

Menos 14 minutos por cigarro

Desde 1964 a legislação americana impõe aos fabricantes de cigarros que imprimam nos maços a inscrição: "Cigarette smoking can be harmful for your health" (fumar cigarro pode ser prejudicial à sua saúde). Esta advertência pode ser explicada, em parte, por inúmeros estudos que apontam os riscos a que estão submetidos os fumantes. Estima-se que cada cigarro encurta a vida em 14 minutos, sendo que o fumante tem uma chance 18 vezes maior de vir a sofrer de câncer nos pulmões.

A fumaça do cigarro é uma mistura de partículas coloidais sólidas com gotículas de líquidos e vapores, liberados na combustão das folhas secas de *nicotiflora tabacum*, uma planta nativa das américas e hoje cultivada em várias partes do mundo. Nesta mistura são encontradas de seis a oito miligramas de nicotina, além de piridina, ácidos voláteis, alcatrão, fuligem, isoprenói-

des, benzopireno, compostos fenólicos, monóxido de carbono e até mesmo níquel e polônio radioisotopo (210).

Os componentes químicos da fumaça do cigarro são absorvidos através das mucosas e principalmente dos alvéolos pulmonares, misturando-se à corrente sanguínea. Se a fumaça ficar apenas na boca, a absorção será de 20 a 50 por cento, mas se o fumante tragar, será de aproximadamente 90 por cento. Os não-fumantes, dependendo da distância que se encontram do fumante, do espaço interno e das condições de renovação do ar, também chegam a "fumar". Exames demonstraram que, em ambientes fechados, os não-fumantes chegam a apresentar 2,5 por cento de hemoglobina combinada com monóxido de carbono.

EFEITOS

A nicotina atua no sistema nervoso central e pro-

duz "euforia", responsável pela dependência. Além do vício, as diversas substâncias absorvidas terminam provocando pigarro, tosse, catarro e câncer nos brônquios. Também retardam a digestão e diminuem o apetite. Provocam inflamação e câncer nos alvéolos pulmonares, bem como doenças nas artérias que levam ao enfarto.

Em grávidas, a nicotina atravessa a placenta e atinge o feto, provocando taquicardias, redução do peso e nascimentos prematuros. A ação do monóxido de carbono também chega a ser prejudicial, pois reduz a capacidade de transporte de oxigênio pelo sangue e a própria capacidade física em 10 a 20 por cento.

O acúmulo das substâncias tóxicas no organismo pode gerar trombozes, tumores na boca, traquéia, faringe, laringe, esôfago, bexiga e pâncreas. Dispnéias, dores no peito e diminuição da acuidade visual também são comuns.