

5

Português

広報こなんポルトガル語2012年5月

Informativo

KONAN

CONTEÚDO

- Kodomo teate volta a ser Jido Teate
- Impostos
- Enviaremos a Notificação dos Dados Contidos no Atestado de Residência Provisória
- O número do apartamento será incluído no endereço
- Registro de cachorro - Vacina anti-rábica
- Jichikai
- Fórum de Confraternização Estrangeira Intranacional
- Festival de Confraternização da Associação Internacional de Konan
- Consultas
- Comunicado da pediatria do Ishibe Iryou Center
- Informação de trânsito
- Banco de Troca
- Informações do centro de saúde
- Informações do centro de reciclagem
- Campanha internacional contra o cigarro

Sakura Matsuri



[Informativo mensal "Konan" de português e espanhol] disponíveis nas

- Prefeituras
- Repartições da prefeitura
- Centro de saúde
- Salas de curso de japonês
- Lojas brasileiras
- Lojas peruanas

[Emissão e Tradução]

Prefeitura de Konan – prédio leste
Divisão de relações públicas e informações
(Hisho kouhouka)
Repartição de Desenvolvimento Populacional Moderna
(Atarashi Koukyou Suishinka)

HOME PAGE

<http://www.city.konan.shiga.jp/portugues/>



Endereço

Shiga-ken Konan-shi Chuou 1-choume 1-banchi TEL. 0748-72-1290 FAX. 0748-72-3390



Prefeitura de
Konan-shi

Kodomo teate volta a ser Jido Teate

Subsídio para a criança volta a ser Ajuda do Leite

Prefeitura (prédio leste)
Seção de Assistência à Criança de Filhos
(Kosodate Shienka)
TEL.: 71-2328

A transferência para o novo subsídio será automática excluindo qualquer necessidade de trâmites para os cidadãos que apresentaram a solicitação da certificação para o Kodomo Teate (subsídio para a criança) da Lei do Sistema de Medidas Especiais do Subsídio para a Criança (entre Outubro de 2011 a Março de 2012) e foram beneficiados para o recebimento do subsídio. Porém, os cidadãos que não realizaram a solicitação da Lei do Sistema de Medidas Especiais do Subsídio para a Criança, deverão efetuar os trâmites o mais rápido possível. Os funcionários públicos devem solicitar no seu escritório.

※Caso ocorra mudanças nas condições do requisito por motivo de nascimento ou mudança (entrada na cidade), será necessário efetuar a solicitação dentro de 15 dias. Faça todos os trâmites dentro de 15 dias sem falta, pois ao atrasar a solicitação acarretará no atraso do pagamento.

- Beneficiários Crianças de 0 anos ~ antes do término do Chugakko (até o primeiro 31 de março após atingir os 15 anos)
- Valor do pagamento mensal
 - De 0 anos~3 anos incompleto (sem variação)
15,000 ¥
 - Dos 3 anos ~ antes do término do Shogakko
1º filho • 2º filho
10,000 ¥
A partir do 3º filho
15,000 ¥
 - Ginásio(chugakkusei) (sem variação)
10,000 ¥
 - Quando a renda familiar exceder o Limite da Renda (entrará em vigor a partir de Junho)
5,000 ¥

※Será pago em junho a parcela de Fevereiro • Março como Kodomo teate, Abril • Maio como Jido Teate

A limitação de renda entrará em vigor a partir de Junho

É necessário apresentar a Notificação da Atual Situação para rever se está em condições de continuar como beneficiário a partir de Junho. Enviaremos (previsto para 31 de maio) uma notificação para cada família explicando o valor do limite de renda, etc.

Extensão do período de solicitação do Sistema de Medidas Especiais do Subsídio para a Criança

O período de solicitação do Sistema de Medidas Especiais do Subsídio para a Criança foi finalizada no final de março, porém este período será prolongado para até 28 de setembro (sexta-feira)

Cidadãos que no dia 1 de outubro de 2011 estava qualificado como beneficiário e que ainda não efetuaram os trâmites deverá apresentar a solicitação o mais rápido possível.

Impostos deste mês

Prefeitura (prédio leste)
Departamento de cobrança tributária
(Shunouka)
TEL.: 71-2320

● Impostos de MAIO ●

- Imposto sobre propriedades (1ª parcela)
- Imposto do Seguro Nacional de Saúde(2ª parcela)
- Imposto sobre automóveis de pequena cilindrada (única parcela)
- Taxa do Seguro de Tratamento aos Idosos
- Mensalidade da Creche
- Taxa de Fornecimento de Água
- Aluguel do apartamento municipal (Jutaku shiyouryou)

● Pague as suas contas por débito automático ●

Para facilitar o pagamento dos impostos, recomendamos o débito automático da conta bancária (Kouza Furikae).

Faça o processo na instituição financeira em que possui uma conta levando consigo os seguintes itens;

- Carimbo
- Caderneta bancária da conta bancária

● Consulta sobre pagamento de impostos ●

Dia 19 de Maio, SAB das 08:30 hs ~ 12:00 hs no prédio Leste (Kousei) da Prefeitura

※ Todas as terças e quintas feiras, a prefeitura está aberta até às 19:00 hs somente para Consultas de formas de pagamento de impostos.

Pague até o dia



Enviaremos a Notificação dos Dados Contidos no Atestado de Residência Provisória

Prefeitura (prédio leste)
Repartição de Assuntos Cívicos
(Shiminka)
TEL.: 71-2323

A partir do dia 9 de julho (segunda-feira), todos os cidadãos estrangeiros residentes possuirão um Cadastro de Residência da mesma forma que os cidadãos japoneses. Para a elaboração deste cadastro, em meados de maio enviaremos o «Atestado de Residência Provisória» (Notificação dos dados contidos no atestado de residência provisória) com base no Registro de Residência, por favor, verifique o conteúdo deste registro. Em caso de dúvidas ou erro deverá ser solicitado em duas semanas após o envio do Atestado de Residência Provisória. Pedimos a colaboração de todos.

■ Elegíveis ao Atestado de Residência Provisória

Todos os cidadãos que possuem a qualificação de residência permitida pela Lei e cidadãos residentes e que possuem o Registro de Residência na cidade de Konan no dia 7 de maio.

※ Não são elegíveis os cidadãos que no momento do dia 9 de julho (segunda-feira), tenham apenas o visto com prazo de menos de três meses, de qualificação de curta duração, estrangeiro sem visto ou visto vencido.

■ Atenção

- Em relação à apresentação do endereço, a partir do dia 9 de julho (segunda-feira) a cidade estará incluindo o número do quarto juntamente com o endereço no cadastro de residência.
- O nome do cidadão estrangeiro, será escrito utilizando o «alfabeto». Para as pessoas que possuem o nome em caracteres japoneses o nome será apresentado «nome em kanji».
- Em relação à mudança entre em contato com o departamento de cada serviço administrativo (Seguro nacional de saúde, seguro de assistência médica ao idoso, taxa de seguro de tratamento aos idosos, pensão nacional, jido teate, etc.)
- Os cidadãos estrangeiros que após o dia 9 de julho (segunda-feira) não possuírem o cadastro de residência não terão o direito de receber os serviços do seguro nacional de saúde, jido teate, etc.

○ número do apartamento será incluído no endereço

Prefeitura (prédio leste)
Repartição de Assuntos Cívicos
(Shiminka)
TEL.: 71-2323

A partir do dia 9 de julho o número do quarto será incluído no endereço.

A partir do dia 9 de julho, em caso de mudança de endereço o número do apartamento, etc. será incluído na coluna do endereço.

■ Exemplo

- Atualmente Konan-Shi Chuou 1 Choume 1 Banchi
- Após a mudança Konan-shi Chuou 1 Choume 1 Banchi (Nº 101)

※ Caso haja vários edifícios (nome do edifício – Nº101)

■ Solicitação O chefe da família em pessoa deverá comparecer na seção de assuntos cívicos na prefeitura do prédio leste ou oeste, e apresentar um documento de identificação (carteira de habilitação, etc.) e o carimbo.

※ Caso o chefe da família não possa comparecer pessoalmente, a pessoa que irá representá-lo deverá possuir uma procuração do chefe da família.

Registro de cachorro - Vacina anti-rábica

Não se esqueça!!!

Prefeitura (prédio leste)
Divisão de Ambiente Social
(Seikatsu Kankyouka)
TEL.: 71-2326



Estamos realizando patrilha de vacinação anti-rábica em cada bairro entre 21 de maio (seg) a 23 de maio (qua). Caso ainda não vacinou o seu animal doméstico faça-o sem falta. Detalhes sobre o local e a data no informativo de Abril.



Jichikai - Associação dos moradores

Prefeitura (prédio leste)
Repartição de Desenvolvimento Populacional Moderna
(Atarashi Koukyo Suishinka)
TEL.: 71-2315

● Associe-se no Jichikai do município para melhoramento e desenvolvimento da região. ●

A associação dos moradores (Jichikai) é formado por um grupo de pessoas que vivem na mesma região fazendo várias tipos de atividades voluntárias para o melhoramento e desenvolvimento da região onde vivem. A cidade é formado por 43 municípios onde contém vários grupos da Associação dos Moradores (jichikai). As principais atividades do grupo são proteger as crianças, treinamento para catástrofes, administração do local da coleta de lixo, limpeza das ruas e parque e festival de confraternização

Estamos solucionando vários problemas com solidariedade conseguida através da convivência diária. Possuímos um grupo de ajuda para casos como terremotos. Em situação de emergência, a ajuda imediata virá sempre das pessoas que vivem ao redor, na mesma região. Para o melhoramento e desenvolvimento da cidade vamos participar da associação dos moradores (jichikai)

Caso este assunto te interessar entre em contato com o responsável da Associação dos Moradores (jichikai) da sua região para associar-se, caso não saiba quem seja o responsável entre em contato no local indicado.

Fórum de Confraternização Estrangeira Intranacional

Prefeitura (prédio leste)
Repartição de Desenvolvimento Populacional Moderna
(Atarashi Koukyo Suishinka)
TEL.: 71-2315

No final de março, a cidade contava com 2,324 estrangeiro residentes. Hoje, estamos trabalhando para construir uma sociedade multicultural onde todos os cidadãos, tanto de nacionalidade estrangeira ou japonesa possam viver juntos harmoniosamente. Esperamos a presença de todos, inclusive as pessoas que ouviram a palavra "Sociedade Multicultural" pela primeira vez.

■ Data/Horário 2 de Junho (sábado)

Das 13:00 as 15:00

■ Local Centro de Aprendizagem do Cidadão (Sun Hills Kosei)

■ Conteúdo Palestra da Senhora Pauline Kent (Universidade Ryukoku), tema 「Desenvolvimento de uma sociedade multicultural」, troca de opiniões (World Cafe)

Festival de Confraternização da Associação Internacional de Konan

Associação Internacional de Konan
(Konan Kokusai Kyoukai)
TEL.: 71-4332

Realizaremos um festival de confraternização para que os cidadãos possam conhecer outras cultura, dança e comida típica. Esperamos a presença de todos!!

■ Data/Horário 2 de Junho (sábado)

12:00~15:00

■ Local Centro de Aprendizagem do Cidadão (Sun Hills Kosei)



Consultas diversas (Soudan)

Os locais de consultas apresentadas a seguir disponibilizam intérpretes de português e espanhol atendendo às diversas consultas subdividindo-as e encaminhando aos especialistas correspondentes na medida do possível.

● Consultas Gerais ● ☎ 0748-71-2370

- ✚ Atendimento: Segunda à Sexta-feira (exceto feriados)
- ✚ Horário: das 8:30hs ~ 17:15hs
- ✚ Local: Sala de consultas (prédio leste da prefeitura)

● Associação Internacional ●

Associação internacional de Konan-shi - KIA - Konan-shi Kokusaikyukai
☎ 0748-71-4332

〒520-3234
Shiga-ken Konan-shi Chuou 1 - 1 1F

Associação Internacional de Shiga - SIA - Shiga-ken Kokusaikyukai
☎ 077-523-5646

〒520-0801
Shiga-ken Otsu-shi Nionohama 1- 1 -20
Piazza Ohmi 2F

● Centro de apoio ao trabalhador do governo da província de Shiga ●

Shiga-ken kyuushokusha sougou shien senta
☎ 077-521-5421

〒520-3214
Shiga-ken Otsu-shi Umebayashi 1 - 3 - 10
Shiga Bldg 5F

● Agência pública de estabilização no trabalho ●

HELLO WORK - Koka
☎ 0748-62-0651

〒528-0031
Shiga-ken Koka-shi Minakuchi-cho
Honmachi 3-1-16

Comunicado da pediatria do Ishibe Iryou Center

Centro Médico de Ishibe
(Ishibe Iryou Center)
TEL.: 77-4100

Gostaríamos de apresentar a médica responsável da pediatria deste ano fiscal do Centro Médico de Ishibe. Doutora Kumiko Yamashita

Uma mãe dedicada na educação de uma menina de 1 ano. Esperamos que a pediatra se torna uma amiga para todos os cidadãos.



Para evitar acidentes envolvendo bicicletas

A bicicleta é um meio de transporte muito popular utilizado por muitos, independente da sua idade, porém acidentes envolvendo bicicletas tem sido frequentes.

Ultimamente, está havendo muitos casos de condução imprudente por parte dos jovens. E a violação das regras e da lei do trânsito por parte dos ciclistas está sendo o motivo de acidentes.

Somente em 2011 foram 45 casos de acidentes envolvendo bicicletas na cidade de Konan. A metade dos acidentes são de frente e 60% das causas são a falta de cuidado e a falta de verificação. A metade do acidente envolvendo as bicicletas são causadas por pessoas de 7 a 19 anos, e 10% são provocados por idosos acima de 65 anos.

As ruas não são apenas para as bicicletas, passa carro, moto e pedestres. Ao andar de bicicleta siga as regras e as leis do trânsito, para evitar os acidentes.

5 regras de segurança no uso da bicicleta

- ① A bicicleta deve passar na rua não nas calçadas
 - ② Andar no lado esquerdo das ruas
 - ③ Nas calçadas a preferencial são para os pedestres e nas ruas diminua a velocidade
 - ④ Crianças devem usar capacetes
 - ⑤ Siga as regras de segurança
- Proibido andar de bicicleta quando beber álcool • 2 pessoa em um bicicleta • lado a lado, mudança ou saída súbita.
 - No cruzamento obedeça o semáforo, mesmo que o semáforo esteja verde pare uma vez e verifique a segurança.



Banco de troca

("Koukan Ginkou")

Prefeitura (prédio leste)
Divisão de Ambiente Social
(Seikatsu Kankyoka)
TEL.: 71-2358

Pedimos às pessoas que usufruem do Banco de troca que estejam cientes que informaremos o seu nome e telefone aos interessados. E a troca deverá ser efetuada diretamente entre os interessados.

Procuo

- Máquina de Costura
- Processador de texto
- Uniforme e uniforme de educação física feminino do Hiei Chugakkou



Ofereço

- Guarda-roupa
- Escrivania para estudo
- Cômica
- Cadeira de Bebê
- Child Seat
- Órgão eletrônico (Technitone)
- Enciclopédia Mundial (volume 24 • mapa volume 2)
- Balanço para crianças (interno)

Exame de Saúde Infantil

Exame de:	Crianças nascidas em:	Data do exame
4 meses	Janeiro de 2012	29 de Maio (Ter)
10 meses	Julho de 2011	22 de Maio (Ter)
1 ano e 6 meses	Outubro de 2010	18 de Maio (Sex)
2 anos e 6 meses	Outubro de 2009	11 de Maio (Sex)
3 anos e 6 meses	Outubro de 2008	10 de Maio (Qui)

Recepção: 13:00hs ~ 14:15hs (pode ser demorado)

Local: Centro de saúde

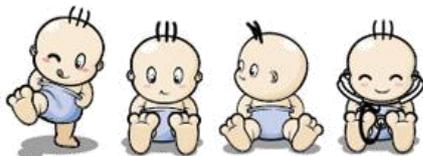
Levar: Livro de saúde materno infantil

Questionário de exame

Toalha de banho (4 meses)

Escova de dentes (a partir dos 10 meses)

※No exame de 3 anos e 6 meses realizamos o exame de urina e de visão.



●Vacinação preventiva (Sarampo e Rubéola)●

É necessário a aplicação das 2 doses da vacina preventiva contra o sarampo e a rubéola (MR combinada). A 1ª dose é aplicada entre 1~2 anos de idade (MR 1ª fase), a 2ª dose em idade pré-escolar (no último ano da creche entre 5 e 6 anos)- (MR 2ª fase). As crianças do 1º ano do "Chuugakkou" e do 3º ano do "Koukou" que não receberam a aplicação da 3ª dose e a 4ª dose respectivamente poderá aplicar a vacina neste ano fiscal. Recomendamos a aplicação da vacina o mais rápido possível

Levar

➢ Livro de saúde materno infantil (Boshi techou) - (somente para a 1ª e 2ª fase).

➢ Documento de identificação para confirmação do endereço (ex: cartão do seguro de saúde).

➢ Questionário (disponíveis nas instituições médicas e no Centro de Saúde).

◎A vacina é gratuita.

Após a vacinação da 3ª e a 4ª fase a instituição médica irá entregar o Atestado de Conclusão da Vacina. É um documento muito importante para comprovar a inoculação. Guarde em local seguro pois não é possível emitir uma segunda via.

Nas Instituições médicas autorizadas

(Confira no informativo anual do Centro de Saúde. Se deseja aplicar a vacina em instituições médicas fora da cidade de Konan, consulte o Centro de saúde.)

Tipo de vacina	Idade de vacinação
MR 1ª fase	Entre 1ano~2 anos completos
MR 2ª fase	Nascidas entre 2 de abril de 2006 ~1 de abril de 2007 (último ano da creche)
MR 3ª fase	Nascidas entre 2 de abril de 1999 ~1 de abril de 2000 1ª série do chugakko
MR 4ª fase	Nascidas entre 2 de abril de 1994 ~1 de abril de 1995 3ª do kouko

※Em abril enviamos o questionário para as crianças elegíveis ao 3º e a 4ª fase.

Período da vacinação

MR 1ª fase	Desde o aniversário de 1 ano até antes de completar 2 anos
MR 2ª fase	Até 30 de Setembro. (A vacinação é possível até 31 de março)
MR 3ª fase	
MR 4ª fase	

O responsável deverá acompanhar a vacinação. Somente as pessoas elegíveis a 4ª fase o acompanhamento e dispensável no entanto que apresente a autorização. Adquira a autorização no Centro de Saúde.



Livreto de Saúde Materno Infantil

Emissão: 8:30hs ~ 16:30hs

Local: Centro de saúde

Levar: Carimbo (Inkan)

Notificação de gravidez (Ninshin todokedesho)

※Caso não possua a notificação de gravidez, confirme primeiramente a data de previsão do parto com o médico responsável.

YOBUSESSHU POLIO

Polio	8 de Maio (TER)	Objetivo: Crianças entre 3~90 meses
	17 de Maio (QUI)	

Levar: Livro de saúde materno infantil
Questionário de vacinação

※As senhas serão entregues no próprio local de atendimento a partir das 08:30hs ~. Se sair do local com a senha, volte até as 14:30hs.

Não esqueça de conferir as datas dos exames e vacinações no Informativo Anual do Centro de Saúde!!!



Informações do centro de reciclagem

(Calendário do Lixo)

Centro de reciclagem
(Risaikuru Puraza)
TEL.: 75-3933

5 MAIO



Ishibe higashi • Ishibe chuuou • Ishibe nishi
• Miya no mori • Houraizaka • Okade
• Ishibe minami • Higashitera • Nishitera •
Maruyama • Ishibe kita • Ishibegaoka

Shoufukuji • Kitayamadai • Bodaiji
• Midori no mura • Mikamidai • Iwatani rando
• Oumidai • Haiweisaidotaun

5月	MAIO					
DOM	SEG	TER	QUA	QUI	SEX	SAB
		1 Incineráveis MOERU	2 Garrafa PET	3 Dia da Constituição	4 Dia do Verde	5 Dia das Crianças
6	7 Plásticos PURA	8 Incineráveis MOERU	9 Vidro BIN	10 Lixo grande OOGATA	11 Incineráveis MOERU	12
13	14 Plásticos PURA	15 Incineráveis MOERU	16 Garrafa PET	17 Latas CAN	18 Incineráveis MOERU	19
20	21 Plásticos PURA	22 Incineráveis MOERU	23 N Incinerável MOENAI	24 Papel e tecido KOSHI-KOFU	25 Incineráveis MOERU	26
27	28 Plásticos PURA	29 Incineráveis MOERU	30 Garrafa PET	31 Latas CAN		

5月	MAIO					
DOM	SEG	TER	QUA	QUI	SEX	SAB
		1 Incineráveis MOERU	2 Vidro BIN	3 Dia da Constituição	4 Dia do Verde	5 Dia das Crianças
6	7 Plásticos PURA	8 Incineráveis MOERU	9 Garrafa PET	10 Latas CAN	11 Incineráveis MOERU	12
13	14 Plásticos PURA	15 Incineráveis MOERU	16 N Incinerável MOENAI	17 Papel e tecido KOSHI-KOFU	18 Incineráveis MOERU	19
20	21 Plásticos PURA	22 Incineráveis MOERU	23 Garrafa PET	24 Latas CAN	25 Incineráveis MOERU	26
27	28 Plásticos PURA	29 Incineráveis MOERU	30 Vidro BIN	31 Lixo grande OOGATA		

Mikumo • Myoukanji • Yoshinaga •
Natsumi • Hari • Rumon kousei • Chuou •
Hiramatsu • Koujibukuro

Asakuni • Iwane higashiguchi • Iwane
higashi • Iwane nishi • Iwane hanazono •
Danchi kita • Danchi naka • Danchi minami •
Shimoda higashi • Shimoda nishi • Shimoda
minami • Ootani • Shimoda kita •
Nakayama • Midorigaoka • Shoufuen kiriyama

5月	MAIO					
DOM	SEG	TER	QUA	QUI	SEX	SAB
		1 Incineráveis MOERU	2 Garrafa PET	3 Dia da Constituição	4 Dia do Verde	5 Dia das Crianças
6	7 Plásticos PURA	8 Incineráveis MOERU	9 N Incinerável MOENAI	10 Papel e tecido KOSHI-KOFU	11 Incineráveis MOERU	12
13	14 Plásticos PURA	15 Incineráveis MOERU	16 Garrafa PET	17 Latas CAN	18 Incineráveis MOERU	19
20	21 Plásticos PURA	22 Incineráveis MOERU	23 Vidro BIN	24 Lixo grande OOGATA	25 Incineráveis MOERU	26
27	28 Plásticos PURA	29 Incineráveis MOERU	30 Garrafa PET	31 Latas CAN		

5月	MAIO					
DOM	SEG	TER	QUA	QUI	SEX	SAB
		1 Incineráveis MOERU	2 N Incinerável MOENAI	3 Dia da Constituição	4 Dia do Verde	5 Dia das Crianças
6	7 Plásticos PURA	8 Incineráveis MOERU	9 Garrafa PET	10 Latas CAN	11 Incineráveis MOERU	12
13	14 Plásticos PURA	15 Incineráveis MOERU	16 Vidro BIN	17 Lixo grande OOGATA	18 Incineráveis MOERU	19
20	21 Plásticos PURA	22 Incineráveis MOERU	23 Garrafa PET	24 Latas CAN	25 Incineráveis MOERU	26
27	28 Plásticos PURA	29 Incineráveis MOERU	30 N Incinerável MOENAI	31 Papel e tecido KOSHI-KOFU		

Informações do centro de reciclagem

Centro de reciclagem
(Risaikuru Puraza)
TEL.: 75-3933

O Centro de reciclagem (Risaikuru Puraza) é uma instituição que faz o recolhimento do lixo não incinerável (Moenai gomi) e do lixo de grande porte (Sodai gomi).

O lixo de grande porte pode ser levado diretamente ao Centro de reciclagem das 9:00 ~ 16:00hs todos os dias (exceto sábado, domingo e feriados).

Se não pode levar o lixo de grande porte ao Centro de reciclagem, telefone ou envie um FAX e reserve um dia para a coleta.

Kobetsu shushu no moushikomi = Reserva de coleta		
	Prazo de reserva	Dia da coleta
até a parte da manhã do dia	2 de Maio (Qua)	8 de Maio (Ter)
	11 de Maio (Sex)	15 de Maio (Ter)
	18 de Maio (Sex)	22 de Maio (Ter)
	25 de Maio (Sex)	29 de Maio (Ter)
	1 de Junho (Sex)	5 de Junho (Ter)

31 de Maio "Campanha internacional contra o cigarro"

Somente no Brasil o tabaco faz, anualmente 200 mil vítimas.

De acordo com o Instituto Nacional de Câncer, o fumo é fator casual de 50 doenças diferentes, destacando-se as cardiovasculares, o câncer e as doenças respiratórias obstrutivas crônicas.

As estatísticas demonstram que 45% das mortes por infarto do miocárdio, 85% das mortes por doenças pulmonar obstrutiva crônica (enfisema), 25% das mortes por doenças cérebro-vascular e 30% das mortes por câncer podem ser atribuídas ao cigarro. Outro dado alarmante, 90% dos casos de câncer do pulmão têm correlação o tabagismo.

A fumaça do cigarro é uma mistura de aproximadamente 5.000 substâncias tóxicas diferentes; constituída de duas fases: a fase particulada e a fase gasosa. A fase gasosa é composta, entre outros, por monóxido de carbono, amônia, cetonas, formaldeído, acetaldeído, acroleína. A fase particulada contém nicotina e alcatrão.

O alcatrão é um composto de mais de 40 substâncias comprovadamente cancerígenas, formado a partir da combustão dos derivados do tabaco. Entre elas, o arsênio, níquel, benzopireno, cádmio, resíduos de agrotóxicos, substâncias radioativas, como Polônio 210, acetona, naftalina e até fósforo P4/P6, substâncias usadas para veneno de rato.

O monóxido de carbono se junta à hemoglobina presente nos glóbulos vermelhos do sangue, que transportam oxigênio para todos os órgãos do corpo, dificultando a oxigenação do sangue, privando alguns órgãos do oxigênio e causando doenças como a aterosclerose.

A nicotina é considerada pela Organização Mundial da Saúde como uma droga psicoativa que causa dependência. A nicotina age no sistema nervoso central como a cocaína, com um diferença: chega um torno de 9 segundos ao cérebro. Por isso, o tabagismo é classificado como doença estando inserido no Código Internacional de Doenças no grupo de transtornos mentais e de comportamento devido ao uso de substância psicoativa.

Por este motivo: - Evite a primeira tragada; - não fume na frente de crianças;

Para que deseja parar é bom saber que os sintomas ruins após a parada são piores na primeira semana, mas são temporários, devendo desaparecer no máximo em 3 semanas.

Compostos do Cigarro

- Gases Tóxicos
- ★ Substâncias Cancerígenas
- ※ Metal Tóxico
- Metais Cancerígenos
- ▲ Gases Cancerígenos

