

# Influência de amigos dá início ao tabagismo em 35% dos fumantes

► Adesão ao vício acontece entre 10 e 18 anos de idade

► A influência dos amigos lidera o ranking dos motivos que levam adolescentes a fumarem. Ela é apontada por 35% dos jovens com idade entre 10 e 18 anos como a principal causa de adesão ao tabagismo, de acordo com pesquisa recente do Hospital do Coração (HCor). Cabe aos pais preparar os filhos para resistirem a esse tipo de influência. Mas tudo deve ser feito com muito cuidado, caso contrário, o efeito será justamente o inverso.

Quem dá as dicas é a psicóloga Silvia Cury Ismael, responsável pelo setor de Psicologia do HCor. "O importante é não ser agressivo. Não diga que fumar é algo estúpido, isso só

vai provocar a rebeldia do filho. Seja amigável", recomenda.

O ideal é não ser muito abstrato na hora de falar com o filho. "Cite exemplos próximos para dar credibilidade ao que diz. Fale sobre algum conhecido que fumava e teve um enfarte ou um derrame, mostre o mal que o cigarro pode fazer", fala a psicóloga.

É mais indicado prevenir do que remediar. Para isso, a família deve estar sempre alertando o filho sobre os riscos do tabagismo. "A prevenção precisa ser constante". Além disso, a família deve estar atenta aos possíveis sinais de que o filho aderiu ao tabagismo. "Cheiro na roupa, no corpo, afinal não

basta uma bala para fazer sumir o cheiro de cigarro. Ao perceber que o filho está fumando, não se deve colocá-lo contra a parede. É melhor conversar com calma", diz.

## Mau exemplo em casa

A curiosidade está em segundo lugar no ranking das causas que levam ao tabagismo em adolescentes. Ela aparece com 32%, seguida da escolha por prazer (21%). "Vale lembrar que o bom exemplo começa em casa. Cerca de 70% dos fumantes têm pais que fumam. E não basta dizer que faz mal e que não se deve fumar. Tem que dar o exemplo e largar o vício para não influenciar o filho".

## Saiba mais

### Boneca de plástico é fumante inveterada

► Quer saber o que o cigarro pode fazer com uma pessoa? Então conheça a Altina. A boneca criada pelo Instituto do Coração do Hospital das

Clínicas (Incor) estará exposta entre hoje e quinta-feira no hospital — Av. Dr. Enéas de Carvalho Aguiar, 44. O nome já mostra que a boneca é uma fumante inveterada: Altina = alcatrão + nicotina. Os danos nos pulmões, coração, artérias,

cérebro, tudo estará exposto para os fumantes e não-fumantes saberem o que o cigarro é capaz de fazer. A campanha do Incor terá também uma exposição com o histórico do Incor de 15 anos de campanha de combate ao tabagismo.

FUMAÇA NOS OLHOS

PETR JOSEK/REUTERS



O COMBATE AO CIGARRO *na juventude* requer auxílio dos pais: *"conversa precisa ser amigável"*