

Tabagismo e Doença Coronariana

Por Dr. Marcel Coloma

As doenças cardiovasculares permanecem como a principal causa de morte no mundo. O principal motivo para este fato é o mau controle dos fatores de risco para a doença coronariana. O tabagismo é tido como o principal fator de risco modificado desta patologia, sendo praticado por 1,4 bilhão de pessoas em todo mundo e por dois bilhões de fumantes passivos. É considerada a principal causa evitável de doenças, invalidez e morte prematura.

Males cardíacos do cigarro

O risco de morte súbita é dez vezes maior em fumantes, sendo o tabagismo o principal preditor desta patologia. O risco de morte é o dobro em fumantes e o quádruplo em fumantes com mais de 20 cigarros/dia. Tabagistas passivos têm maior incidência de doença nas coronárias e infarto do coração. Uma em cada cinco mortes por doença cardiovascular é ocasionada pelo tabagismo, enquanto 1/3 dos óbitos por infarto, que em geral ocorrem 10 anos antes nos fumantes, estão a ele relacionados.

Em mulheres, a cessação reduz o risco cardiovascular de 50 a 70% em 2 anos. O tabagismo está relacionado ao aumento de doença aterosclerótica antes da menopausa. Mulheres fumantes acima de 1 maço/dia entre 25 e 52 anos de idade têm seis vezes mais probabilidade de infarto do que não fumantes. Já os homens tabagistas têm três vezes mais chances do que os não fumantes. A associação tabagismo e anticoncepcional eleva em trinta e nove vezes o risco de doenças coronarianas. Fumantes apresentam níveis mais elevados de colesterol total, colesterol "ruim" e triglicerídeos, assim como níveis menores de colesterol "bom".

Tratamento

O tratamento do tabagismo pode ser realizado em postos de saúde, em clínicas especializadas ou dentro das empresas. Ele se divide em duas etapas: tratamento medicamentoso e não medicamentoso.

A terapia cognitivo-comportamental é a melhor maneira de realizar o tratamento não medicamentoso. Ela consiste na mudança de atitude, tratando os hábitos relacionados ao ato de fumar. O uso de medicações é necessário na grande maioria dos casos, pois aumenta a chance de sucesso e reduz os sintomas de abstinência. Dessa forma, usar medicamentos auxilia a parada sem sofrimento. Existem três medicamentos de primeira linha no tratamento do tabagismo: (1) reposição de nicotina por adesivo, goma e pastilha; (2) Bupropiona, um antidepressivo, e (3) Vareniclina, medicação específica para parar de fumar e considerada hoje o melhor remédio no tratamento de acordo com a literatura médica.

Benefícios cardíacos em parar de fumar

A mortalidade cardiovascular reduz em 50% após um ano do término do tabagismo. Após 15 anos, o risco se iguala ao dos não fumantes.

Todos os dados acima reforçam a necessidade de se parar de fumar. Procurar ajuda profissional é muito importante para alcançar o sucesso. Parar de fumar evita problemas no coração em quem já tem doenças cardíacas e naqueles que não possuem.



DIA 29 DE SETEMBRO – DIA MUNDIAL DO CORAÇÃO

Dr. Marcel Coloma
Médico Cardiologista especialista em tratamento do tabagismo.
Membro do Comitê de Controle do Tabagismo da Sociedade Brasileira de Cardiologia.
www.pararfumar.com.br