

1. Minuto do Meio Ambiente_ Janeiro 2011

1.1. Temática: Tabagismo

De acordo com a Organização Mundial da Saúde (OMS), o tabagismo é considerado a principal causa de morte evitável em todo o mundo. A OMS estima que um terço da população mundial adulta, isto é, 1 bilhão e 200 milhões de pessoas (entre as quais 200 milhões de mulheres), sejam fumantes.

O Instituto Nacional de Câncer (INCA), órgão do Ministério da Saúde responsável pela coordenação da política de controle do câncer e doenças relacionadas ao tabagismo, aponta que no Brasil, o tabagismo causa 200 mil mortes por ano, e que 16% da população brasileira adulta é fumante.

1.1.1. Derivados do Tabaco

Não só o cigarro, mas sim todos os derivados do tabaco, como charuto, cachimbo, fumo de rolo e rapé são nocivos à saúde. Ao consumir esses produtos, são introduzidas mais de 4.700 substâncias tóxicas no nosso organismo, incluindo a nicotina (responsável pela dependência química), o monóxido de carbono (o mesmo gás venenoso que sai do escapamento de automóveis) e o alcatrão, que é constituído por aproximadamente 48 substâncias pré-cancerígenas, como agrotóxicos e substâncias radioativas.

1.1.2. Tabagismo e Doenças

O tabagismo é diretamente responsável por 30% das mortes por câncer, 90% das mortes por câncer de pulmão, 25% das mortes por doença coronariana, 85% das mortes por doença pulmonar obstrutiva crônica e 25% das mortes por doença cerebrovascular. Outras doenças que também estão relacionadas ao uso do cigarro são aneurisma arterial, trombose vascular, úlcera do aparelho digestivo, infecções respiratórias e impotência sexual no homem.

Além de adoecerem com maior frequência, os fumantes possuem menor resistência física, menos fôlego e pior desempenho nos esportes e na vida sexual que os não fumantes. Quem fuma também envelhece mais rapidamente e apresenta um aspecto físico menos atraente, pois os dentes ficam amarelados, e a pele enrugada.

1.1.3. Problemas Ambientais

Além de causar sérios problemas de saúde, o cigarro também é responsável por diversos problemas ambientais. O próprio processo de plantio e a fabricação de lenha para abastecimento dos fornos que secam as folhas do fumo geram queimadas e derrubadas de árvores, prejudicando o meio ambiente.

Inúmeros incêndios e queimadas são causados pelo descarte indevido de bitucas no solo, provocando destruições e mortes. E os filtros de cigarros atirados em lagos, rios, mares, florestas e jardins demoram em torno de 100 anos para se degradarem.

Diante de todos esses fatos, podemos concluir que o cigarro se tornou tanto um problema de saúde pública, como um sério problema ambiental.

1.1.4. Dicas para o palestrante

O palestrante pode perguntar aos trabalhadores:

- Quantos trabalhadores ali presentes são fumantes.

Abrir uma roda de discussão com todos (fumantes e não fumantes) para discutir sobre os danos que esse vício causa na nossa saúde e no meio ambiente. Cada participante pode contribuir com as suas próprias observações e experiências.

- Se eles fumam na obra, onde eles descartam o cigarro e que mal isso pode causar.

Conscientizar o grupo sobre o impacto (incêndios e queimadas) que o descarte inadequado do filtro do cigarro pode causar nas obras.

1.1.5. Referências Bibliográficas

- Ministério da Saúde: <http://www.saude.gov.br>
- Instituto Nacional de Câncer: <http://www.inca.gov.br>
- Brasil Escola: <http://www.brasilecola.com>