

Nicotina, Tabaco e Vício



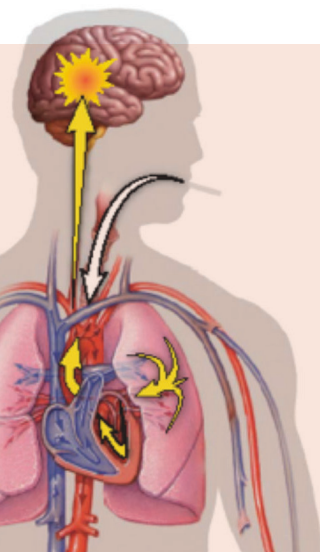
Nicotina, uma substância química que existe naturalmente nas plantas do tabaco, é uma droga extremamente viciante. Ela está presente em produtos de tabaco fumado (por exemplo, cigarros, charutos, cigarrilhas, cachimbo, narguilé) produtos derivados do tabaco sem fumo e muitos cigarros eletrônicos. O vício na nicotina é a razão fundamental com a qual as pessoas continuam a utilizar produtos derivados do tabaco.¹

Nicotina e Vício

Nicotina tem um efeito poderoso sobre os cérebros dos usuários de tabaco adolescentes e adultos, levando ao vício.

- Quando alguém fuma um produto derivado do tabaco, a nicotina é inalada pelos pulmões, onde é absorvido pela corrente sanguínea e entregue para o cérebro dentro de segundos.²
- Dependendo do tipo de produto, os usuários de tabaco sem fumo, em primeiro lugar, absorvem a nicotina através das membranas mucosas na boca ou nariz e no trato gastrointestinal, antes dela ser entregue para o cérebro.³
- A exposição à nicotina altera a forma como o cérebro funciona, causando um aumento na liberação de dopamina e fazendo com que os usuários de tabaco sintam prazer.¹
- Nicotina também afeta os receptores no cérebro, finalmente, fazendo com que o cérebro precise de nicotina para manter o funcionamento normal.¹

- Com o tempo, os usuários de tabaco desenvolvem uma tolerância à nicotina. Ou seja, um usuário de tabaco vai exigir mais nicotina para experimentar os mesmos efeitos, uma vez que já experimentou quantidades menores. Assim,
 - Tolerância à nicotina leva a um aumento no uso do tabaco, e
 - Eventualmente, um usuário de tabaco vai se adaptar a um certo nível de nicotina e utilizar o tabaco para manter um nível de nicotina no corpo que esteja dentro de uma faixa confortável.²
- Por causa das mudanças no cérebro dos fumantes, como resultado da exposição contínua à nicotina, as pessoas que fumam em uma base regular muitas vezes apresentam sintomas de abstinência física dentro de horas após o seu último cigarro.⁴
 - Existem muitos sintomas emocionais e físicos de abstinência, incluindo: tonturas, depressão, raiva, ansiedade, irritabilidade, problemas com sono, dificuldade de concentração, agitação, dores de cabeça, fadiga, aumento do apetite, ganho de peso, problemas digestivos, problemas orais, aperto no peito e uma taxa cardíaca diminuída, entre outros sintomas.²
 - Muitos usuários de tabaco que querem parar não são bem sucedidos por causa dos poderosos sintomas de abstinência física e mudanças comportamentais necessária para superar a dependência.²



“
A evidência sugere que a exposição à nicotina durante a adolescência, uma janela crítica para o desenvolvimento do cérebro, pode ter consequências negativas para o desenvolvimento do cérebro.”

Relatório do Cirurgião Geral dos EUA em 2014

Nicotina, tabaco, e Vício

Nicotina e Juventude

A dependência em nicotina pode começar durante ou antes a adolescência.

- Um estudo comparando o uso de tabaco em 43 países descobriu:
 - Entre os estudantes (idade 13-15) que nunca fumaram, quase 25% fumaram o seu primeiro cigarro antes de 10 anos de idade; e
 - Manipur, Índia teve a maior taxa de início em tabagismo antes de 10 anos de idade (87,8% de fumantes).⁵
- Porque a juventude e adolescência são períodos críticos de crescimento e desenvolvimento, os jovens são mais suscetíveis e sensíveis aos efeitos da nicotina e podem se tornar viciados mais rápido do que os adultos.⁶
- Os jovens que começaram a fumar durante a adolescência são mais suscetíveis a se tornar viciados e progredir para fumar diariamente do que os indivíduos que começaram a fumar quando adultos.⁷
- Os sintomas de vício, como abstinência, desejo por cigarros e tentativas fracassadas de parar de fumar, podem aparecer nas primeiras semanas de uso do tabaco.⁸

Manipulação da Nicotina

A pesquisa da indústria do tabaco sobre nicotina tem orientado o projeto de produtos ao longo dos anos.

- Os documentos internos da empresa antes da década de 1950 como a indústria do tabaco estudou extensivamente o papel e efeitos da nicotina e qual a melhor forma de projetar cigarros para distribuir nicotina para os fumantes e otimizar os seus efeitos para criar e manter a dependência em nicotina.⁹
- As empresas de tabaco utilizam aditivos, tais como amônia, açúcares e ácido levulínico para permitir aos fumantes extrair a nicotina do tabaco mais facilmente, acelerar a absorção de nicotina pelos pulmões, e melhorar a distribuição de nicotina para o cérebro.¹⁰
- Embora a nicotina é a principal substância química viciante do tabaco, a combinação de nicotina e características de concepção em cigarros modernos e outros produtos derivados do tabaco aumentar o risco de dependência, na verdade, ultrapassando os riscos de dependência para cocaína, heroína, álcool ou maconha.¹⁰



Número de fumantes adolescentes que acabam fumando na idade adulta, mesmo se eles pretendem parar depois de alguns anos (como resultado da dependência em nicotina e os desafios associados com parar de fumar).⁶

Principais Mensagens

- Os produtos derivados do tabaco são altamente viciantes, porque eles contêm nicotina.
- Os jovens são particularmente suscetíveis a se tornar toxicod dependentes da nicotina e produtos derivados do tabaco.
- As políticas que tornam os produtos derivados do tabaco menos acessíveis, menos atraentes, menos aceitáveis socialmente e menos disponíveis para os jovens vão reduzir o risco de dependência na juventude do tabaco. Estas políticas incluem:
 - O aumento dos impostos do tabaco e outras medidas de política que aumentam o preço dos produtos derivados do tabaco (CQCT DA OMS Artigo 6);
 - Proteção abrangente contra o fumo passivo (CQCT DA OMS Artigo 8);
 - Grandes alertas gráficos de saúde sobre os produtos derivados do tabaco (CQCT DA OMS Artigo 11);
 - Proibições abrangentes sobre a publicidade, promoção e patrocínio de produtos derivados do tabaco (WH FCTC Artigo 13); e
 - Medidas que proíbem a venda de tabaco para pessoas menores de 18 anos de idade e outras medidas que limitam o acesso a menores de idade aos produtos derivados do tabaco (CQCT DA OMS Artigo 16).
- Como parte de uma abordagem abrangente para proteger os jovens do vício do tabaco, os países também podem regular o conteúdo dos produtos derivados do tabaco, incluindo níveis de nicotina assim como mentol e outros aromatizantes (CQCT DA OMS Artigos 9 e 10).

1. HHS, How Tobacco Smoke Causes Disease: The Biology and Behavioral Basis for Smoking-Attributable Disease: A Report of the Surgeon General, Centers for Disease Control and Prevention, Office on Smoking and Health, 2010. www.ncbi.nlm.nih.gov/books/NBK53017. 2. American Cancer Society. Guide to Quitting Smoking. www.cancer.org/healthy/stayawayfromtobacco/guidetoquittingsmoking/guide-to-quitting-smoking-why-so-hard-to-quit. 3. National Cancer Institute and Centers for Disease Control and Prevention. Smokeless Tobacco and Public Health: A Global Perspective. Bethesda, MD: U.S. Department of Health and Human Services, Centers for Disease Control and Prevention and National Institutes of Health, National Cancer Institute. NIH Publication No. 14-7983; 2014. 4. Evans v. Lorillard, 990 N.E. 2d 997 (Mass. 2013). 5. Tobacco use among youth: a cross country comparison. The Global Youth Tobacco Survey Collaborative Group. Tobacco Control 2002; 11: 252-270. 6. HHS, Preventing Tobacco Use Among Youth and Young Adults: A Report of the Surgeon General, Centers for Disease Control and Prevention, Office on Smoking and Health, 2012. www.surgeongeneral.gov/library/reports/preventing-youth-tobacco-use/index.html. 7. Chyke A. Doubeni, George Reed and Joseph R. DiFranza Early Course of Nicotine Dependence in Adolescent Smokers PEDIATRICS Volume 125, Number 6, June 2010. 8. DiFranza, JR, et al., "Initial Symptoms of Nicotine Dependence in Adolescents," Tobacco Control 9:313-19, September 2000. 9. Wayne, GF & Carpenter, CM, "Tobacco Industry Manipulation of Nicotine Dosing," Handbook of Experimental Psychology (192):457-85, 2009. 10. Scientific Committee on Emerging and Newly Identified Health Risks (SCENIHR), Addictiveness and Attractiveness of Tobacco Additives, 2010.