

Campanha do Governo de Minas reforça importância de espaços livres de tabaco

Ter 29 agosto

Que o tabaco é prejudicial à saúde do fumante, todo mundo sabe. Como efeitos imediatos do fumo, podemos citar tosse, dor de cabeça, aumento de problemas alérgicos, principalmente das vias respiratórias, e até elevação da pressão arterial. Já em longo prazo, pode provocar aproximadamente 50 doenças diferentes, inclusive o risco de desenvolvimento de câncer e doença do coração.

Entretanto, o que o [Governo de Minas](#), por meio da [Secretaria de Estado de Saúde de Minas Gerais \(SES-MG\)](#) busca reforçar neste 29/8, Dia Nacional de Combate ao Fumo, é que os não fumantes que convivem com fumantes também estão expostos a esses mesmos riscos.

“Isso porque a fumaça do tabaco inalada por não fumantes contém as mesmas substâncias tóxicas e cancerígenas que o fumante inala”, destaca Cristiane Tomaz, referência técnica da Diretoria de Promoção da Saúde e Políticas de Equidade, da SES-MG.

Ambientes livres de tabaco

Para a campanha que celebra o Dia Nacional de Combate ao Fumo deste ano, o tema escolhido pela SES-MG é “Ambientes Livres de Tabaco”. O objetivo é enfatizar a necessidade de criar espaços onde não há exposição à fumaça do tabaco e proteger a saúde de quem não fuma.

Cristiane Tomaz explica que, em Minas, segundo dados da Pesquisa Nacional de Saúde (2019), 10,8% de pessoas não fumantes estão expostas à fumaça de produtos de tabaco no ambiente domiciliar, sendo que as mulheres não fumantes e as pessoas com 18 a 24 anos de idade apresentaram os maiores percentuais. Nos ambientes de trabalho, 11,5% dos não fumantes estavam expostos ao tabagismo passivo.

“É sempre importante reforçar que não há níveis seguros de exposição. Iniciativas diferentes da eliminação total da fumaça de tabaco, tais como a ventilação, filtragem do ar e o uso de áreas exclusivas para fumar (com ou sem separação por sistemas de ventilação), são ineficientes e há evidências conclusivas e científicas de que nenhum mecanismo de engenharia consegue proteger da exposição à fumaça de tabaco”, pontua Cristiane Tomaz.

Dispositivos eletrônicos

Os dispositivos eletrônicos para fumar (DEFs) têm se tornado cada vez mais populares especialmente entre adolescentes. A referência técnica explica que, muitas vezes, esses jovens são atraídos pelo design contemporâneo desses

“Esses dispositivos contêm substâncias tóxicas que causam câncer, doenças respiratórias e cardiovasculares. Vale reforçar que nenhum Dispositivo Eletrônico para Fumar é seguro e, inclusive, por serem considerados produtos fumígenos, estão abarcados pela Lei Nacional Antifumo, de modo que seu uso é proibido em recintos coletivos fechados”, alerta a técnica da SES-MG.

Tratamento pelo SUS

O jornalista Ramon Jader, de 42 anos, conta que começou a fumar cigarro aos 17 anos e, após algumas tentativas, conseguiu parar definitivamente aos 35. “O cheiro do cigarro e o incômodo social gerado pela fumaça foram fatores relevantes para que eu decidisse cortar esse hábito. Decisão essa que foi ainda mais reforçada após o nascimento do meu filho”, conta.

O jornalista explica que a estratégia para se livrar do hábito foi reduzir gradualmente o número de cigarros fumados por dia, até parar definitivamente. Entretanto, para as pessoas que sentem mais dificuldade nesse processo, o SUS oferece tratamento gratuito, por meio do Programa Nacional de Controle do Tabagismo. O tratamento das pessoas tabagistas é oferecido, prioritariamente, nas Unidades Básicas de Saúde (UBS).

“O usuário que deseje parar de fumar deverá entrar em contato com a Secretaria de Saúde da sua cidade para ser informado sobre os locais do SUS que ofertam o tratamento do tabagismo. Dessa forma, ele será acolhido pela equipe de saúde e avaliado quanto às principais doenças e fatores de risco relacionados, histórico, bem como o grau de dependência ao tabaco e seu estágio de motivação para a cessação do tabagismo”, detalha Cristiane Tomaz.

O modelo de tratamento é baseado em uma abordagem cognitivo-comportamental do fumante. Consiste, inicialmente, em quatro sessões que são realizadas semanalmente. Depois, são promovidos encontros mais espaçados, até completar o período de 6 a 12 meses. O tratamento tem como finalidade conscientizar os fumantes sobre os riscos de fumar e os benefícios de parar de fumar, fornecer informações necessárias para que o indivíduo possa lidar com a síndrome da abstinência, dependência psicológica e os condicionamentos associados ao ato de fumar, além de apoiá-lo nesse processo.

Prevalência

A SES-MG acompanha os dados da prevalência do tabagismo em Minas Gerais por meio da Pesquisa Nacional de Saúde (PNS) – um inquérito de saúde de base domiciliar, de âmbito nacional, realizada pelo Ministério da Saúde em parceria com o Instituto Brasileiro de Geografia e Estatística (IBGE) a cada cinco anos. Os técnicos da Secretaria também acompanham os dados do Sistema de Vigilância de

Fatores de Risco e Proteção para Doenças Crônicas por Inquérito Telefônico (Vigete). As entrevistas telefônicas são realizadas em todas as capitais anualmente, em amostras da população adulta (18 anos ou mais). A SES-MG utiliza ainda como referência os dados da Pesquisa Nacional de Saúde do Escolar (Pense), realizada com escolares adolescentes.

Segundo dados da PNS de 2019, é possível identificar que, no que tange os grupos etários, o mais representativo de fumantes é o de 40 a 59 anos (14,7%) no estado de Minas Gerais, ao passo que a faixa etária com menor proporção de fumantes é a que compreende a população de 25 a 39 anos (11,4%) no estado.

Em relação ao uso do tabaco entre escolares, segundo a Pesquisa Nacional de Saúde do Escolar (Pense 2019), a experimentação de narguilé, uma espécie de cachimbo (25,1%), cigarro eletrônico (18,3%) e outros produtos do tabaco também se mostra elevada entre os adolescentes mineiros de 13 a 17 anos. Quanto ao cigarro eletrônico, 18,3% dos adolescentes em Minas Gerais ouvidos no estudo revelaram ter experimentado alguma vez na vida, acima do nacional, que é de 16,8%. O percentual de escolares de 13 a 17 anos fumantes em Minas Gerais é de 8,8%, acima do índice nacional, de 6,8%. (Pense 2019).

Segundo dados do Vigete de 2021, o percentual de adultos fumantes, em Belo Horizonte, é de 10,6%.

Para mais informações, disque 136.

Saiba mais em www.saude.mg.gov.br/tabagismo.

Seminário virtual

A [Secretaria de Estado de Justiça e Segurança Pública \(Sejusp\)](#), por meio da Subsecretaria de Políticas Sobre Drogas (Supod), faz um alerta sobre os prejuízos causados pelo tabaco, em especial pelos cigarros eletrônicos e narguilés. Para isso, especialistas se reuniram no webinar “Não perca o Fôlego, escolha a Vida”, que aconteceu entre 14h e 16h.

Segundo dados da Organização Mundial da Saúde (OMS), o tabaco mata mais de oito milhões de pessoas por ano. Mais de sete milhões dessas mortes resultam do uso direto deste produto, enquanto cerca de 1,2 milhão é o resultado de não fumantes expostos ao fumo passivo. A OMS afirma ainda que cerca de 80% dos mais de um bilhão de fumantes do mundo vivem em países de baixa e média renda, onde o peso das doenças e mortes relacionadas ao tabaco é maior.

[Acesse aqui](#) o webinar na íntegra.