



MINISTERUL SĂNĂTĂȚII
DIRECȚIA DE SĂNĂTATE PUBLICĂ BIHOR
Oradea, Str. Libertății nr. 34, cod 410042
Telefon: 0259434565, Fax: 0259418654
e-mail: secretariat@dspbihor.gov.ro
Pagină web: <http://www.dspbihor.gov.ro>

COMUNICAT DE PRESĂ

Ziua Națională fără Tutun - 21 noiembrie 2019

„Alege să fii sănătos! Alege să nu fumezi!”

„Ziua Națională fără Tutun” este dedicată încurajării renunțării la fumat și are ca temă **informarea și conștientizarea populației privind efectele nocive ale fumatului**. Marcată în fiecare an în a 3-a zi de joi a lunii noiembrie, oferă cadrul informării și sensibilizării populației cu privire la riscurile generate de consumul de tutun atât la fumători cât și la nefumători.

În România se înregistrează un consum semnificativ de tutun, peste 5 milioane și jumătate de fumători, dintre care mai mult de 5 milioane fumează zilnic. Consumul produselor noi de tutun (produsele cu tutun care se încălzește) și al țigărilor electronice, se conturează ca o nouă amenințare la adresa sănătății populației, în contextul celor mai recente date privind impactul asupra sănătății al acestor produse. Studiul GATS România 2018 a arătat că prevalența consumului de tutun în România este de 30,7%.

Potrivit Societății Române de Pneumologie aproximativ 85% dintre pacienții cu cancer bronhopulmonar din România sunt fumători, iar 42.000 de decese pe an se datorează fumatului. Fumatul omoara mai mult decât alcoolul, accidente de circulație, drogurile, obezitatea, suicidul, la un loc. Țigările conțin mai mult de 4000 de substanțe chimice diferite din care aproximativ 250 sunt toxice și cel puțin 50 produc cancer.

Fumatul este asociat cu:

- 30% din decesele prin cancer
- 90% din decesele prin cancer pulmonar
- 25% din decesele prin boli coronariene
- 85% din decesele prin boli pulmonare cronice obstructive
- 25% din decesele prin boli cerebrovasculare

Efectele fumatului pasiv asupra sănătății copiilor :

- Bronșiolită
- Bronșită catarală
- Astm
- Pneumonie
- Bronhopneumonia
- Otită
- Amigdalită
- Sinuzită
- Scăderea capacității respiratorii

Campania din acest an este un apel pentru sănătate prin sloganul:
„Pentru sănătate spune NU consumului de tutun!”

Scopul campaniei este prevenirea consumului de tutun în orice formă, printr-o informare corectă și conștientizare asupra beneficiilor renunțării la fumat.

Atitudinea corectă, din punctele de vedere etic, medical (individual) sau al sănătății publice (colective) este: **fără tutun de orice fel.**

„Alege să fii sănătos! Alege să nu fumezi!”

În vederea transmiterii către populație a mesajelor specifice campaniei, vă adresăm rugămintea de a mediatiza mesajele cheie precum și informațiile incluse și anexate prezentului comunicat.

DIRECTOR EXECUTIV

Dr. Daniela Rahola



Pentru sănătate spune NU consumului de tutun

Ziua Națională fără Tutun – 21 noiembrie 2019

La nivel mondial

Epidemia de tutun este una dintre cele mai mari amenințări la adresa sănătății publice cu care s-a confruntat lumea, **omorând peste 8 milioane de persoane pe an.**

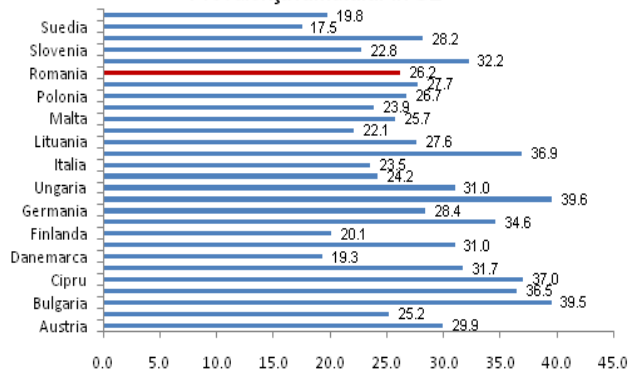
7 milioane din decese sunt rezultatul **direct** al consumului de tutun

1,2 milioane de decese sunt rezultatul **fumatului pasiv** (1, 2).

Costul total al fumatului (cheltuielile de sănătate și pierderile de productivitate) depășește 1.400 miliarde de dolari, reprezentând echivalentul a **1,8% din produsul intern brut anual al lumii.**

În Europa

Prevalența fumatului în UE



În România

30,7% (**5,63 de milioane**) dintre adulții cu vârsta de minimum 15 ani (40,4% bărbați și 21,7% femei) consumă curent tutun sub orice formă [pentru fumat, tutun fără fum și produse cu tutun încălzit (3)].



Dintre fumătorii curenți zilnic, **71.5% fumează în primele 30 de minute de la trezire** (sunt dependenți de nicotină).

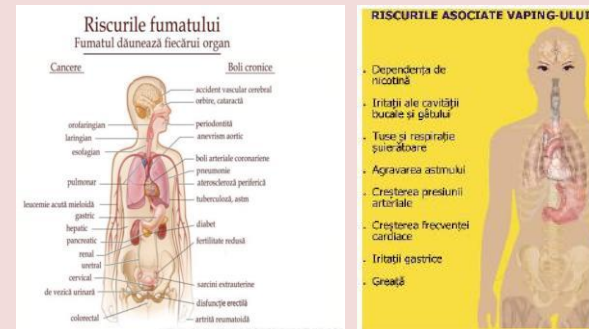
Mai mult de **4 din 10 români** în vârstă de cel puțin 15 ani fumează **20 sau mai multe țigări pe zi**

3,4% din populația adultă a României utilizează curent **țigări electronice.**

43,9% dintre fumătorii români nu sunt interesați să renunțe la fumat.

31,9% din adulții de 15 ani sau mai mult (reprezentând aproximativ 5,8 milioane de persoane) sunt expuși la fumul de tutun la domiciliu cel puțin lunar

Efectele consumului de tutun



Renunțarea la fumat



Doar **23,8%** dintre fumătorii curenți au avut o tentativă de renunțare la fumat în 2018, comparativ cu 37,8% în anul 2011.

Dintre aceștia, două treimi au renunțat fără niciun ajutor, 15% au devenit utilizatori de țigări electronice și 10% de produse cu tutun încălzit.

Dacă nu fumezi, nu începe!
Dacă fumezi, renunță și NU schimba!



MINISTERUL SĂNĂTĂȚII



INSTITUTUL NAȚIONAL DE SĂNĂTATE PUBLICĂ



CENTRUL NAȚIONAL DE EVALUARE ȘI PROMOVARE STĂRI DE SĂNĂTATE



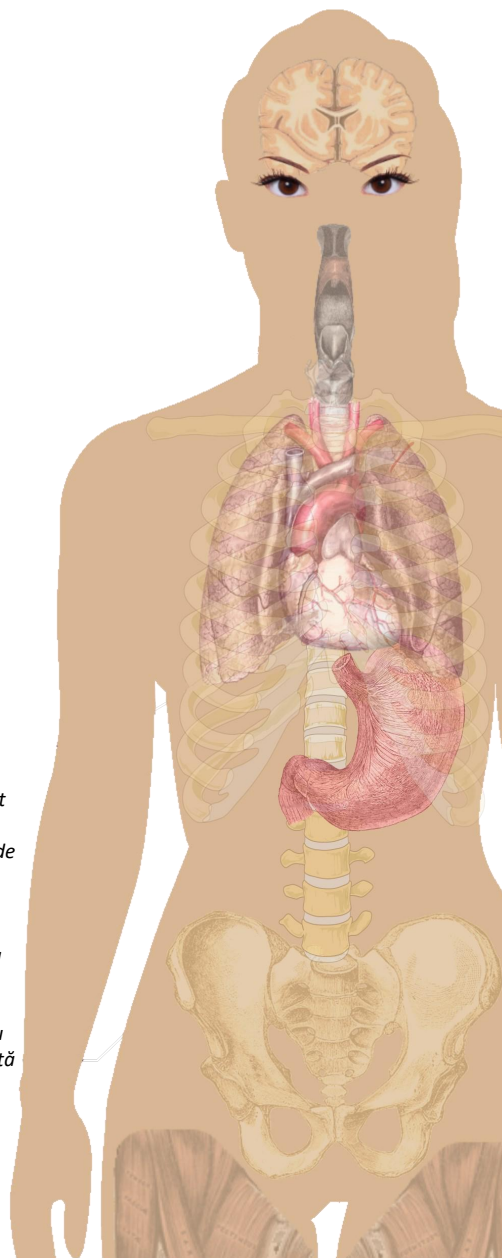
CENTRUL REGIONAL DE SĂNĂTATE PUBLICĂ CLUJ

RISCURILE ASOCIATE VAPING-ULUI

- Dependența de nicotină
- Iritații ale cavității bucale și gâtului
- Tuse și respirație șuierătoare
- Agravarea astmului
- Creșterea presiunii arteriale
- Creșterea frecvenței cardiace
- Iritații gastrice
- Greață

Sursa: MD Anderson Cancer Center

Material realizat
în cadrul
subprogramului de
evaluare și
promovare a
sănătății și
educație pentru
sănătate al
Ministerului
Sănătății pentru
distribuire gratuită



ZIUA NAȚIONALĂ DE LUPTĂ ÎMPOTRIVA FUMATULUI

EPECTELE VAPING-ULUI ASUPRA SĂNĂȚĂȚII



21 noiembrie 2019
Acest pliant este adresat tinerilor



MINISTERUL SĂNĂȚII



INSTITUTUL NAȚIONAL DE SĂNĂȚATE PUBLICĂ

CNEPSS

CENTRUL NAȚIONAL DE EVALUARE ȘI PROMOVARE STĂRII DE SĂNĂȚATE



CENTRUL REGIONAL DE SĂNĂȚATE PUBLICĂ CLUJ

CE ESTE ȘI CUM FUNCȚIONEAZĂ ȚIGARA ELECTRONICĂ?



Țigările electronice sunt dispozitive cu baterii, care încălzesc un lichid pe care îl transformă în vapori—sau mai exact în aerosoli—pe care utilizatorul îi inhalează ("vaping").

Aceste dispozitive încălzesc lichide cu diverse arome, nicotină, marijuana, sau alte substanțe potențial dăunătoare.

Nicotina crează dependență!

Studii recente au demonstrat că vaping-ul este periculos pentru sănătate.

Chiar dacă nu se cunosc încă efectele pe termen lung, ceea ce se știe este că țigările electronice sunt nocive.

Vaporii țigărilor electronice conțin plumb și nicotină care pot determina pe termen lung **PROBLEME DE DEZVOLTARE CEREBRALĂ** la copii și adolescenți.

Nicotina din țigările electronice este **EXTREM DE ADICTIVĂ** și poate predispune creierul la dependența de tutun sau alte substanțe.

Vaping-ul **LEZEAZĂ INIMA ȘI VASELE DE SÂNGE** prin modificarea enzimelor sanguine în același mod ca și țigările.

Vaping-ul **LEZEAZĂ PLĂMÂNII** prin afectarea sistemului lor defensiv natural, determinând o vulnerabilitate crescută la îmbolnăviri de tipul bronșitelor și pneumoniei. De asemenea, **AGRAVEAZĂ SIMPTOMATOLOGIA ASTMULUI.**

Țigările electronice produc multe dintre **SUBSTANȚELE CHIMICE CAUZATOARE DE CANCER** care se găsesc în țigări, inclusiv formaldehida și componente organice volatile ca benzenul.

Vaporii țigărilor electronice conțin metale grele care produc **LEZARE PULMONARĂ, HEPATICĂ ȘI CARDIACĂ.**

Nicotina poate face mai dificil **CONTROLUL GLICEMIEI** la persoanele cu diabet.

Vaping-ul de lichide fără nicotină **NU VĂ PROTEJEAZĂ** de numeroasele efecte adverse asupra sănătății!



21 NOIEMBRIE

ZIUA NAȚIONALĂ DE LUPTĂ ÎMPOTRIVA FUMATULUI

RISCURILE ASOCIATE FUMATULUI



CE POATE MĂRI RISCUL



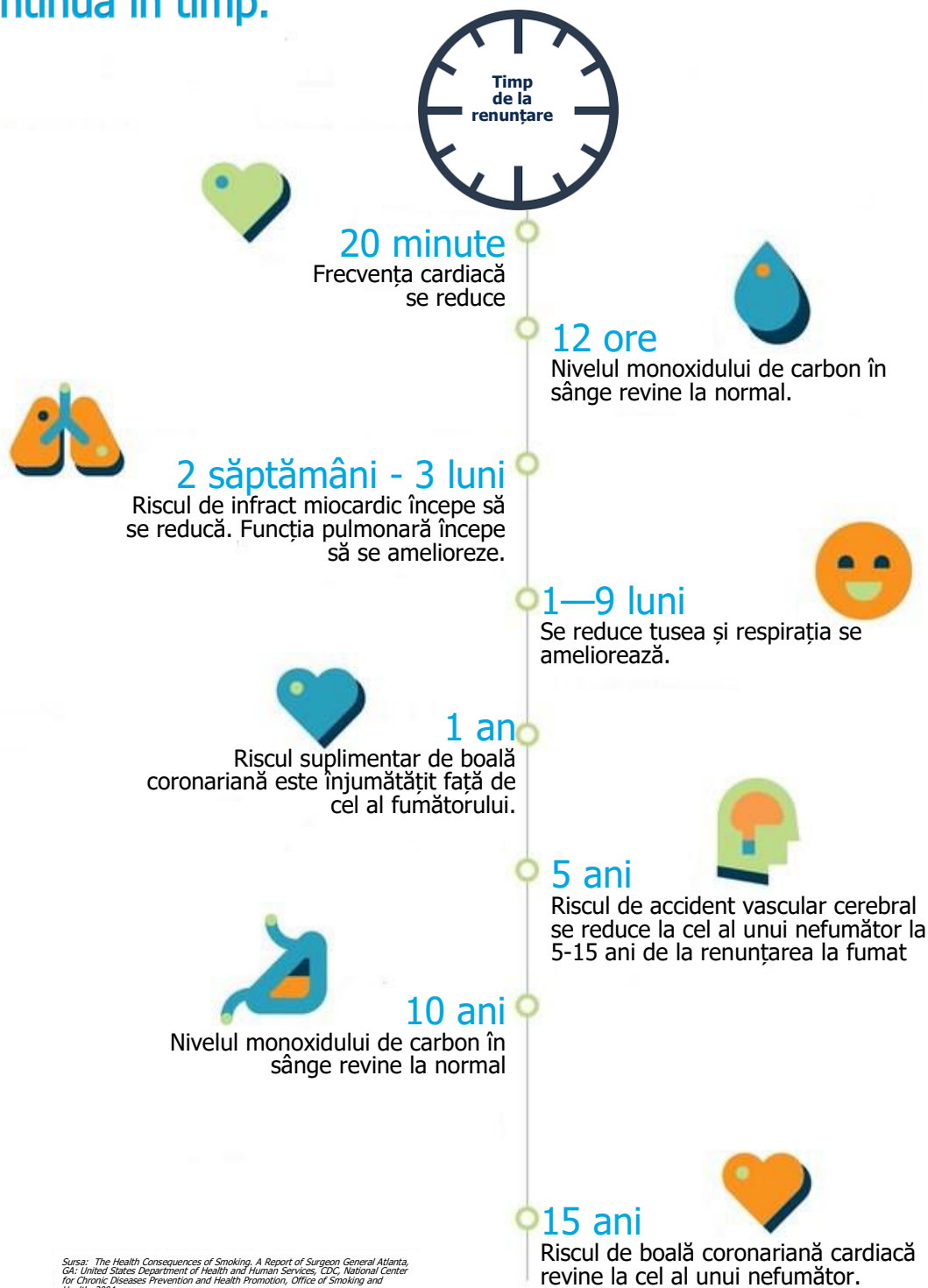
- Acest material este adresat populației generale—

Material realizat în cadrul subprogramului de evaluare și promovare a sănătății și educație pentru sănătate al Ministerului Sănătății pentru distribuire gratuită

21 NOIEMBRIE

ZIUA NAȚIONALĂ DE LUPTĂ ÎMPOTRIVA FUMATULUI

Ce se întâmplă când renunțați la fumat?
La nivelul organismului încep o serie de schimbări care continuă în timp.



- Acest material este adresat populației generale -

Material realizat în cadrul subprogramului de evaluare și promovare a sănătății și educație pentru sănătate al Ministerului Sănătății pentru distribuire gratuită

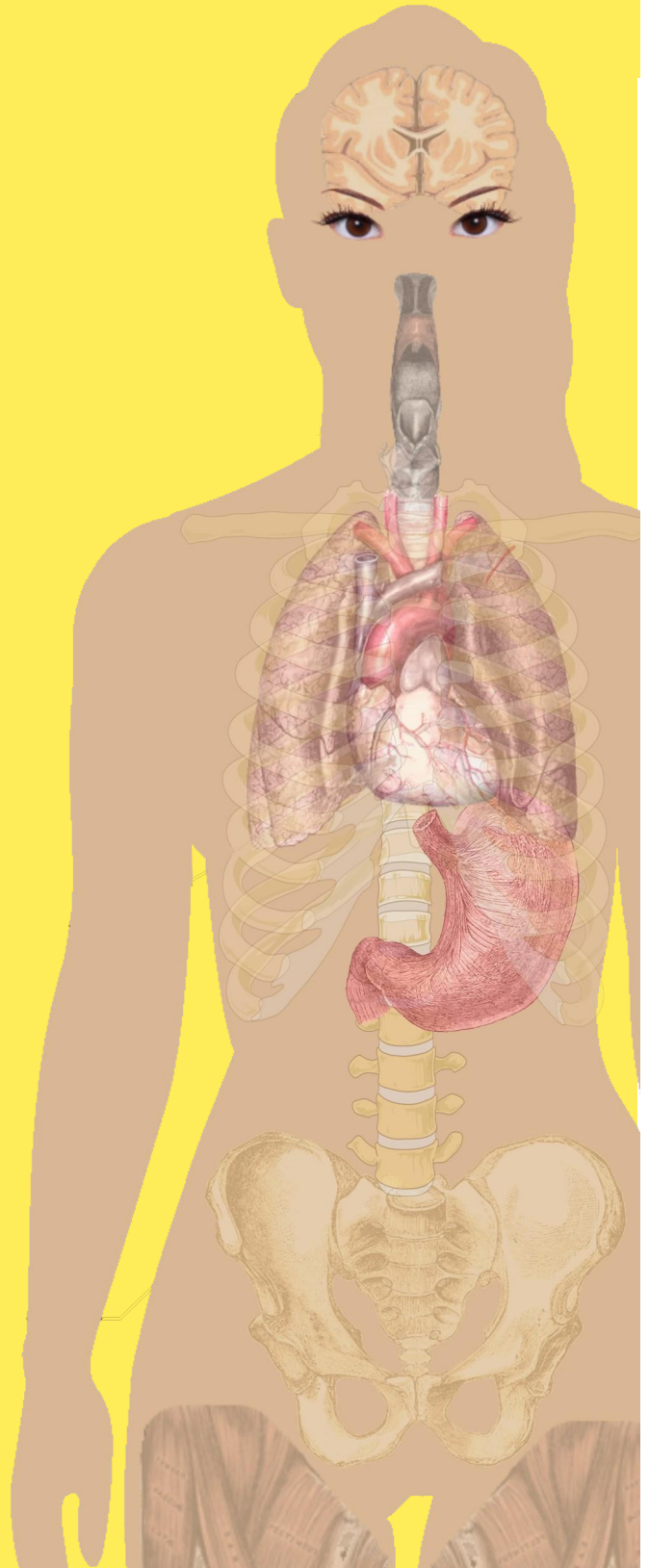
21 NOIEMBRIE
ZIUA NAȚIONALĂ DE LUPTĂ ÎMPOTRIVA
FUMATULUI

RISCURILE ASOCIATE VAPING-ULUI

- Dependența de nicotină
- Iritații ale cavității bucale și gâtului
- Tuse și respirație șuierătoare
- Agravarea astmului
- Creșterea presiunii arteriale
- Creșterea frecvenței cardiace
- Iritații gastrice
- Greață

Acest material este adresat populației generale

Material realizat în cadrul subprogramului de evaluare și promovare a sănătății și educație pentru sănătate al Ministerului Sănătății pentru distribuire gratuită



MINISTERUL SĂNĂTĂȚII



INSTITUTUL NAȚIONAL
DE SĂNĂTATE PUBLICĂ



CENTRUL NAȚIONAL DE EVALUARE
ȘI PROMOVARE STĂRII DE SĂNĂTATE



CENTRUL REGIONAL DE
SĂNĂTATE PUBLICĂ CLUJ