

CLIENTE: COT	
DATA DE VEICULAÇÃO: 30/05/2016	VEÍCULO: Blog Não Perde Não
CADERNO:	ÁREA:
AUTOR:	PÁGINA: naoperdenao.com.br
TÍTULO: Dia Mundial sem Tabaco alerta sobre as doenças relacionadas ao tabagismo	

<http://www.naoperdenao.com.br/2016/05/dia-mundial-sem-tabaco-alerta-sobre-as.html>

## Dia Mundial sem Tabaco alerta sobre as doenças relacionadas ao tabagismo

Dia Mundial sem Tabaco **saúde**

Compartilhar



*10,8% dos brasileiros ainda mantém o hábito de fumar*



---

Amanhã, 31 de maio, é celebrado o Dia Mundial sem Tabaco. A data foi criada em 1987 pela Organização Mundial da Saúde (OMS), como um alerta sobre as doenças e mortes evitáveis relacionadas ao tabagismo. O tabagismo é considerado pela Organização Mundial da Saúde (OMS) a principal causa de morte evitável no mundo. A epidemia global do tabaco mata quase 6 milhões de pessoas por ano. Destas, mais de 600 mil são fumantes passivos (pessoas que não fumam, mas convivem com fumantes). Se nada for feito, estão previstas mais de 8 milhões de mortes por ano a partir de 2030. Mais de 80% dessas mortes evitáveis atingirão pessoas que vivem em países de baixa e média rendas.

O tabagismo está relacionado ainda a mais de 50 doenças. “O consumo de derivados do tabaco está relacionado a 90% dos casos diagnosticados de câncer de pulmão do país, além de ser fator de risco para 30% das mortes decorrentes de outros tipos de câncer como de boca, laringe, faringe, esôfago, entre outros”, explica Rodolfo Gadia, oncologista clínico do COT – Centro Oncológico do Triângulo.

De acordo com o Inca – Instituto Nacional de Câncer, todos os derivados do tabaco, que podem ser usados nas formas de inalação, aspiração e mastigação são nocivos à saúde. No período de consumo desses produtos são introduzidas no organismo mais de 4.700 substâncias tóxicas, incluindo nicotina (responsável pela dependência química), monóxido de carbono (o mesmo gás venenoso que sai do escapamento de automóveis) e alcatrão, que é constituído por aproximadamente 48 substâncias pré-cancerígenas, como agrotóxicos e substâncias radioativas (que causam câncer).

Segundo o oncologista, para parar de fumar é preciso força de vontade e determinação. “Você pode escolher duas formas para deixar de fumar: a parada imediata ou a gradual. A primeira é mais recomendada, cortando o hábito de uma vez só, mas as pessoas também podem ir reduzindo o número de cigarros. Outra dica é adiar a hora em que fuma o primeiro cigarro do dia. Você vai adiando o primeiro cigarro por um número de horas predeterminado a cada dia até chegar o momento, em que, você não fumará nenhum cigarro”, recomenda.

#### **Sintomas típicos**

No câncer de pulmão, os principais sintomas causados pela doença são: tosse, sibilos, ronco, dor no tórax, escarros hemópticos (com raias de sangue), falta de ar e pneumonia, e costumam aparecer quando a doença já está em situação avançada. Alguns tipos de tumores podem ser assintomáticos – ou seja, não apresentam sintomas.

#### **Dados sobre o fumo**

- 200 mil mortes por ano no Brasil (23 pessoas por hora);
- 25% das mortes causadas por doença coronariana – angina e infarto do miocárdio;
- 45% das mortes por infarto agudo do miocárdio na faixa etária abaixo de 65 anos;
- 85% das mortes causadas por bronquite crônica e enfisema pulmonar (doença pulmonar obstrutiva crônica);
- 90% dos casos de câncer no pulmão (entre os 10% restantes, 1/3 é de fumantes passivos);
- 25% das doenças vasculares (entre elas, derrame cerebral);
- 30% das mortes decorrentes de outros tipos de câncer (de boca, laringe, faringe, esôfago, estômago, pâncreas, fígado, rim, bexiga, colo de útero e leucemia).