



CAMPANIA

Fii inspirat! Nu te apuca de fumat!

mai 2023

Consumul de tutun este principala cauză de deces prevenibilă în lume și este totodată și cea mai importantă cauză de deces în Uniunea Europeană (aproximativ 700.000 de decese anual), fiind și unul dintre cei mai importanți factori de risc pentru sănătate care poate fi evitat.

Fumul de tutun conține peste 7.000 de substanțe chimice toxice, iar fumatul pe parcursul unei vieți poate să ducă la scurtarea vieții unei persoane cu cel puțin 10 ani. Aproximativ un sfert din anii productivi din viață pierduți prin dizabilitate au drept cauză bolile atribuibile consumului de tutun.

În Uniunea Europeană (UE):

- Conform datelor prezentate în raportul *Health at a Glance: Europe 2022*, în ciuda unor progrese înregistrate în ultimul deceniu în reducerea ratelor de fumat, aproape unul din cinci adulți (19%) a fumat zilnic în anul 2020.
- Numărul de fumători este mare, aproximativ 26% din toată populația și 29% dintre tinerii în vârstă de 15-24 de ani fumează.

Prevalența mare a fumatului în rândul tinerilor este îngrijorătoare. Expansiunea produselor noi care conțin tutun, creșterea utilizării dispozitivelor de vaping și tutun încălzit este de asemenea îngrijorătoare. Vârsta de începere a fumatului este de obicei înainte de 25 de ani, cu risc maxim de adicție. (The Institute for Health Metrics and Evaluation, 2021). Există noi evidențe care sugerează că adolescenții și tinerii sunt mai susceptibili la adicție în comparație cu persoanele din grupe de vârstă mai mari.

În România:

- Conform datelor studiului ESPAD (European School Survey Project on Alcohol and Other Drugs) derulat în anul 2019 a reieșit o prevalență a debutului fumatului zilnic înainte de 13 ani de 5%.
- Conform datelor Eurostat, 2019, cea mai mare prevalență a fumatului zilnic este la grupa de vârstă 25-34 de ani, iar cea mai scăzută la grupa de vârstă de peste 75 de ani.
- Conform studiului INS din anul 2021, procentul persoanelor fumătoare în rândul adolescenților și tinerilor din grupa de vârstă 15-24 ani, care fumează zilnic este de 10,16% în timp ce 9,81% fumează ocazional.

De aceea, **prevenirea începerii fumatului** rămâne una dintre strategiile cheie de control al epidemiei de fumat, în timp ce limitarea consumului de tutun este una dintre cele mai eficiente modalități de a salva vieți și de a îmbunătăți starea generală de bine.

În acest context, campania privind prevenția consumului de tutun, derulată la nivel național în 2023, are ca **temă** „Prevenirea consumului de țigări și a utilizării de dispozitive electronice (HTPs și ENDS) în rândul adolescenților”.

Scopul acestei campanii este informarea adolescenților și părinților acestora despre impactul nociv pe care consumul de țigări și utilizarea dispozitivelor electronice (HTPs și ENDS) îl pot avea asupra sănătății.

Obiectivele campaniei sunt:

- Creșterea nivelului de conștientizare al adolescenților și părinților acestora cu privire la riscurile pentru sănătate ale consumului de tutun sub orice formă (fumat convențional, tutun fără fum și produse cu tutun încălzit).
- Creșterea nivelului de conștientizare al adolescenților și părinților acestora cu privire la prezența riscului expunerii altor persoane (expunere pasivă) la inhalarea fumului sau vaporilor de tutun și/sau a altor compuși nocivi.
- Creșterea motivației adolescenților de a nu consuma nici o formă de tutun.
- Creșterea motivației adolescenților care consumă tutun sub orice formă, de a renunța să mai consume.

Mesajele principale ale campaniei sunt:

- E mult mai ușor să nu te-apuci decât să te lași de fumat!
- Îndrăznește să spui NU, fumatului!
- Vrei să te protejezi? Nu începe să fumezi!
- Nu toți care-ți sunt prieteni îți vor binele! Refuză țigara oferită de ”prieteni”!

În România, implicarea promotorilor sănătății în stimularea schimbării comportamentale a populației, prin adoptarea unui stil de viață sănătos, reprezintă o modalitate accesibilă de prevenție a consumului de tutun în rândul adolescenților. De asemenea, mediatizarea largă a campaniei din 2023 “**Fii inspirat! Nu te apuca de fumat!**” prin toate canalele de informare, poate ajuta adolescenții să conștientizeze importanța sănătății prin prevenirea consumului de tutun sub orice formă.