

# SVJETSKI DAN NEPUŠENJA

Svake godine diljem svijeta 31. svibnja se obilježava Svjetski dan nepušenja kao javnozdravstvena inicijativa koju predvodi Svjetska zdravstvena organizacija s ciljem podizanja svijesti o štetnim učincima uporabe duhanskih i nikotinskih proizvoda, poticanja učinkovitih mjera prevencije i prestanka pušenja te poticanja svjesnosti o lošim i štetnim taktikama koje upotrebljavaju duhanske i nikotinske industrije. Ova kampanja okuplja vlade, zdravstvene organizacije, civilno društvo i mlade iz cijelog svijeta kako bi zajedno podigli svijest o prijetnjama upotrebe duhana i taktikama koje koristi duhanska industrija, ali i kako bi promovirali učinkovite mjere za okončanje ovisnosti o nikotinu i duhanu.

Ovogodišnji slogan Svjetskog dana nepušenja glasi: „Razotkrivanje privlačnosti – suzbijanje ovisnosti o nikotinu i duhanu“ (engl. *Unmasking the appeal – countering nicotine and tobacco addiction*).

*Ciljevi kampanje Svjetske zdravstvene organizacije za 2026. godinu su:*

- Razotkriti strategije nikotinske industrije – uključujući upotrebu sintetičkog nikotina, nikotinskih soli i analoga osmišljenih za povećanje ovisnosti, a koji se pak reklamiraju kao manje štetni i inovativni.
- Promicati snažnije djelovanje politika, zabranama korištenja primamljivih okusa, oglašavanja i promocije nikotinskih proizvoda te strožom regulacijom dizajna proizvoda koji trenutno povećavaju privlačnost kod mladih.
- Osnažiti cjelokupnu javnost, a posebno mlade, za prepoznavanje i odupiranje utjecaju nikotinske industrije promocijom znanja i alata te osiguravanjem dostupnosti podrške za odvikavanje.

*Novi oblici konzumacije*

Posljednjih desetljeća tradicionalno pušenje cigareta bilježi pad u mnogim zemljama zahvaljujući regulatornim mjerama, edukaciji i preventivnim kampanjama. Međutim, istovremeno se razvijaju novi oblici konzumacije nikotina koji mijenjaju percepciju rizika. Novi oblici konzumacije posebno su popularni među adolescentima i mladim odraslim osobama. Tako raste popularnost električnih cigareta, nikotinskih vrećica i drugih alternativnih proizvoda. Poseban izazov predstavlja marketinška atraktivnost proizvoda – moderni dizajn, voćne arome, digitalna promocija i prisutnost na društvenim mrežama. Spomenuti faktori doprinose normalizaciji nikotinske konzumacije.

*Mladi kao prioritet preventivnog djelovanja*

Prema podacima Svjetske zdravstvene organizacije i Centara za kontrolu i prevenciju bolesti, rana izloženost nikotinu značajno povećava rizik razvoja dugotrajne ovisnosti. Adolescentski mozak osobito je osjetljiv na učinke nikotina jer se nalazi u intenzivnoj fazi neurološkog razvoja. Brojke pokazuju da oko 40 milijuna adolescenata u dobi od 13 do 15 godina diljem svijeta koristi duhan, dok 15 milijuna adolescenata u istoj dobi koristi e-cigarete.

Europa se i dalje suočava s visokim i rodno uravnoteženim statistikama pušenja među adolescentima. Otprilike 11,6% mladih u dobi od 13 do 15 godina (oko 4 milijuna) koristi duhan (11,8% dječaka i 11,4% djevojčica, otprilike 2 milijuna po spolu). Osim toga, Europa ima najveću prosječnu prevalenciju korištenja e-cigareta među adolescentima u dobi od 13 do 15 godina (14,3%), sa sličnim stopama među dječacima (13,6%) i djevojčicama (15%). Rezultati

ankete odraslih i adolescenata otkrivaju da je u trećini zemalja u Europi uporaba e-cigareta među adolescentima 5 puta veća nego među odraslima. Studije pokazuju da korištenje e-cigareta može povećati konzumaciju tradicionalnih cigareta za gotovo 3 puta.

### *Oblici prevencije*

Prevencija uporabe nikotinskih proizvoda više se ne bi trebala temeljiti samo na tradicionalnim porukama upozorenja štetnosti pušenja. Danas su potrebni inovativni pristupi poput edukacija o manipulativnom marketingu duhanske industrije, osmišljavanje i provedba interaktivnih preventivnih programa te osnaživanje i podrška mladima za donošenje odluka o nepušenju. Prevencija treba pratiti promjene u društvu, tehnologiji i novim oblicima konzumacije. Ulaganje u edukaciju, stručnu podršku, digitalne intervencije i osnaživanje pojedinaca temelji su za društvo koje bira zdravlje i neovisnost.

### *Literatura*

1. Centers for Disease Control and Prevention.  
Preuzeto s <https://www.cdc.gov/tobacco/>
2. World Health Organization. (2026). *World No Tobacco Day 2026: unmasking the appeal – countering nicotine and tobacco addiction*.  
Preuzeto s <https://www.who.int/campaigns/world-no-tobacco-day/2026>

---

**Tekst priredila:**

***Barbara Domjanović, univ.mag.act.soc.***

***Služba za zaštitu mentalnog zdravlja, prevenciju i izvanbolničko liječenje ovisnosti  
Nastavni zavod za javno zdravstvo Brodsko-posavske županije***

***Tekst priređen u sklopu Projekta „Slobodni i ne-ovisni – projekt prevencije ovisnosti i zaštita mentalnog zdravlja u Brodsko-posavskoj županiji“  
pod pokroviteljstvom Ministarstva zdravstva RH***

***U Slavonskom Brodu 29. svibnja 2026.***

