



DIA MUNDIAL SEM TABACO, 31 DE MAIO

No âmbito do Dia Mundial Sem Tabaco, que se assinala anualmente no dia 31 de Maio, a Sociedade Portuguesa de Pediatria insiste na prevenção da exposição ao Fumo Ambiental de Tabaco (FAT), relembrando a campanha da Direção-Geral da Saúde (DGS), através do Programa Nacional para a Prevenção e o Controlo do Tabagismo, lançada em Março deste ano.

Em Março deste ano decorreu na televisão, rádio, imprensa e internet a campanha publicitária lançada pela DGS “**Eu Fumo Tu Fumas**”. Os principais destinatários foram os pais e cuidadores de crianças, sensibilizando-os para o perigo “invisível” do fumo do tabaco, recorrendo a imagens de crianças e bebés a exalar o fumo do cigarro que um adulto fuma.

Sabe-se que para além da nicotina, o tabaco contém mais de 4000 substâncias com efeitos tóxicos e irritantes, outros com efeitos cancerígenos e substâncias radioativas. **TODOS os produtos do tabaco são nocivos para a saúde, NÃO havendo um LIMIAR seguro de exposição.** As concentrações em espaços fechados, como os restaurantes, ou espaços confinados, como os automóveis, podem ser especialmente elevadas. Estes químicos tóxicos permanecem no interior da casa ou do carro muitas horas depois de se ter fumado um cigarro, não desaparecendo totalmente, mesmo com as janelas abertas.

Mais de 80% do fumo do tabaco é invisível, impedindo que as pessoas tenham uma verdadeira percepção do risco a que estão expostas e, por esse motivo, fiquem menos atentas aos outros quando fumam e mais tolerantes com quem fuma perto de si. Quando alguém fuma, todos fumam à sua volta. As crianças são particularmente vulneráveis ao FAT sobretudo por não terem como defender o seu direito a viver num ambiente sem fumo. A exposição de recém-nascidos e crianças às substâncias tóxicas e cancerígenas presentes no FAT está associada a graves problemas de saúde, tais como a **morte súbita do lactente**, infeções respiratórias de repetição, infeções nos ouvidos e indução e exacerbação de crises de asma. Contribui também para que as crianças aprendam a conviver com o tabaco, como produto de consumo comum, e se sintam mais atraídas por experimentar fumar, quando atingem a adolescência.

AQUI os pais e conviventes com crianças no agregado familiar podem encontrar informação sobre os malefícios do fumo ambiental do tabaco e os seus efeitos nos não-fumadores, incluindo as crianças, e alertas em como evitá-lo, bem como os primeiros passos para deixar de fumar.



No âmbito da prevenção do tabagismo a nova **Proposta de Lei** elaborada pelo Governo, transpondo as Diretivas Europeias mais recentes, contempla já algumas medidas destinadas a proteger crianças e trabalhadores da exposição ao FAT, pois pretende eliminar espaços de uso público, como bares e restaurantes, partilhados por fumadores e não fumadores. No entanto, para a indústria de restauração, hotelaria e diversão está contemplada uma moratória de cinco anos (até 2020) na execução da mesma. Evidência ao redor do mundo demonstra que só a proibição abrangente em todos os locais públicos é eficaz na proteção das pessoas contra a exposição ao FAT. Assim sendo, até que esta seja a realidade em Portugal, a forma de reduzir a exposição das crianças ao FAT passa por aumentar a percepção da população sobre os riscos da exposição das crianças e incentivar à modificação de atitudes/comportamentos dos fumadores em relação ao consumo de tabaco em locais fechados.

A campanha da DGS, **“Eu Fumo Tu Fumas”** é um primeiro passo de alerta e motivação para parar de fumar aumentando assim o número de domicílios e de carros livres de fumo.

Links úteis:

<http://eufumotufumas.com>

<https://www.dgs.pt/ms/5/default.aspx?id=5516>

Dr.^a Carolina Constant

Texto elaborado por solicitação para o Portal C&F, SPP 2005.05.28©