

## TABACO

O tabaco é uma planta, cujo nome científico é *Nicotiana Tabacum*. Seu uso surgiu aproximadamente no ano 1.000 A.C., nas sociedades indígenas da América Central. A planta chegou ao Brasil provavelmente pela migração de tribos tupis-guaranis. A partir do século XVI, o seu uso foi introduzido na Europa, por Jean Nicot, diplomata francês vindo de Portugal. O tabaco difundiu-se rapidamente, atingindo Ásia e África, no século XVII. No século XIX, iniciou-se o uso do charuto, através da Espanha atingindo toda a Europa, Estados Unidos e demais continentes, sendo utilizado como uma forma de ostentação e, após a Primeira Guerra Mundial (1914 a 1918), seu consumo apresentou uma grande expansão. Seu uso espalhou-se por todo mundo a partir de meados do século XX, com ajuda de técnicas avançadas de publicidade e marketing que se desenvolveram nesta época.

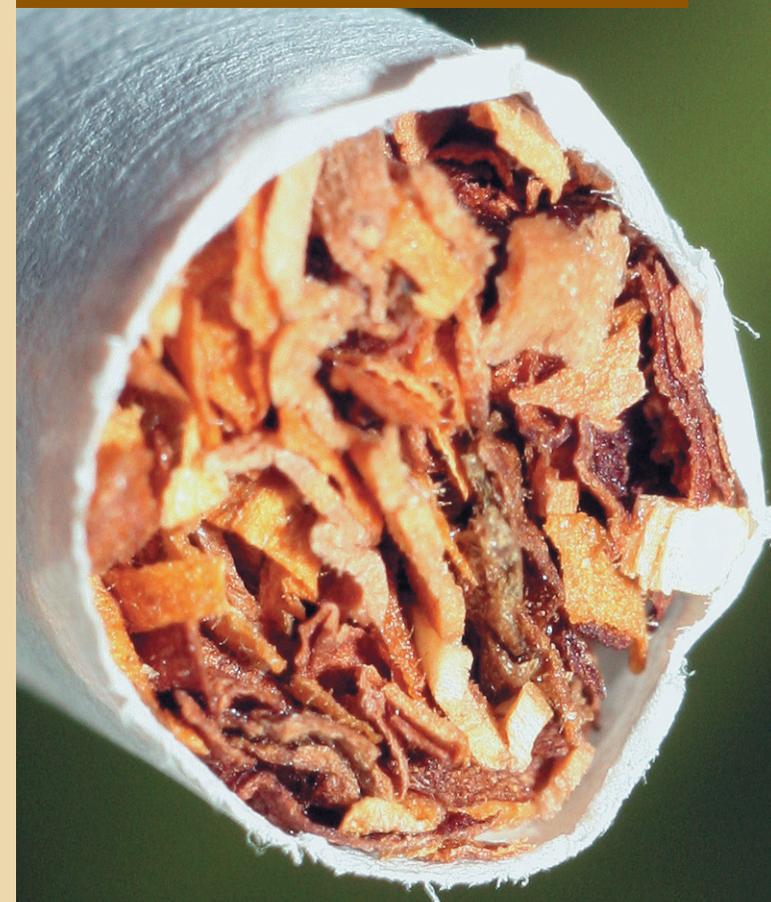
***A partir da década de 60, surgiram os primeiros relatórios científicos que relacionaram o cigarro ao adoecimento do fumante. Hoje existem inúmeros trabalhos comprovando os malefícios do tabagismo à saúde do fumante e do não fumante exposto à fumaça do cigarro.*** Atualmente o fumo é cultivado em todas as partes do mundo e é responsável por uma atividade econômica que envolve milhões de dólares. Apesar dos males que o hábito de fumar provoca, a nicotina é uma das drogas mais consumidas no mundo.



[WWW.ABPCOMUNIDADE.ORG.BR](http://WWW.ABPCOMUNIDADE.ORG.BR)

Textos elaborados pela equipe do Centro Brasileiro de Informações sobre Drogas Psicotrópicas (CEBRID). Os textos originais estão disponíveis no site [www.cebrid.epm.br](http://www.cebrid.epm.br). Solicitamos que, em caso de publicação do conteúdo, seja observado os créditos para evitar futuros transtornos.

## FALANDO SOBRE TABACO



PROJETO  
PSIQUIATRIA  
PARA UMA VIDA  
MELHOR

## EFEITOS DA NICOTINA NO CÉREBRO

Os principais efeitos da nicotina no Sistema Nervoso Central são: elevação leve no humor e diminuição do apetite. A nicotina é considerada um estimulante leve, apesar de um grande número de fumantes relatarem que se sentem relaxados quando fumam. Essa sensação de relaxamento é provocada pela diminuição do tônus muscular.

Essa substância, quando usada ao longo do tempo, pode provocar o desenvolvimento de tolerância, ou seja, a pessoa tende a consumir um número cada vez maior de cigarros para sentir os mesmos efeitos que originalmente eram produzidos por doses menores.

Alguns fumantes, quando suspendem repentinamente o consumo de cigarros, podem sentir fissura (desejo incontrolável por cigarro), irritabilidade, agitação, prisão de ventre, dificuldade de concentração, sudorese, tontura, insônia e dor de cabeça. Esses sintomas caracterizam a síndrome de abstinência, que desaparece dentro de uma ou duas semanas.

***A tolerância e a síndrome de abstinência são alguns dos sinais que caracterizam o quadro de dependência provocado pelo uso de tabaco.***

## EFEITOS NO RESTO DO CORPO

***A nicotina produz um pequeno aumento nos batimentos cardíacos, na pressão arterial, na frequência respiratória e na atividade motora.***

Quando uma pessoa fuma um cigarro, a nicotina é imediatamente distribuída pelos tecidos. No sistema digestivo provoca queda da contração do estômago, dificultando a digestão. Também há um aumento da vasoconstrição e na força das contrações cardíacas.

## EFEITOS TÓXICOS

***A fumaça do cigarro contém várias substâncias tóxicas ao organismo, como a nicotina, o monóxido de carbono e o alcatrão.***

O uso intenso e constante de cigarros aumenta a probabilidade de ocorrência de algumas doenças, como pneumonia, câncer de pulmão, problemas coronarianos, bronquite crônica, além de câncer em regiões do corpo que entram em contato direto com a fumaça, como garganta, língua, laringe e esôfago. O risco de ocorrência de infarto do miocárdio, angina e acidente vascular cerebral é maior nos fumantes quando comparado aos não fumantes.

A nicotina também pode provocar úlceras gastro-intestinais, náuseas, dores abdominais, diarreia, vômitos, cefaléia, tontura, bradicardia e fraqueza.

## TABACO E GRAVIDEZ

***Quando na gravidez a mãe fuma o feto também recebe as substâncias tóxicas do cigarro através da placenta.*** A nicotina provoca aumento dos batimentos cardíacos no feto, redução do peso do recém-nascido, menor estatura, além de alterações neurológicas importantes. O risco de abortamento espontâneo, entre outras complicações durante a gravidez, é maior nas gestantes que fumam. Durante a amamentação, as substâncias tóxicas do cigarro são transmitidas para o bebê através do leite materno.

## TABAGISMO PASSIVO

Os poluentes do cigarro dispersam-se pelo ambiente, fazendo com que os não-fumantes, próximos ou distantes dos fumantes, inalem também as substâncias tóxicas tornando-se fumantes passivos. ***Filhos de pais fumantes apresentam uma incidência 3 vezes maior de infecções respiratórias (bronquite, pneumonia, sinusite) do que filhos de pais não-fumantes.***



**ABP**  
Associação  
Brasileira de  
Psiquiatria

[WWW.ABPCOMUNIDADE.ORG.BR](http://WWW.ABPCOMUNIDADE.ORG.BR)