



# PASTORAL DA CRIANÇA

Para que todas as crianças tenham vida e a tenham em abundância (Jo 10,10)

## Entrevista com Dra. Ligiana Maffini – Combate ao fumo

De acordo com a Organização Mundial da Saúde, o tabagismo é considerado a principal causa de morte evitável em todo o mundo. O cigarro pode desencadear cerca de 50 doenças diferentes, dentre elas vários tipos de câncer. Há evidências suficientes de que, por exemplo, uma mãe que é subnutrida e fuma durante a gestação, provoca no bebê uma mudança no crescimento e no desenvolvimento dos órgãos que no futuro, pode gerar o surgimento de doenças crônicas.

A médica generalista, Dra Ligiana Maffini, destaca que o risco do fumo para as gestantes é que a nicotina vai reduzir o fluxo sanguíneo. Então, o bebê pode nascer prematuro, com baixo peso. O risco, também, é de morte para ambos pois a criança submetida à nicotina durante a gestação vai nascer com maior irritabilidade e pode ter malformações.



**Entrevista com: Dra. Ligiana Maffini, médica generalista formada pela Evangélica do Paraná e atua em Curitiba, Paraná.**

**Todos os anos acontece no Brasil o Dia Nacional do Combate ao Fumo. Dra. Ligiana, qual é o objetivo dessa campanha?**

O Dia Nacional do Combate ao Fumo é comemorado no dia 29 de agosto e tem como objetivo reforçar as ações nacionais de sensibilização e mobilização da população para os danos sociais, políticos, econômicos e ambientais causados pelo cigarro; pelo tabaco.

## **Dra. Ligiana, quais são as principais doenças causadas pelo uso do cigarro e outros produtos derivados do fumo?**

O tabagismo é uma doença causada pela dependência à nicotina e vai contribuir para vários tipos de doenças como cânceres; além disso, para as doenças não transmissíveis, como acidentes vasculares cerebrais, que é o derrame; ataques cardíacos mortais, como os infartos do coração. E os produtos do tabaco vão produzir fumaça que vai também ser fator de risco para causar outras doenças crônicas como tuberculose, infecção respiratória, úlcera gastrointestinal, impotência sexual, infertilidade, osteoporose e a catarata, entre várias outras doenças.

## **Quais são os prejuízos pessoais, familiares e sociais do hábito de fumar?**

Os prejuízos são as perdas de pessoas queridas, o empobrecimento, os gastos com tratamento das doenças e os danos para o meio ambiente. Por ano, mais de 7 milhões dessas mortes poderiam ser evitadas.

## **Que riscos o cigarro traz para a gestante, Dra. Ligiana?**

O risco do fumo para as gestantes é que a nicotina vai reduzir o fluxo sanguíneo. Então, o bebê pode nascer prematuro, vai nascer com baixo peso. O risco também é de morte para esse bebê e para essa mãe. A gente diz que a criança submetida ali à nicotina durante a gestação vai nascer com maior irritabilidade e pode ter malformações.

## **Quais são os perigos para a criança e outras pessoas que convivem com fumantes em lugares fechados?**

Quando um cigarro é aceso somente uma parte da fumaça é tragada pelo fumante. Dois terços dessa fumaça são lançadas no ambiente e isso vai afetar quem está em volta. Então, fumante passivo é a pessoa que não fuma, mas que convive com pessoas que fumam em ambientes fechados, ficando então exposta a esses componentes tóxicos e cancerígenos que estão presentes na fumaça do tabaco. E essa fumaça contém muitas substâncias. Então, as pessoas morrem por serem fumantes passivas também.

## **Que relação existe entre saúde mental e fumo hoje em dia?**

Existe correlação, claro. O fumo é considerado uma doença mental porque causa uma dependência. A nicotina causa uma dependência no nosso organismo. E, quando bate a ansiedade nas pessoas tabagistas, elas fumam cigarro tanto para relaxar; quando sentem angústia; quando estão alegres; quando estão tristes. Então, a nicotina gera a sensação de bem-estar. É a droga que se liga aí no

cérebro que faz a sensação. Então as pessoas, com o aumento da ansiedade, buscam mais o cigarro como uma válvula de escape.

## **Dra. Ligiana, por que os fumantes fazem parte do grupo de risco para a Covid-19?**

Os fumantes são parte do grupo de risco para a Covid-19 porque o pulmão dos fumantes, devido às substâncias tóxicas do cigarro, é mais inflamado. Diminui também o sistema de defesa do organismo e eles são mais propensos a terem mais infecções por vírus, bactérias e fungos.

## **O que é preciso fazer para parar de fumar?**

Depende muito de uma decisão. A pessoa tem que decidir tomar essa medida para melhorar sua vida; melhorar a vida das pessoas que estão por perto; ajuda médica, psicológica. Ela tem que se comprometer, perseverar, seguir o tratamento certinho por um ano no mínimo; a gente faz o acompanhamento do tabagista e é progressivo. É passo a passo, é um dia de cada vez. E a gente considera como uma dependência. Então, existe a dependência à nicotina, uma dependência física; tem a dependência psicológica e os comportamentos. Então, é um tratamento que é feito em várias frentes e a pessoa realmente tem que estar decidida, ela tem que ter tomado a decisão. Ninguém vai conseguir fazer por ela.

## **Existe tratamento gratuito para parar de fumar? Onde buscar ajuda?**

O tratamento do tabagismo é gratuito pelo SUS. Todas as unidades de saúde podem orientar quanto ao tratamento. A medicação para apoio vem do Ministério da Saúde, é distribuída pelos estados e chega nas secretarias municipais de saúde para disponibilizar o tratamento. É feita, então, uma terapia cognitiva comportamental, que a gente chama, para tratar os três tipos da dependência e a pessoa é acompanhada durante um ano, no mínimo, para a cessação do tabagismo.

## **(MENSAGEM) Irmã Veneranda da Silva Alencar, Coordenadora Nacional da Pastoral da Criança.**

## **Irmã Veneranda, qual é a sua mensagem para o Dia Nacional do Combate ao Fumo?**

Fumar é uma doença crônica. O cigarro aumenta as infecções respiratórias agudas, as doenças cardíacas, o câncer e é também um sinal de risco para a Covid-19. Esse vício encurta a vida do fumante em 12 anos. Cerca de 17% dos brasileiros acima dos 15 anos ainda fumam. Muita gente diz que fuma para

descarregar as tensões, a ansiedade, o estresse. Infelizmente, fumar não vai resolver isso, pelo contrário, pode até agravar ainda mais os problemas.

A Pastoral da Criança procura orientar as gestantes para que não fumem e que não se deve fumar dentro de casa ou em lugares fechados e muito menos perto de crianças. Quem não fuma, mas convive com alguém que fuma, torna-se fumante passivo. O fumante passivo sofre as mesmas consequências do fumante ativo.

Precisamos conversar mais sobre a dependência do cigarro. Nós precisamos fazer isto em casa, na escola, na comunidade e nos meios de comunicação.

O Dia Nacional do Combate ao Fumo é uma excelente oportunidade para refletir sobre esse problema. Cada um de nós precisa fazer a sua parte, mas é preciso iniciativas comunitárias, políticas públicas e maiores investimentos no combate ao fumo. Nós devemos cuidar sempre da vida e da saúde, porque a vida é um dom de Deus.

**(TESTEMUNHO) Vamos conversar também com o Otávio Gabriel, Coordenador de Área da Pastoral da Criança da Diocese de Ituiutaba, Minas Gerais.**

**Otávio, que orientações os líderes da Pastoral da Criança dão para as famílias, mães e gestantes sobre os perigos de fumar?**

Nós orientamos que o cigarro não combina com a vida e muito menos com a vida da gestante e da criança. A luta da Pastoral da Criança é para que ninguém fume. As consequências para quem fuma são graves. Graças a Deus, muitas mães estão lutando para parar de fumar. Nós queremos que todas as crianças tenham vida e vida em abundância.