

31 de maio | Dia Mundial Sem Tabaco

Pneumologistas defendem medidas mais duras contra cigarros eletrónicos e novos produtos com nicotina

Neste Dia Mundial Sem Tabaco, assinalado a 31 de maio, a Sociedade Portuguesa de Pneumologia (SPP) associa-se ao mote definido pela Organização Mundial da Saúde para esta data: “desmascarar o apelo – combater a dependência da nicotina e do tabaco”. “É importante alertar para a estratégia da indústria tabaqueira que recorre a marketing agressivo, sabores e designs apelativos para captar jovens para o consumo de produtos com nicotina”, referem Daniel Coutinho e Inês Sucena, da Comissão de Trabalho de Tabagismo da SPP.

As novas formas de consumo de nicotina entre os adolescentes constituem uma preocupação para a comunidade médica, dado o potencial que têm para captar novos consumidores que nunca iniciaram o consumo pelo tabaco convencional (efeito *gateway*). “Adicionalmente, existe uma elevada preocupação com o aumento da experimentação precoce, com a capacidade aditiva da nicotina nos cérebros ainda em desenvolvimento dos adolescentes, bem como com o potencial de doença respiratória aguda em jovens consumidores de *vaping*”, alertam os médicos pneumologistas.

É neste contexto que **a SPP defende a implementação de um pacote de medidas robusto, sustentado por evidência de eficácia no controlo do consumo**, “como o aumento da carga tributária sobre todos os produtos de tabaco e nicotina, a completa proibição de sabores, uma forte regulação da publicidade nas redes sociais e do comércio *online* destes produtos, bem como o acesso universal a apoio especializado para a cessação tabágica”.

Os especialistas sublinham ainda que as campanhas de sensibilização e educação dirigidas aos mais jovens são essenciais, sobretudo para desconstruir mitos, nomeadamente a ideia de que os cigarros eletrónicos e o tabaco aquecido têm um papel como ferramenta de cessação. “O *vaping* não é inofensivo. Não há dados que demonstrem quaisquer benefícios para a saúde. Além disso,

existe o risco de algumas pessoas usarem ao mesmo tempo cigarros eletrónicos e tabaco tradicional, o que aumenta e prolonga a exposição a substâncias nocivas”.

“Há evidência consistente que sugere que os cigarros eletrónicos podem ser carcinogénicos, com base em três principais aspetos: 1) os cigarros eletrónicos expõem o organismo a substâncias nocivas, como químicos e metais associados ao desenvolvimento de cancro, 2) podem causar danos nas células, como inflamação e alterações no DNA e 3) alguns estudos em animais identificaram lesões associadas ao desenvolvimento de cancro. Por isso, a ideia de que vapear é uma alternativa totalmente segura não é sustentada pela evidência científica”, destacam Daniel Coutinho e Inês Sucena.

O tabagismo continua a ser um dos principais determinantes evitáveis de doença respiratória e morte prematura em Portugal. A cessação tabágica é a intervenção mais eficaz para reduzir o risco de doença respiratória, cardiovascular e mortalidade. Neste Dia Mundial Sem Tabaco, a SPP reforça a mensagem de que “a dependência nicotínica é uma doença crónica tratável, sendo comprovadamente mais eficaz a combinação de apoio comportamental com terapêutica farmacológica. A substituição por dispositivos eletrónicos, porém, não é uma estratégia terapêutica reconhecida, podendo perpetuar a dependência”.