

1 aprile 2009 0:00

 USA: Coi soldi e' piu' facile smettere di fumare (e d'ingrassare)

Per far desistere i fumatori dal loro vizio (o dal troppo cibo coloro che sono in sovrappeso) conviene puntare sui soldi. In Usa, l'*IBM* paga un premio in contanti ai collaboratori che si disfano dei chili in eccesso, che fanno sport o che smettono di fumare. Alla fine l'azienda ci guadagna. La lezione da trarre e' che lo stimolo economico e' piu' efficace di tanti buoni consigli. La conferma viene dall'esperimento condotto da Kevin Volpp, economista della sanita' dell'Universita' di Philadelphia (Pennsylvania): ha coinvolto 900 dipendenti di una grande azienda che fumavano in media 20 sigarette al giorno e che avevano tentato piu' volte di smettere. Tutti sono stati informati dei programmi per disabituarsi dal fumo. Al 50% del campione e' stato prospettato un compenso in denaro cosi' strutturato: la frequenza regolare a un corso per cessare di fumare sarebbe stato compensato con 100 dollari, l'astinenza dal tabacco con 250-400 dollari a seconda della durata. Dal rapporto pubblicato su *New England Journal of Medicine* (vol. 360, pag. 699), si evince che lo stimolo finanziario ha avuto un effetto maggiore dei buoni consigli. Nel gruppo dei "pagati" il 15% ha rinunciato al fumo, e dopo un anno e mezzo era astinente ancora il 10%; in quello di controllo solo il 5%. e a distanza di un anno mezzo il 4%.