

# Tabagismo

## O que é Tabagismo?

Tabagismo é doença, conceituada pelo Código Internacional de Doenças, como sendo um grupo de transtornos mentais e de comportamento, decorrentes do uso de substâncias psicoativas (drogas de atuação sobre o Sistema Nervoso Central).

## Quais as substâncias presentes na fumaça do cigarro?

São aproximadamente 5 mil elementos diferentes contidos na fumaça do cigarro, dentre eles a nicotina que ocasiona aumento da frequência cardíaca, aumento da pressão arterial, favorece a aterosclerose, a formação de úlceras gástricas, diarreia e enfisema pulmonar. Além dessas circunstâncias, a dependência psíquica é importante. Essa droga age sobre o SNC como a cocaína, chegando a estimulá-lo em 2 a 4 segundos. O monóxido de carbono tem facilidade de se ligar à hemoglobina, que é parte integrante das hemácias, e responsável por levar o oxigênio aos tecidos. Logo, sua existência dificulta que os tecidos recebam condições favoráveis para sua sobrevivência. O alcatrão é composto por aproximadamente 40 substâncias causadoras de câncer (carcinogênicas).

## Cigarros de baixo teor são melhores?

O artifício de diminuir os teores de nicotina leva o fumante à necessidade de tragadas mais profundas e ao aumento do número de cigarros ao dia. O que faz da tentativa de redução um fracasso efetivo.

## Quais as principais doenças associadas ao fumo?

- Câncer: o fumo é responsável por 30% das mortes por câncer, e por 90% dos casos de câncer de pulmão.
- Doenças coronarianas: 25% dos casos de angina e infarto decorrem do fumo.
- Doenças cérebro-vasculares: 25% dos casos de derrames cerebrais associam-se ao fumo.
- Doenças pulmonares obstrutivas crônicas: 85% relacionam-se ao uso do cigarro. Outras doenças, como aneurismas arteriais, úlceras digestivas e infecções respiratórias estão também ligadas ao tabagismo.

## O fumo atua na reprodução?

De forma bastante acentuada. Inicialmente a taxa de fertilidade é menor nas mulheres fumantes. No caso da gravidez ocorrer há possibilidade de parto prematuro, abortamento e menor crescimento do feto. O uso de 1 a 4 cigarros/dia já é suficiente para que essas circunstâncias ocorram.

## Parei de fumar, não existem mais riscos?

Os riscos se reduzem de 50 a 70%, muito embora não de imediato. Os malefícios acarretados pelo tabagismo demandam anos para serem refeitos. Porém, caso a utilização do cigarro não seja interrompida a tendência natural é de efeito nocivo cada vez maior.