Notizia 24) Ogni pacchetto consumato può rubare 7 ore di vita, ma chi smette di fumare può riguadagnare un giorno di vita in più entro una settimana.**

Ogni sigaretta fumata rischia di far diminuire l'aspettativa di vita di un fumatore di 20 minuti. E' quanto stimano i medici ricercatori della University College of London. La stima è allegata ad un appello pubblico ai fumatori, in vista del 2025, per incoraggiarli a smettere di fumare come proposito per il nuovo anno. Nello studio, citato da diversi media tra cui il Guardian, i ricercatori hanno calcolato che ogni singolo pacchetto consumato può ridurre la vita di 7 ore, ma evidenziano anche un dato positivo: chi fuma 10 sigarette al giorno e decide di smettere dal 1 gennaio, può sperare di riguadagnare un giorno di vita entro l'8, una settimana entro il 5 febbraio e un mese entro il 5 agosto. Chi non smette di fumare, ha avvertito la ricercatrice capo del gruppo di studio su alcol e tabacco alla Ucl Sarah Jackson, può perdere "circa un decennio di vita: 10 anni di momenti preziosi da condividere con le persone che amiamo". Da diverso tempo, i medici indicano il fumo come una delle principali cause di morte evitabili a livello mondiale. Soltanto nel Regno Unito, è legato alla morte prematura di 80.000 persone all'anno ea quasi un quarto delle diagnosi di tumore, anche se ci sono molti fumatori che vivono a lungo. A commissionare la ricerca all'Ucl è stato il Ministero britannico della Sanità, nell'ambito dell'impegno preso dagli ultimi governi a rinforzare le restrizioni anti-fumo, specialmente tra i più giovani. Questa ricerca modifica in negativo una stima precedente, nata da uno studio pubblicato nel 2000 sul British Medical Journal (Bmj), secondo cui ogni sigaretta fumata determina una riduzione della vita di 11 minuti.

*(Prima Notizia 24) Lunedì 30 Dicembre 2024*