



**Pílulas
de
Saúde**


Mútua

OS MALEFÍCIOS DO TABAGISMO

A epidemia do tabaco é um dos maiores problemas de saúde pública mundial. Mais de 8 milhões pessoas por ano morrem em consequência do tabagismo.

O tabagismo é um importante fator de risco para doenças cardiovasculares, respiratórias e oncológicas com mais de 20 tipos ou subtipos diferentes de câncer.

Os tabagistas têm risco para desenvolver câncer de pulmão 25-27 vezes maior que os não fumantes – o que ocorre em cerca de 90% dos casos. Para o ano de 2022, foram estimados, nos Estados Unidos, 1.918.030 casos novos de câncer. Destes, o câncer de pulmão contribui com 236.740 (12,3%).

Cerca de 85-90% dos casos de doença pulmonar obstrutiva crônica têm como responsável o tabagismo, sendo esta a quarta principal causa de morte somente nos Estados Unidos. O tabagismo também pode levar à resistência à insulina e à dislipidemia, além de promover inflamação e trombose vascular.

O risco, em tabagistas, de doenças cardiovascular e cerebrovascular é 2-4 vezes superior que naqueles não tabagistas.

Estudos demonstram que, assim como o cigarro convencional, os Dispositivos Eletrônicos para Fumar (DEFs) também estão relacionados ao surgimento de diversas doenças, além de causar dependência e estimular o uso dos cigarros comuns.

**TABAGISTA VOCÊ QUER, VOCÊ PODE E VOCÊ
CONSEGUE PARAR DE FUMAR.**

Procure ajuda de um especialista. Atualmente, existem inúmeros tratamentos não farmacológicos e farmacológicos.

Não há cigarro, produto de tabaco ou nicotina seguro.

Ref. : OLIVEIRA , Glaucia ; ELIANE, Maria. Manual de Promoção da Saúde Cardiovascular: Tabagismo e Saúde Cardiovascular. 2. ed. Rio de Janeiro: SOCERJ, 2023. 95-105 p. v. 1. ISBN ISBN 978-65-88118-06-1.

Dr. Breno Giestal
Cardiologista