A DIFERENÇA entre o ANTÍTODO e o REMÉDIO é a …



Sabemos muito bem que há uma estigma de doença, vício e morte no tabaco e no hábito de fumar, e uma repreensão máxima sobre a maior vilã da química, a nicotina.

Mas talvez este hobby de fumar e esta simples molécula sejam apenas incompreendidos pelas pessoas, esse é o meu intuito: tirar este hábito das sombras e trazê-lo para a luz.

Anualmente dezenas de levas de pesquisas, artigos e revisões são feitas buscando condenar o tabaco e o hábito de fumar, mas se destrinchado, este homeopático renegado pode trazer benefícios.

De fato, se procurar por tabaco e benefícios na rede não renderá muitos resultados condizentes, levando o pesquisador ir a fundo nas cadeias químicas e investigar por si só, para então compreender que o tabaco em suas muitas variedades é um homeopático com características físicas e psicoativas muito benéficas, principalmente

para o atual corre-corre do dia a dia.

A nicotina, principal componente químico das folhas do tabaco, é um alcalóide orgânico da família das aminas e que, assim como os açúcares sintéticos e a cafeína, causa dependência após longa exposição, porém, diferente do que se propaga, o tabaco e a nicotina não possuem características carcinogênicas consideráveis. De fato, plásticos são muito mais tóxicos do que essa molécula. Os cânceres relacionados ao tabagismo são causados por agentes químicos encontrados em tabacos industrializados (processo de aromatização, estabilizantes, etc.) e efeitos colaterais por uso desregrado e desmedido de nicotina diariamente por anos a fio (metaplasia das células pulmonares).

Apesar disso, benefícios significativos podem ser obtidos com o consumo consciente do tabaco. Após entrar na corrente sanguínea a nicotina inicia um processo vasoativo causando vasoconstrição e vasodilatação regulando a PA geralmente para baixo (a tontura do nic kick vem desse efeito). Seguindo pela corrente sanguínea, a nicotina liga-se ao cortisol, a adrenalina e a noradrenalina desnaturando-os e baixando seus níveis, o que reduz a tensão muscular (tensão da fáscia), o que diminui a sensação de cansaço físico. O hábito de fumar também reduz o cortisol tóxico, que gera o estado de relaxamento percebido por muitos apreciadores de tabaco.

Associados a esses efeitos físicos, os efeitos psicoativos estimulam a memória e a criatividade. Lembrando que a memória relacional ativa-se com aromas e sabores, assim, um tabaco pode ser um agente facilitador para a consolidação de memórias.

Como fisioterapeuta posso citar um estudo realizado com pacientes em recuperação de lesões ósseas. O objetivo inicial era provar que o fumo prejudica a recuperação dos pacientes dificultando a formação de tecido cicatricial, porém os resultados mostraram o inverso: o grupo que recebia charutos aderiu melhor ao tratamento e se mostrou mais disposto e alegre, fazendo com que se recuperasse mais rápido, e destes 30 participantes, apenas 5% manteve o hábito de fumar.

Então o que há de tão terrível neste hábito de fumar tabaco? Serei franco, existem sim efeitos colaterais e doenças que advém do consumo de tabaco, sua fumaça paralisa temporariamente os cílios das células pulmonares, ao longo do tempo o acúmulo de secreção causa metaplasia das células pulmonares ocasionando lesões e possíveis

tumores, mas é perfeitamente possível usufruir dos benefícios homeopáticos do tabaco se a regra “a diferença entre o remédio e o veneno…” for aplicada. Logo a paralisia passa e temos higiene brônquica novamente.

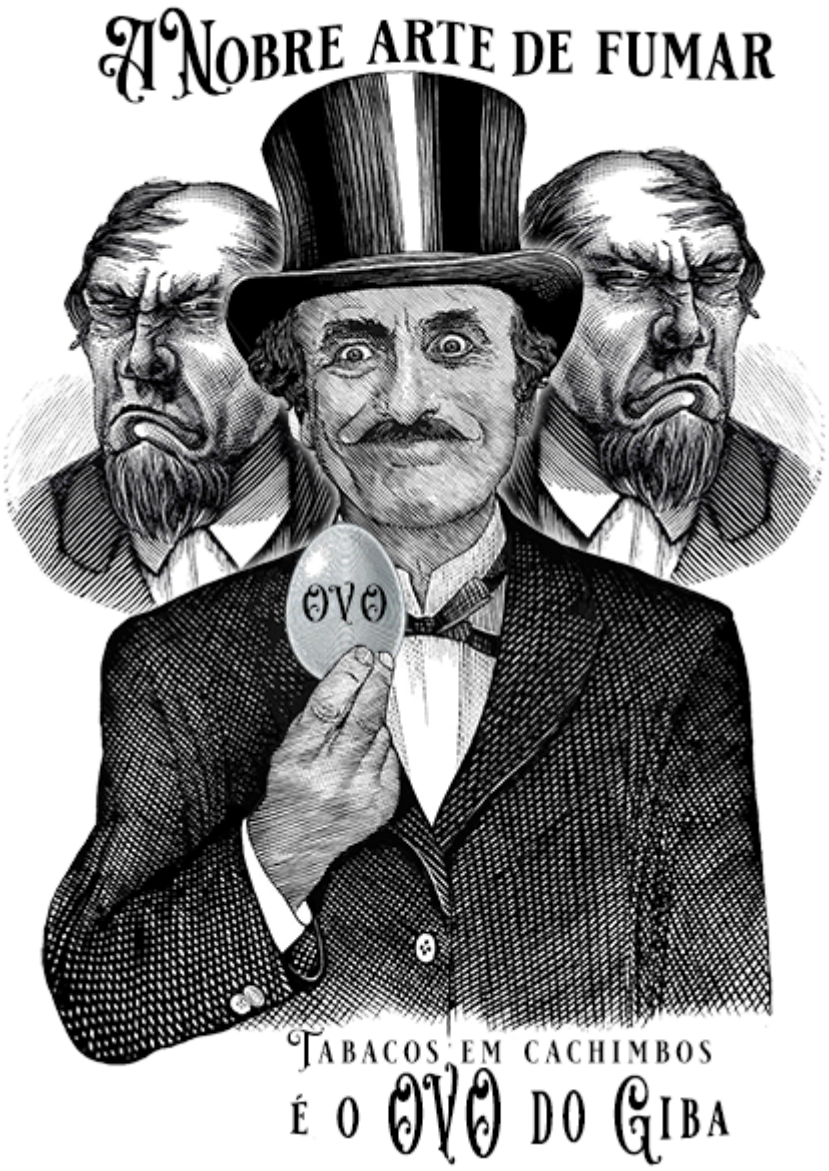
Em suma o tabaco é um homeopático como nosso café e nosso amado chá preto. Seu consumo desregrado causa consequências, mas não há mal algum em consumir seus fornilhos de Quiet Nights enquanto lê, ou amanhecer com um ótimo Bálsamo do Oriente. Deixe um espaço de tempo para que seu corpo se livre dos excessos e curta seu bom tabaco que trás tanta paz e boas amizades.

Keep the Fornilho aceso confrades!

Autor: Professor Hércules Santana.

Formação: Professor de educação física, especialista em metodologia do treinamento e educação física adaptada. Acadêmico de Fisioterapia.

A Nobre Arte de fumar Tabacos em Cachimbo é o Ovo do Giba



E aí que, geralmente iniciantes, adotam a expressão do título desta matéria para designar algo que para muitos é só um vício fedorento…

Mas vamos por partes, começando do final.

Quando você vai num restaurante bom, você aprecia um prato primoroso de um grande chefe de cozinha. Quem é o artista?

Quando você aprecia uma cerveja artesanal feita com primazia, cheia de nuances e sabores, você se considera um artista?

Quando você assiste um filme espetacular, você está fazendo arte?

Pois então, porque com cachimbo seria diferente?

Pelo dicionário Michaelis, a palavra arte tem pelo menos 25 diferentes definições, que como o mesmo descreve, se confundem muito ao passar do tempo, mas modernamente, poderíamos dizer que arte é produzir algo, através de esforço, habilidade e talento, e que instigue as pessoas, provocando nelas sentimentos de toda ordem.

Se você considerar que o repúdio que sua esposa tem pelo cheiro da queima de um Pirate Kake um sentimento, talvez eu aceite seu argumento, mas em contrário, os pipe makers são artistas, e os blenders são artistas, pois seguem à risca as definições de arte, produzindo algo útil através de matéria natural, tais quais os cozinheiros também o são.

Caso contrário, acredito que você é um consumidor da arte.

O Hábito ou vício pelo tabaco queimado em um pipo é, na real, um ritual, rodeado de muita cultura, e isto gera esta confusão com esse termo que não deveria ser utilizado de forma tão indiscriminada.

Da mesma forma, um hábito que no mínimo é considerado por milhares uma coisa anti-higiênica, que beira o relaxamento, que traz mal à saúde, que incomoda terceiros por ser por vezes muito fedorento, não tem absolutamente nada de nobre, antes ao contrário, se enquadra muito mais nos antônimos desta palavra. Consulte o Google se não as lembra.

A confusão se deve ao fato de ser um hábito secular, tradicional, sempre ligado a pessoas cultas, com livros em mãos, pensadores, com bengalas cartolas e fraques. Alguém até já disse que um tolo com cachimbo na boca pode tornar-se um sábio…

Então, sou obrigado por definição técnica a concordar com meu “confrade” Giba, que um dia disse: A nobre arte é meu ovo.

E refiro-me a confrade, pois aí sim a definição está adequada pois compartilhamos dos mesmos interesses, hábitos, somos colegas, companheiros de confraria, etc.

Dificilmente você verá algum cachimbeiro experiente usar essas definições para se referirem a este costume. Logo, para não parecer uma pessoa que força as situações, evite esta expressão e ajude a popularizar este nosso vício, assim como os amantes de

narguilé estão fazendo, pois vai baratear nossos insumos se mais gente entenderá que é uma prática que já foi popular, que faz muito menos mal que tomar cervejas caras, e que não precisa ser pedante, elitista e que na prática é como ir em um restaurante, tomar uma cerveja, assistir a um filme.

Ah! E se por ventura vier fazer comparativos com os sommelier, devo lembra-los que eles escolhem e recomendam vinhos a terceiros, em geral não engolem a bebida e nem ficam bêbados. Logo, a menos que você faça isso com tabaco como profissão, seu argumento também é inválido.