



Guia PATH Canadá

CONTROLE DO TABACO E DESENVOLVIMENTO MANUAL PARA ORGANIZAÇÕES NÃO GOVERNAMENTAIS

Emma Must , Debra Efroymsen e Flora Tanudyaya

**agosto
2004**





Ficha Técnica

Tradução e adaptação: *Paula Johns e Isabel Seidl*
Realização: *Rede Tabaco Zero*
Coordenação: *Paula Johns*
Secretaria Executiva Institucional: *Redeh - Rede de Desenvolvimento Humano*
Representantes: *Paulo César Rodrigues Córrea e Mônica Andreis*
Projeto Gráfico: *Elza Loures*
Traduzido do original: *A Burning Issue: Tobacco Control and Development*
- outubro de 2001

Contato

Rua Silvia , 63/104
01331-010 - São Paulo - SP
Tel / fax - +55 11 3262-3004
Email - tabacozero@redeb.org.br
site - <http://www.tabacozero.net>





Apresentação

Este manual é parte integrante do **Projeto de Mobilização da Sociedade Civil para o Controle do Tabaco da Rede Tabaco Zero** e foi traduzido e adaptado com a inserção de exemplos do Brasil. A proposta de mobilização teve início a partir do projeto *Prevenção: Caminho para Saúde*, desenvolvido pela REDEH – Rede de Desenvolvimento Humano — e apoiado pelo Ministério da Saúde através do INCA – Instituto Nacional de Câncer —, em 2002 e 2003.

Com a proposta de dar continuidade à iniciativa de mobilização e articulação da sociedade civil em torno do tema controle do tabagismo, foi travada uma parceria com a PATH Canadá no final de 2003. A PATH Canada é uma ONG canadense cuja missão é melhorar as condições de saúde, principalmente entre mulheres e crianças, em países em desenvolvimento.

Na área de controle do tabagismo, a PATH Canada é uma das poucas organizações não governamentais internacionais com histórico de longa data no desenvolvimento de parcerias com organizações locais em diversos países, todas tendo por objetivo o fortalecimento da capacidade nacional de articulação em rede em controle do tabagismo.

A REDEH, por sua vez, já havia iniciado o processo de construção e fortalecimento de uma rede de mobilização que vai ao encontro das recomendações da OMS – Organização Mundial de Saúde — e da comunidade internacional de controle do tabagismo. Isto significa o reconhecimento da importância fundamental da sociedade civil organizada no apoio e na manutenção a programas que visam a saúde e temas de interesse público, como é o caso do controle do tabagismo.

No âmbito internacional, Brasil e Canadá são dois países líderes em legislação e bons resultados em seus respectivos programas nacionais de controle do tabagismo. Além disso, possuem um histórico de cooperação técnica entre os governos na área.

Graças ao apoio da Agência de Cooperação para o Desenvolvimento do Canadá – **CIDA**, esta parceria recentemente travada entre os setores não governamentais dos dois países vem complementar e otimizar o alcance desta cooperação.

Paula Johns
Coordenadora da Rede Tabaco Zero





Introdução

A utilização do tabaco afeta não somente a saúde, mas também vários outros aspectos relacionados ao desenvolvimento e ao bem estar.

O tabaco tem interface com vários setores:

Minoração da pobreza
Meio ambiente
Gênero
Infância
Segurança Alimentar e nutrição
Utilização de droga
Saúde
Religião
Direitos humanos

Esta cartilha oferece sugestões práticas para o trabalho em controle do tabagismo. A maioria das sugestões não demanda muito tempo, tampouco dinheiro. A cartilha oferece informações sobre como o tabaco está relacionado com os vários setores mencionados acima e sugestões sobre como integrar o trabalho de controle do tabaco com outras atividades. Também oferece sugestões de como agir, enquanto indivíduo ou organização, na problemática do tabaco.

A cartilha é voltada para:

- ▶ Pessoas que trabalham em ONGs que atuam em algum dos setores mencionados acima
- ▶ Indivíduos preocupados com os malefícios do cigarro
- ▶ Pessoas que já pensaram sobre o tema mas necessitam mais informações e idéias
- ▶ Aqueles(as) que já trabalham com controle do tabaco e querem mais idéias e sugestões
- ▶ Esperamos que esta cartilha seja útil tanto quanto fonte de informação sobre tabaco como fonte de atividades para o seu trabalho.

As autoras



6





	ÍNDICE
Resumo dos Temas	8
Discussão detalhada dos temas	11
Economia, pobreza e tabaco	
O meio ambiente e tabaco	
A mulher e o tabaco	
Crianças, adolescentes e o tabaco	
Segurança alimentar, mulheres e tabaco	
Direitos humanos e tabaco	
O uso de drogas e o tabaco	
Religião e o tabaco	
Saúde e o tabaco	
A Indústria do tabaco tem conhecimento dos danos que causa?	31
O que você pode fazer a nível individual	33
Medidas fáceis e acessíveis para controle do tabaco	36
Sugestões para integração do trabalho de controle do tabaco em outros programas	43
Anexos	52
Notas de rodapé	55

1. Economia, pobreza e tabaco

- Muitos países perdem milhões de dólares por ano em câmbio estrangeiro importando tabaco.^{1 2}
- Governos perdem milhões de dólares em impostos devido ao contrabando, sobre o qual parte da responsabilidade é da indústria do tabaco.³
- O Banco Mundial demonstra que controle do tabaco tem uma relação custo benefício altamente eficiente e parece ser especialmente benéfico para as nações que importam tabaco.⁴
- Quando as pessoas param de gastar dinheiro com tabaco, esse dinheiro não desaparece da economia e passa a ser utilizado em outros produtos e serviços, gerando novos empregos em outras áreas.⁵
- Lares e países sofrem perdas econômicas devido aos altos custos para saúde pública e perda de produtividade referente ao adoecimento e morte precoces.⁶
- O consumo de tabaco representa uma séria ameaça ao bem estar de famílias pobres devido a utilização do orçamento familiar em tabaco em detrimento de itens alimentícios básicos.⁷

2. Meio ambiente e o tabaco

- O corte de árvores para a cura das folhas de tabaco é uma das principais causas do desmatamento das matas nativas em vários países.⁸
- Os resíduos químicos utilizados na produção de cigarros poluem a terra e a água.⁹
- Pontas de cigarro provocam incêndios, prejuízos ambientais e perdas econômicas.¹⁰
- Pontas e embalagens de cigarro formam uma quantidade de lixo enorme.¹¹
- O fumo é o principal causador de poluição em ambientes fechados

3. Mulher e o Tabaco

- As mulheres sofrem de tabagismo ativo e passivo, inclusive problemas reprodutivos, podem também prejudicar o feto se fumam ou se estão expostas a fumaça de cigarro durante a gestação.
- Quando as pessoas consomem cigarros, sobram menos recursos para alimentação e outros produtos básicos. Mulheres e crianças são as mais prejudicadas com os gastos com tabaco.¹²



As empresas de cigarros se utilizam da imagem da mulher independente e esbelta para atrair as mulheres

4. Crianças, adolescentes e o tabaco

- A saúde das crianças é prejudicada pelo tabagismo ativo e passivo, incluindo capacidade pulmonar reduzida, asma, bronquite e infecções no ouvido.^{13 14}
- O acesso das crianças às necessidades básicas (alimentação, educação, saúde, vestimenta) pode ser prejudicado pelo uso de tabaco de seus familiares.¹⁵
- As crianças empregadas no plantio e manufatura do tabaco possuem condições de trabalho precárias e saúde debilitada.¹⁶
- O desejo de crianças e adolescentes em se rebelar é explorado pelo marketing da indústria do tabaco.

5. Segurança alimentar / nutrição e tabaco

- Somente em Bangladesh, mais de 10,5 milhões de crianças poderiam ser alimentadas adequadamente caso seus familiares redirecionassem os gastos com tabaco para comida.¹⁷
- Entre 10 e 20 milhões de pessoas poderiam ser alimentadas com a terra utilizada para o plantio de tabaco.¹⁸
- A fomicultura e a subnutrição caminham juntas, assim como o consumo de tabaco e a subnutrição.^{19 20}

6. Direitos Humanos e Tabaco

- Os não fumantes têm o direito de respirar o ar livre do fumo e de serem protegidos das várias doenças provocadas pelo fumo passivo.
- Os usuários de tabaco têm o direito de serem informados sobre os produtos que consomem, incluindo os riscos a saúde e informações sobre cessação.
- Uma vez dependentes, fumantes não decidem livremente se querem fumar ou não.
- O fumo pode ser uma grave restrição para a vida de pessoas com doenças respiratórias que precisam evitar locais onde fumar é permitido.

7. Utilização de drogas e o Tabaco

- A nicotina liberada em derivados do tabaco provoca dependência em alto grau, seus efeitos no cérebro são similares aos da cocaína e da heroína e é tão aditiva quanto ou mais.^{21 22}
- O fumo precede a utilização de outras drogas como cocaína e heroína.²³
- Os fumantes têm maior propensão de utilizar drogas ilícitas do que pessoas que nunca fumaram.²⁴

8. Religião e Tabaco

Atos que prejudicam o organismo são condenados por várias religiões. Vários líderes religiosos acreditam que o uso do tabaco é anti-religioso uma vez que prejudica a saúde.

9. Saúde e Tabaco

- Um em cada dois fumantes regulares morre precocemente de doença tabaco relacionada.²⁵
- Em geral a saúde dos fumantes é debilitada em relação à de não fumantes.²⁶
- O risco de contrair várias doenças é aumentado. O uso do tabaco contribui para o desenvolvimento de doenças cardiovasculares, cânceres, doenças respiratórias, distúrbios gastrintestinais, problemas na cavidade oral, capacidade física reduzida, maior risco de osteoporoses, cataratas, cegueira, e mais tempo necessário para convalescença.^{27 28 29}
- Problemas reprodutivos: mobilidade dos espermatozóides danificada, impotência masculina, menopausa precoce na mulher.³⁰
- Tabagismo passivo (inalar a fumaça dos outros) causa e está associado com vários problemas de saúde incluindo morte súbita, infecções no ouvido, problemas respiratórios, doenças cardíacas, derrame e câncer de pulmão.^{31 32}
- Trabalhadores da indústria do tabaco podem ser afetados pelos agrotóxicos utilizados para o plantio do fumo.³³
- A doença da folha verde, envenenamento por nicotina através da pele, foi comprovada em plantadores de tabaco.³⁴



1. Economia, pobreza e tabaco

A. Nível nacional

O Tabaco beneficia empresas e não os plantadores de tabaco ou governos

- Muitos países perdem milhões de dólares anualmente para importar tabaco, o que não é o caso do Brasil, uma vez que somos os maiores exportadores de folha de tabaco do mundo. No entanto isso representa apenas 2,6% da pauta de exportações, o que significa que não somos dependentes do tabaco para o sucesso da economia nacional.^{35 36}
- Os governos perdem milhões em impostos devido ao contrabando que é parcialmente financiado pela própria indústria do tabaco.³⁷
- A maior parte dos cigarros consumidos é produzida pelas grandes multinacionais, por esse motivo, os maiores beneficiados do mercado de tabaco não são os plantadores ou funcionários das fábricas e sim os diretores das empresas em países ricos. Até mesmo nos EUA, não são os produtores e sim as empresas que ganham dinheiro. Em 1998 a média anual salarial de um fazendeiro foi de \$ 19.597 (considerada muito baixa em padrões americanos), enquanto as empresas de tabaco gastaram acima de \$ 5.6 bilhões em publicidade e promoção em 1997, embora apenas 5% dos consumidores do mundo sejam norte americanos.³⁸
- A maior parte do dinheiro gasto em tabaco vai para as empresas multinacionais, muitas vezes saindo do país, e não para as comunidades e/ou empresas locais. Se o dinheiro gasto em tabaco fosse utilizado em produtos e serviços locais, como alimentos, saúde e educação, isso alimentaria a economia em outras áreas, beneficiaria o bem estar da população e criaria novos empregos. O Banco Mundial demonstrou que controle do tabaco é altamente eficiente em termos econômicos, e especialmente benéfico para as nações importadoras de tabaco.³⁹
- As multinacionais do tabaco se aproveitam da necessidade de arrecadação de impostos em países pobres para minar esforços na área de controle do tabaco. Argumentam que os impostos arrecadados com os derivados do tabaco são essenciais para o governo e que controle do tabaco (proibição de promoção, aumento de impostos, etc.) causariam uma diminuição na receita do governo. Na realidade as empresas prejudicam os governos ao fomentar o contrabando, impedir o aumento de impostos, e contribuir para o desenvolvimento de doenças e morte precoce. Nesse meio tempo as empresas de tabaco vão se adaptando aos contextos dos



países onde operam. Promovendo e anunciando os seus produtos livremente em países sem ou com menos restrições legais, sem nenhuma forma de advertência no idioma local. Já nos países com mais restrições, as estratégias de promoção acompanham o contexto e se tornam cada vez mais sofisticadas. Como é o caso da campanha da marca Free da Souza Cruz - Fume com Moderação, lançada em 2003 no Brasil. Para mais informações sobre as estratégias de marketing da Souza Cruz, veja o artigo do médico Paulo César Rodrigues Corrêa intitulado: “**Estratégias de Marketing da Souza Cruz: Descrição e Análise**”, disponível no site da Rede Tabaco Zero (www.tabacozero.net).

Custos para saúde pública, perda de produtividade e morte prematura

□ Estima-se que até o ano 2020, 70% das mortes provocadas pelo uso do tabaco ocorrerão em países em desenvolvimento. Consequentemente, estes países terão mais gastos em saúde além de custos com perda de produtividade. Em países pobres o orçamento para saúde é geralmente baixo e o atendimento ao paciente com câncer pode ter um custo para o qual não se tem verba e/ou que desvia as verbas já escassas para o atendimento básico de saúde.⁴⁰

□ A perda de produtividade é oriunda de fumantes que adoecem e não podem trabalhar, e de morte precoce devido ao tabagismo. O fenômeno da perda de produtividade pode ser percebido tanto como uma perda para a sociedade como um todo como uma perda pessoal para a família do fumante.⁴¹ Em ambos os casos, a perda de produtividade e de anos causada pelo tabagismo representa um peso desnecessário para o país e sua população.

□ Fumantes tendem a utilizar mais recursos de assistência à saúde ao longo de suas vidas. Embora não fumantes vivam mais e por isso utilizem os serviços de assistência a saúde por mais tempo, eles utilizam esses serviços com muito menos frequência já que são mais saudáveis. De qualquer forma, independentemente dos detalhes fiscais envolvidos, o tabaco representa uma carga de gastos enormes na saúde pública, principalmente nos países menos desenvolvidos.⁴² Uma população saudável nutre o processo de desenvolvimento enquanto uma população subnutrida atrasa o crescimento econômico.⁴³ O governo da Guatemala, por exemplo, estima que o gasto com tratamento de doenças tabaco relacionadas está em torno de oitocentos milhões de dólares.⁴⁴

Empregos

□ Ao contrário do que argumenta a indústria do tabaco, medidas de controle do tabaco em países em desenvolvimento não vão levar ao desemprego em larga escala. Em primeiro lugar, o uso do tabaco está crescendo em vários países e continuará a crescer mesmo com o sucesso de medidas de controle do tabaco, devido ao aumento



da população. Ademais, o dinheiro utilizado em tabaco será utilizado em outros produtos e serviços, gerando novos empregos em outros setores. Mesmo nos países cujas economias são extremamente dependentes do plantio e exportação do tabaco a queda na demanda por tabaco vai ocorrer de forma lenta, que levará uma geração ou mais. Ou seja, haverá tempo suficiente para um processo de transição para outros tipos de cultura, e assistência para os fumicultores nesse processo caso necessário.⁴⁵

□ O Brasil é o maior exportador de folhas de tabaco do mundo, exportando mais do que qualquer outro país para os EUA. O tabaco brasileiro é usado principalmente pela Philip Morris e outras multinacionais e custa a metade do preço do tabaco americano. O baixo preço do tabaco brasileiro demonstra que quem lucra são as multinacionais e não os fumicultores. A fumiicultura é uma agricultura intensiva que necessita grandes quantidades de agrotóxicos, o que provoca doenças nos fumicultores que, além disso, estão sempre devendo para a indústria. Na colheita de 1997/1998 foi estimado que 35% dos fumicultores terminariam a colheita devendo mais do que ganharam.^{46 47}

□ Quando as pessoas deixam de utilizar dinheiro em tabaco, esse valor não desaparece da economia. O dinheiro passa a ser utilizado para outros produtos e serviços que geram empregos em outras áreas da economia, que inclusive podem gerar mais empregos do que a manufatura de cigarros. A indústria do tabaco costuma alegar que medidas de controle do tabaco irão provocar desemprego, quando na realidade a queda em empregos na própria indústria do tabaco está associada a uma produção de cigarros mais eficiente e mecanizada.⁴⁸

B. Nível doméstico

Empobrecendo o pobre

□ O consumo de tabaco entre as camadas populacionais de baixa renda é alto e são essas pessoas que menos condições têm de arcar com essa despesa. A utilização do orçamento familiar para o tabaco no lugar de itens alimentícios básicos representa uma ameaça ao bem estar dessas famílias. O que se gasta com tabaco poderia ser utilizado para necessidades básicas como alimentos, educação, saúde, moradia, ou poderia ser investido na geração de renda.⁴⁹ No Vietnã os gastos com tabaco superam os gastos com saúde e educação. Em Bangladesh, os pobres gastam mais com o tabaco do que com uma série de produtos da cesta básica.⁵⁰ A utilização do tabaco para amenizar a sensação de fome piora a condição social e econômica de grupos marginalizados.

Custos para saúde, perda de produtividade e morte prematura

- As famílias carregam os custos com tratamento e cuidado de familiares que sofrem de doenças tabaco-associadas, inclusive perdendo horas de trabalho para cuidar deles, tendo que comprar medicamentos caros e arcando com despesas médicas.
- Famílias sofrem perda de renda quando os provedores adoecem devido ao uso do tabaco, e podem sofrer muito quando os provedores morrem prematuramente de doenças tabaco-associadas.

Salários baixos e saúde debilitada dentre os trabalhadores nos setores de produção e manufatura da indústria do tabaco

- Emprego no setor tabaco de países em desenvolvimento estão via de regra associados a baixos rendimentos e riscos para saúde. O agricultor em áreas de cultivo do tabaco se mantém pobre enquanto a indústria colhe os lucros. Trabalhadores da indústria do tabaco poderiam se beneficiar caso padrões de consumo mudassem de tabaco para outros produtos, o que potencialmente criaria novos empregos, e mais seguros, em outros setores da economia.⁵¹
- No Quênia, a natureza de trabalho intensivo do plantio do fumo faz com que toda a família esteja envolvida na produção de tabaco, dificultando o cultivo de alimentos. O que faz com que os agricultores de tabaco passem fome e as crianças sofram de subnutrição. Trabalho infantil e altos índices de evasão escolar são comuns em áreas de fumicultura.⁵²

2. O Meio Ambiente e o Tabaco

O Tabaco prejudica o meio ambiente de várias formas

Desmatamento

- Para o processo de secagem de folhas de tabaco são utilizadas árvores da mata nativa. Mundialmente, o corte de árvores para secagem de folhas de tabaco corresponde a 1.7% do desmatamento, mas nos 66 países produtores de tabaco, 4,6% do desflorestamento nacional é devido ao corte de árvores para secagem do tabaco.⁵³
- Árvores também são cortadas para produzir o papel e a embalagem dos cigarros.⁵⁴



Produção de Lixo

- Vários resíduos são produzidos no processo de manufatura de cigarros, dentre eles solventes, plástico, papel e madeira, assim como resíduos químicos tóxicos.⁵⁵
- Somente em 1995 foram vendidos 5.535 trilhões unidades de cigarros no mundo o que significa uma quantidade de pontas, carteiras e embalagens enorme. Pontas de cigarro são os resíduos mais encontrados em limpezas em áreas costeiras.⁵⁶ Trabalhadores nos EUA se queixam que, varrer pontas de cigarro significam várias horas de trabalho extra. Os filtros de cigarro levam de cinco a sete anos para se decompor.⁵⁷
- As pontas de cigarro representam um risco para alguns animais (o caso das vacas, que passeiam livremente pelas ruas da Ásia). O aparelho digestivo destes animais não consegue digerir o filtro, estes adoecem e podem até morrer. Crianças pequenas muitas vezes catam pontas de cigarro em pracinhas, parques e praias e as colocam na boca.

Impacto no solo e na água

- O cultivo do tabaco é faminto por nutrientes. O cultivo de nenhum alimento consome os nutrientes do solo como potássio, fósforo e nitrogênio em níveis tão elevados como tabaco.⁵⁸ A erosão do solo é acelerada pela depleção de nutrientes principalmente em países como Zimbábue, Zâmbia, Malawi e Sri Lanka, onde se planta tabaco em áreas montanhosas.⁵⁹
- O plantio do tabaco requer grandes quantidades de pesticidas, dos quais alguns são tão tóxicos que contaminam lençóis freáticos, rios e lagos.⁶⁰ Outra preocupação é que o uso de pesticidas dificulta o controle de doenças cujo vetor são insetos, como malária e dengue, uma vez que mosquitos e moscas se tornam mais resistentes.⁶¹

Incêndios

- No Reino Unido, as causas mais comuns de incêndios são cigarros e fósforos.⁶² Fumantes provocam mais de 9 mil incêndios sérios por ano contabilizando aproximadamente 200 mortos e 2000 feridos.⁶³
- No pior incêndio florestal da história da China, que varreu o nordeste do país em 1987, cinco guardas florestais foram presos por atirar pontas de cigarro na mata, derramar óleo e produzir faíscas em uma serra elétrica, uma receita perfeita para o desastre. Neste incêndio, 1.3 milhões de hectares de terra foram destruídos, 300 pessoas morreram e 5 mil pessoas perderam seus lares.^{64 65}



□ Um milhão de incêndios no mundo, desses 100.000 nos EUA, são provocados por cigarros. Estimativas indicam que o cigarro é responsável por 30% das mortes em incêndios nos EUA e 10% no mundo, tendo um custo médio de mais de dez bilhões de dólares anuais.⁶⁶

Poluição do ar

A fumaça do cigarro é a principal causa de poluição ambiental interna, despejando milhares de substâncias químicas no ar. O trabalho para redução da poluição ambiental não pode deixar de lado o ar que respiramos em ambientes internos.

3. A Mulher e o Tabaco

Na grande maioria dos países em desenvolvimento, os homens ainda fumam muito mais do que as mulheres. O fardo de desenvolver doenças tabaco-associadas ainda é dos homens. No entanto, o consumo de tabaco entre mulheres pode crescer rapidamente, o que é o caso do Brasil, onde as últimas pesquisas revelam que as meninas estão fumando mais do que os meninos. Como aconteceu nos países desenvolvidos há algumas décadas e como vem acontecendo em alguns países asiáticos.

Ao levantar a questão da mulher não está se sugerindo que ações em controle do tabaco devam focar exclusivamente nas mulheres e excluir os homens. Mas a perspectiva das relações de gênero no tema mulher e tabaco não podem ser ignoradas. Nos países onde o consumo de tabaco ainda é pequeno entre as mulheres tem-se a oportunidade de evitar o aumento do consumo entre mulheres. Nos países onde o consumo de tabaco é alto entre as mulheres, ação imediata deve ser adotada para diminuir a prevalência. Essas tendências tendem a variar em resposta a publicidade e promoção de cigarros voltada para mulheres. Os movimentos de mulheres são grupos importantes na mobilização contra o tabaco, não apenas pelas devastadoras conseqüências na saúde mas também pela seu engajamento e participação na busca por maior qualidade de vida seja no nível doméstico, no cuidado com o lar e a família, seja no nível político de lutar por políticas públicas que buscam construir um planeta mais saudável.

Impactos econômicos

Conseqüências econômicas dos gastos com tabaco. Isto é um problema principalmente em países onde os homens fumam, compram a comida e comem primeiro. Em muitos países o homem controla o orçamento doméstico e são as mulheres e crianças que sofrem quando parte das necessidades básicas não são atendidas devido ao dinheiro gasto com cigarro.⁶⁷



Desigualdade

- A busca das mulheres por uma sociedade mais justa e igualitária é explorada pela indústria do tabaco através da promoção do cigarro que relaciona igualdade e liberdade ao ato de fumar. Quando as pessoas se tornam dependentes do tabaco, perdem não apenas sua saúde e seu dinheiro, mas também sua liberdade.
- As mulheres também são as mais afetadas pelo fumo passivo, devido ao alto percentual de homens fumantes e moradias onde vivem famílias numerosas. A desigualdade de gênero pode impossibilitar que a mulher proteste com relação a fumaça em casa e/ou em seu ambiente de trabalho.⁶⁸
- Para as mulheres jovens, fumar está se tornando uma forma de sinalizar que são independentes e modernas e também de ajudá-las a ser como as modelos magérrimas da TV e revistas. *“Nas sociedades ocidentais, a magreza é percebida como um sinal de riqueza e auto controle: fumar se tornou (erroneamente) um instrumento para manter o peso. Em países pobres as pessoas podem deixar de comer para fumar. Nas sociedades ocidentais as mulheres usam o cigarro (erroneamente) para controlar o humor, particularmente emoções negativas como frustração e ansiedade.”*⁶⁹ A medida que a obsessão por magreza se dissemina para outras sociedades, as mulheres podem aderir a magreza demonstrada nos anúncios de cigarro e utilizar o cigarro como instrumento de controle do peso.

Impactos na Saúde

- Impactos diretos como, câncer de pulmão, colo uterino, bexiga entre vários outros tipos de câncer, infarto, doenças cardiovasculares, problemas respiratórios, DPOCs (Doenças pulmonares obstrutivas crônicas), derrame, etc. Mulheres que fumam duas ou mais cartelas de cigarro por dia tem 20 vezes mais chances de morrer de câncer de pulmão do que mulheres que não fumam. Mulher fumante também tem maiores riscos de desenvolver osteoporose além de sofrer de problemas de infertilidade e menopausa precoce.⁷⁰
- Impactos indiretos vindos do fumo passivo no ambiente de trabalho, em casa ou em locais públicos. Maior risco de ter câncer de pulmão, infarto e derrame.⁷¹
- Prejudica o feto devido ao uso direto ou indireto, incluindo maior probabilidade de aborto espontâneo, nascimento do bebe morto, parto prematuro e baixo peso ao nascer. As crianças expostas ao fumo no útero têm maiores probabilidades de ter problemas de concentração e aprendizado.⁷²



- Problemas reprodutivos: dificuldade em engravidar, infertilidade, gravidez tubária, aborto espontâneo assim como vários problemas durante a gravidez.⁷³ Fumantes que amamentam tendem a produzir menos leite do que não fumantes.⁷⁴

PORQUE O TABACO TAMBÉM É UM PROBLEMA DOS HOMENS?

Praticamente inexitem organizações e movimentos sociais que levantam os problemas enfrentados pelos homens. A maioria dos fumantes do mundo são homens, e a grande maioria das pessoas que adoecem devido ao consumo do tabaco são homens. Enquanto os esforços para prevenção da iniciação ao tabagismo devem ser voltados para crianças e jovens, a única forma de reduzir o número de mortes e as doenças causadas pelo tabagismo rapidamente, é auxiliando as pessoas (principalmente os homens) a parar de fumar

Enquanto medidas de controle do tabaco devem ser dirigidas para mulheres, crianças e adolescentes, estas nunca devem negligenciar os homens. Medidas que protegem apenas as crianças podem passar a mensagem de que os homens não são prejudicados e de que o tabaco não é prejudicial a todos. Embora se mencione explicitamente mulheres e crianças neste manual, isso não significa que o tabaco não seja, na maioria dos países, uma questão primordialmente dos homens. Ao mesmo tempo em que fica difícil imaginar os homens como grupo vulnerável, eles são vulneráveis a publicidade de cigarros e ao marketing agressivo das empresas de tabaco. Obviamente, tratar os homens como vítimas vulneráveis é pouco eficiente, o que importa é incluir os homens na luta contra o tabaco.

4. Crianças, adolescentes e o tabaco

Embora as empresas de tabaco digam publicamente que não querem que crianças e adolescentes fumem, seus documentos secretos revelam outra realidade. Uma vez que a grande maioria dos fumantes começa a fumar antes dos 20 anos, as empresas de tabaco precisam promover seus produtos para os jovens para manterem e expandirem seus lucros. As empresas fazem isso de diversas formas, como por exemplo através do patrocínio de eventos culturais e esportivos, como a corrida de fórmula I, MotoCross, concertos de rock e outros eventos que têm forte apelo entre os jovens. Também apóiam medidas nas quais fumar é apresentado como algo para pessoas adultas, o que fomenta a vontade do jovem de fumar, já que este deseja ser adulto.

Estas medidas incluem a auto-regulamentação contra a venda de cigarros para menores, e produção de material para a educação de jovens onde a liberdade de escolha individual é enfatizada em contraposição ao que dizem as autoridades e os pais.^{75 76}



Impactos na Saúde

- As crianças sofrem as conseqüências do fumo passivo e ativo, entre elas capacidade pulmonar reduzida, desenvolvimento de asma e outros problemas respiratórios e infecções no ouvido.^{77 78}

Impactos Econômicos

- O acesso das crianças às necessidades básicas como alimentação, educação e saúde, pode ser prejudicado pelo gasto de seus familiares com tabaco.⁷⁹ Porque o tabaco é uma droga que provoca dependência, pais frequentemente utilizam dinheiro das necessidades básicas para o tabaco, não como uma escolha, mas para suprir sua dependência.
- As crianças empregadas no cultivo e manufatura do tabaco, têm o acesso à escola dificultado, ou o calendário escolar adaptado a safra do tabaco, além de estarem sujeitas a condições de trabalho muito ruins, sofrerem de problemas de saúde e receberem um salário miserável que as mantém na pobreza.⁸⁰

Questões sociais

- O desejo das crianças em se tornarem independentes e sua rebeldia são explorados pelo marketing das empresas de tabaco, que associam o consumo do tabaco a liberdade e individualidade. Campanhas promovidas pela indústria do tabaco para supostamente prevenir a iniciação entre crianças e adolescentes, têm o efeito de promover ainda mais seus produtos, uma vez que passam a noção de que fumar “é uma decisão adulta”. Numa campanha da Philip Morris (que foi autuada pela Anvisa), lia-se o seguinte slogan: “Fumar! Só depois dos 18 anos! Isso é legal”. Não é necessário ser um grande especialista em psicologia e/ou marketing para interpretar os efeitos desta campanha dentre os jovens.^{81 82}
- As crianças imitam os adultos. Quando seus pais, irmãos, amigos e colegas fumam, a tendência é de que venham a fumar. Também são altamente suscetíveis a publicidade e a utilização de produtos do tabaco em filmes e na TV. Crianças e adolescentes prestam mais atenção a publicidade e tendem a fumar as marcas mais anunciadas do que os adultos.⁸³
- O Tabaco é a porta de entrada para outras drogas, incluindo o álcool e drogas ilícitas. São poucos os não fumantes que utilizam outras drogas, e a maioria dos usuários de outras drogas começou com o tabaco.

- A maioria das pessoas começa a fumar na infância e adolescência, uma idade em que ainda não se tem o conhecimento e o discernimento necessários para tomar decisões concernentes ao seu futuro, como a decisão de fumar ou não. Quando se tornam mais conscientes e querem parar já estão dependentes.⁸⁴

- As empresas de tabaco freqüentemente patrocinam eventos esportivos para promover o tabaco. Isso permite que associem o tabaco com a boa forma e também se beneficiam da popularidade de ídolos esportivos entre os jovens. Na realidade, fumar reduz drasticamente a capacidade pulmonar e conseqüentemente a boa performance nos esportes. Atletas profissionais sabem disso e tendem a rejeitar o tabaco em todas suas formas.

Direitos das Crianças

A OMS publicou recentemente um relatório intitulado “**Tabaco e os Direitos da Criança**”⁸⁵. O relatório documenta as formas em que a **CONVENÇÃO DOS DIREITOS DA CRIANÇA DA ONU**, ratificada pela grande maioria dos países membros, pode ser interpretada para a proteção das crianças do tabaco. Direitos específicos incluem:

- O direito à informação sobre o tabaco e a indústria do tabaco;
- O direito de evitar trabalho perigoso na indústria do tabaco;
- O direito à sobrevivência e o desenvolvimento, que pode ser prejudicado pelo gasto dos adultos com o tabaco;
- O direito à proteção da fumaça do tabaco dos outros;
- O direito ao bem estar social, espiritual, moral e à saúde física e mental, que são violados quando a indústria do tabaco direciona a publicidade para as crianças.

O relatório também diz que “os Estados tem o dever de tomar as medidas legislativas e regulatórias necessárias para proteger as crianças do tabaco e garantir que os direitos das crianças se sobreponham aos interesses da indústria do tabaco.” Carol Bellamy, diretora executiva da UNICEF é citada no relatório declarando que as crianças “têm o direito de ser protegidas dos efeitos colaterais do tabaco, incluindo o desvio de dinheiro do orçamento familiar, que poderia ser utilizado para despesas educacionais e de saúde, e da dor e perdas econômicas que ocorrem quando provedores adultos morrem cedo por causa do tabaco”.



5. Segurança Alimentar, Nutrição e Tabaco

□ A terra que é utilizada para o plantio do tabaco poderia ser utilizada para o cultivo de alimentos. Estima-se que entre 10 e 20 milhões de pessoas poderiam ser alimentadas com a área utilizada para o plantio de tabaco atualmente⁸⁶. Esse é um problema grave em países onde o governo busca aumentar a entrada de moeda estrangeira no país através da exportação de tabaco e pressiona os agricultores a plantar tabaco ao invés de alimentos. Uma vez que os insumos para agricultura são caros, caso a colheita seja perdida, os agricultores se vêem numa situação de endividamento e sem os recursos necessários para comprar os alimentos que poderiam ter cultivado. Em regiões onde áreas cultiváveis são escassas, a utilização da terra para o plantio de tabaco e não de alimentos pode significar um grande problema na disponibilidade de alimentos para o consumo local.⁸⁷

□ No Quênia, a produção de alimentos em municípios fumicultores diminuiu já que agricultores substituíram o plantio de alimentos pelo plantio do tabaco. De qualquer forma, o lucro líquido do tabaco é menor do que se ganharia com o cultivo de alimentos. BAT é a maior empresa de agro negócios no Quênia e contrata aproximadamente 17 mil agricultores para cultivar tabaco numa extensão de aproximadamente 15 mil hectares de terra produtiva. No entanto, o que os agricultores ganham não é suficiente para comprar alimento para suas famílias. Cultivar tabaco exige mão de obra e capital intensivo. O cultivo do tabaco exige aproximadamente mil e duzentas horas de trabalho por acre, o milho exige apenas 107 horas de trabalho pela mesma extensão de terra. Uma pesquisa realizada pela UNICEF num município fumicultor do Quênia demonstra que 52% das crianças deste município sofrem de subnutrição aguda ou crônica, ou estão abaixo do peso.⁸⁸

□ Os pobres são os mais propensos a utilizar o tabaco, e os que têm menos condições de gastar com tabaco em detrimento de necessidades básicas, incluindo alimentação, educação, saúde, vestimenta e habitação. Pesquisadores estimam que aproximadamente 10 milhões de crianças sejam subnutridas em Bangladesh em função do desvio de dinheiro para o tabaco no lugar de comida.⁸⁹





6. Direitos Humanos e Tabaco

A indústria do tabaco frequentemente tenta utilizar argumentos de direitos humanos para defender suas práticas, defendendo o direito das pessoas fumarem onde quiserem e o direito das empresas de anunciar seus produtos livremente. Porém, esses argumentos são problemáticos em vários sentidos

□ A indústria do tabaco argumenta que a liberdade de expressão, nos países onde isso é parte da constituição ou da legislação, significa que as empresas de tabaco deveriam poder fazer publicidade livremente. Na realidade, liberdade de expressão nunca significou liberdade comercial e não significa que qualquer pessoa possa dizer qualquer coisa em qualquer contexto universalmente. Gritar “FOGO” num cinema lotado não seria protegido pela legislação de liberdade de expressão. A publicidade de produtos perigosos que são lícitos, como armas de fogo e veneno de rato, não é permitida. Produtos farmacêuticos, que podem inclusive salvar vidas, estão frequentemente excluídos de várias formas de publicidade.

□ Uma vez dependente, o fumante não tem livre escolha sobre fumar ou não fumar. Desta forma, o argumento das empresas de tabaco de que medidas de controle violam os direitos humanos não é correto. A verdadeira violação dos direitos humanos é promover um produto que provoca dependência e mata.

□ A liberdade de fumar é uma falsa liberdade. Tal qual a liberdade de fechar os punhos em direção ao outro termina antes de chegar à face deste, a liberdade de soltar fumaça de tabaco no ar termina onde o nariz e o pulmão do outro começam. Liberdade não inclui o direito de prejudicar o próximo. A evidência de que o fumo passivo faz mal é clara, então os fumantes não deveriam poder fumar onde querem quando existem outras pessoas presentes. O direito das pessoas de não se expor a substâncias nocivas deve prevalecer ao “direito” dos fumantes de fumar onde querem. Nesse caso é pertinente reformular a questão: Alguém tem o direito de liberar milhares de toxinas no ar?

Embora o tabaco possa não parecer uma violação séria aos direitos humanos, é uma das mais comuns. Representa também sérias restrições na vida das pessoas com doenças respiratórias que precisam evitar locais onde é permitido fumar.

□ A constituição de muitos países garante o direito à vida. A publicidade de um produto que causa dependência e mata foi julgada pelos tribunais de Bangladesh, do Estado de Kerala na Índia e pelo Paquistão como uma violação do direito a vida, principalmente a publicidade que não faz menção ao caráter aditivo e letal deste produto.⁹⁰



- A maioria de não-fumantes tem o direito ao ar limpo e a proteção das várias doenças provocadas pela inalação involuntária de fumaça. As crianças têm o direito de viver num lar livre da fumaça. Embora o tabaco possa parecer um problema de menor importância em face de outras questões de direitos humanos em vários países, não deixa de ser uma questão importante. Para uma criança asmática, a exposição a fumaça pode ser fatal, em adultos, crises de asma podem ser provocadas pela fumaça do tabaco.
- Os usuários de tabaco têm o direito a informação sobre os produtos que consomem, incluindo os riscos a saúde a informações sobre como parar de fumar.

As atividades de promoção de cigarros voltadas para mercados externos em formas não permitidas no mercado local podem ser consideradas uma violação da legislação internacional, Principalmente se isso incluir: ⁹¹

- Exceção às regras de inserção de advertências sobre os riscos a saúde e limites máximos de nicotina e alcatrão nos cigarros produzidos para exportação.
- Utilização de acordos comerciais de livre comércio para forçar governos estrangeiros a aceitar a importação de tabaco, que interferem com a soberania nacional e desrespeitam os direitos das pessoas em outros países. Por exemplo, se o país importador tiver leis a favor da saúde mais restritas do que o país exportador, as leis do país importador devem ser respeitadas.
- A legislação internacional contém medidas que dizem que o estado é responsável pelo mal causado aos outros países, como a que proíbe que governos exportem resíduos perigosos para outros países.
- As nações unidas e a OMS exigem que seus países membros protejam a saúde dos consumidores no nível global.
- Os EUA, um dos maiores exportadores de cigarros, assinou vários tratados internacionais que deveriam evitar que façam o que faz: forçando a importação de seus produtos por países que não os querem, e não exigindo as mesmas advertências nos produtos que são exigidas no âmbito doméstico.

Além das questões de direitos humanos ao nível do indivíduo ainda existe a questão da soberania dos governos versus o poder das empresas transnacionais. Quando as empresas são mais ricas e poderosas do que o governo, a democracia e os direitos humanos pagam o preço. A indústria do tabaco é dominada por alguns poucos e ricos países. Em 1998 a receita das três maiores empresas de tabaco do mundo (Philip Morris, BAT e Japan tobacco) foi acima de US\$ 88 bilhões, valor que excede o PIB (Produto Interno Bruto) da Albânia, Armênia, Bahrain, Bolívia, Botswana, Bulgária, Cambodja, Camarões, Estonia, Guiana, Honduras, Jamaica, Jordânia, Laos, Latvia, Madagascar,



Moldova, Mongólia, Nepal, Nicarágua e Togo somados⁹². A promoção dos direitos humanos, a luta contra a globalização e o controle do tabaco caminham lado a lado.

A HISTÓRIA DE SUE

Sue Meeuwissen é uma mulher australiana com fibrose cística, que sobreviveu graças a um transplante de pulmão. Sue tinha que ter cuidados extra para evitar o fumo passivo, uma vez que a exposição acidental poderia significar crises de asma que poderiam colocar sua vida em risco. Em função da necessidade de evitar fumaça de cigarro, Sue passou a levar uma vida limitada e deixava de sair com amigos em locais onde é permitido fumar. Quando finalmente se sentiu em condições de realizar seu sonho de ir a uma discoteca com amigos, foi forçada a se retirar em função de um ataque de asma provocado pelo fumo passivo. Ela abriu um processo e ganhou o caso, cuja sentença dizia que a inabilidade dela de ficar num local enfumaçado é a mesma barreira que impede uma pessoa em uma cadeira de rodas de freqüentar um ambiente público. No ano em que faleceu (2000), Sue estava engajada numa campanha de conscientização intitulada “Onde as pessoas fumam faz diferença”, Sue encarava o problema do fumo passivo como uma questão de direitos humanos. Ela acreditava que fumar só poderia ser uma atividade entre adultos e que ninguém deve ser exposto a fumaça de cigarro contra a sua vontade. A luta de Sue levou a mudanças na legislação australiana e inspirou pessoas engajadas em campanhas por ambientes livres de fumaça em vários lugares do mundo.⁹³

7. O uso de drogas e o tabaco

Vários estudos demonstram que a nicotina é tão aditiva quanto a heroína, a cocaína e o álcool, enquanto outros demonstraram que a nicotina é mais aditiva que outras substâncias. Uma pesquisa concluiu que as pessoas que usam o tabaco se tornam dependentes mais facilmente do que pessoas que bebem, consomem cocaína ou maconha. Outro estudo mostrou que a dependência do cigarro era duas vezes maior entre as pessoas que experimentaram o cigarro do que a dependência da cocaína entre pessoas que experimentaram a cocaína.⁹⁴

Os usuários de drogas ilícitas normalmente têm sua iniciação com tabaco e álcool.⁹⁵ Embora não seja comprovado que a utilização do tabaco seja a causa direta de iniciação em outras drogas, a associação entre os dois é grande. Ou seja, para prevenir o abuso de álcool e de outras drogas deve-se considerar o tabaco como principal fator de risco.



8. Religião e o tabaco

A grande maioria das religiões considera o corpo humano uma criação de Deus e considera pecado ferir o corpo. Alguns líderes religiosos declararam o tabaco como proibido. Em alguns casos, religiões não proíbem o tabaco especificamente devido à falta de conhecimento histórico dos efeitos deletérios do tabaco, porém os líderes religiosos declararam o tabaco proibido devido ao aspecto religioso de cuidado com o corpo e dos conhecimentos atuais sobre os malefícios provocados pelo tabagismo. Vários países islâmicos já declararam o tabaco como pecado (haram) como a Arábia Saudita, Egito, Bahrain, Emirados Árabes Unidos, Omã e Malásia.⁹⁶

A seção abaixo foi retirada dos comentários feitos por líderes religiosos em encontro promovido pela OMS sobre religião e tabaco.⁹⁷

Bahai

“ Para os bahais, a verdadeira saúde vai além do bem-estar físico. Embora os ensinamentos Bahai não proíbam o fumo, o desencorajam fortemente por ser sujo e não saudável.... Dada a incontestável evidência sobre os efeitos negativos do fumo, a promoção do fumo (um hábito que causa adoecimento e morte através da publicidade para crianças e adolescentes) é uma questão de interesse público.”

Budismo

“ O Budismo ensina a caminho para a liberdade. Liberdade implica num estilo de vida sem nenhum tipo de dependência, uma vida de clareza mental. Esta clareza vem do ser livre da droga-adição. Os Budistas acreditam que as pessoas vivem num mundo interconectado e interdependente. Então, idealmente os fumantes respeitam aqueles que optam por vencer sua dependência e promover um estilo de vida mais saudável...qualquer coisa que prejudique a mente e/ou o corpo deve ser evitada. É de importância fundamental fazer de tudo para cuidar da mente e do espírito, tanto própria quanto dos outros.”

Hinduismo

“A medicina já demonstrou categoricamente os efeitos nocivos do fumo. O hinduismo confere importância ao coração humano, um símbolo utilizado em vários tipos de meditação. Uma vez que o fumo provoca doenças cardíacas, deve ser considerado como uma agressão a este símbolo sagrado de Deus”. Embora o tabaco não estivesse presente na Índia antiga, o seu uso hoje deve ser inibido não somente pelas suas consequências médicas mas também por consideração aos outros.”

Islamismo

“Um dos objetivos fundamentais do Islã é proteger a integridade do indivíduo. Por essa razão, os efeitos nocivos do tabaco fazem com que seu consumo seja uma contradição aos ensinamentos islâmicos. Para os seguidores do Islamismo, o respeito a este e outros ensinamentos é a forma de se responsabilizar pelos seres humanos, conscientes da necessidade de proteger o corpo que é considerado um presente de Deus.”

**Judaísmo**

“O uso do tabaco enfraquece o equilíbrio do corpo. É de responsabilidade de cada indivíduo evitar qualquer coisa que fira ou enfraqueça o corpo que carrega a alma... As faculdades intelectuais, físicas e espirituais são presentes dados a cada ser humano, e buscar a preservação do corpo é uma medida do apreço por esses presentes.”

Cristianismo ortodoxo

“O cristianismo ortodoxo apóia o controle do tabaco na esperança que seus esforços no combate ao tabagismo abordem a forma holística de curar o indivíduo. Em termos práticos isso significa que campanhas de controle do tabaco devem ver o tabagismo em relação a uma questão da vida num sentido mais amplo do termo.”

Catolicismo

“ Recentemente, a Igreja Católica Romana se posicionou oficialmente sobre o fumo e suas conseqüências malélicas. Sua Santidade, o Papa João Paulo Segundo , durante o grande jubileu no ano 2000 clamou para que todos os cristãos e homens e mulheres de boa fé se abstivessem do consumo de tabaco por um dia para que o valor equivalente a um dia de fumo fosse doado para os esforços de combate a epidemia de AIDS/HIV e para assistir as pessoas afetadas pela enfermidade. A reafirmação da idéia *mens sana, in corpore sano* (mente saudável, corpo saudável) está refletida no reconhecimento dos malefícios do consumo do tabaco pelo Conselho Pontifício.”

9. Saúde e tabaco

A fumaça do tabaco contém mais de quatro mil substâncias químicas, incluindo-se 60⁹⁸ carcinogênicas. O tabaco provoca mortes e adoecimentos em qualquer formato (seja cigarros, charutos, mascado, etc.) além de ser a principal causa de morte que se pode prevenir. O tabaco é possivelmente o produto de consumo mais pesquisado na atualidade. Mais de setenta mil publicações científicas nos últimos 50 anos demonstraram inequivocamente que o tabaco causa uma série de doenças e é a principal causa de morte que se pode prevenir no mundo.⁹⁹ Enquanto em alguns países outros problemas de saúde pareçam mais significativos, o consumo do tabaco é único, uma vez que envolve a utilização de dinheiro (na maior parte dos casos) para adquirir um produto que essencialmente não tem nenhum aspecto positivo, que causa dependência e que causa adoecimento e morte. No entanto, o problema do tabagismo tem soluções comprovadas – principalmente através de medidas políticas para reduzir seu consumo.¹⁰⁰

Uso direto do tabaco e seus derivados:

O consumo do tabaco contribui para um grande número de doenças e problemas de saúde, alguns dos quais estão listados abaixo.



□ O Tabaco afeta todas as funções do organismo e atua lenta e internamente de forma que o seu efeito nocivo não seja perceptível por muito tempo até que a doença esteja já instalada. Um dos sinais de que o tabaco é prejudicial é a tosse que provoca, porém os efeitos nocivos internos não é tão óbvio e muitas vezes só se manifesta quando já é tarde demais.

□ O risco de desenvolver várias doenças é potencializado pelo consumo do tabaco. Comparado aos não fumantes, fumantes têm o dobro do risco de desenvolver arteroesclerose, cinco vezes mais risco de infarto (para pessoas abaixo de 50 anos), seis vezes mais risco de DPOC – Doença Pulmonar Obstrutiva Crônica, dez vezes mais risco de câncer de pulmão, o dobro do risco de morte por câncer (todos os tipos de câncer), e nove vezes o risco de doença vascular periférica.¹⁰¹ O consumo do tabaco contribui para as seguintes doenças e problemas de saúde:

- ▶ Doenças cardiovasculares (derrame, infarto)
- ▶ Cânceres de pulmão, de boca, de bexiga, mama, colo do útero, próstata entre outros
- ▶ Tuberculose
- ▶ Doenças respiratórias como enfisema, asma e DPOCs
- ▶ Distúrbios gastrintestinais
- ▶ Problemas na cavidade oral (dentes e gengiva)
- ▶ Redução da forma física
- ▶ Densidade óssea diminuída e portanto maior risco de osteoporose e quebra de ossos
- ▶ Catarata e cegueira
- ▶ Períodos de convalescença maiores

□ Problemas de fertilidade: impotência e baixa qualidade do espermatozóide do homem, menopausa precoce na mulher.

□ Fumantes adoecem com mais freqüência e morrem muito mais cedo do que não fumantes.

Fumo passivo ^{102 103}

O fumo passivo significa respirar a fumaça do cigarro dos outros. As mais de quatro mil substâncias químicas encontradas no cigarro não somente entram no pulmão do fumante, mas também das pessoas ao seu redor. Portanto, as doenças provocadas por essas substâncias afetam fumantes e não fumantes expostos a fumaça de cigarros e outros derivados do tabaco. Enquanto a indústria do tabaco tenta manter o posicionamento de que não existem provas de que o fumo passivo provoca doenças, as evidências são claras. Os índices de câncer de pulmão, doenças do coração entre outras é muito maior em fumantes passivos do que nas pessoas que não estão expostas a fumaça do cigarro e outros derivados do tabaco.

Para a maioria das pessoas que não fumam é impossível evitar a fumaça dos outros, seja em casa, no ambiente de trabalho, e outros locais públicos. As crianças, que têm o pulmão menos desenvolvido, são as que mais sofrem com a fumaça ambiental, porém a fumaça ambiental é nociva para pessoas de todas as idades. O efeito nocivo pode ir do sentimento de desconforto, irritação nos olhos e na garganta, provocar crises de asma e até adoecimento e morte em alguns casos.

As doenças específicas provocadas pelo fumo passivo incluem:

Nascimento e infância

Quando mulheres grávidas estão expostas a fumaça seus fetos também estão. As milhares de substâncias químicas podem prejudicar seriamente o feto dentro do útero.

- ▶▶ Podem reduzir o crescimento do feto – bebês menores são mais suscetíveis a desenvolver doenças e morrer.
- ▶▶ Baixo peso no nascimento.
- ▶▶ Morte súbita (bebês que morrem dormindo no berço sem motivo aparente).
- ▶▶ Aborto espontâneo.

Doenças em crianças

As crianças expostas a fumaça do tabaco adoecem com mais frequência e vão mais ao médico do que as crianças não expostas a fumaça do tabaco.

- ▶▶ Maior número de infecções no ouvido
- ▶▶ Mais doenças respiratórias (bronquite e pneumonia)
- ▶▶ Crescimento do pulmão comprometido
- ▶▶ Impacto negativo na capacidade de aprendizado e desenvolvimento comportamental
- ▶▶ Meningite por meningococos
- ▶▶ Câncer e leucemia
- ▶▶ Maiores chances de desenvolver doenças cardiovasculares na vida adulta

Doenças em adultos

Os adultos expostos a fumaça de tabaco têm probabilidades maiores de desenvolver doenças sérias



- ▶▶ Doenças no coração
- ▶▶ Derrame
- ▶▶ Câncer de pulmão em homens e mulheres, câncer de colo uterino em mulheres
- ▶▶ Agravamento da asma
- ▶▶ Agravamento de fibroses císticas
- ▶▶ Doenças respiratórias: tosse, produção de catarro, desconforto no peito, redução da função pulmonar

Exposição ocupacional

- Os fumicultores são os principais afetados pelos agrotóxicos utilizados no processo de cultivo do tabaco. A exposição aos pesticidas, principalmente os organofosfatos, causam danos à saúde dos fumicultores. A ação conjunta da nicotina com inseticidas a base de organofosfatos têm preocupado especialistas em pesticidas. Suicídios e tentativas de suicídio nas propriedades de fumo parecem ser comuns na região e o único estudo sobre a incidência de suicídios em áreas de plantação de fumo, feito em 1996, apurou uma média 7 vezes maior do que a média nacional de incidentes deste tipo em Venâncio Aires, município fumicultor no Rio Grande do Sul ¹⁰⁴.
- A Doença da Folha Verde, causada pela absorção da nicotina através da pele, vem atacando as pessoas que trabalham na colheita do fumo. Os sintomas incluem náuseas, vômito e dificuldades respiratórias. ¹⁰⁵
- Trabalhadores de locais onde é permitido fumar, como por exemplo restaurantes, bares e alguns escritórios têm maior probabilidade de adquirir doenças listadas na seção sobre fumo passivo. O feto em gestantes também pode ser prejudicado. Em alguns países, trabalhadores que adquiriram doenças devido ao fumo passivo processaram seus empregadores e ganharam a causa





REFLEXÃO SOBRE A TERMINOLOGIA “LIVRE DO TABACO”

Ao falar sobre tabaco utilizamos terminologias como “Tabaco Zero”, “Por um Mundo Sem tabaco”, por um futuro livre de tabaco entre outras. Embora esses termos sejam atraentes, sua utilização pode causar mais problemas do que soluções. Para alguns, “livre do tabaco” soa como um paraíso em que as pessoas têm vidas longas e saudáveis livres de vícios e dependências. Para outros, descreve um mundo em que um mercado ilegal gigantesco vende cigarros para dependentes de nicotina desesperados, e que milhões de pessoas empregadas pela indústria do tabaco ficarão desempregadas e morrerão de fome, ou entrarão para o mundo do crime para sobreviver. A indústria do tabaco adora esses cenários para conquistar aliados baseados no princípio que se trata de uma nova forma de proibição.

Nenhum desses dois cenários é realista. Infelizmente, o tabaco chegou para ficar. Não é possível fazer com que desapareça agora ou nas próximas décadas. Até hoje, a humanidade só conseguiu erradicar uma doença, a varíola. O uso de drogas cresce. A esperança real não é eliminar o tabaco, mas; reduzir seu consumo a níveis baixos o suficiente para que as doenças associadas também sejam reduzidas; proteger a saúde dos não-fumantes da fumaça dos outros; e garantir que a indústria do tabaco seja regulamentada e passe a informar adequadamente os seus consumidores sobre o risco de consumir seus produtos.

Um sonho mais realista, porém ainda distante, é que; todos os produtos derivados do tabaco tenham uma embalagem genérica; sejam vendidos por revendedores licenciados; não tenham propaganda, patrocínio ou promoção; que todos os seus consumidores sejam bem informados sobre os riscos do produto; e que os altos impostos arrecadados sejam utilizados para apoiar campanhas de governo (incluindo-se medidas de controle do tabaco como combate ao contrabando e campanhas informativas e educativas sobre os riscos do tabagismo) para manter a demanda em baixa. A partir de medidas desta natureza, o câncer de pulmão se tornará novamente uma raridade como antes da expansão do consumo do tabaco, outras doenças tabaco associadas declinarão, e as pessoas utilizarão o dinheiro em coisas mais produtivas e positivas.

Ao invés de assustar as pessoas com a imagem de um mundo em que o tabaco simplesmente deixe de existir abruptamente e no qual os empregados da indústria do tabaco fiquem desempregados repentinamente, nossa sugestão é de que fique claro que o objetivo é “controle do tabaco” e não “eliminação do tabaco”. O objetivo é uma redução anual no consumo, que pode levar décadas para resultar num real declínio no número de consumidores, mas que reflita uma ambição racional e prática, que serve tanto para evitar frustrações diante de expectativas pouco realistas quanto não assustar aqueles que hoje são dependentes (ou por droga adição e/ou por serem empregados da indústria).



“Ao se envolver com controle do tabagismo é necessário estudar a indústria do tabaco. Esta indústria pode ser caracterizada como o vetor da epidemia do tabagismo. Saber o que a indústria faz e entender suas motivações pode nos ajudar a determinar aonde concentrar os esforços para lidar com o problema de forma efetiva.”¹⁰⁶

Os documentos internos da indústria do tabaco, trazidos ao público a partir de decisões judiciais nos EUA revelam um padrão claro de mentiras e enganos por parte da indústria do tabaco. Os documentos demonstram que a indústria do tabaco:

- ▶ Sabia dos danos provocados a saúde pelo tabagismo e mentiram sobre isso durante décadas;¹⁰⁷
- ▶ Faz um marketing agressivo, inclusive para crianças, de um produto que sabem ser letal;¹⁰⁸
- ▶ Sabia que o tabaco provoca dependência já nos anos 60 enquanto publicamente negava este fato;¹⁰⁹
- ▶ Promoveu os cigarros de “baixos teores” como mais saudáveis sabendo que não o são, mas que o rótulo tinha a função de tranquilizar os fumantes;¹¹⁰
- ▶ Reconheceu, já nos anos 70, que a questão do fumo passivo, ou poluição tabagística ambiental, representa um problema crescente para seus negócios. Como resposta, incentivou a criação de organizações em defesa dos direitos dos fumantes para se contrapor à proibição de fumar em locais públicos e ambientes de trabalho. Deliberadamente criou controvérsia em torno do tema fumo passivo e gastou milhões buscando desqualificar estudos sobre as implicações negativas da poluição tabagística ambiental sobre a saúde de não fumantes;¹¹¹
- ▶ Investiu para conseguir o apoio de indústrias aliadas, como da publicidade e entretenimento para se opor a medidas de proibição de publicidade e patrocínio, e o apoio da indústria hospitaleira para se opor a proibição de fumar em locais públicos;¹¹²
- ▶ Fez campanhas para evitar mudanças na legislação existente e passam ao largo da legislação de todas as formas possíveis;¹¹³
- ▶ Teve um papel importante no mercado de cigarros ilegais em todo mundo. Utiliza-se desta estratégia como parte de uma estratégia traçada globalmente, na qual administra o processo através de terceiros que agem como seus agentes no mercado ilegal;^{114 115}
- ▶ Estabeleceu a ITGA (Associação Internacional de Fumicultores) como uma ferramenta de lobby, ao mesmo tempo em que a apresenta como um legítimo grupo de produtores;¹¹⁶
- ▶ Cria e promove programas que alega ser para reduzir a prevalência de fumantes entre os jovens que tem a eficácia comprovadamente inútil e que via de regra são contraproducentes;^{118 118}
- ▶ Operou durante muitos anos com o propósito deliberado de subverter os esforços da Organização Mundial de Saúde (OMS) para controlar o consumo de tabaco.^{119 120}

Informações detalhadas sobre os documentos secretos da indústria do tabaco estão disponíveis na internet. Várias organizações que atuam em controle do tabaco produziram publicações excelentes que resumem vários aspectos dos documentos disponíveis, que são uma boa fonte para se familiarizar com alguns dos materiais. Para mais informações sobre como buscar informações na internet, veja o anexo 2.

Os documentos internos mostram claramente que as empresas de tabaco não são confiáveis para resolverem os problemas decorrentes do uso do tabaco, que não são confiáveis quanto a falarem a verdade ou mesmo com relação ao respeito às leis. Se a indústria do tabaco realmente se importasse com os danos causados pelo tabaco, pararia com a promoção imediatamente, e procederia ao fechamento gradual das fábricas. Até que as empresas de tabaco diminuam voluntariamente a publicidade de seus produtos e parem de colocar o lucro a frente de vidas humanas, temos que ver estas empresas como a causa do problema, não como parte da solução.





- Encorajar seus parentes, amigos e colegas a parar de fumar e apoiá-los neste processo. Contatar os grupos locais de saúde ou anti tabaco para obter informações sobre como parar de fumar.
- Pedir às pessoas ao seu redor para não fumarem.
- Transformar sua casa num lugar aonde não se fuma. Distribuir cartazes e/ou avisos pedindo aos convidados e visitas para que não fumem, ou explicar que sua casa é um espaço aonde não se fuma. Livrar-se de cinzeiros e, gentilmente solicitar a seus visitantes para que fumem fora da sua casa.
- Conversar com seus colegas sobre a possibilidade de não fumar no local de trabalho. Pelo menos evitar que os não fumantes fiquem expostos à fumaça enquanto trabalham. Um plano intermediário é permitir que fumantes possam fazê-lo em algumas áreas que não tenham que ser freqüentadas por não fumantes e, então, gradualmente eliminar o fumo em todos os ambientes de trabalho. O empregador só tem a ganhar com um ambiente mais limpo e mais seguro, e empregados mais saudáveis e produtivos.
- Escrever cartas aos jornais e revistas e falar com jornalistas e editores sobre o cigarro. Nestas cartas você pode protestar contra as atividades que promovem o tabaco, além de encorajar o governo a tornar a promoção do tabaco ilegal, a fazer áreas públicas específicas para não fumantes e a aumentar os impostos para o tabaco e produtos derivados. Veja alguns exemplos de “cartas ao Editor” abaixo.
- Influenciar celebridades a promoverem mensagens sobre controle do uso do tabaco e a assegurar que eles não endossem o uso do tabaco em suas apresentações públicas.
- Registrar, por escrito e com fotos, atividades que promovem o uso do tabaco e que violam as leis nacionais vigentes. Relatá-las às autoridades competentes (governamentais) e para a imprensa. Juntar-se a outras pessoas em protestos contra o tabaco. Apoiar seus amigos a não fumar e a tomarem parte ativa no trabalho de controle do tabagismo.
- Entrar em contato com as organizações para o controle do tabaco no seu país e verificar a possibilidade de trabalhar neste controle (distribuindo panfletos, adesivos, servindo como voluntário nos eventos, etc).
- Visitar e pesquisar os sites listados no Anexo 2 para coletar informações e idéias.
- Escrever cartas/falar com empresas de ônibus, proprietários de restaurantes, gerentes, diretores de escolas e outros com respeito a criar mais ambientes, lojas, escolas, faculdades, cursos, universidades, onde não se fume.

- Sempre que possível, frequentar lugares públicos livres de fumo, tais como restaurantes ou, pelos menos, aqueles que dispõem de uma área própria para não fumantes e que seja devidamente isolada. Faça com que o gerente/proprietário saiba que você escolheu aquele estabelecimento em parte porque é livre do fumo. Mesmo que a fumaça do cigarro não lhe irrite, lembre-se que é ruim para você e para sua família e que você pode, assim, apoiar o restaurante ou outro estabelecimento a expandir os benefícios de não fumar aos funcionários que tem que trabalhar ali a cada dia.

- Se você é médico ou profissional da área de saúde, adote o hábito de perguntar a seu paciente se este fuma. Se for o caso, encoraje-o a deixar de fumar, lembrando-o que o cigarro contribui para muitos problemas de saúde, e que ele poderá se tornar mais saudável e recuperar-se da doença se tomar essa atitude. Caso possível, dê-lhe informações sobre como parar de fumar, usando sua linguagem corrente. Se seu paciente não for fumante, parabeneze-o de forma efusiva pela excelente decisão! Certifique-se de que a instituição para a qual você trabalha esteja totalmente inserida no hábito de não fumar, para que possa servir como exemplo.

- Não adquira produtos e suprimentos produzidos por empresas multinacionais que também produzam tabaco e derivados. Produtos das marcas Kraft, Post, Maxwell House e Nabisco são produzidos por empresas que fazem cigarros. Esta medida é particularmente importante para todos os que estão fazendo campanha contra a globalização. As empresas multinacionais fazem propaganda pesada de cigarros, bebidas alcoólicas e comidas pouco saudáveis (junk food), que levam as pessoas a comprarem produtos importados caros, bem como alimentos processados que não são saudáveis e drogas que viciam., em vez de consumir os produtos alimentícios locais não processados e mais saudáveis. Este procedimento aumenta a pobreza e a desnutrição nos países em desenvolvimento, e a diferença de arrecadação entre os países de baixa e alta taxa de impostos. Existe uma organização norte americana que organiza campanhas e boicotes aos produtos subsidiários das indústrias produtoras de tabaco. A organização possui uma página na Internet com informações em espanhol também, veja* : www.infact.org. Para informações sobre tabaco e globalização, veja também <http://www.corpwatch.org/issues/tobacco>.

O Tabaco e o Comércio

Contribuição de Mele Smith

As empresas multinacionais dominam os negócios com tabaco. Os tratados que governam o comércio, os investimentos e a proteção à propriedade intelectual têm um profundo efeito sobre as práticas destas empresas e sobre a saúde pública das nações nas quais estas empresas atuam.

* Alguns dos produtos Kraft, Post, Nabisco e Maxwell House incluem: Sucos Tang, Macarrão e queijo Kraft, Kraft Philadelphia Cream Cheese, Passas de Uva Post, Biscoitos Nabisco, Amendoins Planters, Biscoitos Cream crackers Ritz, Cafés das marcas General Food International e Maxwell House Coffees.



Na medida em que o consumo de tabaco diminuiu nos seus mercados domésticos, as empresas tabaqueiras multinacionais Philip Morris e British American Tobacco, cuja subsidiária no Brasil é a Souza Cruz, prospectaram novos mercados utilizando as ferramentas da liberalização do mercado.

Este livre mercado do tabaco beneficia os acionistas e os presidentes das companhias nos países ricos. Enquanto isso, os agricultores, nos países mais pobres, ficam presos ao cultivo de colheitas que são vendidas a dinheiro, como o tabaco, em vez de produzirem alimentos. Nenhuma empresa se beneficiou mais da liberalização do mercado do que a norte americana Philip Morris, a maior empresa tabaqueira do mundo, com 16% do mercado mundial.

Existe um imenso corpo de evidências que apoia fortemente a conclusão de que a liberalização do mercado aumenta o consumo de cigarros, que acabam por levar a mais mortes e adoecimentos. Aqueles que mais sofrem dos efeitos mortais e adoecimentos por doenças tabaco associadas são os cidadãos do hemisfério sul do planeta, e os que mais se beneficiam do mercado livre do tabaco são os acionistas no hemisfério norte do planeta.

O tabaco está sujeito aos mesmos acordos e regras comerciais de quaisquer outros produtos ao consumidor, sem considerações com respeito à saúde pública. Entretanto o tabaco é diferente de outros produtos de consumo, pois acaba matando metade dos seus usuários de longo prazo.

Submeter o tabaco aos mesmos acordos e regras comerciais de outros produtos de consumo levou à liberalização contínua do comércio do tabaco, que levou à abertura forçada dos mercados do Japão, Coréia do Sul, Taiwan e Tailândia, resultando na elevação em 10% do consumo de cigarros, o que não teria acontecido caso estes mercados não tivessem sido forçados a se abrirem ao tabaco. De acordo com um estudo conjunto do Banco Mundial e da Organização Mundial de Saúde, a situação atual levou à redução das barreiras comerciais, que tiveram impactos significativos sobre o consumo de cigarros nos países com média e baixa arrecadação de impostos. E o estado atual das coisas levou a muitas outras mortes previsíveis.

Os cigarros que fazem propaganda maciça nos países em desenvolvimento são geralmente manufacturados pelas empresas tabaqueiras multinacionais gigantes. Ainda assim estes cigarros são inacessíveis para a maior parte da população. Para comprar um pacote de Marlboro ou Benson & Hedges, por exemplo, seria preciso 60% ou mais da renda diária na China, Moldavia, Pakistão e Papua Nova Guiné, e 56% em Ghana e Bangladesh. O dinheiro representa 4 cadernos ou 4 pares de meias de algodão na China, 3,5 litros de gasolina super, ou selos para 24 cartas simples na Papua Nova Guiné e 25% do custo de uma consulta médica na França.¹²¹



Muitos dos passos listados abaixo como ações individuais podem também ser assumidos por uma organização. Sugerimos que você comece aí, e então passe para as outras medidas apresentadas!

Medidas políticas

- ▶▶ Como organização adote a posição de apoiar o controle do tabaco. Para saber sobre leis específicas para esse apoio consulte as páginas web do INCA (www.inca.gov.br) e da (www.anvisa.gov.br).
- ▶▶ Declare apoio a Convenção Quadro para Controle do Tabaco, o primeiro tratado internacional na área de saúde que foi negociado pelos países membros da Assembléia Mundial de Saúde. O Brasil foi uma grande liderança durante o processo.
- ▶▶ Junte-se a RTZ (Rede Tabaco Zero). A Rede Brasileira para o Controle do Tabaco. Veja www.tabacozero.net para maiores informações.
- ▶▶ Junte-se a FCA (Aliança de ONGs Internacional da Convenção Quadro). Veja www.fctc.org para maiores informações.
- ▶▶ Estimule outras organizações com as quais você trabalha a desenvolverem políticas anti tabaco e a expressar seu apoio ao controle do tabaco (dê a eles este manual!).
- ▶▶ Tome seu escritório/organização um lugar totalmente livre do cigarro; distribua avisos e adesivos em seu espaço.
- ▶▶ Faça das suas reuniões, treinamentos, reuniões internas de projetos (ex.: café com os amigos, clube da juventude, clube das mulheres, etc) reuniões de não fumantes.

Geral

- ▶▶ A GLOBAL ink, rede internacional de controle do tabaco, é um recurso chave para aqueles que estão trabalhando no controle de tabaco no mundo todo, com acesso a internet. Visite o site www.globalink.org para maiores informações. O Globalink agora possui uma lista em português contate pradov@globalink.org para mais informações.
- ▶▶ Faça contato com os grupos locais anti tabagismo e obtenha informações e materiais que estão sendo utilizados por eles. Distribua adesivos, posters e panfletos sobre tabaco. Você poderá distribuí-los durante reuniões e sessões de treinamento e imprimir parte dos folhetos em seus boletins informativos



- ▶▶ Pendure cartazes e adesivos em suas clínicas de saúde, escritórios ou outros ambientes de trabalho.
- ▶▶ Sempre que possível, faça seus eventos em locais onde não se fume. Solicite aos hotéis, restaurantes e outros locais usados por sua organização para que se tornem livres do fumo ou para que, pelo menos, disponibilizem locais bem ventilados e separados para uso exclusivo de fumantes.
- ▶▶ Escreva sobre tabaco nos boletins informativos ou revistas de sua organização. Não fique limitado aos aspectos de saúde. Se você deseja bastante informação, pode inscrever-se num serviço de informações sobre tabaco (veja a publicação “Utilizando a Mídia para o Controle do Tabagismo”, disponível no site da Rede Tabaco Zero); ou mais simplesmente, você poderá entrevistar pessoas que ficaram doentes em função do tabagismo ou indivíduos que tiveram sucesso em suas tentativas de deixar de fumar, ou mesmo falar com advogados que estejam atuando com base na legislação para controle do tabaco. Você também poderá incluir dados de atualização da CQCT em seus boletins - obtenha informações no site da Rede Tabaco Zero www.tabacozero.net.
- ▶▶ Integre o tópico “tabaco” em atividades comemorativas do “Dia Internacional” (“Dia Internacional da Mulher”, “Dia Internacional da Habitação”, etc.). Por exemplo, no Dia Internacional da Mulher destaque os danos causados às mulheres pelo fumo ou atividades que promovem o tabaco que tem as mulheres como alvo. No Dia Internacional da Habitação, compare os gastos com construção e decoração aos realizados com cigarros e enfatize a necessidade de se criar espaços para não fumantes.
- ▶▶ Inclua questões sobre o tabaco em outros materiais que você produza sobre economia, poupança/crédito, saúde e assim por diante. Comece com as informações contidas neste manual!
- ▶▶ Peça às pessoas que assinem petições a favor de medidas de controle do tabagismo. Obtenha a ajuda de estudantes e outros voluntários na coleta de assinaturas. Entregue a petição completa a pessoas que possam tornar concretas as mudanças que você está solicitando e tente conseguir que a mídia dê cobertura aos seus esforços.
- ▶▶ Incorpore mensagens de controle do tabaco no seu material educativo/de treinamento, seja como um tópico em separado ou como exemplo ou caso a ser estudado (Veja o Anexo 1)

- ▶▶ Quando você conduzir alguma pesquisa sobre outro assunto, inclua, se possível, algumas perguntas sobre o uso do tabaco, de forma a possibilitar o entendimento do problema nas áreas nas quais você trabalha. Possíveis áreas sobre as quais poderão ser feitas perguntas, dependendo das necessidades da sua pesquisa, podem incluir o uso de diferentes produtos do tabaco, gastos com tabaco comparados àqueles efetuados com as necessidades básicas., desejo de deixar de fumar, conhecimento dos efeitos do tabaco sobre a saúde, sentimentos com relação ao vício de fumar, razões para fumar e não fumar, e apoio às diversas medidas para o controle do tabaco.
- ▶▶ Estimule outras organizações a não aceitarem o patrocínio de cigarros nos seus eventos, programas e conferências.
- ▶▶ Nunca aceite dinheiro de empresas tabaqueiras ou de suas subsidiárias. Elas vão usar o seu bom nome para melhorar a reputação delas, enquanto seu bom nome vai sofrer os danos. As pessoas vão questionar as motivações de uma organização que está tentando ajudar as pessoas, mas fazendo parceria com quem faz produtos que causam a morte.
- ▶▶ Nunca trate fumantes como inimigos. Os usuários do tabaco são, de um jeito, as vítimas, eles estão perdendo a saúde e seu dinheiro, e tudo para tornar os executivos de empresas tabaqueiras mais ricos. Os inimigos são as companhias de cigarros, não os usuários dos produtos deles.

AMOSTRA Nº 1 DE CARTA AO EDITOR

Na semana passada viajei para a praia, com minha esposa e meus filhos, de ônibus. Há muito tempo a gente vinha na expectativa de passar um feriado prazeroso longe da cidade, uma chance de relaxar e respirar ar fresco. Mas muitas pessoas estavam fumando no ônibus, e quando lhes pedimos para parar, responderam que era direito deles fumar. Tanto minha esposa, quanto eu ficamos com os olhos e a garganta irritados, mas foi pior ainda para nossas crianças, que tossiram muito e quando finalmente chegamos à praia, estavam doentes. Passamos um triste fim de semana cuidando delas, além de apavorados com a perspectiva do retorno num ônibus cheio de fumantes. Por que as pessoas têm o direito de fumar no ônibus, mas os pais não têm o direito de buscarem seu próprio conforto e o de suas crianças? Por favor, quando você estiver fumando, pense nas consequências para os que estão ao seu redor. Para vocês que, como nós, gostariam de meios de transporte livres de fumaça, pedimos que façam com que os gerentes das empresas de ônibus e trens nas quais vocês viajam, saibam das suas opiniões. Se trabalharmos juntos, poderemos tentar fazer com que nosso transporte fique livre da fumaça dos cigarros, e assim mais seguros e confortáveis para todos.

Atenciosamente, etc.



AMOSTRA Nº 2 DE CARTA AO EDITOR

O uso do tabaco causa muitas doenças e mesmo a morte aos seus usuários, bem como a todos que estão expostos a fumaça dos cigarros alheios. O tabaco é também uma droga aditiva, da qual é muito difícil livrar-se. Fica difícil imaginar seu jornal veiculando propaganda de cocaína ou heroína, ou de qualquer outro produto alimentício que seja conhecido por ter causado milhares de mortes. A juventude, particularmente, parece aberta a acreditar nas mensagens das propagandas de cigarros, e a começar a fumar em função das propagandas que eles vem. Os jovens também têm a tendência a não se preocuparem com o futuro, uma vez que sentem que podem viver para sempre. Se seu jornal realmente se preocupa com as pessoas deste país, em particular com as crianças e os adolescentes, você poderá encontrar outro anunciante, e adotar uma política de recusar a veiculação de publicidade sobre tabaco. Existem muitas outras empresas que ficariam felizes de fazer propaganda, e você e seu jornal teriam prazer em saber que adotaram uma postura de proteger a saúde pública contra o uso de drogas.

Grato

Atenciosamente, atc.

AJUDANDO OS MONGES A LARGAR O CIGARRO

A ADRA, do Cambodja, vem trabalhando com os monges budistas para estabelecer pagodas livres de fumo, dar assistência aos monges para parar de fumar, treiná-los com métodos que ajudam a largar o cigarro e a facilitar a participação de líderes budistas nas campanhas anti-tabaco na mídia. A cooperação do ministro da cultura e religião tem sido valiosa. O programa de abandono do cigarro “Khmer Para Agora” tem sido usado para ajudar aos monges a pararem de fumar, com uma taxa excepcional de 87% de sucesso em deixar o vício após um ano (N=1000). Ao parar de fumar os monges podem encontrar motivação para suas crenças religiosas, para o apoio aos seus semelhantes e para o incentivo no estabelecimento de pagodas livres do cigarro. A maioria dos monges que participam destes programas são homens jovens, fazendo com que esta intervenção seja focalizada nos líderes, mas também nos jovens.



Programas Escolares

Muitas pessoas, quando pensam em controle do tabaco, pensam em programas escolares com este objetivo. Infelizmente, muitos dos programas escolares avaliados mostraram um efeito oposto àquele desejado. Eles podem, na verdade, aumentar as taxas de fumantes entre os estudantes. Além disso, algumas das multinacionais de cigarros produzem materiais com a intenção de serem utilizados em escolas. A última coisa que estas empresas desejam é reduzir a taxa de fumantes entre os jovens, uma vez que a maioria das pessoas começa a fumar antes dos 20 anos. Se as companhias produtoras de tabaco apoiarem tais programas, então eles estarão de fato longe de reduzir o uso do tabaco e muito próximo de aumentá-lo. Programas mal conduzidos apenas aumentam o interesse no tabaco, incrementando os instintos rebeldes das crianças com a veiculação de material anti-tabaco, ou contribuindo para a percepção de que o tabaco é um produto para adultos e, portanto, usá-lo é uma ótima forma de provar que se é um adulto.^{122 123}

Alguns dos programas criados para as escolas passaram por uma avaliação rigorosa e demonstraram serem eficazes. Infelizmente, estes programas são em geral muito pesados e difíceis de serem implementados. Simplesmente provar ser um programa de efeito positivo a curto prazo não é suficiente, uma vez que precisamos de um efeito de longo prazo para distanciar crianças e adolescentes do tabaco.

Por estas razões desaconselhamos que você coloque em prática programas para as escolas, a menos que você primeiro revise algumas das pesquisas, decida-se por uma estratégia que não fortaleça imagens que tornem o tabaco atraente para a juventude ou que incitem os jovens a se rebelarem contra o direcionamento adotado por adultos, e que proceda a uma rigorosa avaliação para certificar-se de que seu programa está realmente diminuindo o uso do tabaco entre os jovens. Os programas anti tabaco para as escolas devem ser parte de uma estratégia compreensível para a redução do uso do tabaco para indivíduos de todas as idades, de forma que os jovens não percebam os esforços no sentido do controle do tabaco direcionados somente para eles. Sempre que os programas para as escolas forem parte de uma estratégia para o controle do tabaco abrangente, que inclua leis para a erradicação da propaganda de cigarros, proibição de fumar em lugares públicos e aumento dos impostos sobre os produtos de tabaco, eles se provarão efetivos e evitarão reforçar a mensagem de que o uso do tabaco é uma forma de iniciação ao mundo adulto.

Sempre que o uso do tabaco caiu de forma significativa a nível nacional, foi devido a um aumento nas taxas sobre cigarros e/ou a proibição da promoção do uso do tabaco. Assim, o trabalho mais efetivo no controle do tabaco é fazer lobby junto ao governo para a criação e aprovação de leis pesadas para o controle do tabaco, além de motivar o público a batalhar por essas leis e a respeitá-las.



Alguns dos programas escolares que podem ser efetivos

Envolver os estudantes nas atividades para o controle do uso do tabaco. Isso pode ser mais interessante, ajudando-os a construir suas bases de confiança e a se rebelarem contra as empresas tabaqueiras, em vez de rebelar-se contra figuras de autoridade tais como seus pais, professores e médicos. Algumas idéias incluem:

- Se o campus escolar ainda não for livre do consumo de cigarros, organizar-se para que passe a ser um local de não fumantes.
- Fazer uma greve de fome simbólica para protestar contra a propaganda de cigarros. Você pode querer focalizar na propaganda obviamente endereçada para os jovens, como o patrocínio de concertos de rock, mas deverá sempre enfatizar que *todas* as formas de propaganda de cigarros são enganosas, independente do alvo.
- Conduzir um abaixo assinado direcionado a tornar algumas áreas públicas livre de cigarros. Após coletar um grande número de assinaturas, os estudantes poderão apresentar sua petição às autoridades. Faça contato com a imprensa para cobrir o evento.
- Organizar carreatas, passeatas, etc. A motivação pode ser a de protestar contra as empresas de tabaco, pedir a mídia para que pare de aceitar divulgar publicidade de tabaco, solicitar que um centro comercial ou outra área pública fique livre de fumaça do cigarro, ou pedir ao governo que adote ação específica para o controle do tabaco (aumente os impostos sobre cigarros e produtos tabaqueiros, proíba propaganda de cigarros, crie mais áreas públicas livres de fumo)
- Organizar uma campanha para escrever cartas: para jornais e revistas solicitando que parem de veicular anúncios de cigarros; para lugares públicos e companhias de ônibus/trens, para que se transformem em lugares livres da fumaça do tabaco.

Encorajar os estudantes para que desenvolvam e apresentem suas próprias idéias!

Trabalhar com os estudantes na análise de mensagens do mercado de tabacos. Existe alguma coisa nos anúncios publicitários (além daquelas que aparecem nas proibições) que indicam o dano causado pelo uso do tabaco? Os avisos e proibições deixam claro o dano causado por este uso? Os anúncios e publicidades são direcionados principalmente para o público adulto ou para os jovens? Quais são os benefícios do uso do tabaco sugeridos pelos anúncios? Essas mensagens são verdadeiras/realistas? (Por exemplo, se você fumar será realmente independente, jovem, saudável, feliz e atraente ao sexo oposto?) Você acha que a promoção de uma droga que causa dependência e morte deveria ser permitida?

Peça aos estudantes que façam uma lista das formas como as empresas fazem propaganda destinada aos jovens (patrocínio a shows musicais, colocação de cartazes em bares e cafés, etc.) e escreva um artigo a este respeito para o jornal local.

Veja o Anexo 3 para idéias sobre outras atividades a serem usadas no trabalho com jovens e adolescentes.

Confira se o Programa Saber Saúde, do INCA – Instituto Nacional do Câncer, já está na escola da sua comunidade.

AMOSTRA DE PETIÇÃO PARA VAGÕES DE NÃO FUMANTES

A fumaça do tabaco contém mais de quatro mil agentes químicos, incluindo quarenta que causam câncer. Quando as pessoas ficam expostas à fumaça do cigarro, correm o risco de contrair as mesmas doenças daqueles que fumam, como câncer de pulmões, doenças respiratórias e doenças cardíacas. As crianças sofrem ainda mais, uma vez que seus pulmões não estão totalmente desenvolvidos. Para os que sofrem de asma, a exposição à fumaça pode desencadear ataques de asma e até mesmo ameaçar a vida. Muitas outras pessoas ainda, ficam irritadas com o odor da fumaça do tabaco, ou têm náuseas. As pessoas têm o direito de viajar com conforto e segurança, sem serem expostas à fumaça alheia.

Ao criar nos trens carros para não fumantes, tanto fumantes como os não fumantes poderão ser acomodados. Ao adquirir seu passe, o passageiro deve pedir pelo assento que deseja, como fumante ou no carro de não fumantes. Os fumantes poderão continuar a fumar, sem que lhes seja solicitado por um não fumante para que parem. Aqueles que, no entanto, desejam evitar a fumaça do cigarro, protegendo a si e a sua família, poderão fazê-lo.

Nós, abaixo assinados, apoiamos a criação de vagões para não fumantes e fortemente encorajamos as operadoras de trens urbanos a acatar nosso pedido, para o conforto e saúde de todos.

Nome (letra de imprensa)

Assinatura

Endereço



1. Poupança / crédito

Nos treinamentos ou reuniões, pergunte aos participantes se eles ou alguém em sua família fazem uso do tabaco. Para aqueles que são usuários, ajude-os a calcular quanto gastam por dia, semana, e por mês com tabaco. Compare este gasto com os valores que eles estão tentando economizar regularmente, para seus projetos pessoais ou compare estes valores com os pagamentos efetuados com empréstimos. Mesmo que os valores pareçam baixos para eles, lembre-os de que estão gastando estes valores *diariamente* com itens que não fazem parte de suas necessidades básicas.

Para participantes em programas de crédito/poupança que estão tendo dificuldades em reservar uma quantia para economizar ou para pagar seus empréstimos, pergunte-lhes se fazem uso ou se alguém da sua família faz uso do tabaco. Ajude-os a calcular os valores gastos pela família com tabaco, o quanto poderiam economizar se parassem de fumar e que outros investimentos poderiam estar fazendo com suas economias, em outras atividades que fossem geradoras de receita para a família. Isso também poderia ser feito como atividade de grupo, para mostrar aos membros de um grupo de poupadores os valores desperdiçados pela comunidade com tabaco.

- ▶▶ Produtos de tabaco consumidos (cigarros, cachimbo, fumo de mascar, etc.);
- ▶▶ Dinheiro gasto por mês com tabaco;
- ▶▶ Preço de vários itens para geração de receita;
- ▶▶ Se os membros da família pararem de fumar e economizarem o dinheiro, em quanto tempo poderão dispor de algum dinheiro para começar um pequeno negócio (tornar-se um vendedor ambulante de alimentos, criar uma vaquinha, etc.).

Apoie e anime as pessoas a gastarem seu dinheiro de forma positiva, em vez de utilizá-lo em coisas inúteis ou danosas tais como álcool, tabaco ou jogo.

2. Ambiente

Quando falar com as pessoas sobre o meio ambiente, faça com que pensem seriamente sobre o impacto negativo que o uso do tabaco lhe causa. Abaixo seguem pontos chaves que você pode usar para discussão:

Peça às pessoas que imaginem um indivíduo que fuma uma carteira por dia. A cada dia este indivíduo joga fora vinte pontas de cigarro e uma carteira vazia. Cada uma destas pontas contém milhares de elementos químicos perigosos. Para onde vão estes elementos? O que acontece com as carteiras e os pacotes de cigarros vazios? Com bilhões de habitantes no mundo, dos quais muitos são fumantes, imagine a quantidade de lixo acumulado diariamente! Você costuma ver pontas de cigarro ou carteiras atiradas nas ruas e nas calçadas? Você acha que o controle do uso do tabaco pode ajudar a manter o ambiente limpo?

- Pense a respeito da produção de cigarros. Lixo perigoso é produzido ao longo deste processo. Como você acha que este lixo é descartado? Você acha que existem leis em nosso país para que este lixo seja depositado de forma correta ou acha que os resíduos químicos podem vir a poluir nossos rios, córregos e oceanos?
- E quanto às árvores que são cortadas para cura (secagem) do tabaco e para a produção de papel para embrulhar cigarros e produzir as carteiras, os pacotes e os cartazes publicitários? Com milhões de fumantes, quantas árvores você acha que são abatidas para produzir derivados do tabaco? Você acha que nosso país pode bancar o custo da perda de todas estas árvores? Você acha que o controle do tabaco poderia contribuir para que tivéssemos um meio ambiente mais limpo?
- Pesquise os efeitos negativos do tabaco sobre o meio ambiente em sua comunidade ou país. Publique suas descobertas.
- Apóie e encoraje outras organizações que trabalham com questões ambientais a comunicarem sobre os problemas causados pelo uso do tabaco bem como a apoiarem o movimento de controle do tabaco.

3. Mulheres

As mulheres são poderosos agentes de mudanças. Geralmente são consideradas as responsáveis por criarem um ambiente familiar saudável em casa. As mulheres podem ser encorajadas a manterem um ambiente livre da fumaça de cigarros para suas crianças (e para elas mesmas), solicitando aos membros da casa para que não consumam produtos de tabaco em casa ou diante das crianças. As mulheres também podem calcular seus próprios gastos ou os gastos dos homens responsáveis pelo sustento da família com tabaco, e o que poderia ser trazido para casa com este dinheiro.

Em eventos com mulheres - reuniões, competições, aconselhamento, etc. - encoraje as mulheres a não fazerem uso de produtos de tabaco e a tentar criar lares e locais de trabalho livres da fumaça de cigarro.

- ▶▶ Se você trabalha com mulheres que tiveram sucesso em criar áreas livres do fumo, destaque essa experiência.
- ▶▶ Faça com que as mulheres trabalhem juntas sobre formas e caminhos para criar ambientes livres de fumo.
- ▶▶ Lembre as mulheres que se tiverem sucesso com as questões sobre o uso do tabaco e dos fumantes passivos, poderão ter sucesso também na solução de outras questões de importância pessoal.



AMOSTRA Nº 3 DE CARTA AO EDITOR

Breve será dia 31 de Maio, Dia Mundial Sem Tabaco. Muitas pessoas farão passeatas e ouviremos muitas mensagens sobre os perigos do tabagismo. Mas por que será que só ouvimos estas mensagens uma vez por ano, enquanto estamos expostos a todo o tipo de promoção do tabaco nas corridas de Fórmula 1, em projetos ditos de responsabilidade social, nas padarias, jornaleiros e mesmo em restaurantes, nos 365 dias do ano? Por que as empresas produtoras de tabaco têm permissão de promover um produto que vicia e causa a morte? Será que esta postura não está passando a mensagem errada de que as companhias cigarreiras podem fazer tudo o que querem para atrair as pessoas para o consumo do tabaco, e saírem ilesas da falsa mensagem de que fuma quem quer, que é tudo uma questão de liberdade de escolha? Se quisermos encorajar as pessoas a cuidarem de sua própria saúde e da saúde de suas famílias, deveríamos pressionar o governo a proibirem TODAS as formas de promoção do uso do tabaco, aumentar os preços e impostos dos derivados do tabaco e a usar parte do dinheiro arrecadado para ensinar sobre os perigos do uso deste. Atenciosamente, etc.

4. Crianças e adolescentes

Incluído no direito das crianças e adolescentes deveria estar o direito de viver num ambiente livre de fumaça (em casa, na escola, nas áreas de recreação, etc.). Você também pode fazer referência à necessidade de priorizar os investimentos com as crianças, em vez de gastar dinheiro com tabaco.

Em programas cujo objetivo é melhorar as condições de vida das crianças, deveria ser incluída a questão da exposição à fumaça do cigarro e do desperdício de dinheiro com produtos de tabaco. Os pais podem ser aconselhados a evitar usar produtos de tabaco aonde houver crianças (mesmo onde não estiverem expondo as crianças à fumaça, ainda assim dão mau exemplo consumindo produtos de tabaco diante delas) e, preferencialmente, até mesmo a cessar o uso do tabaco e a investir seu dinheiro nas crianças. Assim como os exemplos apresentados para a nutrição, você pode calcular o potencial de compra do valor gasto com produtos de tabaco: quantos pacotes de cigarros pagariam roupas novas, taxas escolares, uma consulta médica ou três refeições diárias decentes?

- Se você é dono de escola, ou dirige uma, transforme-a num local livre do cigarro. Ensine as crianças a respeito dos efeitos da fumaça sobre os fumantes passivos, e encoraje-os a pedirem para seus pais que façam de seus lares também locais livres do fumo. Anime-os para que façam cartazes de “Obrigado por não Fumar” e para que peçam as suas famílias para pendurá-los em casa. As crianças também podem pedir aos pais para que retirem todos os cinzeiros da casa.

- Escreva cartas ou fale com os jornais, com os diretores de escolas, com os reitores das universidades e com o Ministro da Educação em favor da criação de escolas onde não se fume, em todos os níveis. Explique sobre os efeitos secundários do fumo, assim como sobre o mau exemplo dado ao se permitir que as pessoas fumem nas escolas.
- Proteste sobre o envolvimento de crianças na produção de tabaco, onde quer que isso aconteça. Devido às condições miseráveis das fábricas e à exposição a agentes químicos perigosos, o tabaco deveria ser incluído dentre as piores formas de trabalho infantil.
- Sempre que trabalhar com adolescentes, evite dar a impressão de que o tabagismo é um problema só para crianças ou jovens, ou que é uma atitude própria dos adultos. Tais mensagens apenas encorajam os jovens a fumar. As mensagens devem enfatizar que o fumo é nocivo a todos.
- Em vista de não estarem os adolescentes preocupados com os efeitos a longo prazo e de geralmente acreditarem que são invulneráveis, é melhor focalizar nos efeitos de curto prazo decorrentes do uso do tabaco, em especial os relacionados a performance nos esportes, a sua aparência e quanto a aceitação social.
- Conforme mencionado acima, os programas destinados às escolas não são necessariamente bem sucedidos. Os programas que tem funcionado bem com os jovens são aqueles que encorajam o jovem a se rebelar contra as companhias tabaqueiras, em vez de reagirem contra as figuras de autoridade, como pais, professores, médicos, entre outros. Levar a juventude a praticar as atividades sugeridas nos Anexos (em todas as seções), tentando escolher aquelas que parecem mais interessantes, divertidas e voltadas para o contexto deles, pode ajudar o jovem a entender porque o tabaco é um problema, bem como a necessidade de se trabalhar ativamente contra ele.
- Faça campanhas por locais de trabalho, transportes e outros locais públicos livres do fumo. Isto protege a juventude (e os adultos!) de inalar a fumaça do cigarro dos outros e manda uma forte mensagem de que fumar é inaceitável para qualquer idade.
- Considere a possibilidade de usar o tema de não fumar nos uniformes do seu time. Por exemplo, como fez o time de baseball no Alabama, nos Estados Unidos, que usa o lema "Tabaco Mata" nos seus uniformes, tornando, desta forma, esta mensagem pública onde quer que joguem. Em alguns países, parte das taxas e impostos arrecadados com o tabaco são usados para patrocinar eventos esportivos em substituição ao patrocínio de empresas tabaqueiras. Relembre aos atletas que o esporte e o tabaco não combinam, que todos os grandes atletas são não fumantes,



e que os esportes nos dão muito mais alegria e realização do que o tabaco jamais dará. A Associação Feminina de Futebol Americana (WUSA), por exemplo, é a primeira liga atlética profissional que pede que não sejam vendidos, nem seja feita publicidade de produtos de tabaco em seus jogos. Cada time participante da WUSA tem agendado um jogo de futebol para não fumantes, onde os torcedores podem mostrar seu apoio a eventos e políticas contra o fumo.¹²⁴

ESPORTES SIM, FUMO NÃO, EM UGANDA

Uganda tornou-se recentemente o primeiro país no Leste Africano a dispor um quadro anti tabaco numa arena esportiva. O quadro de anúncios, onde diz “Seja legal, seja um vencedor, não fume: o tabaco é um perigo para você”, é claramente visível, mesmo de fora do estádio. A iniciativa do outdoor partiu de um grupo de jovens advogados de Uganda denominada Rede de Ação Ambiental (TEAN) em parceria com um restaurante na capital de Uganda, Kampala, que estão patrocinando um time local. Além de exibir o outdoor, o pacote do patrocínio também requer que os jogadores do time levem um selo de não fumante em uma das pernas do short, que assinem uma petição para que não se fume, e que em seus jogos não seja permitido fumar. Eventualmente também tocam gravações de avisos contra o fumo durante seus jogos.

Um outro sucesso ao longo do caminho rumo ao fim da associação entre esportes e tabaco, em Uganda, foi o cancelamento, em Maio de 2000, do patrocínio da BAT ao baile de gala anual para o Homem de Esportes do Ano, da Associação Ugandense de Imprensa Esportiva (USPA). Outras ações a serem tomadas no futuro, ajudarão a evitar que as empresas tabaqueiras usem as estrelas dos esportes para promoverem seus produtos mortais¹²⁵.

* * *

JOGOS SEM FUMANTES NO PAQUISTÃO

Organizadores da nona edição dos Jogos da Federação Sul-Asiática anunciaram que nos jogos em Islamabad, ocorridos em Outubro de 2001, não seria permitido fumar. “O secretariado dos jogos da Federação Sul-Africana reconhece que esportes e tabaco não vão bem juntos, razão pela qual o tabaco não está incluído na lista de patrocinadores oficiais onde a audiência dos jogos incluir crianças e pessoas menores de 18 anos”, disse o porta-voz dos Jogos. Durante os dez dias dos Jogos, não será permitido fumar nas áreas cobertas dentro e ao redor dos estádios, ginásios e outras áreas esportivas.¹²⁶

* * *

PAN-AMERICANO 2007 LIVRE DO TABACO

Considerando que o fumo é um fator de risco para diversas doenças e para uma vida saudável, e que o fumo é incompatível com a prática do esporte, a Prefeitura da cidade do Rio de Janeiro lançou em novembro de 2003 o projeto *PAN 2007 – Livre do Tabaco* com o objetivo de preparar a cidade do Rio de Janeiro para um Pan 2007 mais saudável.

5. Nutrição

Com o propósito de defesa, motivação e treinamento, você poderá calcular produtos do tabaco como calorias. Você pode usar os cálculos nos seus materiais, cartas ao editor, etc. Tudo o que você precisa é calcular os preços dos alimentos constantes do quadro, que são relevantes para a sua comunidade, bem como dos vários produtos de tabaco. Você pode substituir o espinafre por outra verdura qualquer e usar qualquer óleo que seja consumido habitualmente. Se você puder encontrar a quantidade de quilos necessários para suprir 1000 calorias numa dieta, então poderá fazer o cálculo equivalente para outros alimentos. O cálculo toma somente alguns minutos e pode ilustrar de forma prática o dano econômico causado pelo uso do tabaco.

Você também poderá usar os cálculos para mostrar de que forma as pessoas poderiam prover calorias suficientes a dieta das suas crianças em vez de adquirir produtos derivados do tabaco.

Use o quadro abaixo para fazer a estimativa do número de calorias necessárias para cada pessoa de diferentes sexos e idades. Para outras idéias de modos de comparação entre os custos de alimentos e tabaco veja o “Trabalho Para Uma Bangladesh Melhor”, da PATH Canadá, especificamente o relatório *“Faminto por Tabaco: Uma Análise do Impacto Econômico do Tabaco sobre o Pobre em Bangladesh”*. www.pathcanada.org ou <http://wbb.globalink.org>

Necessidade calórica diária por idade e sexo¹²⁷

Necessidade Calórica		
Idade	Homens	Mulheres
0 - 3	1094	1094
4 - 6	1405	1405
7 - 9	1784	1784
10 - 12	2413	2172
13 - 17	2671	2327
18 - 29	2782	2544
30 - 59	2707	2297
60 >	2349	2054



Como calcular as calorias que podem ser compradas pelo preço dos produtos de tabaco (se você puder obter a quantidade de kilos para suprir 1000 calorias dos alimentos locais, poderá fazer o cálculo para outros alimentos).

1	2	3	4	5	6
Alimento	Custo / kg	Kg necessário para suprir 1000 calorias ¹²⁸	Custo por 1000 calorias (coluna 2 x coluna 3)	Preço de vários produtos de tabaco	Tabaco como equivalentes calóricos (coluna 5 dividida pela coluna 4 x 1000)
Batatas		1,1			
Lentilhas		0,3			
Carne		0,9			
Espinafre		3,7			
Arroz		0,3			
Peixe		0,4			
Trigo		0,2			
Camarões		1,1			
Galinha		0,9			
Banana		0,9			
Manga		1,1			
Óleo		0,1			

Exemplo:

- 1 Preço de um quilo de lentilhas (coluna 2): 3 reais
- 2 Preço de uma carteira com 20 cigarros (coluna 5): 2 reais
- 3 Custo de 1000 calorias de lentilhas: 3 (coluna 2) x 0,3 (coluna 3) = 0,9 reais
- 4 Uma carteira de 20 cigarros em equivalentes calorias de lentilhas: 2 (coluna 5) / 0,9 (como acima) = 2,2 x 1000 = 2200 calorias

O preço de uma carteira com 20 cigarros é equivalente ao preço de 2200 calorias de lentilhas - mais do que o total de calorias necessárias para uma criança de 9 anos ou menor, para o dia todo.

6. Direitos humanos

- Como parte de uma plataforma de direitos humanos, particularmente com referência a um meio ambiente limpo e saudável, deve-se mencionar a o direito a ficar livre da fumaça do tabaco.
- Dê seu apoio a um movimento por áreas públicas livres do fumo e para áreas de não fumantes em locais frequentados por crianças.
- Enfatize o fato de que os usuários do tabaco têm o direito a informação específica e detalhada sobre os produtos que utilizam.
- Argumente que as pessoas com doenças respiratórias têm o direito de levar uma vida normal, fazendo uso dos transportes públicos e frequentando restaurantes ou outros lugares públicos; tais direitos não são respeitados quando o fumo é admitido em áreas públicas.
- Junte informações sobre fumantes passivos e a necessidade de se criar mais áreas livres do fumo, às informações por você fornecidas sobre os direitos humanos.

7. Uso de drogas

- Ao produzir informações e dados sobre o uso de drogas, lembre-se de que o tabaco e o álcool são as drogas mais comumente usadas, de que o tabaco é tão aditivo quanto a heroína e a cocaína, e de que o uso do tabaco está fortemente ligado ao uso de outras drogas.
- Ao monitorar o uso de drogas, inclua o tabaco.
- Quando fizer campanhas em favor da ação maciça do governo para reduzir o uso de drogas, inclua medidas para o controle do tabaco.
- Quando falar com a mídia sobre o problema das drogas, destaque o problema com o tabaco.

8. Religião

- Encoraje as organizações religiosas a transformar seus locais de adoração e de outras reuniões em áreas livres do fumo; ajude os líderes religiosos a deixar de fumar.
- Peça às organizações religiosas para que boicotem as subsidiárias das empresas tabaqueiras (como a Kraft alimentos, a Nabisco, etc.).



□ Use os festivais religiosos como uma oportunidade para promover os benefícios de ser não fumante. Na Índia, por exemplo, o Ramo Indore da Associação Dental Indiana, em colaboração com outros grupos, usou um festival religioso em honra a Lord Ganesha para fazer público o dano causado pelo uso do tabaco, distribuindo literatura anti-tabaco, assim atingindo a milhares de pessoas que se juntaram com o fim de celebrar o festival noite afora.¹²⁹

□ Recrute líderes religiosos em suas campanhas para trabalhos anti-tabaco. A ADHUNIK, uma organização anti-tabaco em Bangladesh, produziu um folheto sobre o tabaco e o Islam, o qual é distribuído aos *imam* (líderes religiosos) em várias mesquitas. O folheto serve para ampliar o entendimento dos *imam* a respeito das razões e porquês do tabaco ser considerado *haram* (proibido/pecado) no islamismo, aumentando, assim, a possibilidade de que eles mencionem isso em seus sermões.

9. Saúde

Sempre que estiver promovendo um estilo de vida saudável, certifique-se de incluir a importância de não fumar. Ao se colocar pessoalmente, pergunte às pessoas se fazem uso do tabaco, aconselhando-os a deixarem de fumar ou a manter-se não fumantes. A *prevenção* é a melhor abordagem para a maior parte dos problemas de saúde e um estilo de vida saudável previne muitos problemas sérios de saúde.

- Transforme todas as clínicas de saúde em locais onde o uso do tabaco não é permitido. Distribua folhetos sobre o tabaco e como deixar de fumar. Pendure adesivos e cartazes.
- Faça com que trabalhadores saudáveis perguntem sobre o uso do tabaco e encorajem as pessoas a deixarem de fumar.
- Ajude os trabalhadores saudáveis a abandonar o uso do tabaco.
- Incorpore informação sobre o tabaco em outros materiais sobre saúde. Ao falar sobre, ou promover um estilo de vida saudável, certifique-se de mencionar a necessidade de evitar o fumo ativo ou passivo.

A Cruz Vermelha Uma abordagem integrada

A Cruz Vermelha da Austrália e sua associada, a Cruz Vermelha do Vietnam, incorporaram questões sobre o tabaco em suas sessões de treinamento de educação para prevenção da AIDS/HIV desde 1998. Para o programa de 2001, decidiram alocar mais tempo para a discussão sobre as questões envolvendo o uso do tabaco. Eles também incluíram material educativo sobre o tabaco, bem como adesivos de Não Fumar no pacote de materiais distribuídos por eles a cada participante do treinamentos (em torno de 6000 jovens por ano).

Anexo 1: Sugestão de mensagens para faixas / cartazes / adesivos

- ⊗ Dez a vinte milhões de pessoas poderiam ser alimentadas com a terra usada para plantar tabaco
- ⊗ Um ambiente livre da fumaça do cigarro é direito de todos
- ⊗ Cuide das crianças – por favor, não fume!
- ⊗ Cuide das crianças – não permita que ninguém fume perto delas
- ⊗ Bem vindo ao nosso restaurante, onde não se fuma.
- ⊗ Você fuma, eu asfixio!
- ⊗ Algumas pessoas pensam que fumar é estilo! No ano passado 4 milhões de pessoas morreram *no estilo* de fumar
- ⊗ Respire a vida, não o cigarro
- ⊗ Fumar é vício em drogas
- ⊗ Fumar é drogadição
- ⊗ Cigarro - seja esperto, não comece!
- ⊗ Pulmões trabalhando - por favor, não fume!
- ⊗ Sim, eu me importo
- ⊗ Por amor a vida ... não fume!
- ⊗ O local onde se fuma faz diferença, o fumo passivo mata!
- ⊗ Juntos, transformamos nosso campus num lugar livre da fumaça de cigarros
- ⊗ Não fume! Proteja sua saúde e as pessoas que você ama
- ⊗ Quer ver seu fogo e sua vida sexual virar fumaça? Então faça! Fume 20 cigarros por dia! Fumar 20 cigarros por dia, acaba com a sua vida sexual
- ⊗ 20 cigarros por dia! No mínimo, levam sua vida sexual ao extermínio!



- ⊗ Fumar não constrói sua auto imagem, ao contrário, destrói sua vida sexual
- ⊗ Aviso! Fumar causa infertilidade
- ⊗ Câncer é uma doença de mão dupla.
Você a adquire das companhias tabaqueiras.
Você dá a elas o seu dinheiro.
E elas te dão o câncer.
- ⊗ Você já cuspiu muco suficiente, querido!
- ⊗ Você já tossiu o bastante. Chega de pigarro!

Anexo 2: Um guia de recursos para o Controle do Tabagismo

Existem centenas de páginas na Internet sobre Controle do Tabaco. A seguir uma pequena seleção das melhores e mais abrangentes páginas internacionais, e uma seleção de páginas em português.

Páginas internacionais em inglês:

Super site de Controle do Tabaco
www.health.usyd.edu.au/tobacco

Página da OMS da TFI – Iniciativa por um mundo livre de tabaco
www.who.int/tobacco/en/

Action on Smoking and Health (ASH) London – Ação sobre o fumo e a saúde (Londres)
www.ash.org.uk

Campaign for Tobacco Free Kids (USA) – Campanha por crianças livres do tabaco (EUA)
www.tobaccofreekids.org

International Non-governmental Coalition Against Tobacco – Coalizão Não Governamental Internacional contra o tabaco
www.ingcat.org

Tobacco BBS
www.tobacco.org

Página da OPAS – Organização Pan-americana de saúde sobre o programa Américas Livre de Fumo

www.smokefreeamericas.org

Página interativa da Fundação Interamericana do coração que está coletando dados sobre todos os países das Américas

www.ficnet.org

Algumas páginas nacionais:

Página do Instituto Nacional de Câncer

www.inca.gov.br

Página da ANVISA, Agência Nacional de Vigilância Sanitária

www.anvisa.gov.br

Página da Rede Tabaco Zero

www.tabacozero.net

Página da Sociedade Brasileira de Cardiologia

www.cardiol.br

Página da Rádio Fala Mulher com uma série de entrevistas sobre controle do tabagismo em áudio

www.radiofalamulher.com

Projeto com jovens do hip hop que estão ligados em controle do tabagismo.

www.cemina.org.br/hiphoptabaco

Site da ADESF – organização que têm uma série de processos correndo contra a indústria do tabaco

www.adesf.com.br

Existem também vários blogs de tabagistas que fazem diários virtuais para obter apoio para parar de fumar, e não param de surgir propostas e campanhas interessantes. Acesse a página de links da RTZ (www.tabacozero.net) e fique a par das últimas novidades.



- ¹Saloojee, Y. 'Coughing up Profits in Africa'. INGCAT Update; 2000; second quarter.
- ²Efroysom D. and Ahmed S. PATH Canada and Work for a Better Bangladesh 200. 'Hungry for Tobacco: An analysis of the economic impact of tobacco on the poor in Bangladesh'.
- ³Action on Smoking and Health (ASH) Canadá 2000. 'Tobacco industry involvement in cigarette smuggling: The need for a multilateral response'.
- ⁴Jha, P. and Chaloupka, F.J. Banco Mundial 1999. *A epidemia do tabagismo – Os governos e os aspectos econômicos do controle do tabaco*. Traduzido para o português em 2000.
- ⁵Warner, K.E. 'The economics of tobacco: myths and realities' Tobacco Control 2000; 9:78-89
- ⁶Jha, P. and Chaloupka, 1999.
- ⁷Efroysom D., Ahmed S., Townsend, J. et al. 'Hungry for Tobacco: An analysis of the economic impact of tobacco consumption on the poor in Bangladesh'. Tobacco Control 2001; 10:212-217
- ⁸Geist, H. 'Global Assessment of deforestation related to tobacco farming.' Tobacco Control 1999; 8:18-28
- ⁹Novotny, TE and Zhao F. 'Consumption and productive waste: another externality of tobacco use'. Tobacco control 1999; 8:75-80
- ¹⁰Leistikow, B.N., Martin, D.C., and Milano, C.E. 'Fire Injuries, Disasters, and costs from Cigarettes and Cigarette Lights: A Global Overview' in Preventive Medicine 2000, 31 (2):91-99
- ¹¹Novotny and Zhao, 1999
- ¹²Efroymsom and Ahmed, 2000.
- ¹³11ª Conferência Mundial: tabaco ou Saúde 2000. 'Tobacco Fact Sheet: Environmental Tobacco Smoke (ETS)'.
- ¹⁴ASH (Londres) 2002. 'Passive Smoking'. www.ash.org.uk
- ¹⁵Assunta, M. 'Tobacco and Poverty' Encontro de mobilização das ONGs promovido pela INGCAT em Genebra, 15 e 16 maio 1999.
- ¹⁶Blanchet, T. 2000. 'Child Work in the Bidi Industry'. Relatório apresentado para UNICEF, Dhaka.
- ¹⁷Efroymsom and Ahmed, 2000.
- ¹⁸Chancler, W.U. 'Banishing tobacco' Worldwatch Paper no. 68. Washington, DC. Worldwatch Institute, 1986:20. In: Barry, M. 'The influence of the U.S. tobacco industry on the health, economy, and environment of developing countries.' NEJM, 1991. Vol 423, No. 13:917-20.
- ¹⁹Assunta 1999.
- ²⁰Oongo, E.O., 'Tobacco growing in Kenya: Viable Alternative Income Generating Activities for the Farmers', Kenya.
- ²¹Ministério da Saúde do Reino Unido. 1998. 'Report of the Scientific Committee on Tobacco and Health'

- ²² Henningfield, J.E. and Jude, N.R. "Prevention of nicotine addiction: neuropsychopharmacological issues" in *Nicotine & Tobacco Research* 1999: 1, S41-S48.
- ²³ Campanha por crianças livres do Tabaco. 2000. 'Smoking and other drug use'
- ²⁴ Campanha por crianças livres do Tabaco. 2000. 'Smoking and other drug use'
- ²⁵ Ministério da Saúde do Reino Unido. 1998. 'Report of the Scientific Committee on Tobacco and Health'
- ²⁶ ASH (Londres), Março 1999, 'Fact sheet – Smoking Statistics: Illness and Death'
- ²⁷ International Union Against Tuberculosis and Lung Disease (IUATLD) 1998. *Tobacco control and prevention: A guide for low income countries.*
- ²⁸ 'Smoking-attributable Mortality and Years of Potential Life Lost – EUA, 1984. *MMWR* 1997; 46(20):444-51
- ²⁹ ASH (Londres) 1999.
- ³⁰ ASH (Londres) 1999.
- ³¹ 11ª Conferência Mundial: tabaco ou Saúde 2000. 'Tobacco Fact Sheet: Environmental Tobacco Smoke (ETS)'
- ³² ASH (Londres) 2000. Fumo Passivo
- ³³ 11ª Conferência Mundial: tabaco ou Saúde 2000. 'Tobacco Agriculture'
- ³⁴ 11ª Conferência Mundial: Tabaco ou Saúde 2000. 'Tobacco Agriculture'
- ³⁵ Saloojee 2000. Efrymson and Ahmed 2000.
- ³⁶ Comentário sobre o Brasil inserido pela tradutora.
- ³⁷ ASH (Canadá) 2000.
- ³⁸ 11ª Conferência Mundial: Tabaco ou Saúde 2000. 'Fact sheet: Tobacco Facts'
- ³⁹ Jha and Chaloupka 1999.
- ⁴⁰ 11ª Conferência Mundial: Tabaco ou Saúde 2000. 'Fact sheet: The Economics of Tobacco control'
- ⁴¹ Warner 2000
- ⁴² Warner 2000
- ⁴³ UNICEF, "The state of the world's children 1998". Oxford University Press
- ⁴⁴ Center for Tobacco Free Kids, Estudo de caso da América Central (outubro 1998)
- ⁴⁵ Warner 2000
- ⁴⁶ Assunta 1999
- ⁴⁷ Campaign for Tobacco Free Kids factsheet, 'The false economics of tobacco farming'
- ⁴⁸ Warner 2000
- ⁴⁹ Efrymson, Ahmed, Townsend, et al. 2001
- ⁵⁰ PATH Canada and Work for a Better Bangladesh 2001. 'factsheet: Tobacco and poverty'
- ⁵¹ PATH Canada and Work for a Better Bangladesh 2001. 'factsheet: Tobacco and Employment'
- ⁵² Oongo
- ⁵³ Geist, H., Tobacco control 1999.
- ⁵⁴ 'Dawood is diversifying into gutkha', *Bombay Times*, 04/12/2000.
- ⁵⁵ ASH (Londres) 2000.
- ⁵⁶ Novotny and Zhao 1999.
- ⁵⁷ Buckley, J.T. '470,437,945,912 Cigarette Buts Unaccounted For', *USA Today*, 03/07/1996



- ⁵⁸ Geist, H. Julho 1999. 'Tobacco: a driving force of environmental change in the Miombo Woodland Zone of Southern Africa' Estudo apresentado em "African Environments: Past and Present". Universidade de Oxford.
- ⁵⁹ ASH (Londres) 2000.
- ⁶⁰ Campaign for Tobacco Free Kids factsheet, 'Tobacco and the environment'
- ⁶¹ Barry, M. 'The influence of the US tobacco industry on the health, economy and environment of developing countries'. New England Journal of Medicine, March 1991.
- ⁶² UK Home Office. 1996. 'Summary Fire Statistics'. HMSO
- ⁶³ Von Radowitz, J. 'Up to 200 A year die in fires caused by smokers'. Wire Service: PA (PA News), Date: 30/10/1996.
- ⁶⁴ 'Sacked foreign minister was in the hospital during the blaze' SCMP; 8 de junho de 1987.
- ⁶⁵ 'Eleven face court after death fires' SCMP, 14 de junho de 1998
- ⁶⁶ Leistikow et. al 2000
- ⁶⁷ Efroymsen and Ahmed 2000
- ⁶⁸ Efroymsen, D. Thanh, V.P.N, and Phuong, D.T. PATH Canadá e RTCCD 1997. *It's rude to say no: Vietnamese opinions about tobacco control.*
- ⁶⁹ White, P. 'Women Resisting the Tobacco Industry' no Encontro de mobilização das ONGs promovido pela INGCAT em Genebra, 15 e 16 maio 1999.
- ⁷⁰ Ennrster, V.L. 'Impact of Tobacco Use on Women's Health' in "Women and the Tobacco Epidemic, challenges for the 21st century". OMS e Instituto Global para o Controle do Tabaco, Escola de Saúde Pública de Johns Hopkins. 2001
- ⁷¹ Samet, J.M. and Yang, G. 'Passive smoking, women and children' in "Women and the Tobacco Epidemic, challenges for the 21st century". 2001
- ⁷² Samet and Yang 2001.
- ⁷³ 'Women and Smoking: A Reporto f the Surgeon General. EUA, 2001.
- ⁷⁴ Ernster 2001.
- ⁷⁵ ASH (Londres) e Campanha pela pesquisa em câncer. 2000 'Danger! PR in the playground: tobacco industry initiatives on youth smoking.'
- ⁷⁶ Efroymsen, D., Deb.,R.,Sujon, A.I. et al. PATH Canada e Work for a Better Bangladesh 2001. Campanha de prevenção de fumo entre os jovens feitas pela BAT: Quais são os reais objetivos?
- ⁷⁷ 11^a Conferência Mundial: tabaco ou Saúde 2000. 'Tobacco Fact Sheet: Environmental Tobacco Smoke (ETS)'.
⁷⁸ ASH (Londres) 2000.
- ⁷⁹ Assunta 1999
- ⁸⁰ Blanchet 2000.
- ⁸¹ ASH (Londres) 2000.
- ⁸² Efroymsen, Deb, Sujon et al. 2001
- ⁸³ ASH (Londres) 2000.
- ⁸⁴ Escritório Regional da OMS para o Sul da Ásia 2000. 'Cutting through the smokescreen: and analysis of tobacco industry arguments against tobacco control policies.'
- ⁸⁵ OMS 2001. 'Tabaco e os direitos das crianças'
- ⁸⁶ Chandler 1991
- ⁸⁷ Campaign for Tobacco Free Kids factsheet, 'The false economics of tobacco farming'
- ⁸⁸ Assunta 1999.
- ⁸⁹ Efroymsen, Ahmed, Townsend, et.al. 2001
- ⁹⁰ Summary of Voyage of Discovery decision. <http://globalink.org>

- ⁹¹ Schwartz, R. 'Exporting Cigarettes: Do profits trump ethics and international law?' Vanderbilt Journal of Transnational Law; 1991; Vol. 24:1009-45
- ⁹² 11ª Conferência Mundial: tabaco ou Saúde 2000. 'Tobacco Fact Sheet: Tobacco Facts'
- ⁹³ Comunicação por email Irene Meeuwissen, Agosto 2001.
- ⁹⁴ Henningfield and Jude 1999
- ⁹⁵ Giovino, G.A., 'Epidemiology of tobacco use among US adolescents' in Nicotine and Tobacco Research 1999, 1:S31-S40
- ⁹⁶ Comunicação por email de Mary Assunta, 20 setembro 2001.
- ⁹⁷ Encontro sobre Tabaco e religião da OMS, Genebra, Maio de 1999.
- ⁹⁸ Atualização da tradutora, no original constavam 43 substâncias carcinogênicas.
- ⁹⁹ Escritório Regional da OMS para o Sudeste Asiático 2000.
- ¹⁰⁰ Efroymson, D., PATH Canadá 2000. "Briefing Paper: Tobacco control Law."
- ¹⁰¹ International Union Against Tuberculosis and Lung Disease (IUATLD) 1998.
- ¹⁰² 11ª Conferência Mundial: tabaco ou Saúde 2000. 'Tobacco Fact Sheet: Environmental Tobacco Smoke (ETS)'
- ¹⁰³ ASH (Londres). Janeiro 2000. 'Fumo Passivo'.
- ¹⁰⁴ Inserção da tradutora. Fonte: *Viciado em Fumo*. Relatório da Christian Aid/Deser sobre a Souza Cruz, subsidiária da BAT no Brasil.
- ¹⁰⁵ 11ª Conferência Mundial: Tabaco ou Saúde 2000. 'Fact sheet: Tobacco Agriculture'
- ¹⁰⁶ Sweanor, D. 'Why tobacco companies behave as they do' in 'Juntos contra o Tabaco' Encontro de mobilização das ONGs promovido pela INGCAT em Genebra, 15 e 16 maio 1999.
- ¹⁰⁷ Escritório Regional da OMS para o Sudeste Asiático 2000.
- ¹⁰⁸ Escritório Regional da OMS para o Sudeste Asiático 2000.
- ¹⁰⁹ Escritório Regional da OMS para o Sudeste Asiático 2000.
- ¹¹⁰ ASH (Londres) 1998. 'Tobacco Explained: the truth about the tobacco industry in its own words.'
- ¹¹¹ Hammond, R. and Rowell, A. Campaign for Tobacco-Free Kids (Campanha por crianças livres do tabaco) e ASH Reino Unido. 'Trust us, we're the tobacco industry'.
- ¹¹² Hammond e Rowell.
- ¹¹³ Hammond e Rowell.
- ¹¹⁴ ASH Canada 2000.
- ¹¹⁵ Campaign for Tobacco-Free Kids, 'Illegal Pathways to illegal profits, The big cigarette companies and international smuggling.'
- ¹¹⁶ Must, E. 2001 'ITGA uncovered: Unravelling the spin – the truth behind the claims' PATH Canada.
- ¹¹⁷ ASH (Londres) e Cancer Research Campaign 2000.
- ¹¹⁸ Efroymson, Deb, Sujon, et.al. 2001.
- ¹¹⁹ Committee de especialistas em documentos da indústria. Julho 2000. 'Tobacco Company Strategies to Undermine Tobacco Control Activities at the WHO'.
- ¹²⁰ Hammond e Rowell.
- ¹²¹ Global Partnerships for Tobacco Control, Essential Action, Dec. 2000.
- ¹²² ASH (London) and Cancer Research Campaign 2000.
- ¹²³ Efroymson, Deb, Sujon, et. al. 2001.
- ¹²⁴ Campaign for Tobacco Free Kids website.



¹²⁵ Kevin O'Connor, "Smoke Over Soccer as Rugby Sees the Light". *The East African*, 10 September 2001.

¹²⁶ Press Release. "SAF games to be tobacco-free." Islamabad, September 18.

¹²⁷ Bangladesh Bureau of Statistics 1998. *Analysis of Basic Needs Dimension of Poverty Volume III*.

¹²⁸ Bangladesh Bureau of Statistics, *Statistical Pocketbook Bangladesh 1998*. Dhaka: 1999.

¹²⁹ E-mail communication from Professor B.M. Shrivastava, Government College of Dentistry, Indore, India, Sept. 2001.



