

O tabagismo é considerado uma doença crônica, segundo o Instituto Nacional de Câncer (Inca). Mais: é a principal causa de morte evitável no mundo e os números que envolvem o hábito continuam alarmantes no Brasil e fora dele. Dados do Inca mostram que, somente no Brasil, é responsável pela morte de 428 pessoas por dia, cerca de 12,6% de todos os óbitos anuais.

No mundo, 7 milhões de pessoas morrem a cada ano em decorrência do uso de tabaco, segundo a Organização Mundial de Saúde (OMS). Destes, pouco mais de 6 milhões são fumantes ativos e 900 mil, passivos (afetados indiretamente por estar no mesmo ambiente que fumantes). Segundo a entidade, o consumo da substância é uma das piores epidemias já enfrentadas pela humanidade.

Para promover um alerta sobre os malefícios do fumo e dos efeitos do tabagismo passivo, o 31 de maio foi escolhido como o Dia Mundial Sem Tabaco. A data foi instituída em 1987 pela OMS e continua sendo um importante momento para refletir sobre esse hábito.

Trazendo para o momento atual, além de ser um fator de risco para diversos tipos de câncer, doenças cardiovasculares, respiratórias e outras enfermidades, o tabagismo ainda tem sido uma preocupação neste cenário de pandemia. A Covid-19, doença causada pelo novo Coronavírus, ataca o sistema respiratório e os profissionais da saúde têm demonstrado preocupação, já que estudos sugerem aumento dos riscos para pacientes fumantes em função do comprometimento da capacidade pulmonar e do funcionamento dos pulmões.

Além disso, a quarentena imposta para diminuir a curva de contágio pelo vírus tem feito com que muitas pessoas repensem alguns hábitos e o modo como cuidam de sua saúde. Além dos fatores psicológicos – tão falado no momento de pandemia –, há outros que influenciam a saúde, como a dependência do cigarro.

Vale lembrar que não há um nível seguro de exposição ao tabaco. A única forma eficaz de diminuir seus riscos é abandonar completamente o hábito. E este pode ser um importante momento para dar esse passo. O isolamento social gerado pela pandemia e a necessidade de pensar e agir de forma a proteger a própria saúde e daqueles com que se convive pode ser um estímulo.

Quer mais? O estudo [“Promoção da Saúde nas Empresas”](#), produzido para nós pelos especialistas Alberto Ogata e Michael P. O’Donell, indica uma ferramenta para mensurar os riscos de hábitos que prejudicam a saúde (incluindo o tabagismo).

Outro ponto importante que tratamos [aqui](#) diz respeito aos gastos em saúde. Segundo o levantamento da Fiocruz, o tratamento de cada paciente com câncer de pulmão custa, em média, R\$400 mil. Já a OMS aponta que, em todo o mundo, o tabagismo gera US\$ 1 trilhão a cada ano em função da diminuição da produtividade, adoecimento e mortes prematuras. Também falamos mais sobre os hábitos de consumo de tabaco no Brasil no [TD 73 - Análise da Pesquisa Nacional de Saúde](#).

Repense seus hábitos. Proteja sua saúde.

Fonte: IESS, em 29.05.2020