

**Associação Médica Brasileira**

**Comissão de Combate ao Tabagismo**

**DIA MUNDIAL SEM TABACO 2021**

**CARTA AO BRASIL**

O **Dia Mundial sem Tabaco – 31 de maio** foi criado em 1987 pela Organização Mundial de Saúde (OMS), com a finalidade de alertar a população mundial **e as autoridades sanitárias dos países** sobre os malefícios do tabagismo ativo e passivo, bem como para desencorajar o uso do tabaco em qualquer uma de suas formas.

O tabagismo é considerado uma doença crônica causada pela dependência à droga nicotina presente nos produtos derivados do tabaco. É a maior causa evitável de doença e morte no mundo de acordo com a OMS. **Anualmente, morrem mais de 8 milhões de pessoas, sendo que mais de 7 milhões dos óbitos são atribuíveis ao tabagismo ativo e 1,2 milhão ao tabagismo passivo. No Brasil, são estimadas cerca de 156 mil mortes anuais (428 mortes por dia) devido ao tabagismo.**

Os produtos do tabaco são consumidos de diversas formas (fumado, inalado, aspirado, mascado ou absorvido pela mucosa oral). No Brasil, predomina o uso do tabaco fumado. **Os produtos derivados da combustão do tabaco contêm aproximadamente 7 mil substâncias tóxicas que são responsáveis direta ou indiretamente por cerca de 55 doenças.** Entre estas, as doenças crônicas não transmissíveis (DCNT) – doenças cardiovasculares, doenças cerebrovasculares, doenças respiratórias crônicas, câncer e diabetes - **são responsáveis por 7 entre cada 10 mortes prematuras no mundo.**

A exposição de adultos não-fumantes à poluição do ambiente causada pela fumaça ou vapor do tabaco (tabagismo passivo) **umenta as chances de apresentarem as mesmas**

doenças dos fumantes. As crianças têm maior risco de infecções respiratórias, otites de repetição, asma brônquica, perda da função pulmonar e morte nos primeiros anos de vida, além de câncer de pulmão e doença pulmonar obstrutiva crônica na vida adulta. As gestantes que fumam têm risco aumentado de complicações da gravidez (abortos, partos prematuros, descolamento prematuro da placenta) e de danos para o bebê, como baixo peso ao nascimento, morte súbita infantil e comprometimento da inteligência e do comportamento, com dificuldade de aprendizagem escolar.

#### **TABAGISMO E COVID-19**

Desde o início da pandemia causada pelo SARS-CoV-2, diversos **estudos seguem em andamento**. Diversos têm demonstrado que *fumantes de qualquer produto derivado do tabaco têm uma chance 2 a 3 vezes maior de desenvolver a COVID-19 em suas formas mais graves*, que podem culminar com a morte, pois já podem apresentar redução da capacidade pulmonar, alterações ou mesmo doenças pulmonares crônicas já instaladas, doenças cardiovasculares, diabetes e câncer, todas essas relacionadas ao tabagismo.

O tabagismo aumenta o risco de infecções causadas por bactérias, vírus e fungos, pois altera a estrutura do sistema respiratório, causa inflamação, promove a elevação da enzima conversora de angiotensina 2 (ECA2) - enzima que se comporta como receptor do novo coronavírus, aumentando a carga viral - e reduz a resposta local de defesa do sistema respiratório, bem como das células que compõem o sistema imunológico do organismo (resposta imune). Os fumantes apresentam baixa oxigenação dos tecidos, alterações dos vasos sanguíneos e um estado de hipercoagulação, que os predispõem à trombose, o que pode ocorrer também na COVID-19. O ato de fumar pode favorecer a

transmissão da COVID-19, através dos movimentos repetidos mão-boca (cerca de 200 por dia, nos fumantes de 1 maço diário), sem a adequada higienização das mãos e com cigarros contaminados, bem como através da eliminação de aerossóis no ambiente, o que ocorre com os cigarros eletrônicos, cigarros de tabaco aquecido e narguilés. Nestes últimos, ***há também aumento do risco de transmissão da doença pelo compartilhamento de piteiras e mangueiras e pela preparação e limpeza inadequadas do dispositivo e seus acessórios.*** A tosse frequente dos usuários durante o uso, a umidade da fumaça do tabaco e o recipiente com água fria do narguilé possibilitam a sobrevivência de microrganismos dentro das mangueiras. Geralmente o uso do narguilé é realizado em grupos e as sessões têm a duração de 45 a 60 minutos, promovendo, portanto, aglomeração, o que sabidamente também aumenta o risco de transmissão do novo coronavírus.

### **“COMPROMETA-SE A PARAR DE FUMAR DURANTE A PANDEMIA DA COVID-19”**

Este é o tema definido pela OMS para o Dia Mundial sem Tabaco de 2021, tendo em vista a forte interação entre os fatores de risco do tabagismo e da COVID-19. Portanto, é fundamental que os médicos e demais profissionais de saúde encorajem, motivem e apoiem os fumantes a interromper o tabagismo.

De 1,3 bilhão de usuários de tabaco em todo o mundo, 60% expressam o desejo de parar de fumar, mas apenas 30% têm acesso às ferramentas para ajudá-los a ter sucesso.

A OMS listou 103 razões para parar de fumar, como forma de mobilizar, motivar, sensibilizar e encorajar os tabagistas a deixarem o fumo. São previstas ações de fortalecimento e ampliação do acesso aos serviços de cessação, aumento da

conscientização sobre as táticas da indústria do tabaco e empoderamento dos fumantes para conseguirem vencer o tabagismo, através da criação de comunidades digitais, onde as pessoas podem encontrar o apoio social de que precisam para parar de fumar.

No Brasil, o tema do Dia Mundial sem Tabaco vai ser divulgado pelo Instituto Nacional de Câncer José Alencar Gomes da Silva (INCA) para alertar a população sobre o uso de produtos fumígenos como fator de risco para a transmissão do SARS-CoV-2 e para o desenvolvimento de formas mais graves de COVID-19, incentivando os fumantes a pararem de fumar e desestimulando a iniciação no consumo de produtos do tabaco por crianças, jovens e adolescentes.

Nas situações de dificuldade de comparecimento dos usuários para o tratamento presencial nas unidades de saúde, em consequência da pandemia, será recomendado o tratamento dos fumantes a distância. Através de parceria entre a Organização Panamericana de Saúde (OPAS), o INCA e a Associação Médica Brasileira (AMB), foram elaborados 9 vídeos curtos de aconselhamento para a cessação do tabagismo e a prevenção de recaídas, no formato de história em quadrinhos, que devem ser amplamente divulgados para a população.

**Comissão de Combate ao Tabagismo da Associação Médica Brasileira**