

VÍCIO

# Cigarro pode matar 2 em cada 3 fumantes

**Pesquisa feita por cientistas australianos diz ainda que usuários de tabaco morrem 10 anos mais cedo do que os não fumantes**

RIO DE JANEIRO

O cigarro é um inimigo mais poderoso do que se imaginava. Um estudo divulgado pela Universidade Nacional da Austrália mostra que dois em cada três fumantes morrerão por causa do hábito, caso continuem fumando. É um índice mais alarmante do que o anunciado no ano passado pela Organização Mundial da Saúde (OMS), que considerava que metade dos usuários de tabaco morreriam por causa do vício.

O estudo foi realizado com aproximadamente 200 mil pessoas com mais de 45 anos e corroborou o resultado de pesquisas menores e recentes, que apontavam o mesmo índice de mortalidade ligado ao tabagismo.

Os usuários de tabaco morrem 10 anos mais cedo do que os não fumantes. Quem consome 10 ou mais cigarros por dia tem o risco

de morte prematura dobrado, em relação ao resto da população. Entre aqueles que acendem 20 ou mais cigarros diariamente, a chance de morte prematura aumenta em até cinco vezes.

“Sabíamos que fumar era ruim, mas agora temos uma prova direta e independente confirmando as conclusões perturbadoras que surgem no mundo inteiro”, revela Emily Banks, epidemiologista da Universidade Nacional da Austrália e autora chefe do estudo, publicado na revista científica “BMC Medicine”.

Segundo especialistas, as conclusões do estudo australiano podem ser aplicadas no Brasil. Ambos os países contam com um percentual semelhante de fu-

**JOVEM FUMA NAS HORAS VAGAS:** quem consome 10 ou mais cigarros por dia tem o risco de morte prematura dobrado

mantas – aqui, são 14,5%; na Oceania, cerca de 13%.

O Brasil tem pouco mais de 21 milhões de usuários de tabaco. É um índice 20,5% menor do que o registrado cinco anos atrás, segundo a Pesquisa Especial de Tabagismo realizada pelo IBGE em 2014.

A redução dos consumidores foi comemorada, mas os índices de mortalidade analisados no estudo dispararam um alerta.

“A cortina está aberta. Vemos de uma forma cada vez mais minuciosa o impacto do tabaco na sociedade”, pondera Tânia Cavalcante, secretária-executiva da Comissão Nacional para Implementação da Convenção-Quadro para o Controle do Tabaco do

Instituto Nacional de Câncer (Conicq/Inca).

“As doenças relacionadas a seu uso provocaram, em 2012, um prejuízo de R\$ 21 bilhões ao sistema de saúde, entre internações e medicamentos. Quem termina pagando somos todos nós, com impostos que poderiam ser dispensáveis se as pessoas não fumassem”.

“Sabíamos que fumar era ruim, mas agora temos uma prova confirmando as conclusões”

Emily Banks, autora chefe do estudo

## Tabaco está relacionado a mais de 50 doenças

Diretora-executiva da Aliança de Controle do Tabagismo, Paula Johns destaca que o tabaco está ligado a mais de 50 doenças, de cardiovasculares a respiratórias. É, também, o principal fator para diversos tipos de câncer, como o de pulmão e o de garganta.

“Ainda não conseguimos controlar o índice de mortalidade ligado ao tabaco”, lamenta. “Seu impacto sobre a saúde pública é muito mais significativo do que pensávamos. Quando um avião cai, ficamos sensibilizados porque morrem 300 pessoas. O cigarro provoca uma morte silenciosa. É um avião caindo diariamente”.

O câncer de pulmão, o mais comum de todos os tumores malignos, apresenta um aumento de 2% por ano na incidência mundial. Em 2012 foi detectada a origem de 1,82 milhão de casos, sendo que 90% estavam associados ao consumo de derivados do tabaco. Por aqui, a estimativa do Inca para o biênio 2014-2015 é de 27 mil novas ocorrências.

O governo espera que o número de fumantes seja reduzido a 9% da população até 2022. A mais nova iniciativa contra o cigarro, apresentada na Câmara dos Deputados, é a implementação do maço genérico – a embalagem teria apenas uma cor e sem elementos gráficos.

## Usuários resistem a parar de fumar

Após a queda do consumo do cigarro observada nos últimos anos, estima-se que novas dificuldades surgirão no caminho. Segundo Paula Johns, diretora-executiva da

Aliança de Controle do Tabagismo, ainda há um grande público que resiste a parar de fumar.

O assessor parlamentar Robson Vinicius de Almeida, 23 anos, se

rendeu ao primeiro cigarro aos 12 anos. Desde então, tentou largar apenas uma vez, iniciativa que durou apenas um mês.

“Sei de todos os riscos, mas gosto mais do que quero parar”, admite, acrescentando que seu pai, seu tio e sua tia fumam ou fumaram também. “Quando bebo cerveja, não consigo resistir”.

Nas vezes em que o chope motiva o disparo do isqueiro, Robson esvazia de dois a três maços. Em um dia sem a companhia do álcool, um maço e meio “dá conta”.

Já Mariana Ramos Araujo, 31 anos, colega de Robson, fuma rotineiramente dois maços. A mãe de três filhos parou de fumar três vezes, não por coincidência.

“Larguei por mais de um ano nas épocas que estava grávida. Voltei

não sei por quê. Acho que é muito estresse, muita ansiedade, então sempre acabo acendendo um”, explica a parlamentar, acrescentando que resolveu experimentar “por curiosidade” há 15 anos.

### VÁLVULA DE ESCAPE

Para a psicanalista Ivone Ponczek, diretora do Núcleo de Estudos e Pesquisas em Atenção ao Uso de Drogas (Nepad), o consumo de cigarro deve cativar cada vez menos jovens, e só preocupa ainda por ser considerado uma válvula de escape contra o estresse.

“O cigarro, como qualquer droga, tem uma função muito grande de administração da angústia”, observa. “É, muitas vezes, tratado como uma automedicação. Ainda assim, acredito que estamos mudando”.



MARIANA E ROBSON sabem dos riscos, mas não abandonam o hábito

MARCELO CARNAVAL/AGÊNCIA O GLOBO

DIVULGAÇÃO

# VÍCIO

# Álcool é mais letal do que maconha, diz pesquisa

KADIDJA FERNANDES - 12/02/2015

Se o álcool fosse descoberto hoje, possivelmente tabloides do mundo inteiro estampariam manchetes com a “nova droga mortal”, juntamente com depoimentos de testemunhas aterrorizadas por terem visto “viciados” cambaleando pelas ruas. Mas uma recente pesquisa acaba de mostrar que a maconha, que tem utilização proibida em tantos países, é 144 vezes menos letal do que o álcool.

O estudo foi publicado na “Scientific Reports”, subsidiária da revista “Nature”, e procurou quantificar o risco de morte associado ao uso de várias substâncias tóxicas. Os cientistas descobriram que a maconha é, de longe, a droga mais segura. No lugar de focar a contagem de morte como outras pesquisas, os autores do relatório compararam doses letais de cada substância com a quantidade que uma pessoa comum usa.

Ao elencar as drogas mais mortais, a maconha apareceu no final da lista, enquanto álcool, heroína, cocaína e tabaco lideraram. A maconha, inclusive, era a única que representava um risco de mortalidade baixo entre os usuários, apesar de não ser inexistente.

“Fumar a erva, obviamente, não é seguro, e ponto final, mas estudos têm mostrado que ela é, de fato, mais segura do que o álcool”, dizem pesquisadores à “Scientific Reports”.



**GARRAFAS DE CERVEJA:** pesquisa acaba de mostrar que a maconha é 144 vezes menos letal do que o álcool

A pesquisa aparece logo após a polícia do Colorado, primeiro estado americano a legalizar a droga, dizer que em um ano tudo está bem e o trabalho policial passou praticamente inalterado.

“Fumar a erva, obviamente, não é seguro, e ponto final, mas estudos têm mostrado que ela é, de fato, mais segura do que o álcool”

Estudo publicado na “Scientific Reports”, subsidiária da revista “Nature”

## Facebook vira prova em mais de 30% dos divórcios

LONDRES

Se você narra a sua vida no Facebook e atualiza seu status de relacionamento sempre que briga ou muda de namorado (a), cuidado. Uma pesquisa feita entre agências de advocacia da Inglaterra concluiu que em mais de 30% dos processos de divórcio, o comportamento na rede social é usado como fonte de provas e evidências.

E, na maior parte das vezes em que os dados on-line vem à tona, é para desmentir as supostas histórias contadas nos julgamentos e mostrar a verdadeira forma como as pessoas levam a vida. Ou seja, o que você posta hoje pode ser usado contra você no tribunal amanhã.

“Fotos e comentários nas redes sociais podem nos dizer como o relacionamento e o estilo de vida das pessoas realmente são e como, muitas vezes, são diferentes do que elas tentam mostrar diante de juízes”, diz a advogada Julian Hawkhead.

Provas de infidelidade e novas relações – circunstâncias que muitos infiéis tentam esconder diante de advogados concorrentes – são facilmente descobertas na rede social.

O Facebook também é forte evidência de vida financeira e gastos, já que análises de postagens de carros, jantares, compras, férias e festas mostram mais ou menos como a conta bancária de alguém realmente está. Isto pode influenciar valores de pensões e divisão de bens.