

Nome _____

Turma _____

N.º _____

2minutos.pt/episodios/8

Porque tens de te meter no meu prazer de fumar?

Vê o episódio e lê atentamente o texto que se segue.

O lar é território sagrado: na própria casa cada um faz o que bem entender. E quando se acende um cigarro? Teremos o direito de o fazer onde nos apetecer? Quais os riscos para quem não fuma?

Cada vez que um fumador acende um cigarro aumenta o seu risco de cancro do pulmão mas não só, já que o tabaco causa ainda outros 13 tipos de cancro diferentes: boca, faringe, laringe, esófago, fígado, pâncreas, estômago, rim, cólon e reto, bexiga, ovário, colo do útero e leucemia mielóide aguda. E ainda várias doenças como insuficiência cardíaca, acidente vascular cerebral, aneurisma da aorta, doença pulmonar obstrutiva crónica (DPOC), diabetes, osteoporose, artrite reumatoide, cataratas, pneumonia e tuberculose. Contudo, apesar dos riscos, cada um é soberano na decisão de acender mais um cigarro. O direito a fumar não está em causa, ainda que se espere que essa escolha seja resultado de uma decisão informada, que reconheça todas as consequências do tabaco na saúde.



O fumo passivo é responsável por 1 em cada 10 mortes causadas pelo tabaco.

O assunto muda radicalmente quando um fumador decide acender o cigarro na presença de outras pessoas, num espaço fechado. Como é óbvio, fumar liberta fumo no ar – o fumo passivo, uma potente mistura com mais de 7000 químicos tóxicos. Mas o que não é tão óbvio é que parte desse fumo é inalado involuntariamente por todos aqueles que estejam no mesmo local. O fumo passivo é um problema invisível: a maioria desse fumo não se vê, o que dificulta a perceção do risco.

O tabaco mata quem fuma, mas também quem nunca o fez: o fumo passivo é responsável por 1 em cada 10 mortes causadas pelo tabaco. Das 6 milhões de mortes anuais causadas pelo tabaco em todo o mundo, 600 000 são de pessoas que não fumavam. Os efeitos do fumo passivo são particularmente perversos em bebés e crianças: os filhos de fumadores ficam doentes mais vezes, desenvolvem mais infeções pulmonares, mais episódios de asma, e apresentam mais frequentemente tosse e falta de ar. Nos casais onde apenas um dos cônjuges é fumador, o risco do(a) parceiro(a) desenvolver cancro do pulmão aumenta 20% a 30%, enquanto que a exposição ao fumo passivo no local de trabalho aumenta esse risco entre 12% a 19%.

Existem dois caminhos para reduzir drasticamente o número de vítimas do fumo passivo. O primeiro depende dos fumadores, que não devem fumar na presença de outras pessoas, particularmente crianças e jovens. Além disso, devem optar por fumar em espaços abertos, o que implica nunca fumar em casa, nem mesmo à janela, ou dentro do carro. O segundo caminho implica que todos os não-fumadores evitem ao máximo estar no mesmo local onde alguém esteja a fumar, ou em locais onde se fume regularmente. O fumo não desaparece após o cigarro ter sido apagado e pode depositar-se em objetos como tapetes ou brinquedos.

Existe ainda outra possibilidade para os fumadores – deixar de fumar. Não é uma opção fácil, mas existem consultas de cessação tabágica que facilitam o processo.

Questões*

1. *Quantos não-fumadores morrem todos os anos devido ao tabaco?*

- | | |
|-------------------------------|--------------------------------|
| <input type="radio"/> 600. | <input type="radio"/> 6000. |
| <input type="radio"/> 60 000. | <input type="radio"/> 600 000. |

2. *O tabaco pode causar quantos tipos de cancro?*

- | | |
|---------------------------|---------------------------|
| <input type="radio"/> 1. | <input type="radio"/> 4. |
| <input type="radio"/> 10. | <input type="radio"/> 14. |

3. *O fumo passivo é responsável por quantas mortes associadas ao tabaco?*

- | | |
|-------------------------------------|-------------------------------------|
| <input type="radio"/> 1 em cada 2. | <input type="radio"/> 1 em cada 5. |
| <input type="radio"/> 1 em cada 10. | <input type="radio"/> 1 em cada 30. |

4. *Viver com um fumador aumenta o risco de cancro do pulmão em...*

- | | |
|----------------------------------|----------------------------------|
| <input type="radio"/> 5% a 10%. | <input type="radio"/> 10% a 20%. |
| <input type="radio"/> 20% a 30%. | <input type="radio"/> 30% a 40%. |

5. *Quantos fumadores têm que estar presentes num local fechado para existir risco de exposição a fumo passivo?*

- | | |
|-------------------------------------|--------------------------------------|
| <input type="radio"/> Basta 1. | <input type="radio"/> Pelo menos 2. |
| <input type="radio"/> Pelo menos 3. | <input type="radio"/> Mais do que 3. |

6. *Explica de que modo a liberdade individual dos fumadores colide com a liberdade dos não-fumadores quando se fuma num espaço fechado.*
