Zeitschrift: Giovani forti, libera patria : rivista di educazione fisica della Scuola federale di ginnastica e sport Macolin

Herausgeber: Scuola federale di ginnastica e sport Macolin

Band: 9 (1953)

Heft: 2

Rubrik: Il cantuccio del medico

Nutzungsbedingungen

Die ETH-Bibliothek ist die Anbieterin der digitalisierten Zeitschriften auf E-Periodica. Sie besitzt keine Urheberrechte an den Zeitschriften und ist nicht verantwortlich für deren Inhalte. Die Rechte liegen in der Regel bei den Herausgebern beziehungsweise den externen Rechteinhabern. Das Veröffentlichen von Bildern in Print- und Online-Publikationen sowie auf Social Media-Kanälen oder Webseiten ist nur mit vorheriger Genehmigung der Rechteinhaber erlaubt. Mehr erfahren

Conditions d'utilisation

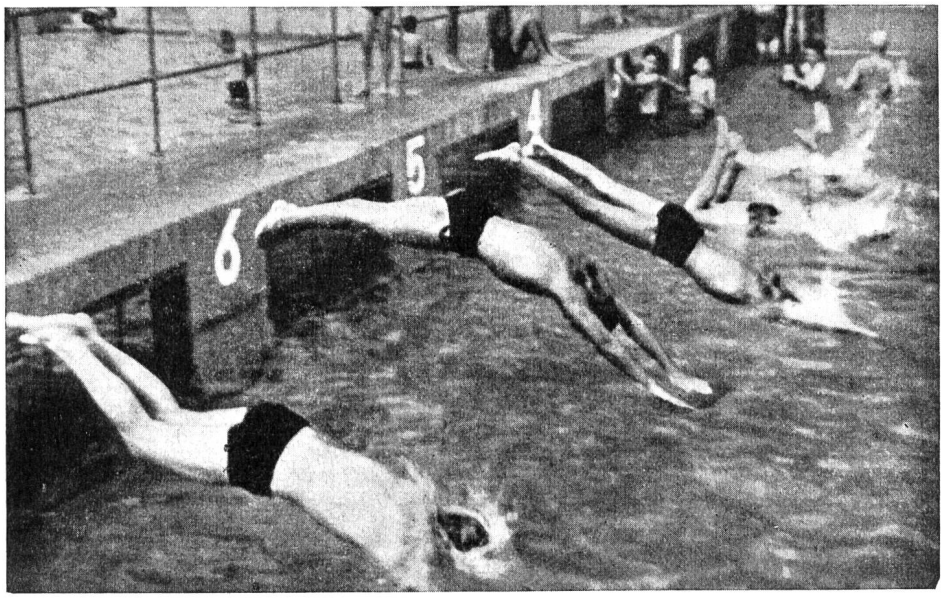
L'ETH Library est le fournisseur des revues numérisées. Elle ne détient aucun droit d'auteur sur les revues et n'est pas responsable de leur contenu. En règle générale, les droits sont détenus par les éditeurs ou les détenteurs de droits externes. La reproduction d'images dans des publications imprimées ou en ligne ainsi que sur des canaux de médias sociaux ou des sites web n'est autorisée qu'avec l'accord préalable des détenteurs des droits. En savoir plus

Terms of use

The ETH Library is the provider of the digitised journals. It does not own any copyrights to the journals and is not responsible for their content. The rights usually lie with the publishers or the external rights holders. Publishing images in print and online publications, as well as on social media channels or websites, is only permitted with the prior consent of the rights holders. Find out more

Download PDF: 09.08.2025

ETH-Bibliothek Zürich, E-Periodica, https://www.e-periodica.ch



Estate! Ricerca di frescura, di refrigerio. I nostri laghi, le piscine, invitano a tuffarsi nelle acque fresche e spumose.
Monitori! Non dimenticate che il nuoto è una disciplina utilissima e necessaria ai nostri giovani, perchè è utile e necessario che il nostro popolo sappia nuotare. Pertanto organizzate, nel massimo delle vostre possibilità, gli esami di nuoto della I. P.!

IL CANTUCCIO DEL MEDICO

Gli effetti del tabacco sull'organismo umano

Anche il tabacco, come tutte le droghe, ha i suoi fanatici avversari ed i suoi fedeli ammiratori. Sappiamo che papa Urbano VIII proibì l'uso del tabacco da fiuto e che fino alla rivoluzione del 1848 nella maggior parte dei paesi d'Europa era proibito fumare sulla strada. D'altra parte molti poeti e scrittori nelle loro opere lodarono ed esaltarono il tabacco ed il fumo.

Qual'è l'opinione della medicina moderna sul tabacco ad uso voluttuario? Anzitutto bisogna sapere che la nicotina non è il solo veleno contenuto nel fumo. Gli altri componenti sono: ossido di carbonio, acido prussico, pirrolo, alcool metilico, ecc.

La nicotina resta però il componente maggiormente dannoso del tabacco e del fumo. Il tenore di nicotina del tabacco stesso non corrisponde sempre a quello del fumo sviluppatosi dalla combustione. Da ricerche accurate risulta che nel fumo dei cosidetti sigari senza nicotina vi è il medesimo tenore di nicotina come nei sigari ordinari.

Il contenuto di nicotina del tabacco dipende dalla consistenza, dal tenore di umidità, dalla compressione, dal taglio delle foglie, dalla rapidità con la quale si fuma e dalla temperatura che si sviluppa nella combustione. La distillazione dei componenti del tabacco avviene nello strato più vicino alla zona in combustione. L'assorbimento della nicotina è indipendente dalla maniera di fumare.

Le goccioline più grandi si depositano già nella bocca e se l'aspirazione è profonda le goccioline più piccole arrivano fino negli alveoli polmonari. Come abbiamo già detto la nicotina è un veleno con alta tossicità.

Reagisce basicamente ed è di sapore acre.

Già poche gocce bastano a paralizzare la respirazione e a uccidere un uomo. Una o due gocce sono però già il tenore di nicotina di un sigaro ordinario. Fortunatamente, fumando, la maggior parte della nicotina si volatizza. Specialmente dannoso è dunque masticare il tabacco o come si dice comunemente, ciccare. La acredine più o meno forte del fumo non è segno del tenore di nicotina, poichè esso può contenere altre sostanze basiche. Le materie acide, invece, indeboliscono l'acredine del fumo ingannando sul contenuto di nicotina di questo. Chi crede che un avvelenamento colla nicotina sia possibile solo inalando il fumo si sbaglia, poichè la mucosa boccale assorbe molto facilmente la nicotina. Le cellule del corpo umano hanno sì la capacità di distruggere la nicotina in un tempo relativamente breve e senza far differenza se trattasi di un organismo abituato al fumo o no.

È indiscutibile però che col tempo la funzionalità di apparati organici di importanza, quali il fegato, le vie digerenti, l'apparato circolatorio e soprattutto il sistema nervoso ne risentano le conseguenze. I fumatori inveterati vanno così sovente incontro a note manifestazioni morbose, quali l'irritazione dei bronchi, i disturbi digestivi, le aritmie (irregolarità delle pulsazioni) cardiache. E chi inizia la carriera del fumatore è, a seconda della sua sensibilità all'azione tossica dei prodotti di combustione del tabacco, colpito da malessere, senso di angoscia, sudori freddi, capogiri, conati di vomito o vomito.

Dobbiamo dire che la nocività del tabacco e dei suoi componenti è oggetto dei giudizi più disparati. Forti e impenitenti fumatori giungono a tarda età senza il minimo disturbo. Per vincere l'azione dannosa occorre uno stato particolare dell'organismo e la tolleranza di questo varia in ogni individuo. Certo è che il tabacco è dannoso ed ognuno dovrebbe essere capace di limitare l'uso o smettere prima che i disturbi si aggravino.

Una bella giornata sarà l'11. X. 53

Verrà disputata la

VII. corsa ticinese di orientamento a pattuglie

Gara intercantonale — Tre categorie: A, B e C