

Por que as proibições ao fumo são tão boas para a redução dos índices de ataque cardíaco?

The Times, 30 de setembro de 2009

Por John Britton

A proibição do fumo em lugares fechados pode se tornar uma das políticas de saúde mais efetivas aplicadas no Reino Unido.

A batalha para fazer as pessoas não fumarem em lugares fechados tem sido longa e árdua. Aqueles que sabiam sobre o impacto da inalação da fumaça do tabaco na saúde tiveram que combater os que viam o ato de fumar como um direito – não importando o quanto afetariam os demais.

No entanto, agora que a proibição está em vigor, está se tornando claro que a legislação que cria ambientes livres de fumo é uma das políticas de saúde mais efetivas já aplicadas no Reino Unido nos últimos dez anos. A primeira legislação abrangia os ambientes de trabalho e seu objetivo inicial era proteger a saúde de milhares de pessoas no Reino Unido que trabalhavam, à época, expostos à fumaça do tabaco, e prevenir as 500 mortes estimadas por ano, causadas pela exposição nos locais de trabalho.

Contudo, talvez o maior efeito desta legislação seja o avanço na mudança da aceitação social do ato de fumar em público – daí porque quando as novas regras sobre o fumo em *pubs*, restaurantes, centros comerciais entre outros apareceram, o seu cumprimento foi quase absoluto.

Apenas alguns anos após a mudança, a maioria das pessoas questionaram porque havíamos esperado tanto tempo para implementá-la. O que a maioria das pessoas não perceberam, incluindo muitos profissionais de saúde, era exatamente a extensão dos benefícios à saúde.

O que estudos recentes têm mostrado é que, em um ou dois anos depois que a proibição ao fumo em locais fechados foi implementada, o número de internações em hospitais por ataque cardíaco reduziu entre um sexto e um quarto. Esse resultado magnífico se traduz na prevenção de milhares de mortes a cada ano no Reino Unido. Só com este resultado, a legislação que cria ambientes fechados livres de fumo já é um enorme sucesso.

Qual é a razão para essa redução? Primeiro alguns fatos. Fumar ainda mata cerca de 100.000 pessoas no Reino Unido todo ano. O câncer de pulmão permanece o maior responsável, mas logo em segundo e terceiro lugar estão doenças cardíacas e a combinação de bronquite crônica e enfisema, denominada doença pulmonar obstrutiva crônica (DPOC).

Parar de fumar em qualquer idade reduz o risco de morte por essas razões, mas normalmente a redução em números de admissões em hospitais e de mortes por câncer de pulmão e DPOC demora anos para serem constatadas.

Para doença cardíaca, no entanto, o quadro é bem diferente. Isso porque quando não-fumantes inalam a fumaça do cigarro, acontece um rápido e poderoso impacto no processo de

coagulação do sangue, culminando em ataques cardíacos. Contudo, esse risco é revertido dentro de alguns dias a partir da cessação da exposição ao fumo passivo.

O que isso significa é que evitando a exposição à fumaça do tabaco, o risco de ataque cardíaco é reduzido quase imediatamente – e é isso que leva às reduções das internações em hospitais e de mortes.

A proibição do fumo em locais fechados também ajudou muitas pessoas a parar de fumar. Na verdade, a legislação livre de fumo juntamente com a restrição à publicidade de cigarro, as campanhas publicitárias, os serviços públicos para ajudar na cessação do consumo do tabaco, e muitas outras iniciativas contribuíram para a redução de quase 30% do número de fumantes no Reino Unido, desde 1997.

Os benefícios à saúde e a redução dos custos públicos com saúde são imensos; certamente, um dos legados do presente governo britânico é que foi o que mais fez para combater o fumo que qualquer outro na história, fazendo do Reino Unido um líder no controle do tabaco.

No entanto, o fumo é ainda a maior causa evitável de morte e invalidez, e de desequilíbrios na saúde. Fumar ainda está impregnado em nossa sociedade de modo que milhões de adultos e crianças ainda são expostos à fumaça do cigarro em casa.

Milhões de crianças crescem em famílias e comunidades onde fumar é a regra, e em que há o risco de uma vida de dependência ao tabaco, e morte prematura por câncer de pulmão ou doenças cardíacas. Crianças ainda vêem os produtos do tabaco à mostra para venda em lojas que freqüentam com familiares e amigos; milhões de fumantes ainda não têm acesso a uma escolha mais acessível e que efetivamente substitua o cigarro que, se não segura, seja bem menos prejudicial do que queimar tabaco e inalar sua fumaça.

Nem todos esses problemas podem ser resolvidos com medidas tão simples como a legislação que cria ambientes livres de tabaco, mas muitos podem. O sucesso de se tornar ambientes fechados livres de tabaco mostra o que podemos atingir.

O professor John Britton é diretor do Centro de Estudos para Controle do Tabaco do Reino Unido, na Universidade de Nottigham.