

## **Resultados do inquérito da SPP revelam que portugueses fumaram mais durante o segundo confinamento**

A Sociedade Portuguesa de Pneumologia (SPP) revelou, a propósito do Dia Mundial sem Tabaco, os resultados de um inquérito realizado online e que pretendeu aferir quais os hábitos tabágicos dos portugueses durante o segundo confinamento. Já após o primeiro confinamento, entre maio e julho de 2020, a SPP realizou um primeiro questionário sobre este mesmo tema (e que obteve 1008 respostas) tendo, este ano, entre os meses de abril e maio, lançado um novo inquérito online (que obteve 1232 respostas) com o mesmo intuito de avaliar o impacto da pandemia e do isolamento social no consumo de produtos de tabaco, mas considerando também as consequências deste período na saúde mental.

José Pedro Boléo-Tomé, responsável pela apresentação dos dados, destaca, como principal conclusão do inquérito “o aumento significativo das pessoas que agravaram o seu consumo em 2021”. “De destacar também que se mantém uma elevada proporção de intenção de parar e escasso recurso a apoio médico – há muitos estudos que demonstram que a percentagem de fumadores que gostaria de deixar de fumar, e que até já fez tentativas para deixar, é bastante elevada, portanto, muitas vezes as pessoas não o fazem porque não têm acompanhamento e têm recaídas, sofrem com abstinência da nicotina e, por isso, é que não avançam” refere o médico pneumologista.

Apesar da amostra não ser representativa da população, por ser uma amostra de conveniência, não se encontraram diferenças significativas entre os dois grupos no que diz respeito à idade, sexo, nível de escolaridade e distribuição geográfica. No primeiro grupo (inquérito de 2020) verificou-se que cerca de 1/3 dos fumadores aumentaram o consumo, 1/3 mantiveram o consumo e 1/3 diminuíram o consumo de tabaco, no entanto, no segundo grupo (inquérito de 2021) houve significativamente mais fumadores a aumentar e menos a diminuir o consumo de tabaco, refletindo, muito provavelmente, o impacto de um confinamento tão prolongado sobre a saúde mental e a falta de consultas de apoio ao fumador, que se verificaram durante este período.

### **Tabagismo e saúde mental**

Estes resultados foram apresentados na sessão digital “Tabagismo e Saúde Mental – retrato de uma pandemia” por Gustavo Jesus, que reforçou a relação entre a ansiedade, a depressão e o consumo de tabaco. Segundo o psiquiatra do Centro Hospitalar de Lisboa Central, o tabaco tem, numa fase inicial, um efeito ansiolítico, ou seja, “acalma os sintomas de ansiedade”. Contudo, numa fase de dependência, o tabaco acaba por ser causa de ansiedade - “as pessoas ficam

ansiosas quando sentem privação do cigarro”. Ora, em período de confinamento, marcado por um aumento da ansiedade, da angústia e da incerteza, era de prever um aumento do consumo de produtos de tabaco, explicou o psiquiatra.

Pode consultar a sessão de apresentação dos resultados na página de [Facebook da SPP](#) ou através da [plataforma e-learning](#).