



@cuidados.alzheimer

---

# O vício do cigarro na terceira idade

---



O **tabagismo** é a maior causa evitável de doenças, invalidez e **mortes prematuras**. Mais de 5 milhões de pessoas morrem ao ano em decorrência deste hábito, ele **pode reduzir** em até **25% o tempo de vida** de uma pessoa, as consequências deste hábito ao longo da vida geralmente aparecem na terceira idade.



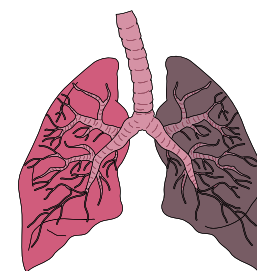


O **vício** do cigarro é considerado um problema de saúde pública no nosso país, visto que impacta diretamente na **qualidade de vida** da população. Este hábito tem início ainda na juventude e perpassa até a terceira idade. Visto isso, é necessário falar os **malefícios** que este hábito pode causar na vida de uma pessoa, especialmente na vida de um idoso.



# Principais malefícios do cigarro

- **Problemas na saúde física:** o cigarro aumenta o risco de **doenças respiratórias** e cardiovasculares, bem como derrame e **câncer**;
- **Dependência e abstinência:** devido à dependência da **nicotina**, muitos idosos possuem dificuldade em parar de fumar, causando a abstinência e **prejudicando a qualidade de vida**;





# Principais malefícios do cigarro

- **Impacto na mobilidade:** como dito anteriormente, o cigarro pode **reduzir** a capacidade pulmonar, bem como a **resistência física**, o que dificulta nas atividades diárias e do cotidiano;
- **Diabetes e hipertensão:** São doenças comuns na terceira idade, no entanto são **agravadas** pelo tabagismo pois pode levar a **quadros irreversíveis** na saúde;



# Fumante passivo



Os idosos **fumantes** podem colocar em **risco a vida das pessoas** ao seu redor, impactando a **saúde de familiares**, amigos e cuidadores.



**Nunca é tarde para parar de fumar, este ato traz inúmeros **benefícios** para a saúde não apenas do fumante mas também para aqueles que o cercam. Atualmente existem diversos **tratamentos e grupos de apoio** para quem desejar cessar esse hábito tão prejudicial e que mata milhares de pessoas por ano, procure uma **unidade básica de saúde** e peça ajuda de profissionais**



# Quer saber mais sobre o assunto?

Acesse o nosso **blog** e o nosso **site**!

Os link se encontram na bio do nosso instagram e na descrição da publicação.

Lá você vai encontrar o material completo e muitas outras informações!



<https://cicacamacho.blogspot.com/>



<http://cuidadosalzheimer.uff.br/>



# Gostou da publicação?



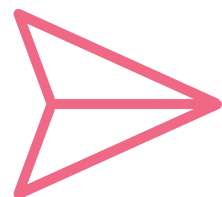
**Salve**



**Curta**



**Comente**



**Compartilhe**

# Autores:



**Alessandra Conceição L. F. Camacho**  
Enfermeira. Prof.<sup>a</sup> Associada da Escola  
de Enfermagem Aurora de Afonso  
Costa



**Paola Paiva Monteiro**  
Acadêmica de Enfermagem do 10º  
Período



**Jade Buarque Sampaio**  
Acadêmica de Enfermagem do 7º  
Período



**Gustavo Martins Lemos Tavares**  
Acadêmico de Enfermagem do 6º  
Período





## Referencias Bibliográficas:

**SANTOS, Mateus Raposo Dos et al. Nível de dependência à nicotina entre idosos. Anais V CIEH. Campina Grande: Realize Editora, 2017.**

**ZAITUNE, M. P. Do A. et al. Fatores associados ao tabagismo em idosos: Inquérito de Saúde no Estado de São Paulo. Cadernos de Saúde Pública, v. 28, n. 3, p. 583–596, mar. 2012.**

**PEREIRA, R. A. et al. Tabagismo, problema de saúde pública: conhecimento do profissional enfermeiro. Rev. Extensão. v. 3, n.1, p. 93-102, 2019.**