

Global State of Tobacco Harm Reduction



Porque precisamos de reduzir os malefícios do tabaco e quais as provas de que isso é possível?

Oliver Porritt

Junho
2025

PARA MAIS PUBLICAÇÕES, VISITE [GSTHR.ORG](https://www.gsthr.org)



[gsthr.org](https://www.gsthr.org)



[@globalstatethr](https://twitter.com/globalstatethr)



[@gsthr](https://www.facebook.com/gsthr)



[@gsthr](https://www.youtube.com/gsthr)



[@gsthr.org](https://www.instagram.com/gsthr.org)



Creative Commons
Attribution (CC BY)

Introdução

Os atuais esforços para reduzir o tabagismo não estão a funcionar com a rapidez e a eficácia desejada. Neste momento, existem 1,1 mil milhões de fumadores em todo o mundo – um número que sofreu poucas variações desde 2000 – 80% dos quais são habitantes de países de baixo e médio rendimento, havendo muitos milhões de pessoas que consomem outros produtos de tabaco prejudiciais à saúde. A estimativa da Organização Mundial da Saúde (OMS) quanto ao número de mortes causadas pelo tabagismo não sofreu alterações num período de 20 anos, mantendo-se nos mil milhões até ao final do século. A previsão que fez em 2006, de 8 milhões de mortes por ano até 2030,¹ já foi atingida.

As medidas de controlo do tabaco que se encontram em vigor não estão a diminuir a mortalidade nem as doenças causadas pelo consumo do tabaco, mas há uma alternativa: **a redução dos malefícios do tabaco (THR)**. Àqueles que atualmente consomem produtos de tabaco de alto risco, como cigarros e alguns tabacos de uso oral, a THR oferece a oportunidade de mudar para uma gama de produtos de nicotina mais seguros (SNP), que colocam menos riscos para a saúde. No caso dos cigarros, é a combustão do tabaco que liberta alcatrão e gases com milhares de toxinas perigosas. Em contrapartida, os SNP não são combustíveis e alguns deles não contêm tabaco. Quem deseja reduzir os malefícios associados ao consumo da nicotina tem agora ao seu dispor toda uma gama de opções mais seguras, incluindo vapes de nicotina (cigarros eletrónicos), produtos de tabaco aquecido, **bolsas de nicotina, snus** e a terapêutica de substituição da nicotina.

a estimativa da Organização Mundial da Saúde quanto ao número de mortes causadas pelo tabagismo não mudou em 20 anos, mantendo-se nos mil milhões até ao final do século

Quais as provas de que a estratégia de redução dos malefícios do tabaco funciona?

Na nossa recente publicação **The Global State of Tobacco Harm Reduction 2024: Um Relatório de Situação**, revelámos que já existem pelo menos 144 milhões de utilizadores de SNP em todo o mundo, apesar de a maioria destes produtos ter apenas sido desenvolvida nos últimos 10 a 15 anos. Nesse relatório, mostramos que os produtos de nicotina mais seguros estão a substituir cada vez mais os cigarros combustíveis em vários países do mundo, e o nosso trabalho de investigação apresenta fortes indícios de uma associação entre o aumento da adoção dos SNP e a redução do tabagismo.

o nosso trabalho de investigação evidencia uma associação entre o aumento da adoção dos produtos de nicotina mais seguros e a redução do tabagismo



Neste documento informativo, destacamos as provas a favor da THR em três países, de três continentes diferentes, detalhadas no nosso relatório. Mostramos a crescente utilização de produtos de tabaco aquecido no **Japão**, o ressurgimento do snus na **Noruega** e a adoção dos vapes de nicotina na **Nova Zelândia**, apresentando os dados mais recentes que demonstram que os SNP estão a substituir os cigarros.

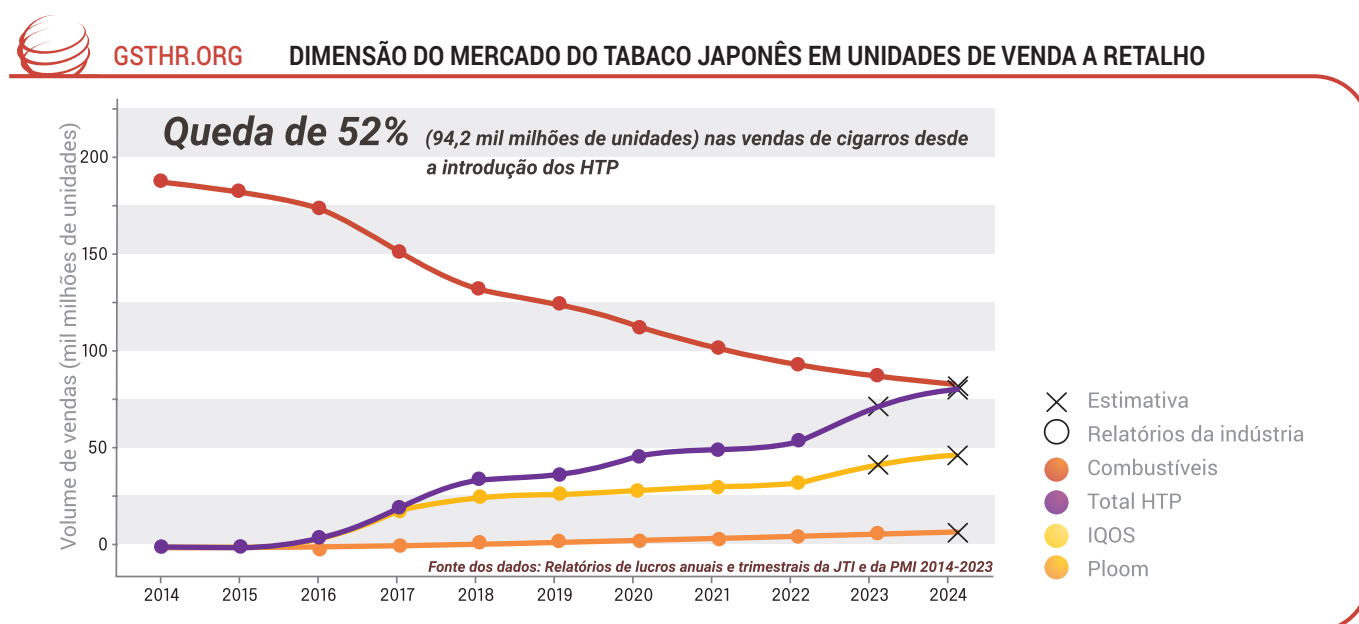
O Japão e os produtos de tabaco aquecido (HTP)

Os produtos de tabaco aquecido começaram a ser comercializados no Japão em 2014, tendo registado um aumento significativo nos dez anos seguintes. Embora as taxas de tabagismo estivessem a baixar há décadas, desde um pico de 79% de homens entre os 20 e os 29 anos em 1970,² o aumento do uso de HTP coincidiu com uma queda significativa e dramática nas vendas de cigarros.

Em 2022, apenas oito anos depois de terem sido lançados como novidades absolutas no mercado, 17,9% dos homens e 6% das mulheres consumiam HTP.³ Enquanto isso, o número de Japoneses que fumavam baixou de 29,7% de homens e 9,7% de mulheres em 2016⁴ para 26,5% de homens e 7,7% de mulheres em 2022.⁵



Figura 1.



O sucesso dos HTP é indiscutível, mas a queda relativamente modesta na prevalência do tabagismo nos últimos anos é explicada por estudos independentes, patrocinados pela indústria, que revelam que a maioria dos utilizadores de HTP no Japão também fuma cigarros.^{6,7} Esta é uma informação importante, uma vez que outros estudos também descobriram que o consumo de HTP permite que dois terços desses utilizadores duplos fumem menos cigarros,⁸ um facto que pode ter implicações profundas para a saúde pública no Japão. E outro estudo, que o põe ainda mais em evidência, constatou que a queda nas vendas de cigarros entre 2016 e 2019 foi cinco vezes superior à registada entre 2011 e 2015.⁹

O nosso estudo *The Global State of Tobacco Harm Reduction*, que compara os volumes de vendas, demonstra claramente uma diminuição no número de cigarros consumidos. Baseando-se em dados de mercado divulgados nos relatórios anuais e trimestrais da Philip Morris International e da Japan Tobacco, revela que as vendas de cigarros individuais foram de cerca de 182,34 mil milhões de unidades em 2015. Em 2023, esse número caiu 52%, para apenas 88,1 mil milhões de unidades, uma queda de 94,2 mil milhões de unidades, enquanto a venda de sticks usados nos HTP no mesmo ano aumentou para 72 mil milhões de unidades num período de menos de 10 anos.

O que está então por trás do sucesso dos HTP no Japão? Porque é que os HTP estão a substituir os cigarros? Um dos principais fatores é o seu estatuto de produtos de nicotina mais seguros. Os dispositivos de HTP aquecem os sticks de tabaco, em vez de os queimarem ou de produzirem fumo, o que faz com que os utilizadores fiquem menos expostos a substâncias químicas perigosas, em comparação com os cigarros tradicionais¹⁰. Há ainda estudos científicos revistos por pares sobre fumadores adultos e ex-fumadores que utilizam HTP que acentuam a importância desta diferença. Um deles descobriu que a crença de que os HTP são menos prejudiciais para o próprio indivíduo (90,6%) ou para os outros (86,7%) foi o fator mais importante que motivou o seu uso.¹¹ Seguiu-se o prazer pessoal (76,5%), enquanto 74,4% disseram que os HTP tinham maior aceitação social do que os cigarros. Entre os fumadores atuais, 55,1% disseram ter começado a usar os HTP na esperança de conseguir deixar de fumar.

O “Global State of Smoking Poll 2019” (“Inquérito global sobre o estado do tabagismo de 2019”), conduzido pela Global Action to End Smoking (anteriormente conhecida como Foundation for a Smoke-Free World), descobriu que o motivo mais comum que levou os fumadores japoneses a trocarem os cigarros pelos HTP foi a preocupação com os riscos que o fumo passivo dos cigarros traziam para outras pessoas (40%).¹² Seguiram-se 36% que disseram que os HTP podem ser menos prejudiciais para a própria saúde e 35% que apontaram o facto de poderem usar os HTP em locais onde não é permitido fumar.

Também é verdade que os Japoneses são particularmente recetivos a novas tecnologias – um dos fatores que incentivaram a Philip Morris International (PMI) a testar o seu produto IQOS em Nagoya e possivelmente outra das razões pelas quais o Japão aderiu tão prontamente a estes novos aparelhos eletrónicos. Uma outra motivação é o desejo

os produtos de tabaco aquecido passaram a ser comercializados no Japão em 2014, com um impressionante aumento na sua adoção nos dez anos que se seguiram

um estudo descobriu que a crença de que os produtos de tabaco aquecido são menos prejudiciais para a saúde do próprio ou para a dos outros foi o fator mais importante que motivou a sua adoção no Japão

de reduzir o impacto sobre os outros cidadãos e de manter elevados padrões de higiene. Por isso, o facto de os HTP não produzirem fumo, cheiro nem as cinzas dos cigarros combustíveis terá desempenhado um papel fundamental na rapidez com que foram adotados.¹³

Outro fator tem sido a relativa falta de concorrência de outros SNP. Embora permita a venda de HTP como produtos de tabaco não medicinais, ao abrigo da Lei das Indústrias do Tabaco,¹⁴ o governo japonês proibiu efetivamente os cigarros eletrónicos com nicotina, uma vez que nenhum líquido com nicotina ou dispositivo de vaping foi aprovado para venda no país. E um último ponto que vale a pena mencionar é que o governo japonês não se opôs nem se manifestou abertamente a favor dos HTP, tendo essa substituição sido motivada de forma preponderante pelas preocupações dos consumidores com a sua saúde e a dos outros.

A Noruega e o snus

Embora se fume tabaco na Noruega desde o século XVI,¹⁵ o país também tem uma longa história com o snus, um produto oral sem fumo feito de folhas de tabaco moídas que é colocado debaixo do lábio superior, ora em pequenas saquetas semelhantes a saquinhos de chá, chamadas “porção de snus”, ou solto. Como o uso do snus não envolve a combustão de tabaco, evita muitos dos riscos associados ao fumo, sendo utilizado há mais de 200 anos pelos Noruegueses. Mas foi apenas no final da década de 1990 que a sua popularidade começou a aumentar, à medida que começaram a ser disponibilizadas versões mais seguras do produto.

Os números da Statistics Norway mostram que o aumento do consumo de snus nas últimas décadas também coincidiu com uma queda dramática nas taxas de tabagismo do país.¹⁶ Em 2005, 5% dos Noruegueses com idades entre os 16 e os 74 anos usavam snus diariamente. Em 2023, esse número mais do que triplicou, atingindo os 16%, com picos de consumo de 34% entre os homens dos 25 aos 34 anos e de 23% entre as mulheres da mesma faixa etária.

Em 2023, apenas 7% dos Noruegueses com idades entre os 16 e os 74 anos fumavam diariamente, o que significa que agora há duas vezes mais pessoas que usam snus, em comparação com os cigarros (16% vs. 7%). 12% das mulheres entre os 55 e os 64 anos e 14% dos homens da mesma faixa etária continuam a fumar. Por outro lado, o tabagismo praticamente desapareceu entre os Noruegueses mais jovens. Apenas 2% das mulheres com idades entre os 16 e os 24 anos e 4% dos homens dos 16 aos 24 anos fumavam diariamente em 2023. Para uma contextualização histórica, em 1973, o primeiro ano para o qual existem dados disponíveis, 45% dos homens e 43% das mulheres entre os 16 e os 24 anos fumavam diariamente. Há fortes indícios de que o snus está a substituir os cigarros.

o governo japonês não se opôs nem se manifestou abertamente a favor dos produtos de tabaco aquecido, tendo essa substituição sido motivada predominantemente pelas preocupações dos consumidores com a sua saúde e a dos outros



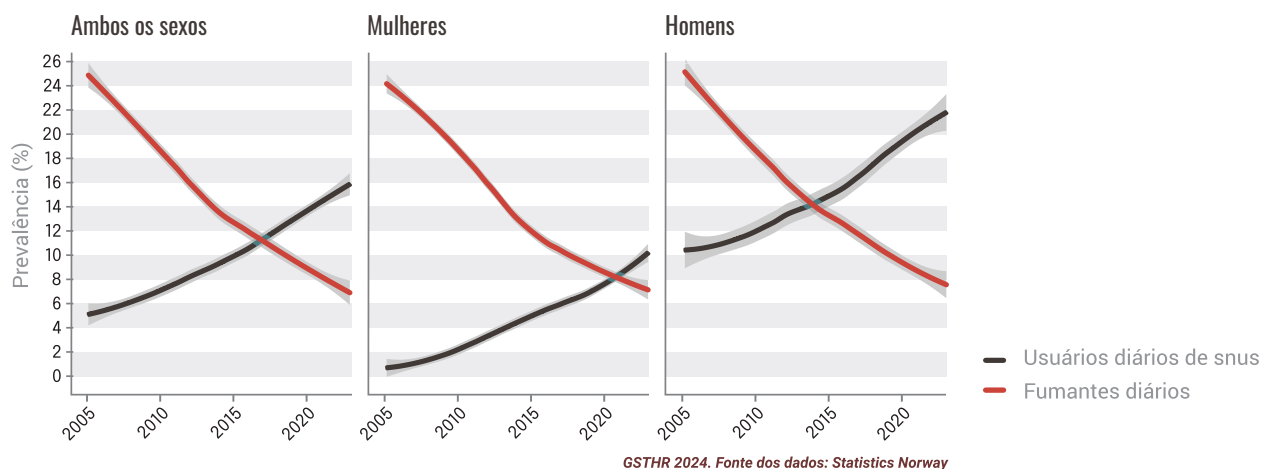
como o uso do snus não envolve a combustão de tabaco, evita muitos dos riscos associados ao fumo, sendo utilizado há mais de 200 anos pelos Noruegueses

Figura 2.



GSTHR.ORG

PREVALÊNCIA DO TABAGISMO E DO CONSUMO DE SNS NA NORUEGA, 2005-2023



Vale a pena notar que 2017 foi o primeiro ano em que se registaram mais utilizadores diários de snus do que pessoas que fumavam cigarros.¹⁷ Enquanto 11% dos Noruegueses entre os 16 e os 74 anos fumavam cigarros todos os dias em 2017, o número de utilizadores diários de snus era de 12%. Existe um uso simultâneo de cigarros e snus, mas verificou-se ser bastante raro. Um estudo revelou que, embora 6,8% dos homens utilizassem ambos, apenas 1% relatou um consumo diário de ambos os produtos.¹⁸

Quais são alguns dos motivos que estão por trás da substituição do cigarro pelo snus? Desde logo, o facto de a Noruega ter sido um dos primeiros países a adotar muitas das leis de controlo do tabaco que entretanto se generalizaram a toda a Europa deu-lhe uma vantagem inicial na luta para reduzir as taxas de tabagismo. A Direção de Saúde norueguesa declara no seu site que a Noruega é “considerada um país com legislação restritiva sobre o tabaco”¹⁹, contando-se entre os cinco primeiros da Europa, graças à robustez das suas medidas de controlo do tabaco.²⁰ A Noruega foi um dos primeiros países a proibir a publicidade aos produtos de tabaco²¹ e, em 2004, tornou-se o segundo, depois da Irlanda, a decretar a proibição de fumar em âmbito nacional, o que significa que é proibido fumar tanto nos locais de trabalho como em locais públicos.²² A Noruega foi também o primeiro país a ratificar a Convenção-Quadro para o Controlo do Tabaco (CQCT), que entrou em vigor em 2005.²³

Esta crescente estigmatização do tabagismo preparou o terreno para que outro produto viesse ocupar o lugar dos cigarros, e a longa associação cultural da Noruega ao snus sugeria que este tinha potencial para desempenhar essa função. Fundamentalmente, a Noruega não estava

em 2023, apenas 7% dos Noruegueses com idades entre os 16 e os 74 anos fumavam diariamente, o que significa que agora há duas vezes mais pessoas que usam o snus, em comparação com os cigarros (16% vs. 7%)

o estatuto da Noruega como um dos primeiros países a adotar muitas das leis de controlo do tabaco que se generalizaram a toda a Europa deu-lhe uma margem de avanço no esforço para reduzir as taxas do tabagismo

sujeita à proibição do snus decretada na UE, por não ser um Estado-Membro, mas a emergência deste SNP só se tornou possível graças a inovações que o tornaram mais seguro e fácil de usar – logo, mais apelativo para os fumadores. As mudanças implementadas no processo de produção, no final da década de 1990, deram origem a formas menos nocivas de snus, com níveis mais baixos de alguns dos principais carcinógenos que se encontram no fumo do cigarro, como nitrosaminas específicas do tabaco e hidrocarbonetos policíclicos aromáticos. Deu-se também uma mudança no tipo de produtos à venda no mercado, com as já familiares bolsas de snus a substituírem a versão a granel que existia anteriormente.²⁴ A nova forma de snus não exigia que se cuspsse, era mais prática para os utilizadores e vinha com uma gama mais completa de sabores.

Os estudos sugerem que o snus “surgiu como uma alternativa realista aos cigarros convencionais devido à sua capacidade de libertar nicotina sem a combustão e as substâncias tóxicas presentes no fumo do tabaco, ao facto de poder ser utilizado em locais onde é proibido fumar, ao preço competitivo e ao potencial percebido em termos de redução dos malefícios”.²⁵ Dizem ainda que “o snus contribuiu para a diminuição do consumo de cigarros através de três mecanismos: como método para deixar de fumar; como produto alternativo para as novas gerações de jovens propensos ao tabagismo que, de outra forma, começariam a fumar; e como alternativa aos cigarros para fumadores que não querem ou não conseguem deixar de fumar por completo”.

O snus liberta uma quantidade de nicotina semelhante à dos cigarros combustíveis²⁶ e é mais fácil de usar.²⁷ Muitos, incluindo os mais jovens, consideram-no uma opção mais atrativa do que os cigarros, uma vez que permite o consumo discreto de nicotina sem libertar o cheiro associado aos cigarros. Também pode ajudar a evitar a exposição às baixas temperaturas da Noruega, uma vez que pode ser usado em recintos fechados, em locais onde é proibido fumar, enquanto os fumadores só podem fumar fora dos bares e restaurantes. No entanto, em última análise, os consumidores decidiram mudar por conta própria, aderindo à redução dos malefícios do tabaco numa tentativa de melhorar significativamente a sua saúde e a das pessoas ao seu redor.

o ressurgimento do snus só se tornou possível graças a inovações que o tornaram mais seguro e fácil de usar e, logo, mais atrativo para os fumadores

os consumidores mudaram dos cigarros para o snus por iniciativa própria, aderindo à redução dos malefícios do tabaco numa tentativa de melhorar significativamente a sua saúde e a das pessoas ao seu redor



Aotearoa Nova Zelândia e os vapes de nicotina

A Aotearoa, ou Nova Zelândia, tem registado uma queda consistente nas taxas de tabagismo ao longo dos últimos 50 anos, um declínio que acelerou desde a legalização e adoção generalizada de produtos de vaping ao longo da última década.

Antes de 2018, era proibido vender produtos de vaping e líquidos de vapear com nicotina na Nova Zelândia, de acordo com a Lei de Ambientes Livres de Fumo e Produtos Regulamentados de 1990. Por isso, embora fosse legal usar dispositivos com líquidos de vapear sem nicotina, o número de vapeadores era muito baixo. Na realidade, quando medida pela primeira vez, em 2015/16, a prevalência diária do vaping era de 0,9% nas pessoas com 15 anos ou mais.²⁸ Este cenário mudou depois da legalização dos produtos de vaping com nicotina, em 2018, especialmente a partir de 2020/21, quando os números associados ao vaping começaram a aumentar a um ritmo acelerado. Em 2023/24, a prevalência do uso diário de cigarros eletrónicos era de 11,1%, o que representa um ligeiro aumento em relação aos 9,7% do ano anterior. Isto significa que o número estimado de utilizadores diários de vapes em Aotearoa, Nova Zelândia, aumentou de 33 000 para 480 000 entre 2015/16 e 2023/24.

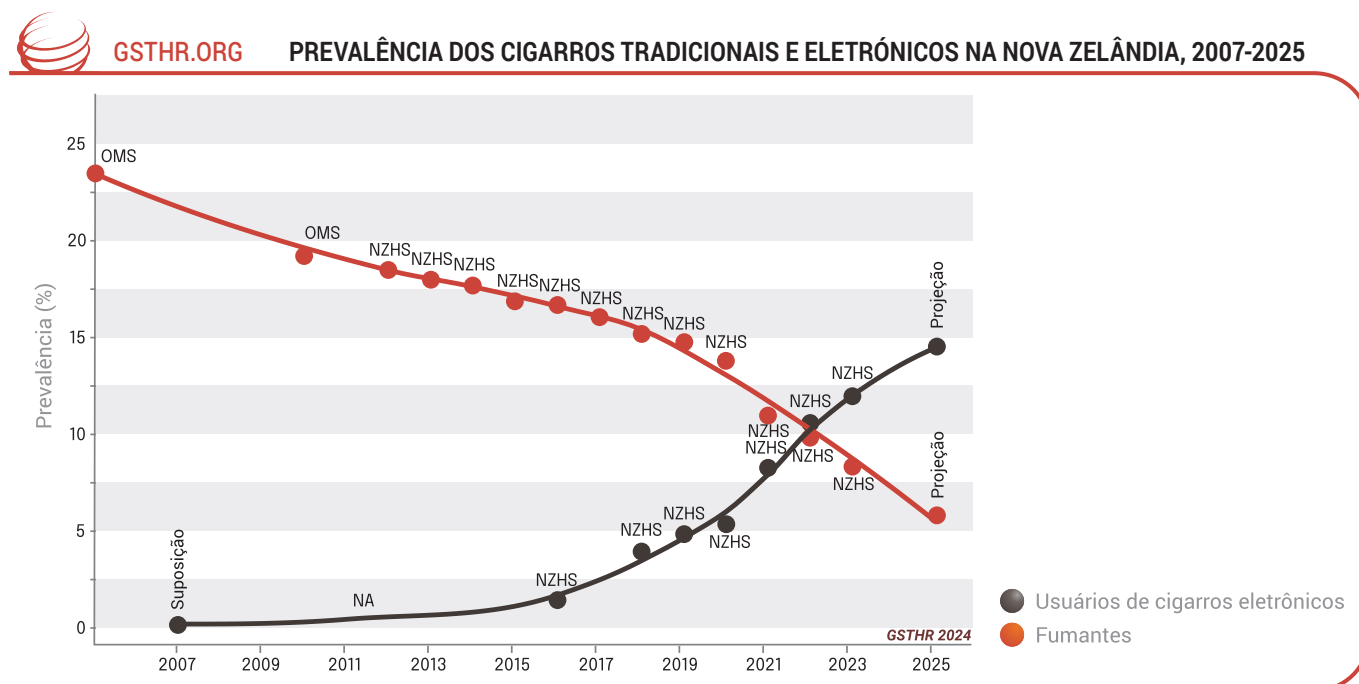
O aumento da adoção dos cigarros eletrónicos destaca-se pelo facto de ter ultrapassado os cigarros tradicionais em 2022, de acordo com o New Zealand Health Survey.²⁹ E, em 2023/24, enquanto a prevalência do uso de cigarros eletrónicos era de 11,1%, como mencionado anteriormente, a prevalência do consumo diário de cigarros por pessoas com 15 anos ou mais era de 6,9% – uma queda em relação aos 16,4% de 2011/12.³⁰ Isto significa que havia cerca de 300 000 pessoas a fumar diariamente cigarros em 2023/24. Como se pode ver no gráfico abaixo, prevemos que a diferença entre o número de pessoas que usam cigarros eletrónicos e as que fumam cigarros tradicionais venha a aumentar.



o aumento do uso de cigarros eletrónicos destaca-se pelo facto de ter ultrapassado o consumo de cigarros em 2022, de acordo com o New Zealand Health Survey



Figura 3.



Fonte: NZHS: Inquérito de saúde da Nova Zelândia, OMS: Relatório global sobre as tendências na prevalência do uso de tabaco 2000–2025. Quarta edição. A previsão para 2025 resulta da nossa extrapolação linear dos pontos de dados de 2016 a 2023 para os vapeadores e de 2021 a 2023 para os fumadores.

Analisando os dados mais a fundo, verificou-se que o aumento das taxas de vaping entre os Maoris e os povos do Pacífico ultrapassou em muito o de outros grupos étnicos de Aotearoa, Nova Zelândia, com 27,7% dos Maoris e 21,7% dos povos do Pacífico declarando usar vapes em 2022/23.³¹ Trata-se de um aumento significativo desde que os cigarros eletrônicos foram legalizados, com a proporção de Maoris e povos do Pacífico que usavam vapes diariamente tendo mais do que quadruplicado entre 2019/20 e 2022/23, em comparação com as taxas gerais de uso de cigarros eletrônicos, que duplicaram no mesmo período.³² Entre 2018/19 e 2022/23, a taxa atual de tabagismo entre a população adulta dos Maoris desceu de 33,4% para 20,2%.³³ Mais impressionante ainda é a queda súbita nas taxas de tabagismo entre os povos do Pacífico, com o número de atuais fumadores dessa comunidade caindo mais de metade entre 2018/19 e 2022/23, de 24,7% para 10,3%.³⁴

Mas quais foram os motivos que levaram à substituição dos cigarros tradicionais pelos cigarros eletrônicos na Nova Zelândia? O governo desempenhou um papel significativo, desde logo através da legalização dos produtos de nicotina para cigarros eletrônicos e, depois, através das mensagens positivas divulgadas sobre os seus potenciais benefícios para a saúde pública. Como parte da aspiração do país de se tornar livre de fumo até ao final de 2025 (o que significa que a prevalência do tabagismo em adultos é inferior a 5%), o Ministério da Saúde destacou o papel do vaping para ajudar os fumadores a deixar de fumar, disponibilizando recursos oficiais para os indivíduos que querem deixar de fumar com a ajuda do vaping. A Smokefree New Zealand, um recurso para deixar de fumar gerido pelo serviço de saúde público do país, Health New Zealand, declarou que “a utilização de produtos de vaping é uma opção adequada para as pessoas que estão a tentar deixar de fumar”.³⁵

no âmbito da ambição do país de se tornar livre de fumo até ao final de 2025, o Ministério da Saúde destacou o papel dos cigarros eletrônicos para ajudar os fumadores a deixarem de fumar, disponibilizando recursos oficiais para quem queira deixar de fumar com a ajuda do vaping

O Ministério da Saúde da Nova Zelândia e a Health New Zealand, através do site Vaping Facts,³⁶ deram também destaque à posição da revisão Cochrane, que indica que o vaping é consideravelmente mais seguro do que fumar,³⁷ dando especial ênfase ao facto de não existir combustão nos produtos de vaping e de a utilização simultânea de produtos de vaping e de tabaco combustível poder ser uma parte válida no percurso de um indivíduo que queira deixar de fumar.³⁸

E quais são alguns dos motivos apresentados pelos nacionais que passaram a fumar cigarros eletrónicos? Uma sondagem representativa com fumadores atuais e ex-fumadores que participaram nos inquéritos internacionais de controlo do tabaco (ICT) da Nova Zelândia descobriu que o principal motivo para o consumo de produtos de vaping era o incentivo de poupança, tendo em conta o preço dos cigarros, seguido da vontade de reduzir o consumo de tabaco e de deixar de fumar.³⁹

Principais conclusões

O Japão, a Noruega e a Nova Zelândia são a prova de que as taxas de tabagismo podem baixar drasticamente quando são disponibilizadas alternativas mais seguras. Em menos de uma década, testemunhámos uma grande transformação global no modo como a nicotina é consumida, tendo passado de um mecanismo que mata mais de metade dos utilizadores para causar uma fração dos malefícios, graças ao aparecimento de alternativas mais seguras. Tudo indica que este cenário veio para ficar, em grande medida por iniciativa dos próprios fumadores.

É importante reconhecer que os produtos de nicotina mais seguros estão a substituir os cigarros, havendo países onde já os ultrapassaram. O exemplo do Japão, onde se deu um declínio sem precedentes à escala internacional no que diz respeito à venda de tabaco combustível, ilustra como as mudanças positivas podem ser rápidas quando não existem regulamentações que criem obstáculos ao progresso. Em muitos países, a disponibilidade dos SNP está a contribuir de forma muito significativa para alcançar a meta de se tornarem livres de fumo.

Os fatores que contribuem para estes benefícios para a saúde pública parecem estar mais relacionados com a disponibilidade de produtos aceitáveis e acessíveis, aliada ao interesse dos consumidores, do que com intervenções ativas por parte dos governos ou dos organismos de saúde pública. Se os governos, órgãos e agências de saúde pública apoiassem ativamente a transição para produtos mais seguros, o potencial global para uma redução mais rápida das taxas de tabagismo e as melhorias que isso acarretaria para a saúde seriam inimagináveis.

em menos de uma década, assistimos a uma grande transformação global no modo como a nicotina é consumida, tendo passado de um mecanismo que mata mais de metade dos utilizadores para causar uma fração dos malefícios, graças ao aparecimento de alternativas mais seguras

se os governos, organismos e agências de saúde pública apoiassem ativamente a transição para produtos mais seguros, o potencial global para uma redução mais rápida das taxas de tabagismo e as melhorias que isso acarretaria para a saúde seriam inimagináveis

Referências

- Mathers, C. D., & Loncar, D. (2006). Projections of global mortality and burden of disease from 2002 to 2030. *PLoS Medicine*, 3(11), e442. <https://doi.org/10.1371/journal.pmed.0030442>.
- Funatogawa, I., Funatogawa, T., & Yano, E. (2013). Trends in smoking and lung cancer mortality in Japan, by birth cohort, 1949–2010. *Bulletin of the World Health Organization*, 91(5), 332–340. <https://doi.org/10.2471/BLT.12.108092>.
- Odani, S., & Tabuchi, T. (2022). Prevalence and denial of current tobacco product use: Combustible and heated tobacco products, Japan, 2022. *Preventive Medicine Reports*, 30, 102031. <https://doi.org/10.1016/j.pmedr.2022.102031>.
- Japan smoking rate survey, 1965–2018. (2018). [Annual Survey Report]. Japan Tobacco Inc. Japan Health Promotion & Fitness Foundation. <https://www.health-net.or.jp/tobacco/statistics/jt.html>.
- Japan. Tobacco and Health Around the World. (sem data). *Global Action to End Smoking*. Obtido 14 de agosto de 2025, de <https://globalactiontoendsmoking.org/research/tobacco-around-the-world/japan/>.
- Kubota, T., Minami, N., Kimura, Y., & Kakehi, A. (2019). Use behaviour patterns in Japanese novel tobacco vapour product (NTV) users. CORESTA. <https://www.coresta.org/abstracts/use-behaviour-patterns-japanese-novel-tobacco-vapour-product-ntv-users-32852.html>.
- Sutanto, E., Miller, C., Smith, D. M., O'Connor, R. J., Quah, A. C. K., Cummings, K. M., Xu, S., Fong, G. T., Hyland, A., Ouimet, J., Yoshimi, I., Mochizuki, Y., Tabuchi, T., & Goniewicz, M. L. (2019). Prevalence, Use Behaviors, and Preferences among Users of Heated Tobacco Products: Findings from the 2018 ITC Japan Survey. *International Journal of Environmental Research and Public Health*, 16(23), 4630. <https://doi.org/10.3390/ijerph16234630>.
- Xu, S. S., Meng, G., Yan, M., Gravely, S., Quah, A. C. K., Ouimet, J., O'Connor, R. J., Sutanto, E., Yoshimi, I., Mochizuki, Y., Tabuchi, T., & Fong, G. T. (2020). Reasons for Regularly Using Heated Tobacco Products among Adult Current and Former Smokers in Japan: Finding from 2018 ITC Japan Survey. *International Journal of Environmental Research and Public Health*, 17(21), 8030. <https://doi.org/10.3390/ijerph17218030>.
- Cummings, K. M., Nahhas, G. J., & Sweanor, D. T. (2020). What Is Accounting for the Rapid Decline in Cigarette Sales in Japan? *International Journal of Environmental Research and Public Health*, 17(10), 3570. <https://doi.org/10.3390/ijerph17103570>.
- UCL. (2022, janeiro 6). *Opinion: Heated tobacco - a new review looks at the risks and benefits*. UCL News. <https://www.ucl.ac.uk/news/2022/jan/opinion-heated-tobacco-new-review-looks-risks-and-benefits>.
- Xu, Meng, Yan, Gravely, Quah, Ouimet, O'Connor, Sutanto, Yoshimi, Mochizuki, Tabuchi, & Fong, 2020.
- Global State of Smoking Poll, Japan. (2019). Foundation for a Smoke-Free World. <https://globalactiontoendsmoking.org/wp-content/uploads/2024/02/Global-State-of-Smoking-Poll-2019-Japan-Final-Report.pdf>.
- The story of THS in Japan, an interview with Tomoko Iida. (2022, outubro 24). PMI Science. <https://www.pmiscience.com/content/pmiscience/language-master/en/news-events/scientific-update-magazine/the-story-of-ths-in-japan-an-interview-with-tomoko-iida.html>.
- Act No. 68 of 1984. Tobacco Business Act. (1984). E-Gov 法令検索. <https://www.japaneselawtranslation.go.jp/ja/laws/view/1119>.
- Larsen, I. F. (1997). [Smoking and art. History of smoking in Norway in paintings]. *Tidsskrift for Den Norske Laegeforening: Tidsskrift for Praktisk Medicin, Ny Raekke*, 117(30), 4418–4421.
- Tobacco, alcohol and other drugs. (2024, janeiro 18). Statistisk Sentralbyrå (Statistics Norway, SSB). <https://www.ssb.no/en/helse/helseforhold-og-levevaner/statistikk/royk-alkohol-og-andre-rusmidler>.
- Snus more used than cigarettes. (2018, janeiro 18). Statistisk Sentralbyrå (Statistics Norway, SSB). <https://www.ssb.no/en/helse/artikler-og-publikasjoner/snus-more-used-than-cigarettes>.
- Lund, K. E., & McNeill, A. (2013). Patterns of Dual Use of Snus and Cigarettes in a Mature Snus Market. *Nicotine & Tobacco Research*, 15(3), 678–684. <https://doi.org/10.1093/ntr/nts185>.
- Tobacco Control in Norway. (2023, agosto 23). Helsedirektoratet. <https://www.helsedirektoratet.no/english/tobacco-control-in-norway>.
- Joossens, L., Olefir, L., Feliu, A., & Fernandez, E. (2022). *The Tobacco Control Scale 2021 in Europe*. Tobacco Control Scale. <https://www.tobaccocontrolscale.org/>.
- Rimpelä, M. K., Aarø, L. E., & Rimpelä, A. H. (1993). The effects of tobacco sales promotion on initiation of smoking—Experiences from Finland and Norway. *Scandinavian Journal of Social Medicine. Supplementum*, 49, 5–23.
- Key Dates in Tobacco Regulation 1962–2020. (2022, abril). ASH. <https://ash.org.uk/resources/view/key-dates-in-tobacco-regulation>.
- Tobacco Control in Norway, 2023.
- Grøtvedt, L., Forsén, L., Ariansen, I., Graff-Iversen, S., & Lingaas Holmen, T. (2019). Impact of snus use in teenage boys on tobacco use in young adulthood; a cohort from the HUNT Study Norway. *BMC Public Health*, 19(1), 1265. <https://doi.org/10.1186/s12889-019-7584-5>.
- Lund, I., & Lund, K. E. (2014). Lifetime smoking habits among Norwegian men and women born between 1890 and 1994: A cohort analysis using cross-sectional data. *BMJ Open*, 4(10), e005539. <https://doi.org/10.1136/bmjopen-2014-005539>.
- Foulds, J., Ramstrom, L., Burke, M., & Fagerstrom, K. (2003). Effect of smokeless tobacco (snus) on smoking and public health in Sweden. *Tobacco Control*, 12(4), 349–359. <https://doi.org/10.1136/tc.12.4.349>.
- What is snus and why do so many Norwegians use it? (2021, junho 28). The Local Norway. <https://www.thelocal.no/20210628/what-is-snus-and-why-do-so-many-norwegians-use-it>.
- Trends in smoking and vaping: New Zealand Health Survey. (2024, novembro 19). Ministry of Health - Manatu Hauora NZ. <https://www.health.govt.nz/statistics-research/surveys/new-zealand-health-survey/publications/202324-survey-publications/trends-in-smoking-and-vaping>.

- ²⁹ *Annual Data Explorer 2022/23: New Zealand Health Survey [Data File]*. (2023). New Zealand Health Survey. Ministry of Health. https://minhealthnz.shinyapps.io/nz-health-survey-2022-23-annual-data-explorer/_w_6994ce99/#!/explore-topics.
- ³⁰ *Trends in smoking and vaping*, 2024.
- ³¹ *Annual Data Explorer 2022/23: New Zealand Health Survey [Data File]*, 2023.
- ³² Nip, J., Hoek, J., & Waa, A. (2023). Vaping prevalence and trends: Key findings in the 2022/23 NZ Health Survey. *Public Health Expert Briefing*. <https://www.phcc.org.nz/briefing/vaping-prevalence-and-trends-key-findings-202223-nz-health-survey>.
- ³³ *Annual Data Explorer 2022/23: New Zealand Health Survey [Data File]*, 2023.
- ³⁴ *Annual Data Explorer 2022/23: New Zealand Health Survey [Data File]*, 2023.
- ³⁵ *Learn about vaping*. (2023). Smokefree. The National Public Health Service's Health Promotion Directorate. Te Whatu Ora | Health New Zealand. <https://www.smokefree.org.nz/help-advice/learn-about-vaping>.
- ³⁶ *Our position on vaping. Manatū Hauora (Ministry of Health), Te Whatu Ora and Te Aka Whai Ora are supported by a number of organisations in their position on vaping*. (2022). Vaping Facts. Te Whatu Ora/Health New Zealand. <https://vapingfacts.health.nz/our-position-on-vaping.html>.
- ³⁷ *Risks of Vaping*. (sem data). Vaping Facts. Te Whatu Ora/Health New Zealand. Obtido 26 de setembro de 2024, de <https://vapingfacts.health.nz/the-facts-of-vaping/risks-of-vaping/>.
- ³⁸ Te Whatu Ora, Health Promotion (Diretor). (2023, outubro 18). *Vaping, what the doctor says Original*. <https://www.youtube.com/watch?v=UjhlTheN9I0>.
- ³⁹ Edwards, R., Stanley, J., Waa, A. M., White, M., Kaai, S. C., Ouimet, J., Quah, A. C. K., & Fong, G. T. (2020). Patterns of Use of Vaping Products among Smokers: Findings from the 2016–2018 International Tobacco Control (ITC) New Zealand Surveys. *International Journal of Environmental Research and Public Health*, 17(18), 6629. <https://doi.org/10.3390/ijerph17186629>.



Oliver Porritt. (2025). *Why is tobacco harm reduction needed and what is the evidence it works?* (GSTHR Briefing Papers). Global State of Tobacco Harm Reduction (GSTHR). <https://gsthr.org/resources/briefing-papers/why-is-tobacco-harm-reduction-needed-and-what-is-the-evidence-it-works/>

Para mais informações sobre o trabalho da Global State of Tobacco Harm Reduction, ou sobre os pontos levantados neste **documento informativo da GSTHR**, contacte info@gsthr.org

Sobre nós: A **Knowledge•Action•Change (K•A•C)** promove a redução dos malefícios do tabaco como estratégia essencial para a saúde pública, fundamentada nos direitos humanos. A equipa conta com mais de quarenta anos de experiência no trabalho de combate aos malefícios associados ao consumo de drogas, ao HIV, ao tabagismo, na área da saúde sexual e em estabelecimentos prisionais. A K•A•C é responsável pela iniciativa **Global State of Tobacco Harm Reduction (GSTHR)** que traça o desenvolvimento da redução dos malefícios do tabaco e a utilização, disponibilidade e respostas regulamentares aos produtos de nicotina mais seguros, bem como a prevalência do tabagismo e a mortalidade que lhe está associada, em mais de 200 países e regiões de todo o mundo. Para consultar todas as nossas publicações e dados atualizados, visite <https://gsthr.org>

O nosso financiamento: o projeto GSTHR é desenvolvido com a ajuda de uma subvenção da Global Action to End Smoking (anteriormente conhecida como Foundation for a Smoke-Free World), uma organização independente sem fins lucrativos dos EUA, com estatuto 501(c)(3), que concede subsídios para acelerar os esforços científicos globais para acabar com a epidemia do tabagismo. A Global Action não desempenhou qualquer papel na elaboração, implementação, análise ou interpretação dos dados contidos neste documento informativo. O conteúdo, a seleção e apresentação dos factos, bem como quaisquer opiniões expressas, são da exclusiva responsabilidade dos autores e não devem ser entendidos como refletindo as posições da **Global Action to End Smoking**.