

## SESARAM OFERECE 11 CONSULTAS: 10 EM CENTROS DE SAÚDE E 1 NO HOSPITAL DOS MARMELEIROS

Desde 2015 e até Outubro último, foram realizadas no Serviço de Saúde da Região (SESARAM), cerca de 16 mil consultas médicas de cessação tabágica.

De acordo com informações facultadas ao DIÁRIO, actualmente estão disponíveis à população consultas de cessação tabágica em 10 centros de saúde da Região (Bom Jesus, Câmara de Lobos, Caniço, Nazaré, Porto Santo, Ribeira Brava, Santo António, Santo da Serra, Santa Cruz e da Ponta do Sol - estes dois últimos centros de saúde, mais recentemente) e ainda no Serviço de Pneumologia (Hospital dos Marmeleiros), sendo assim uma oferta global de 11 consultas. Há que referir que a consulta da cessação tabágica é uma consulta multidisciplinar, constituída por um médico, enfermeiro, psicólogo e nutricionista.

Segundo o SESARAM, é o Centro de Saúde do Bom Jesus o que regista um maior número de sessões realizadas. Aliás, esta unidade iniciou a sua actividade em Fevereiro de 2005 e foi a primeira iniciativa deste tipo na área dos cuidados de saúde primários da Região.

Estes dados foram agora divulgados, no âmbito das celebrações do Dia Mundial do Não Fumador, que se comemora anualmente a 17 de Novembro e que visa sensibilizar a população para os factores de risco associados ao consumo de tabaco e as formas mais eficazes para deixar de fumar.

Para a assinalar esta data, o SESARAM considera necessário relembrar o impacto negativo que o consumo de tabaco tem sobre a saúde e recorda que, segundo a Organização

Mundial de Saúde (OMS), existem mais de mil milhões de fumadores em todo o mundo. Segundo estimativas da OMS morrem por ano mais de 8 milhões de pessoas por doenças associadas ao tabaco, das quais cerca de 1,2 milhões por exposição ao fumo ambiental.

Em 2017, de acordo com as mais recentes estimativas disponíveis e elaboradas pelo Institute for Health Metrics and Evaluation (IHME) morreram em Portugal mais de 13 mil pessoas por doenças atribuíveis ao tabaco, das quais 10.588 homens (18,6% do total de óbitos) e 2.515 mulheres (4,4% do total de óbitos). A maior percentagem de óbitos atribuíveis ao tabaco registou-se no grupo etário dos 50 aos 69 anos. Neste grupo etário, um em cada quatro óbitos foi atribuível ao tabaco.

Fumar afecta praticamente todo o organismo humano, constituindo uma das principais causas evitáveis de doenças crónicas não transmissíveis, com destaque para o cancro, as doenças cérebro-cardiovasculares, as doenças respiratórias crónicas e a diabetes mellitus tipo 2.

Em 2017, segundo estimativas elaboradas pelo IHME, o tabaco contribuiu para 19,6% dos óbitos por cancro, 28,1% dos óbitos por doença respiratória crónica, 8,7% dos óbitos por doenças cérebro-cardiovasculares e 9,8% dos óbitos por diabetes mellitus tipo 2. A taxa de mortalidade por cancro da traqueia, brônquios e pulmão atribuível ao tabaco está a aumentar nas mulheres. Em 2014, 1,8 milhões de residentes em Portugal, com 15 ou mais anos, eram fumadores (20%); 1,5 milhões fumavam diariamente (16,8%).

Refira-se ainda que o tabaco é responsável por cerca de 85% a 90% dos casos de cancro do pulmão, “pelo que é fundamental que os profissionais de saúde estejam comprometidos com a cessação tabágica,

não só tomando o exemplo, como incentivando os fumadores a deixar de fumar”, sublinha a informação do SESARAM.

E deixar de fumar tem benefícios em qualquer idade. O abandono definitivo do tabaco antes dos 40 anos reduz em mais de 90% os riscos para a saúde que lhe estão associados.

De acordo com a Direcção-Geral de Saúde, em 2018, cerca de 13 mil pessoas foram atendidas no âmbito do programa de apoio intensivo à cessação tabágica. No mesmo ano, a dispensa às farmácias de medicamentos para o tratamento do tabagismo registou um aumento de cerca de 9,1% relativamente ao ano anterior.

### Um quinto da população com mais de 15 anos é fumadora

De acordo com os dados do Inquérito Nacional de Saúde (INS), realizado em 2014, nessa data cerca de 1,8 milhões de pessoas com 15 ou mais anos fumavam, que sendo 1,5 milhões faziam-no diariamente e 288 mil fumavam ocasionalmente. “Considerando aqueles que fumavam diariamente, 45,9% consumia uma média de 11 a 20 cigarros por dia (669 mil pessoas)”, acrescenta o trabalho estatístico que envolveu também a Madeira. No INS, cerca de 762 mil pessoas (8,6% da população com 15 ou mais anos) afirmaram estar expostas diariamente a fumo passivo.

Na Madeira, na população com idade superior, um quinto assumiu ser fumador (cerca de 45 mil pessoas num total de 219 mil). A maioria dos fumadores (cerca de 35 mil pessoas) disseram fumar todos os dias, e os restantes apenas ocasionalmente.

Dois terços dos fumadores (quase 32 mil) são indivíduos do sexo masculino e sobretudo com idades compreendidas entre os 25 e os 44 anos. Pouco mais de 16 mil pessoas, daquelas que fumam diariamente, re-

gistaram um consumo diário entre 11 e 20 cigarros.

Já cerca de 41 mil pessoas afirmaram ser ex-fumadores, enquanto que pouco mais de 132 mil disseram nunca ter fumado.

**Ana Luísa Correia**



In "Diário de Notícias"