



ZIUA MONDIALĂ FĂRĂ TUTUN 31 mai 2026

Consumul de tutun reprezintă una dintre cele mai mari amenințări pentru sănătatea publică, fiind una dintre cele mai importante cauze evitabile de morbiditate și mortalitate la nivel global.

Cu ocazia Zilei Mondiale Fără Tutun – 31 mai 2026, Institutul Național de Sănătate Publică atrage atenția asupra impactului produselor emergente cu nicotină asupra sănătății populației, în special asupra copiilor și adolescenților.

În ultimii ani, utilizarea țigărilor electronice, a dispozitivelor de tutun încălzit și a pliculețelor cu nicotină a crescut semnificativ în rândul tinerilor din toate țările europene, inclusiv în România. Aceste produse sunt promovate frecvent prin arome atractive, design modern și strategii de marketing orientate către noile generații, creând percepția eronată că ar fi mai puțin nocive decât fumatul convențional.

Expunerea la nicotină în perioada adolescenței poate afecta dezvoltarea creierului, capacitatea de concentrare și memoria. De asemenea, utilizarea produselor cu nicotină poate determina instalarea dependenței și poate crește riscul de inițiere a fumatului convențional.

Expunerea repetată la aerosolii produși de țigările electronice și alte produse similare poate afecta sistemul respirator și cardiovascular și poate contribui la apariția unor efecte nocive pe termen lung asupra sănătății. În plus, utilizarea simultană a mai multor produse cu nicotină („dual use”) este tot mai frecventă în rândul adolescenților și tinerilor.

Protejarea copiilor și adolescenților de dependența de nicotină reprezintă o prioritate de sănătate publică. Informarea corectă, educația pentru sănătate și limitarea expunerii tinerilor la marketingul produselor cu nicotină sunt măsuri esențiale pentru reducerea consumului și prevenirea inițierii.



Institutul Național de Sănătate Publică încurajează informarea din surse oficiale și bazate pe dovezi științifice; implicarea părinților, profesorilor și profesioniștilor din sănătate în educația preventivă și promovarea unui stil de viață sănătos și fără tutun.

Ziua Mondială Fără Tutun reprezintă un apel la responsabilitate și acțiune pentru protejarea sănătății generațiilor viitoare.

Informația te protejează. Alege sănătatea. Protejează-ți viitorul!

1. *WHO - World No Tobacco Day - Unmask the appeal – countering tobacco and nicotine addiction*
<https://www.who.int/campaigns/world-no-tobacco-day/2026>
2. *WHO report on the global tobacco epidemic, 2025: warning about the dangers of tobacco; Geneva, 2025.*
<https://www.who.int/publications/i/item/9789240112063>
3. *Perez-Cornago, A., Sarasa-Renedo, A., Jarach, C., Wollgast, J. and Maragkoudakis, P., Health outcomes associated with the use of e-cigarettes, heated tobacco products, and nicotine pouches, Publications Office of the European Union, 2026*
<https://publications.jrc.ec.europa.eu/repository/handle/JRC146139>
4. *EC – Press release - Commission evaluation of the EU tobacco control framework highlights progress and emerging public health challenges, Brussels, 2 April 2026*
https://ec.europa.eu/commission/presscorner/api/files/document/print/en/ip_26_771/IP_26_771_EN.pdf