

Informează-te doar din surse verificate și sigure!

COVID-19

**OMS: CELE MAI FRECVENTE ÎNTREBĂRI DESPRE
RELAȚIA ÎNTRE CONSUMUL TABAGIC ȘI
INFECTAREA DE COVID-19**

Acest material apare în cadrul Proiectului "Monitorul sănătății pentru o bună guvernare în Republica Moldova", implementat de Centrul pentru Politici și Analize în Sănătate (Centrul PAS) cu suportul financiar al Fundației Soros-Moldova/Departamentul Sănătate Publică. Informațiile prezentate în acest material nu sunt împărtășite neapărat de Fundația Soros-Moldova.

Organizația Mondială a Sănătății: Cele mai frecvente întrebări despre relația între consumul tabagic și infectarea de COVID-19

Sunt un fumător. Mă expun oare la un risc mai mare de a contracta virusul COVID-19 comparativ cu nefumătorii?

La momentul ce s-a publicat acest răspuns nu exista încă nici un studiu solid și verificat care să se fi preocupat de riscul fumătorilor de a se infecta cu virusul SARS-CoV-2. Cu toate acestea, consumatorii de țigarete, tutun de narghilele, biri, trabucuri, produse din tutun încălzit devin mult mai vulnerabili la contractarea virusului, deoarece degetele contactează cu țigarele care, fiind contaminate cu virus, pot crește probabilitatea introducerii infecției în gură. În plus, narghilele se utilizează în grup folosind același muștiuc, ceea ce poate facilita transmiterea infecției de coronavirus.

Eu fumez. Mă expun oare unui risc mai înalt de a dezvolta simptome mai grave de boală COVID?

Consumul tabagic sub orice formă scade din capacitatea funcțională a plămânilor și astfel multiplică riscul de a contracta multe Infecții respiratorii și poate agrava evoluția acestora din urmă. COVID-19 este o maladie infecțioasă care atacă în primul rând plămânii. Fumatul suprimă funcția respiratorie și deci scade forța organismului de a combate infecția de coronavirus și alte afecțiuni respiratorii. Din datele existente la moment rezidă cum că fumătorii sunt expuși unui risc considerabil de a face forme grave de COVID-19 și de a evolua letal.

Folosesc țigarele electronice. Mă expun unui risc mai mare de a contracta Coronavirusul și de a face o formă mai complicată a bolii COVID-19?

Nu au fost aduse încă probe clare despre efectele consumului de E-țigarete versus riscul de contaminare și gravitatea simptomelor generate de COVID-19. Însă din datele acumulate se cunoaște că sistemele electronice de livrare a nicotinei și non-nicotinei (EN & NNDS), cunoscute drept țigarete electronice, dăunează sănătății și sporesc riscul de maladii cardiovasculare și pulmonare.

Pornind de la faptul că virusul COVID-19 afectează în primul rând căile respiratorii, contactul dintre mâini și gură, presupus de utilizarea țigaretelor electronice, creează un risc major de contaminare.

Ce se poate afirma în această ordine de idei despre consecințele tutunului fără fum (De ex. tutunul de mestecat)?

Administrarea tutunului fără fum presupune de asemenea contactul dintre mâini și cavitatea bucală, nazală. Încă un factor de risc asociat acestei obișnuințe este scuipatul frecvent al salivei care se secretă din abundență la mestecatul tutunului și astfel virusul este răspândit în anturaj.

Ce le recomandă OMS consumatorilor de produse tabagice?

Considerând nocivitatea tutunului pentru sănătate, OMS le recomandă tuturor să se lase de acest obicei teribil. Renunțarea la tutun va permite plămânilor și inimii să lucreze mai eficient, de altfel efectul acesta începe să se manifeste imediat ce ați întrerupt fumatul. După 20 de minute se va normaliza pulsul și presiunea arterială, iar după 12 ore survine normalizarea concentrației de monoxid de carbon în sânge. După trecerea a 2 până la 12 săptămâni se ameliorează hemodinamica și crește capacitatea funcțională a plămânilor. După 1 - 9 luni se atenuează tusea și dispneea. În plus, renunțând la fumat, protejăm sănătatea celor apropiați, în special pe cea a copiilor, de efectele destructive ale fumatului pasiv.

OMS recomandă apelarea la o serie de metode de renunțare la fumat, care și-au dovedit eficiența, așa cum ar fi telefoanele gratuite de încredere, serviciile de sfaturi SMS gratuite pentru cei care renunță la fumat, precum și terapia de suplینire a nicotinei.

Ce pot întreprinde eu personal pentru a-i ocroti pe cei din anturaj de riscurile asociate fumatului, consumului de tutun fără fum sau al țigaretelor electronice?

- Dacă fumați, consumați țigări electronice sau tutun fără fum, atunci să știți că a venit momentul cel mai oportun de a renunța la această obișnuință păguboasă.
- Evitați să folosiți în comun muștiucuri de narghilele și țigări electronice.
- Difuzați cu toate ocaziile mesaje despre riscurile ce le comportă fumatul, țigările electronice și tutunul fără fum.
- Ocrotiți-i pe cei din preajmă de acțiunea distructivă a fumatului pasiv.
- Nu uitați de importanța spălatului pe mâini, a distanțării fizice și evitați strict folosirea în comun a dispozitivelor de fumat.
- Nu scuipați în locuri de utilitate publică.

Cum influențează nicotina riscul de contaminare cu COVID-19 sau gravitatea simptomelor definite de această boală?

Nu s-a acumulat încă un volum suficient de informații care să confirme relația certă între consumul de tutun sau nicotină și rezultatele de prevenire sau tratament al infecției COVID-19. OMS lansează insistente apeluri față de savanți, cercetători și Mass media pentru ca aceștia să abordeze cu multă prudență subiectul în cauză și să se abțină de la tirajarea afirmațiilor cum că tutunul sau nicotina ar putea reduce riscul de îmbolnăvire prin COVID-19. OMS monitorizează și analizează rezultatele cercetărilor științifice sub acest aspect, inclusiv cu referire la relația între COVID-19 și consumul de tutun și nicotină.

Sursa: <https://www.who.int/news-room/q-a-detail/coronavirus-disease-covid-19-tobacco>

