

Tabaco



MELHORAR A SAÚDE TAMBÉM É CONTIGO!

TABACO

Características da substância:

O fumo do tabaco possui uma composição complexa. Os seus constituintes podem ser divididos em quatro categorias principais:

- **Alcatrão**
- **Nicotina**
- **Monóxido de carbono**
- **Irritantes**

O fumo do tabaco contém mais de 4.700 substâncias tóxicas e a nicotina, que causa dependência física e psíquica.

Quem fuma um maço de tabaco diariamente inala cerca de 840 centímetros cúbicos de alcatrão/ano, o que significa revestir as vias respiratórias e os pulmões com mais de 3/4 de litro de alcatrão que contém benzopirano. Esta substância lesiona o material genético das células e produz cancro nos órgãos com que tem contacto.

Efeitos:

De entre os problemas de saúde directamente relacionados com o consumo do tabaco, destacam-se:

Doenças crónicas e circulatórias:

Cancro em vários órgãos (principalmente do pulmão), acidentes vasculares cerebrais, hipertensão arterial, angina de peito e o enfarte do miocárdio;

Doenças respiratórias:

Asma, doença pulmonar crónica e enfisema;

Na Mulher o tabaco aumenta o risco de cancro no colo do útero;

No caso de Mulheres grávidas, o tabagismo aumenta o risco de malformações no feto, parto prematuro, baixo peso ao nascer e síndrome da morte súbita.

CONTACTOS LOGICA

Facilities: Edite Moleiro

Marketing: Sónia Manuel

RH: Filipa Beirão

Safety: Alexandra Delgado

CONTACTOS PARCEIROS

CGTP-IN (Dr.^a Ana Borges;
ana.elisabete@cgtp.pt; 21 323 6632)

Câmara Municipal de Loures

(Dr.^a Barbara Flores;
barbara_flores@cm-loures.pt;
21 115 0855

Dr.^a Isabel Rodrigues;
isabel_rodrigues@cm-loures.pt;
21 115 1404)

IDT (Dr. Carlos Ramos Cleto e
Dr.^a Natacha Torres da Silva;
carlos.cleto@idt.min-saude.pt;
natacha.silva@idt.min-saude.pt
– CRI Lisboa Oriental E.T Loures:

Dr.^a Rosário Alvarenga;
rosario.alvarenga@idt.min-saude.pt)

1414 LINHA VIDA
SOS DROGA
GRÁTIS