

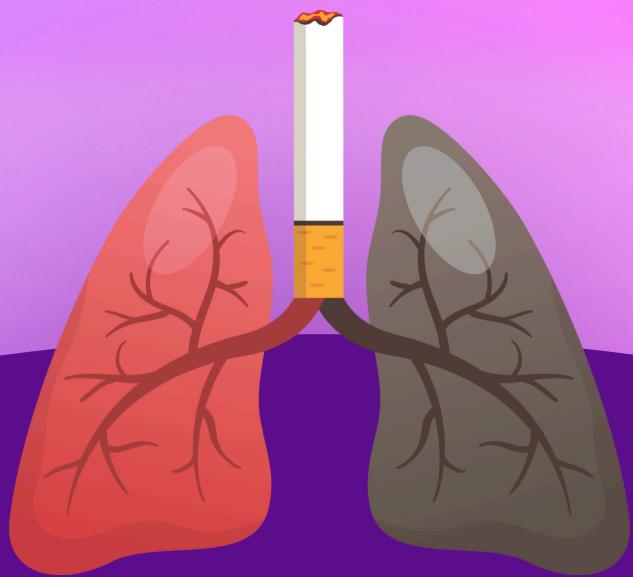


@cuidados.alzheimer

---

# O vício do cigarro na terceira idade

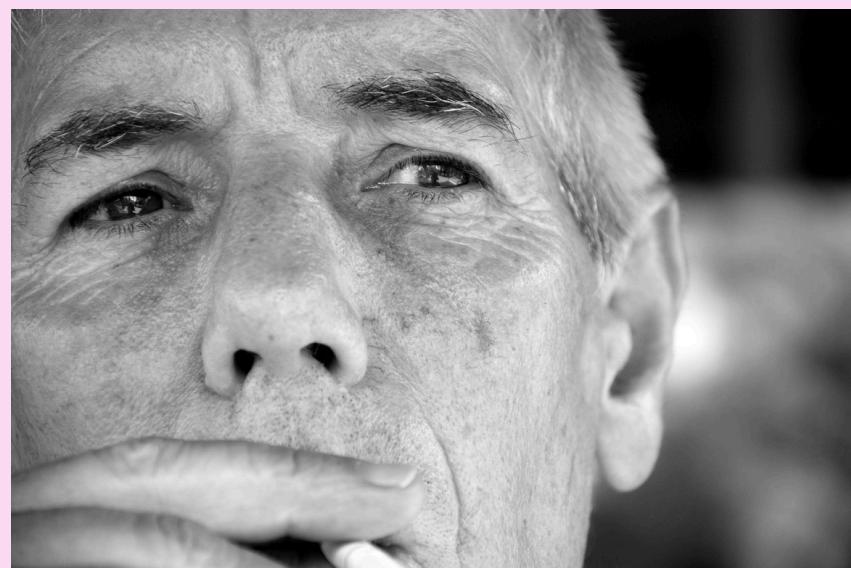
---



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.

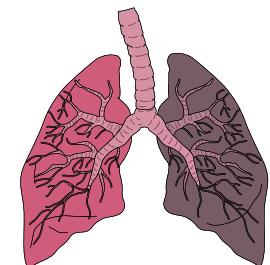


O vício do cigarro é considerado um problema de saúde pública no nosso país, visto que impacta diretamente na **qualidade de vida** da população. Este hábito tem início ainda na juventude e perpassa até a terceira idade. Visto isso, é necessário falar os **malefícios** que este hábito pode causar na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



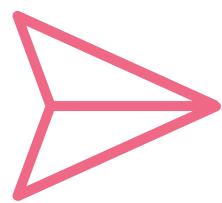
**Salve**



**Curta**



**Comente**



**Compartilhe**

# Autores:



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



Paola Paiua 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.