

Sociedade Portuguesa de Pneumologia revela dados sobre os hábitos tabágicos durante o período de quarentena

1/3 dos portugueses inquiridos reduziram ou cessaram o consumo de tabaco durante o isolamento

31 de maio | Dia Mundial sem Tabaco

29 de maio de 2020 - Assinala-se, a 31 de maio, o Dia Mundial sem Tabaco. Em período de pandemia causada pela COVID-19, e numa altura onde os efeitos do tabagismo no sistema imunitário e enquanto fator de risco de desenvolvimento e agravamento das infeções respiratórias estão em destaque, a Sociedade Portuguesa de Pneumologia (SPP) lançou um inquérito online com o intuito de aferir quais os hábitos tabágicos dos portugueses durante o confinamento.

Até ao momento, com a recolha de 1000 respostas, “os dados preliminares mostram dois fenómenos - pouco mais de um quarto aumentou o consumo de tabaco - o que pode ser explicado pelo maior stress e ansiedade associados ao confinamento e à incerteza da pandemia, no entanto, surpreendeu-nos que quase um terço teve uma evolução positiva, deixando de fumar espontaneamente ou reduzindo o consumo. Também é relevante que quase metade tenha tentado deixar de fumar, mesmo na ausência de qualquer ajuda específica”, referiu José Pedro Boléo-Tomé, da SPP.

Ainda a propósito dos resultados obtidos com este estudo, o médico pneumologista destaca que a pandemia “pode representar uma boa oportunidade para aumentar a cessação tabágica. Deixar de fumar pode ser das atitudes mais eficazes para reforçar a imunidade, prevenir a COVID-19 e reduzir a mortalidade e, numa altura de grandes mudanças nos nossos hábitos, promover a vida saudável. Os resultados demonstram que existe essa vontade na maioria dos fumadores”.

Esta tem sido, precisamente, uma mensagem que a SPP tem transmitido durante este período - alertando para o facto de que os fumadores podem sofrer condições mais graves da doença COVID-19. Neste sentido, José Pedro Boléo-Tomé reafirma “não existem ainda estudos desenhados especificamente para perceber melhor a influência do tabaco na transmissão ou desenvolvimento da COVID-19. No entanto, os dados de que já dispomos mostram de forma clara que, dos doentes com COVID-19, os que têm história de tabagismo têm doença mais grave, precisam mais de cuidados intensivos e de ventilação mecânica e morrem mais”.

“Em tempo de pandemia, importa reduzir todos os fatores que sejam potenciadores do risco. O tabaco enfraquece o sistema imunitário tornando-o menos capaz de responder aos agentes infecciosos, como é o caso do novo coronavírus”, reforça António Morais, presidente da Sociedade Portuguesa de Pneumologia,

Este ano a SPP assinala a data com a realização do **webinar “Perguntas e respostas – tabaco e imunidade”** onde vão estar em debate os efeitos do tabagismo no sistema imunitário e onde serão apresentados os resultados do inquérito realizado. Sob moderação de Paula Rosa, da SPP, vão participar nesta discussão multidisciplinar Tiago Marques, infeciologista, José Delgado Alves, internista e José Pedro Boléo-Tomé, pneumologista.

Paula Rosa, pneumologista e moderadora desta sessão refere, a propósito da importância de colocar esta temática em debate, que “este ano tem sido peculiar, com um enfoque particular na capacidade de resposta das sociedades ao novo coronavírus, mas também na capacidade de resposta individual à infeção. Sabendo que o tabagismo altera a resposta imunitária à infeção viral, é pertinente a divulgação deste conhecimento para que os fumadores possam tomar mais esta medida preventiva essencial: deixar de fumar!”. A especialista deixa ainda um apelo aos jovens que são “o alvo prioritário para substituir os oito milhões de consumidores de tabaco que morrem anualmente em consequência deste hábito. Conhecemos bem esta metodologia nouro tipo de dependências e, por isso, urge esclarecer, avisar e fornecer ferramentas que ajudem os jovens a não iniciar este hábito”.

A sessão vai decorrer no dia **31 de maio**, pelas **21h00**, e pode ser assistida no [Facebook da SPP](#) ou através da plataforma <https://pneumologia-elearnings.pt/>

31 DE MAIO DIA MUNDIAL SEM TABACO		webinar		
	<p>PERGUNTAS E RESPOSTAS</p> <p>TABACO E IMUNIDADE</p> <p>Dia 31 de maio, às 21.00 horas, vamos assinalar o Dia Mundial Sem Tabaco com uma sessão webinar dedicada ao tema Tabaco e Imunidade. Pode assistir na página de Facebook da SPP ou na plataforma: https://pneumologia-elearnings.pt/</p>			
Dr.ª Paula Rosa Moderadora		Dr. Tiago Marques Mecanismo patológico da infeção viral, em particular SARS-Cov-2	Prof. José Delgado Alves Impacto do tabaco na imunidade	Dr. José Pedro Boléo-Tomé Particularidades do fumador e cessação tabágica durante a quarentena