

ção do peso do recém-nascido, menor estatura, além de alterações neurológicas importantes. O risco de, abortamento espontâneo, entre outras complicações durante a gravidez é maior nas gestantes que fumam.

Durante a amamentação, as substâncias tóxicas do cigarro são transmitidas para o bebê também através do leite materno.

Tabagismo passivo

Os fumantes não são os únicos expostos à fumaça do cigarro pois os não-fumantes também são agredidos por ela, tornando-se fumantes passivos.

Os poluentes do cigarro dispersam-se pelo ambiente, fazendo com que os não-fumantes próximos ou distantes dos fumantes, inalem também as substâncias tóxicas.

Estudos comprovam que filhos de pais fumantes apresentam uma incidência 3 vezes maior de infecções respiratórias (bronquite, pneumonia, sinusite) do que filhos de pais não fumantes.

Aspectos gerais

O hábito de fumar é muito freqüente na população. A associação do cigarro com imagens de pessoas bem sucedidas, jovens, esportistas é uma constante nos meios de comunicação. Este tipo de propaganda é um dos principais fatores que estimulam o uso do cigarro. Por outro lado, os programas de controle do tabagismo, vêm recebendo um destaque cada vez maior em diversos países, ganhando apoio de grande parte da população.

O que é INCA/Contapp?

O INCA (Instituto Nacional de Câncer) é o órgão do Ministério da Saúde responsável pelas ações de controle do tabagismo e prevenção pri-

mária de câncer no Brasil, através da Coordenação Nacional de Controle do Tabagismo e Prevenção Primária de Câncer (Contapp). Essas ações vão desde a comemoração de datas específicas, como Dia Mundial sem Tabaco, 31 de maio e Dia Nacional de Combate ao Fumo, 29 de agosto, até a estruturação e realização de programas continuados para controle do tabagismo e de outros fatores de risco de câncer, em unidades de saúde, escolas e ambientes de trabalho.

Para isso, o INCA/Contapp, coordena uma rede de 27 coordenadores estaduais, capacita recursos humanos, desenvolve pesquisas, elabora livros didáticos sobre o tema, além de folhetos, cartazes e adesivos; presta assessoria técnica nos projetos de lei sobre tabagismo, que tramitam no Congresso Nacional; e participa de congressos de todas as áreas do conhecimento relacionadas ao tabagismo.

O que é o CEBRID?

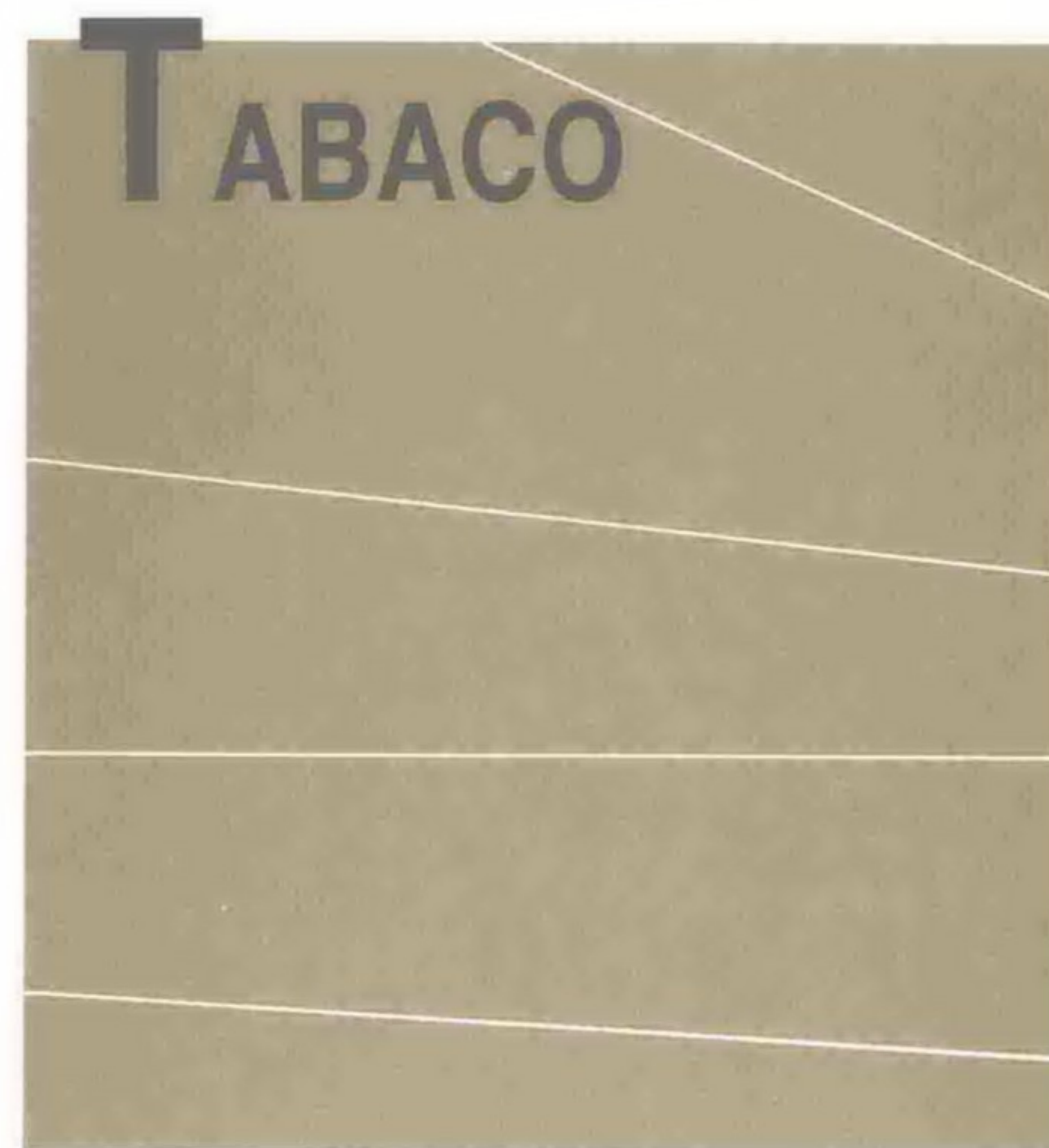
O CEBRID é o Centro Brasileiro de Informações sobre Drogas Psicotrópicas, que funciona no Departamento de Psicobiologia da UNIFESP (Universidade Federal de São Paulo), antiga Escola Paulista de Medicina. É uma entidade sem fins lucrativos e existe exclusivamente para ser útil à população. Para cumprir esta função o CEBRID ministra cursos, palestras e reuniões científicas sobre o assunto Drogas, publica livros, faz levantamentos sobre o consumo de drogas entre estudantes, meninos de rua, etc., mantém um Banco de trabalhos científicos brasileiros sobre o abuso de drogas (mais de 2.000) e publica um Boletim trimestral.

O CEBRID é constituído por uma equipe técnica composta de especialistas nas áreas de medicina, sociologia, farmácia-bioquímica, psicologia e biologia.

Endereço para correspondência:
Universidade Federal de São Paulo
Depto. de Psicobiologia
Rua Botucatu, 862 – 1º andar
04023-062 – São Paulo – SP
Fax: (011) 5084.2793
Tel: (011) 539-0155
e-mail cebrid@psicobio.epm.br

INCA – INSTITUTO
NACIONAL DE CÂNCER

Contapp – Coordenação
Nacional de Controle do
Tabagismo e Prevenção
Primária de Câncer



Com apoio de:

- Ministério da Saúde
- Coordenação Nacional de DST e Aids
- COSAM (Coordenação de Saúde Mental)
- Programa das Nações Unidas para o Controle Internacional de Drogas

Leitura recomendada para alunos
a partir da 6ª série do 1º Grau



Tabaco



Definição e histórico

O **tabaco** é uma planta cujo nome científico é *Nicotiana tabacum*, da qual é extraída uma substância chamada **nicotina**. Seu uso surgiu aproximadamente no ano 1.000 a C., nas sociedades indígenas da América Central, em rituais mágicos-religiosos com objetivo de purificar, contemplar, proteger e fortalecer os ímpetus guerreiros, além de acreditar que a mesma tinha o poder de predizer o futuro. A planta chegou ao Brasil provavelmente pela migração de tribos tupis-guaranis. A partir do século XVI, o seu uso foi introduzido na Europa, por Jean Nicot, diplomata francês vindo de Portugal, após ter-lhe cicatrizado uma úlcera de perna, até então incurável.

No início, utilizado com fins curativos, através do cachimbo, difundiu-se rapidamente, atingindo Ásia e África, no século XVII. No século seguinte, surgiu a moda de aspirar rapé, ao qual foram atribuídas qualidades medicinais, pois a rainha da França, Catarina de Médicis, o utilizava para aliviar suas enxaquecas.

No século XIX, iniciou-se o uso do charuto, através da Espanha atingindo toda a Europa, Estados Unidos e demais continentes, sendo utilizado para demonstração de ostentação. Por volta de 1840 a 1850, surgiram as primeiras descrições de homens e mulheres fumando cigarros, porém somente após a Primeira Guerra Mundial (1914 a 1918) seu consumo apresentou uma grande expansão.

Seu uso espalhou-se por todo mundo a partir de meados do século XX, com ajuda de técnicas avançadas de publicidade e marketing, que se desenvolveram nesta época.

A partir da década de 60, surgiram os primeiros relatórios científicos que relacionaram o cigarro ao adoecimento do fumante e hoje existem inúmeros trabalhos comprovando os malefícios do tabagismo à saúde do fumante e do não fumante exposto à fumaça do cigarro.

Hoje o fumo é cultivado em todas as partes do mundo e é responsável por uma atividade econômica que envolve milhões de dólares.

Apesar dos males que o hábito de fumar provoca, a nicotina é uma das drogas mais consumidas no mundo.

Efeitos no cérebro

Quando o fumante dá uma tragada, a nicotina é absorvida pelos pulmões, chegando ao cérebro geralmente em 9 segundos.

Os principais efeitos da nicotina no Sistema Nervoso Central são: elevação leve no humor (estimulação) e diminuição do apetite. A nicotina é considerada um estimulante leve, apesar de um grande número de fumantes relatarem que se sentem relaxados quando fumam. Essa sensação de relaxamento é provocada pela diminuição do tônus muscular.

Essa substância, quando usada ao longo do tempo, pode provocar o desenvolvimento de **tolerância**, ou seja, a pessoa tende a consumir um número cada vez maior de cigarros para sentir os mesmos efeitos que originalmente eram produzidos por doses menores.

Alguns fumantes, quando suspendem repentinamente o consumo de cigarros, podem sentir *fissura* (desejo incontrolável por cigarro), irritabilidade, agitação, prisão de ventre, dificuldade de concentração, sudorese, tontura, insônia e dor de cabeça. Esses sintomas caracterizam a **síndrome de abstinência**, desaparecendo dentro de uma ou duas semanas.

A tolerância e a síndrome de abstinência são alguns dos sinais que caracterizam o quadro de **dependência** provocado pelo uso de tabaco.

Efeitos no resto do organismo

A nicotina produz um pequeno aumento no batimento cardíaco, na pressão arterial, na frequência respiratória e na atividade motora.

Quando uma pessoa fuma um cigarro, a nicotina é imediatamente distribuída pelos tecidos. No sistema digestivo provoca queda da contração do estômago, dificultando a digestão. Há um aumento da vasoconstrição e na força das contrações cardíacas.

Efeitos tóxicos

A fumaça do cigarro contém um número muito grande de substâncias tóxicas ao organismo. Dentre as principais, citamos a nicotina, o monóxido de carbono, e o alcatrão.

O uso intenso e constante de cigarros aumenta a probabilidade da ocorrência de algumas doenças como por exemplo a pneumonia, câncer (pulmão, laringe, faringe, esôfago, boca, estômago, entre outros), infarto de miocárdio; bronquite crônica; infisema pulmonar; derrame cerebral; úlcera digestiva; etc. Entre outros efeitos tóxicos provocados pela nicotina, podemos destacar ainda náuseas, dores abdominais, diarreia, vômitos, cefaléia, tontura, bradicardia e fraqueza.

Tabaco e gravidez

Quando a mãe fuma durante a gravidez "o feto também fuma", recebendo as substâncias tóxicas do cigarro através da placenta. A nicotina provoca aumento do batimento cardíaco no feto, redu-