



despertar@mpdft.mp.br
3343-4319
Edifício-Sede MPDFT,
sala 138

Amigos DESPERTAR!

CARTA
18

Julho de 2013

Tabaco

Os números do tabagismo no mundo são alarmantes. A Organização Mundial da Saúde (OMS) estima que, cerca de cinco milhões de pessoas morrem, por ano, vítimas do uso do tabaco. Caso as estimativas de aumento do consumo de produtos como cigarros, charutos e cachimbos se confirmem, esse número chegará a 10 milhões de mortes anuais por volta de 2030.¹

Ainda segundo a OMS, o fumo é uma das principais causas de morte evitável, no planeta. Um terço da população mundial adulta – cerca de 1,3 bilhão de pessoas fuma². Já no Brasil, os índices são menores, segundo pesquisa da Vigitel* divulgada pelo Ministério da Saúde, o número de fumantes no país caiu de 16,2% em 2006, para 14,8 em 2011.

A capital com maior percentual de fumantes é Porto Alegre (22,6%), seguida por Curitiba (20,2%); no Distrito Federal o percentual é de 13,5%.³



Você sabia?

1) Que o tabagismo está ligado a 50 tipos de doenças como câncer de pulmão, de boca e de faringe, além de problemas cardíacos?

2) Que, no Brasil, 23 pessoas morrem por hora em virtude de doenças ligadas ao tabagismo?

3) Que crianças com sete anos de idade nascidas de mães que fumaram 10 ou mais cigarros por dia durante a gestação apresentam atraso no aprendizado quando comparadas a outras crianças?¹

O DESPERTAR oferece apoio especializado para membros, servidores, seus familiares e a todos que atuam no MPDFT e desejam parar de fumar. Informe-se pelo telefone 3343-4346.



1) Segundo uma pesquisa americana, a probabilidade de uma mulher não fumante chegar aos 80 anos é de 70%, enquanto uma mulher fumante tem somente 38% de chance de chegar a essa idade. Para homens, a chance é de 61% para não fumantes e somente de 26% para os fumantes.

2) Isso significa que mulheres fumantes vivem cerca de 11 anos menos do que as não fumantes; e homens, cerca de 12 anos menos. Sessenta por cento desse número maior de mortes deve-se a doenças sabidamente associadas ao cigarro. Como essas doenças pioram muito a qualidade de vida, o fumante não só vive menos, como vive pior.⁴

1) Ex-fumantes que param entre 25 e 44 anos tiveram suas curvas de sobrevivência muito semelhantes às dos não fumantes. Isso significa que ganharam aproximadamente dez anos de vida comparados aos que não param. O que não quer dizer que seja seguro fumar até os 40 anos de idade, uma vez que 20% dos que fumaram até os 40 anos morreram mais cedo do que os não fumantes.

2) Quanto antes se para, menos prejuízos se tem, mas sempre é hora, pois parar de fumar entre 45 e 54 anos de idade representa um ganho médio de seis anos de vida e, entre 55 e 64 anos, um ganho de quatro anos de vida, sem contar a qualidade com que se vive sem o tabaco.⁴

Fontes:

(1) http://portal.saude.gov.br/portal/saude/area.cfm?id_area=1446

(2) http://portal.saude.gov.br/portal/saude/visualizar_texto.cfm?idtxt=29479

(3) <http://g1.globo.com/ciencia-e-saude/noticia/2012/04/fumantes-representam-menos-de-15-da-populacao-diz-saude.html>

(4) <http://drauziovarella.com.br/dependencia-quimica/cigarro-riscos-reais-e-beneficios-de-parar/>

(*) Vigilância de Fatores de Risco e Proteção para Doenças Crônicas por Inquérito Telefônico.

Abraço!

Equipe Despertar
DIPRES/DAS/DG

Ministério Público do Distrito Federal e Territórios
Diretoria-Geral
Divisão de Promoção e Prevenção da Saúde - DIPRES/DAS/DG
Edifício-Sede do MPDFT, sala 138
Brasília/DF - CEP: 70.091-900

