

Dia Mundial Sem Tabaco alerta para os riscos do fumo passivo

Sex 31 maio

31 de maio é a data escolhida pela Organização Mundial da Saúde (OMS) para celebrar o Dia Mundial Sem Tabaco. Este ano, com o tema Tabaco e Saúde dos Pulmões, o objetivo é alertar sobre doenças e mortes evitáveis relacionadas ao tabagismo, enfermidade crônica causada pela dependência da nicotina presente nos produtos à base de tabaco.

De acordo com a referência técnica do Programa de Controle do Tabagismo da [Secretaria de Estado de Saúde \(SES\)](#), Nayara Resende Pena, quem fuma ou não fuma, mas está exposto à fumaça, tem o risco aumentado de contrair câncer de pulmão, além de doenças respiratórias, como doença pulmonar obstrutiva crônica (DPOC), pneumonia, enfisema pulmonar, entre outras.

“A fumaça que sai da ponta do cigarro, e se difunde no ambiente, contém em média três vezes mais nicotina, três vezes mais monóxido de carbono e até 50 vezes mais substâncias cancerígenas do que a fumaça inalada pelo fumante. A exposição à fumaça do tabaco por pessoas que não fumam pode acarretar desde reações alérgicas (rinite, tosse e exacerbação de asma) em curto período, até câncer do pulmão e doença pulmonar obstrutiva crônica (enfisema pulmonar e bronquite crônica) em adultos expostos por longos períodos. Em crianças, aumenta o número de infecções respiratórias”, explica Nayara.

Tratamento

A criação do Programa Nacional de Controle do Tabagismo (PNCT), em 1986, pelo Ministério da Saúde, representou um importante passo no enfrentamento à doença no Brasil. Em Minas Gerais, por meio do programa, é oferecido tratamento pelo Sistema Único de Saúde (SUS) para as pessoas que querem parar de fumar. Além disso, o programa também realiza ações de promoção à saúde e prevenção ao tabagismo, como campanhas educativas para conscientização do público quanto aos riscos relacionados ao uso do tabaco e hábitos de vida saudáveis.

Nayara Resende explica que o modelo de tratamento ofertado pelo SUS para parar de fumar consiste em uma abordagem cognitivo-comportamental, estruturada inicialmente por quatro sessões semanais. “Após essas sessões, são promovidos encontros mais espaçados, para se evitar a recaída, até completar de 6 a 12 meses de tratamento. O tratamento tem como finalidade trabalhar com os fumantes os riscos de fumar e os benefícios de se parar de fumar, fornecer informações necessárias para que ele possa lidar com a síndrome da abstinência, dependência psicológica e os condicionamentos associados ao ato de fumar, além de apoiá-lo nesse processo”, destaca a referência técnica.

Em Minas Gerais, 560 municípios integram o Programa Nacional de Controle do Tabagismo e, anualmente, são atendidos 41.345 tabagistas no estado. Para aderir ao tratamento, Nayara Resende esclarece que o usuário deve procurar a Unidade Básica de Saúde (UBS) mais próxima de sua residência. Caso a UBS de sua região não ofereça o tratamento do tabagismo, a orientação é buscar a Secretaria Municipal de Saúde para se informar em qual unidade do SUS está sendo oferecido o tratamento no município.

Exposição ao tabaco é sempre nociva

Nayara Resende destaca que não há níveis seguros de exposição ao tabaco. Portanto, produtos como cigarro de palha, narguilé e cigarro eletrônico são uma maneira da indústria tabagista atrair novos consumidores. “Todos os produtos que contêm tabaco causam malefícios à saúde de fumantes e não fumantes que são expostos à fumaça”, reforça. Além disso, há ainda o risco de dependência para os tabagistas. Dessa forma, não existe um produto derivado do tabaco que seja menos nocivo que o outro.

Dia Mundial em Minas

Os profissionais de Saúde e gestores municipais são estimulados e orientados a promover a comemoração do Dia Mundial Sem Tabaco durante todo o mês de maio junto à comunidade, principalmente no dia 31. O público prioritário a ser trabalhado são crianças e jovens - visto que a maioria dos fumantes adquirem o hábito antes dos 18 anos - e tabagistas passivos.

“Destacamos a importância de mobilizar e sensibilizar a população quanto aos malefícios causados pelo tabagismo, sobretudo para a saúde dos pulmões da população de forma a aumentar a conscientização sobre os efeitos nocivos e letais do uso do tabaco, a exposição ao fumo passivo e para desencorajar o uso do tabaco em qualquer uma de suas formas”, afirma Nayara Resende.

Para mais informações, acesse www.saude.mg.gov.br/tabagismo.

Ilustração: Nivaldo Júnior