# Os benefícios do Tabaco que ninguém fala

Em primeiro lugar, explico que este texto pode parecer politicamente incorreto. Se ao final da leitura chegar a esta conclusão, parabéns, você tem razão e sabe interpretar texto.

Em segundo, não sou patrocinado pela indústria tabagista, e escrevo por iniciativa própria. Mas isto em momento algum significa que não aceito patrocínio, antes pelo contrário, estamos abertos a uma conversa.

Por fim, neste curto preâmbulo, deixo claro que os benefícios do tabaco podem não compensar os malefícios, logo, é de sua responsabilidade fumar com consciência e moderação.

Isto posto, começo me referindo a três pessoas que não fazem parte de uma estatística do Ministério da Saúde: Minha Avó, meu Avô e o Avô de minha esposa.

Minha finada Avó, que morreu de câncer no estômago, aos 86 anos, segundo os médicos por excesso de cigarros… Tá bem… 86 me serve… Ela fumou até o último dia de vida, foi bastante feliz e realmente fumava muito cigarro industrial.

Meu Avô, que algo em torno de 6 meses após minha Avó, também morreu, creio de tristeza. Aos 94 anos já não fumava a 10, e teve como uma das últimas confissões de que tinha se arrependido de parar de fumar.

E o seu Conceição, Avô da minha esposa, que atualmente, junho de 2018, fuma demasiadamente… Quando não está fumando está enrolando o próximo cigarro e chega ao absurdo de acordar no meio da madrugada para dar uma baforada. Pois a 3 anos, caiu de uma égua e quebrou o joelho, não pode comemorar seu centésimo aniversário e ficou puto porque não podia fumar no hospital… Daqui a uns dias vou lá levar mais uns dois quilos Arapiraca como presente de aniversário, pois o fumo que tem pra vender em Quaraí no Rio Grande do Sul é muito fraco. Sim, ele tem praticamente 103 anos e fuma a mais de 90 anos.

Daí que com 34 anos, após um ano, mês, semana, dia absolutamente estressante, sem que nunca tenha fumado, tive uma isquemia cerebral… Como sequela, perdi minha excelente dicção e passei a ter problemas de memória… E após exames descobri uma isquemia cardíaca… E após exames, uma alteração o anti-TPO, um caroço na tireoide e pesei: Agora fodeu!

Por muita sorte, ou milagre se preferem, nenhuma das isquemias foi séria e nem minha tireoide estava “bichada”, mas descobri que o estresse faz muito mal…

O ato de fumar um cigarro faz “as turbinas baixarem”, pois a nicotina é um agente ganglioplégico vindo acompanhada do aumento da produção da dopamina, acetilcolina e norepinefrina, que dão sensação de prazer e relaxamento ainda que sejam estimulantes.

Mas eu detesto cigarro…

Mas gosto de charutos…

Que são caros…

Quando redescobri o cachimbo…

Foi então que percebi o quão chatas são grande parte das pessoas, que arrancam logo de cara um “isso mata”, “faz mal”, “tu é novo e fuma”…

Mal sabem elas o quanto bem me faz o “ritual do cachimbo”… Perguntem para minha família!

Após “criar o hábito” de meus três fornilhos ao entardecer, desliguei minha ansiosidade como em um passo de mágica e por consequência, perdi mais de 10 quilos… Sim, fumar emagrece e qualquer fumante sabe isso, e acreditem, os malefícios da obesidade superam de longe os de uso de tabaco de forma moderada.

A quem diga que tabaco é supressor de apetite, que diminui o paladar, mas o fato cientifico mais concreto quem me mostrou foi a balança da farmácia…

Todavia com o hábito veio muito rapidamente o vício, e como é impraticável usar um cachimbo no trabalho, conheci em paralelo o tal de rapé. Para minha surpresa, descobri que é absolutamente eficaz contra rinite alérgica e asma, e justifico com dado igualmente técnico: Estava a ponto de utilizar uma injeção de Diprospan ou BetaTrinta todo mês, pois minha asma e rinite crônicas não me deixavam em paz, tinha problemas para trabalhar, dormir e minha melhor companhia era sempre uma fralda de pano usada como lenço e uma bombinha de Clenil HFA 250 mcg. Pois desde a primeira cheirada do bendito tabaco em pó que não sei mais o que é corticoide e nebulização. E meu irmão testou, e trocou o Alenia por Rapé Tupi ou Snuff.

Eu poderia falar ainda de efeitos que o consumo de tabaco podem trazer, e que ainda não senti, todos com comprovação científica fartamente encontrado na internet, tais como prevenção ao Parkinson e Alzheimer, diminuição do risco de morte pós infarto do miocárdio, e efeito potencializador na absorção do Clopidogrel em tratamento cardíaco e circulatório, diminuição na propensão a desgaste de cartilagens como consequente diminuição de risco de cirurgia de joelhos, ação anti-inflamatória bem como eventual melhora do sistema imunológico a ponto de ajudar no combate de colite ulcerativa, câncer de cólon, úlceras aftosas, artrite, pré-eclampsia, endotoxemia e sepse polimicrobiana. Serve até para combater alguns parasitas estomacais que pelo visto são anti-tabagistas.

Também é notável por fumantes que o tabaco estimula a atividade cerebral, aumenta a capacidade de raciocínio e concentração, melhora a precisão e ajuda a manter a calma, mas nada disso tem o valor do maior benefício que recebi de minhas cachimbadas: Me tornei um ser sociável!

Boas fumadas em geral vem acompanhadas de boas bebidas, boa música, bons livros mas principalmente de excelentes amigos.

Ainda que seja provável que diminua a capacidade respiratória e causa pigarro, não tem preço passar a interagir com outros cachimbeiros que sempre trazem muitas horas de papo, muito conhecimento e uma relação interpessoal que eu ainda não tinha experimentado.

Só quem é do meio sabe dos prazeres do cachimbo, que começa na indicação de um tabaco por um amigo, passa pela compra, pela espera da chegada, pela abertura da lata, pelas primeiras baforadas, pelo leque de sabores e sensações, pelo final do tabaco que vai deixar saudade, pela busca do tabaco perfeito.

Do ritual que começa com a escolha do pito da vez, de fazer “três terços”, de provar a frio, de sentir as nuances de um oriental, latakia ou mesmo full vrgínia, de limpar o cachimbo e cuidá-lo como um fiel companheiro ou só como ferramenta de fumar.

Os tabacos comprovadamente causam problemas arteriais e cardíacos, e são um eficiente agente cancerígeno em nível urinário, estomacal e pulmonar, mas se aos oitenta anos eu sofrer algum desses males, vou poder dizer que a vida valeu a pena e eu conheci as melhores pessoas a que tive direito, sendo realmente feliz.

Há, e você vai feder a cigarro, mas se for um chachimbeiro raiz, vai ter um ou muitos amigos igualmente fedidos para trocar sempre uma ideia.

E se for fumar pensando nos malefícios, eles vão ocorrer ainda mais rápido, então fuja disso.