

Tabaco

## **O vício de fumar**

Antonio de Oliveira Lobão

Este é, na realidade, um dos assuntos mais polêmicos que existe: fumar, não fumar, proibir ou liberar as fumaçadas em locais fechados, faz mal à saúde, não faz, dá prejuízo, não dá, faz parte do charme, não faz, e por aí vai. Toda a imprensa nacional, escrita e falada, tem trazido bastante matéria sobre o tema. Não fugindo da atualidade, o Jornal de Piracicaba publica bons artigos a respeito e raramente deixo de lê-los, pois fui um fumante inveterado em tempos longínquos e hoje, só com o cheiro do cigarro de outras pessoas sinto náuseas e forte dor de cabeça.

Fugindo totalmente do que estou habituado a escrever neste matutino, vou aproveitar o momento das discussões para relatar a minha experiência e meu ponto de vista atual sobre a matéria. Assim, este será uma mistura de estória e opiniões.

Comecei a fumar, como a maioria dos jovens da minha época, aos 13 anos de idade. Já desde o início, a tragar (inalar a fumaça do cigarro). Tossia bastante, tinha tonteadas, vômitos, dores de cabeça, mas tudo passageiro, e mais rápido do que eu esperava, todo aquele mal-estar desaparecia como por mágica. No início, fumava um cigarro por dia, depois dois, depois cinco, depois 10 e, quando adulto, por anos, 40 a 50 unidades por dia.

No início, fumava por curiosidade, depois por prazer e, finalmente, por necessidade. Depois de um determinado tempo, fuma-se mesmo por necessidade. Fuma-se por tristeza, por alegria, por pressa, para esperar, para descansar, para pensar, para raciocinar, para trabalhar, para dormir etc.

Experimentei várias marcas, mas a minha paixão era mesmo o famoso Continental. Famoso pois era considerado, naquela época, um cigarro que satisfazia integralmente. Era forte! Autêntico! Puro! , Era, na realidade, tudo que um bom fumante queria e precisava.

Importante lembrar que, naquela ocasião, o fumante entrava em contato direto com o fumo do cigarro, pois não havia filtros. Isto nos permitia fiscalizar, em parte, o que estávamos fumando. Eu me lembro claramente que, às vezes, encontrávamos alguns fragmentos mais duros de fumo ou alguma coisa estranha e, imediatamente, reclamávamos do nosso fornecedor (o dono do bar da esquina ou o do armazém), e parece que aquilo funcionava, pois em outras remessas comprávamos um produto de melhor qualidade. Quando abríamos um maço de cigarros, que era todo de papel, colado apenas com um selo, nós tínhamos uma visão completa do conteúdo dos mesmos, pelo exame visual de suas extremidades, e podíamos opinar sobre a qualidade. Eu me lembro também, claramente, que o nosso fornecedor comentava conosco que os entregadores davam notícias de reclamações dos fumantes de outras cidades da Região. Assim, as indústrias recebiam, através de seus entregadores, a notícia da insatisfação dos fumantes. Desta maneira, fazia-se uma estatística da qualidade dos cigarros, das diferentes marcas, pelas trocas de informações entre fumantes, comerciantes, entregadores e indústrias.

De repente, também, como por mágica, surgiram os filtros. E eu me lembro que o fornecedor disse: "... daqui para frente você não vai reclamar mais, pois não verá o que estará fumando... ". E assim foi! Os filtros surgiram para proteger (???) a saúde. Atualmente, com ele, o fumante quando abre o seu maço de cigarros só vê os filtros. Se os cigarros viessem acondicionados com seus filtros para baixo, provavelmente seria um pouco mais higiênico e permitiria, ao consumidor, fazer um pequeno teste de qualidade.

Eu acredito que a maioria dos fumantes deseja ficar livre do vício, pois já passei por esse drama e conheço muitos fumantes que estão à procura da "fórmula mágica".

Voltando um pouco ao passado, recordo as palavras de um grande fumante que havia deixado definitivamente o vício: "O cigarro é terrível, você larga de fumar mas ele sempre está lhe tentando. Eu não conto para ninguém o que fiz

para parar de fumar, pois se isto eu fizer me sentirei fraco e poderei voltar a ter o vício". Guardei bem o conselho!

Pela experiência que passei, acho que as propagandas contra o tabagismo, mostrando os males que causa à saúde só devem funcionar para as pessoas que ainda não experimentaram o vício. Elas deveriam ser dirigidas, exclusivamente, aos jovens e não aos velhos, pois se funcionassem para os fumantes, não iríamos encontrar médicos, dentistas, veterinários, farmacêuticos, enfermeiros, laboratoristas, funcionários de hospitais, postos de saúde e todos aqueles que militam na área da saúde fumando, e nem mesmo aquelas pessoas que têm ou já tiveram problemas de saúde, como: pressão alta, câncer ou enfisema de pulmões, em estado adiantado, etc. Sabe que faz mal ou sentir os efeitos maléficos do vício não é suficiente para resolver o problema.

Acredito, também, que o uso de balas, medicamentos, furos nas orelhas, restrição ao uso de café, de outras bebidas, também não funcionam. Nunca vi funcionar. O que o fumante precisa, se quiser mesmo parar de fumar, é, em primeiro lugar, de uma coisa simples, bem definida por Ercílio A. Denny,(JP, 7/7/96, A-2): "Força de vontade! Em segundo lugar, talvez, um tratamento adequado para combater suas ansiedades escondidas, quase sempre, atrás da fumaça de seus cigarros."

ANTONIO DE OLIVEIRA LOBÃO é médico veterinário (UFMG), homeopata (IBEHE/UNAERP) e mestre (USP).

Leia o artigo do Autor:

**PORQUE ME TORNEI UM HOMEOPATA**

[http://www.cesaho.com.br/publicacoes/arquivos/artigo\\_20\\_cesaho.PDF](http://www.cesaho.com.br/publicacoes/arquivos/artigo_20_cesaho.PDF)

Atualmente é Diretor Geral do CESAHO que oferece

Curso de Homeopatia para agrônomos.

Curso de Homeopatia para médicos e

Curso de Homeopatia para veterinários.

<http://www.cesaho.com.br/cursos/index.aspx>