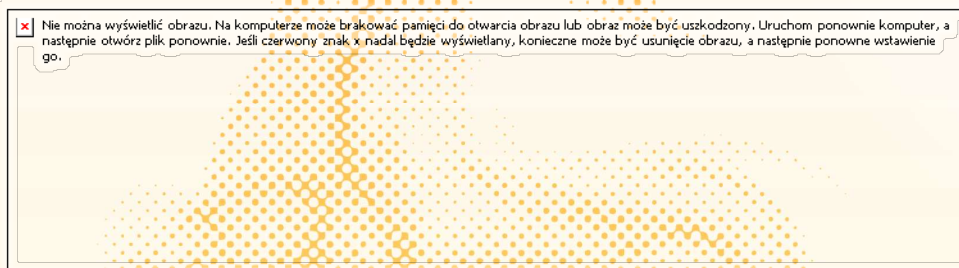


— 31 MAJA —
**ŚWIATOWY DZIEŃ
BEZ TYTONIU**



**CHRONIMY ZDROWIE
Z MYŚLĄ O PRZYSZŁOŚCI**



Światowy Dzień bez
Tytoniu
31 maja 2026



CHRONIMY ZDROWIE
Z MYŚLĄ O PRZYSZŁOŚCI



— 31 MAJA —
ŚWIATOWY DZIEŃ
BEZ TYTONIU

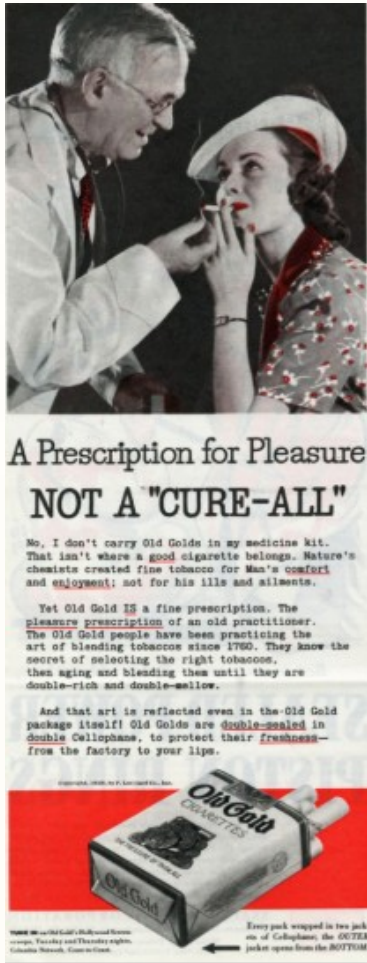
Przemysł tytoniowy już raz przekonał społeczeństwo, że palenie jest bezpieczne i eleganckie. Potrzebowaliśmy dekad, aby udowodnić prawdę.

Dziś widzimy podobne strategie marketingowe stosowane przez producentów wyrobów nikotynowych.

Czy wyciągnęliśmy wnioski z poprzednich lekcji?

Marketing wczoraj: papierosy jako norma

- Reklamy papierosów w prasie, radiu, telewizji
- Palący lekarze, palenie w szpitalach i gabinetach
- Społeczne przyzwolenie i autorytet „białego fartucha”
- Zdrowie jako wartość **przegrywało z marketingiem**



Pierwsze reklamy papierosów były kierowane głównie do **mężczyzn** – szczególnie tych z wyższych warstw społecznych. W XIX i na początku XX wieku palenie kojarzono z:

- prestiżem i statusem społecznym
- elegancją i „męskością”
- stylem życia elit (biznesmeni, oficerowie, artyści) reklamowano jako symbol nowoczesności i sukcesu.
- papierosy



CHRONIMY ZDROWIE
Z MYŚLĄ O PRZYSZŁOŚCI

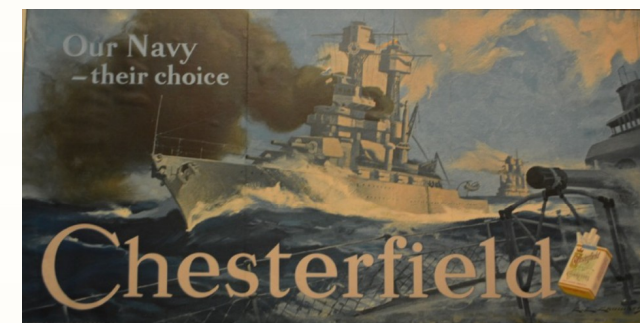


— 31 MAJA —
**ŚWIATOWY DZIEŃ
BEZ TYTONIU**



Z czasem grupy docelowe się rozszerza

- **żołnierze** – np. podczas I i II wojny światowej papierosy były rozdawane w racjach wojskowych, co silnie promowało nawyk palenia
- **kobiety** – od lat 20.– 30. XX w., kiedy przemysł tytoniowy zaczął łączyć palenie z emancypacją i niezależnością (np. hasła w stylu „wolność” czy „równość”)
- **młodzież** – później, szczególnie po II wojnie światowej, poprzez bardziej subtelne strategie marketingowe (np. wizerunek „cool”, bunt, atrakcyjność)



CHRONIMY ZDROWIE
Z MYŚLĄ O PRZYSZŁOŚCI



— 31 MAJA —
ŚWIĄTO DZIEŃ
BEZ TYTONIU

W latach 90. XX w. reklamy papierosów były już dużo bardziej „wyrafinowane” i szeroko **targetowane**. Formalnie kierowano je do dorosłych, ale w praktyce trafiały do **kilku kluczowych grup**:

Młodzi dorośli (i pośrednio młodzież)

To była jedna z najważniejszych grup dla przemysłu tytoniowego.

Reklamy:

- budowały wizerunek „cool”, wolności, niezależności i buntu
- pokazywały atrakcyjnych, młodych ludzi, imprezy, podróże
- często były tak projektowane, że przemawiały też do nastolatków (mimo że oficjalnie nie powinny)

Klasyczny przykład to kampania z postacią Joe Camel, która była krytykowana za przyciąganie młodszych odbiorców.



<https://tobacco.stanford.edu/cigarettes/cartoons/joe-camel-cartoons>

Źródło informacji i grafik Duke University: <https://exhibits.library.duke.edu/exhibits/show/tobaccoland/reachingyouth>

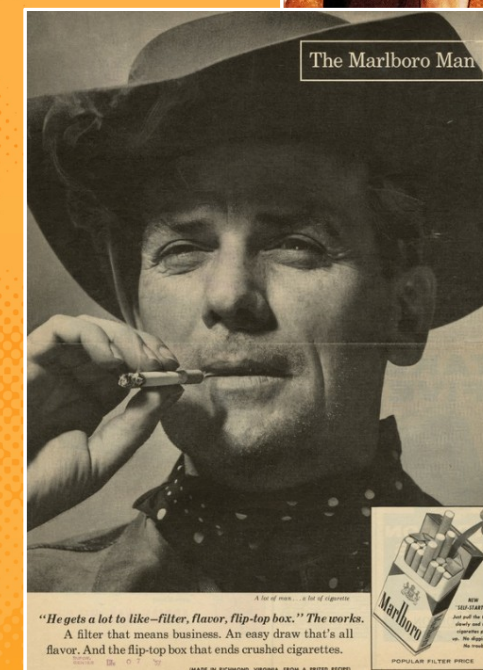
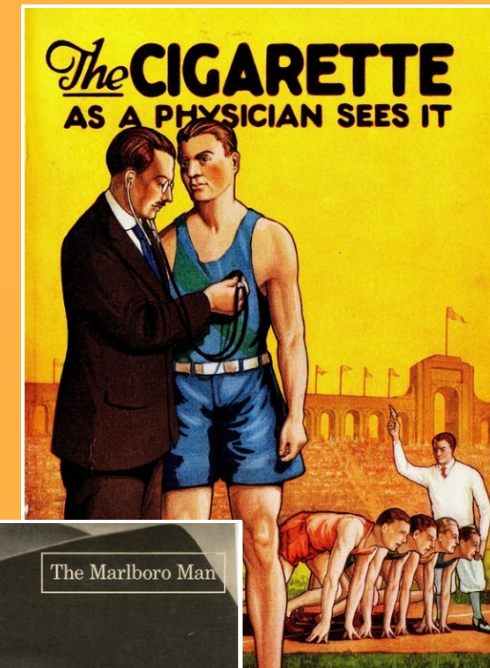


Kobiety – kontynuowano strategię łączenia palenia z:

- niezależnością i nowoczesnością
- szczupłą sylwetką (subtelne komunikaty o kontroli wagi)
- stylem życia „aktywnych kobiet sukcesu”
- marki tworzyły nawet „kobiece” linie papierosów (cieńsze, jaśniejsze opakowania).

Mężczyźni – nadal obecny był przekaz:

- siły, przygody, męskości
- np. kampanie z kowbojem z Marlboro (tzw. Marlboro Man)



Globalny, aspirujący styl życia

W latach 90. bardzo ważne było kojarzenie papierosów z:

- sportem (np. sponsoring Formuły 1)
- muzyką, festiwalami, klubami
- luksusem albo przeciwnie – „luzem” i nonkonformizmem

>> To był też moment, kiedy zaczęto coraz mocniej ograniczać reklamy (np. w TV), więc firmy:

- przenosiły marketing na eventy, sponsoring i product placement
- stosowały bardziej „pośrednie” formy promocji



<https://blog.lostandfoundry.ca/the-history-of-marlboro-in-racing>

Przemysł od zawsze kierował swoją ofertą do młodych osób



CHRONIMY ZDROWIE
Z MYŚLĄ O PRZYSZŁOŚCI



— 31 MAJA —
ŚWIATOWY DZIEŃ
BEZ TYTONIU

Źródło: dr hab. n. med. Łukasz Balwicki, prof. GUMed, Problem używania i postrzeganie wyrobów nikotynowych przez młodzież 12-17 lat: badanie NIKO; Konferencja edukacyjna Stacja Zdrowie – Szkoły wolne od nikotyny

Różne produkty skierowane do konkretnych grup odbiorców



Strategia branży polega na uzależnieniu nowego pokolenia od nikotyny i utrzymaniu wysokich zysków

Taktyka #1: Zachęcanie młodych ludzi smakami



Źródło: dr hab. n. med. Łukasz Balwicki, prof. GUMed, Problem używania i postrzeganie wyrobów nikotynowych przez młodzież 12-17 lat: badanie NIKO; Konferencja edukacyjna Stacja Zdrowie – Szkoły wolne od nikotyny

Czy wiesz, że... ?



CHRONIMY ZDROWIE
Z MYŚLĄ O PRZYSZŁOŚCI



— 31 MAJA —
ŚWIĄTOWY DZIEŃ
BEZ TYTONIU

Big Tobacco (5 największych, amerykańskich koncernów tytoniowych) przez dekady wykorzystywało marketing i dezinformację, by zakłócać świadomość zdrowotną społeczeństwa.

Tobacco Industry Research Committee (później: Council for Tobacco Research) powstał po to, by podtrzymywać wątpliwości wobec nauki. Celem było: „badanie wpływu palenia na zdrowie”, ale historycznie często wskazywana jako element strategii przemysłu tytoniowego, aby:

- podważać lub opóźniać uznanie szkodliwości palenia,
- tworzyć wrażenie „braku jednoznacznych dowodów”,
- wpływać na opinię publiczną i media.

Źródła: <https://pmc.ncbi.nlm.nih.gov/articles/PMC3490543/>; <https://tobaccocontrol.bmj.com/content/9/2/206>;
<https://www.industrydocuments.ucsf.edu/tobacco/>; Władza, Pieniądze, Nauka – Tomasz Rożek

Czy wiesz, że... ?



CHRONIMY ZDROWIE
Z MYŚLĄ O PRZYSZŁOŚCI



— 31 MAJA —
ŚWIATOWY DZIEŃ
BEZ TYTONIU

W 1963 r. miał miejsce pierwszy „głośny” pozew rodziny Greenów przeciwko American Tobacco Company

Edwin Green, wieloletni palacz papierosów Lucky Strike, zachorował na raka płuc i zmarł w 1958 r. Jego rodzina kontynuowała proces przeciw koncernowi tytoniowemu. Argumentowała, że wieloletnie palenie doprowadziło do choroby.

W trakcie procesu ława przysięgłych uznała, że papierosy były przyczyną nowotworu Greena. Był to jeden z pierwszych tak głośnych przypadków, w którym publicznie powiązano palenie z rakiem płuc.

Sprawa stała się symbolem narastających dowodów na szkodliwość tytoniu i początkiem coraz większej presji społecznej wobec przemysłu tytoniowego.



CHRONIMY ZDROWIE
Z MYŚLĄ O PRZYSZŁOŚCI



— 31 MAJA —
ŚWIATOWY DZIEŃ
BEZ TYTONIU

Lata 90. – pozwy dotyczące biernego palen

- Coraz więcej pracowników i rodzin pozywało pracodawców oraz przemysł tytoniowy. Wskazywali, że ekspozycja na dym papierosowy powoduje choroby, także u osób niepalących.
- Sprawy te przyczyniły się do wzrostu społecznej świadomości i były jednym z impulsów do wprowadzania zakazów palenia w miejscach publicznych.

1998 – przełomowe ugody z przemysłem tytoniowym w U

Poszczególne stany oskarżyły firmy tytoniowe o ukrywanie skutków zdrowotnych palenia i kosztów leczenia chorób związanych z tytoniem, w tym skutków biernego palenia.

Efektem było zawarcie tzw. Tobacco Master Settlement Agreement – jednej z największych ugód w historii zdrowia publicznego.

- **Lata 90.: bierne palenie przestaje być „prywatną sprawą palacza”**
- **Pozwy i badania potwierdzają: dym tytoniowy szkodzi także osobom niepalącym!**

FAKE NEWSY: kiedyś

- „Palenie nie szkodzi”
- „Papierosy uspokajają”
- „Papierosy pomagają zachować szczupłą sylwetkę”
- „Lekarze palą – więc to bezpieczne”

Dla potwierdzenia powyższego realizowano:

- Reklamy z udziałem lekarzy
- Palono w szpitalach i gabinetach

To wszystko było dezinformacją, którą obalaliśmy kilkadziesiąt lat!

Od zawsze ukrytym celem przemysłu tytoniowego było zasiewanie wątpliwości w społeczeństwie i zysk finansowy.



CHRONIMY ZDROWIE
Z MYŚLĄ O PRZYSZŁOŚCI



— 31 MAJA —
ŚWIĄTOWY DZIEŃ
BEZ TYTONIU

Nikotyna kiedyś

- Papierosy tradycyjne – widoczny dym, mocno wyczuwalny zapach, długo utrzymujący się w pomieszczeniu, na ubraniach czy włosach.
- Widoczne skutki długotrwałego palenia, np. zażółcone zęby, szara, ziemista skóra.
- Już kilkadziesiąt lat temu istniały jednoznaczne dowody naukowe, że dym tytoniowy zawiera **ponad 7 tysięcy substancji chemicznych**, z których **co najmniej 70 ma działanie rakotwórcze**, w tym m.in. benzoapiren, arsen, benzen czy kadm. Substancje te **kumulują się w organizmie** i powodują nieodwracalne uszkodzenia. Palenie odpowiada za około 90% przypadków raka płuca.



CHRONIMY ZDROWIE
Z MYŚLĄ O PRZYSZŁOŚCI



— 31 MAJA —
ŚWIATOWY DZIEŃ
BEZ TYTONIU

Źródła: Władza, Pieniądze, Nauka – Tomasz Rożek;
<https://pmc.ncbi.nlm.nih.gov/articles/PMC5764241/>

Marketing dziś: e-papierosy jako lifestyle

- E-papierosy, podgrzewacze tytoniu, saszetki nikotynowe
- Design, smaki, technologia
- Nikotyna jako **styl życia**, nie używka
- Przekaz: „nowoczesne”, „bezpieczniejsze”, „kontrolowane”



<https://tobacco.stanford.edu/ecigs/helps-you-quit/switch/#collection-93>



<https://tobacco.stanford.edu/ecigs/helps-you-quit/switch/>

Dziś sytuacja prawna wygląda zupełnie inaczej niż w latach 90. – klasyczna reklama papierosów jest w wielu krajach (w tym w Polsce i całej UE) praktycznie zakazana. To efekt m.in. działań Światowej Organizacji Zdrowia i wdrożenia WHO Framework Convention on Tobacco Control.

Co to oznacza w praktyce?

W wielu krajach nie zobaczysz już:

- reklam papierosów w TV, radiu, internecie,
- billboardów czy sponsoringu wydarzeń sportowych (jak kiedyś Formuła 1),
- promocji produktów nikotynowych z udziałem celebrytów,
- opakowania są ujednolicone, z dużymi ostrzeżeniami zdrowotnymi.



Foto: MAREK MALISZEWSKI/REPORTER; <https://businessinsider.com.pl/wiadomosci/rzad-chce-ujednolicenia-wielkosci-paczek-papierosow-koniec-z-opakowaniami-typu-slim/j197f09>

Ale marketing nie zniknął – zmieniła się tylko forma przekazu!

- Firmy tytoniowe działają dziś bardziej „pośrednio”:

>> Nowe produkty (e-papierosy, podgrzewacze tytoniu)

- promowane są jako „alternatywa” dla palenia
- komunikaty często sugerują mniejsze ryzyko, zdrowszy wybór
- nowoczesny design, technologie, lifestyle

>> Social media i influencerzy

- mniej formalne, trudniejsze do kontrolowania działania
- pokazywanie produktu w kontekście stylu życia, a nie wzrost reklam

>> Punkty sprzedaży

- ekspozycja produktów przy kasach
- promocje cenowe, opakowania przyciągające uwagę (tam, gdzie prawo to dopuszcza)

>> „Lifestyle branding”

- budowanie skojarzeń: wolność, indywidualizm, nowoczesność
- szczególnie widoczne przy produktach bezdymnych



<https://www.facebook.com/groups/790183451613827/posts/874604263171745/>



<https://www.instagram.com/olaholata/>

Do kogo dziś trafia przekaz?

- Formalnie: **do dorosłych palaczy.**

W praktyce jednak strategie często:

- najmocniej oddziałują na **młodych dorosłych**
- bywają atrakcyjne także dla osób młodszych (np. przez design, smaki, zapachy i technologie)



CHRONIMY ZDROWIE
Z MYŚLĄ O PRZYSZŁOŚCI



— 31 MAJA —

ŚWIATOWY DZIEŃ
BEZ TYTONIU

FAKE NEWSY: dziś

Nowa narracja – ten sam mechanizm

- „E-papierosy są bezpieczniejsze”
- „E-papierosy to zdrowsza alternatywa”
- „To tylko para wodna”
- „To element stylu życia”
- „Harm reduction = brak ryzyka”

Podobna strategia, tylko w nowej formie i dostosowana do dzisiejszych czasów.



CHRONIMY ZDROWIE
Z MYŚLĄ O PRZYSZŁOŚCI



— 31 MAJA —
ŚWIATOWY DZIEŃ
BEZ TYTONIU



CHRONIMY ZDROWIE
Z MYŚLĄ O PRZYSZŁOŚCI



— 31 MAJA —
ŚWIATOWY DZIEŃ
BEZ TYTONIU

Zorganizowane działania przemysłu nikotynowego to nie przypadek, lecz **wieloletnia, zaplanowana strategia.**

Cel: nowe grupy odbiorców

Szczególne targetowanie:

- młode osoby
- kobiety
- Grupy wrażliwe, podatne na przekaz estetyczny i społeczny (szczególnie młodzież)

Nikotyna dziś



CHRONIMY ZDROWIE
Z MYŚLĄ O PRZYSZŁOŚCI



— 31 MAJA —
ŚWIATOWY DZIEŃ
BEZ TYTONIU

- Nowe wyroby są postrzegane jako **atrakcyjne dzięki smakom, designowi** i doświadczeniu użytkownika.
- Duża różnorodność smaków sprzyja eksperymentowaniu i zwiększa atrakcyjność produktów.
- Produkty uznawane za **wygodne, przenośne i łatwe** w użyciu w porównaniu do papierosów.
- Możliwość **dyskretnego** używania (brak zapachu, łatwość ukrycia), ważna dla nieletnich.
- Nowoczesny design i kolorowe opakowania sprawiają, że produkty **przypominają modne gadżety, a nie wyroby szkodliwe**.
- Estetyka i atrakcyjny wygląd **osłabiają postrzeganie ryzyka zdrowotnego** i zwiększają zainteresowanie młodych osób.

Alternatywne produkty (e-papierosy, tytoń podgrzewany, saszetki) uważane są za mniej szkodliwe niż tradycyjne papierosy, choć długoterminowe skutki zdrowotne ich używania są jeszcze nieznane.

Źródło: dr hab. n. med. Łukasz Balwicki, prof. GUMed, Problem używania i postrzeganie wyrobów nikotynowych przez młodzież 12-17 lat: badanie NIKO; Konferencja edukacyjna Stacja Zdrowie – Szkoły wolne od nikotyny

Wczoraj	Dziś
Lekarze w reklamach	Influencerzy
Papierosy	E-papierosy / podgrzewacze
Autorytet medyczny	Autorytet internetowy
Normalizacja palenia	Lifestyle nikotynowy

- Influencerzy zamiast lekarzy
- Kiedyś: reklama przez autorytety medyczne
- Dziś: **influencerzy, celebryci, platformy społecznościowe**
- Ten sam mechanizm zaufania
- Inna forma, ta sama manipulacja



CHRONIMY ZDROWIE
Z MYŚLĄ O PRZYSZŁOŚCI



— 31 MAJA —
**ŚWIATOWY DZIEŃ
BEZ TYTONIU**

Branża twierdzi, że produkty mają "obniżone ryzyko", a tymczasem:

- E-papierosy zawierają **toksyny i substancje rakotwórcze**.
- Nowe produkty zawierają **nikotynę, która jest szkodliwa i uzależniająca**.
- Nie można ufać własnym "badaniom" firm tytoniowych.
- **Celem nr 1 firm tytoniowych jest zysk.**
- Nowe produkty, takie jak e-papierosy to sposób firm na utrzymanie zysków w miarę spadku sprzedaży tradycyjnych papierosów.
- Młodzi ludzie, którzy wapują, częściej zaczynają palić tradycyjne papierosy.

Czy e-papierosy są „mniej szkodliwe”?

Papierosy tradycyjne: **udowodniona toksyczność i rakotwórczość!**

E-papierosy to nikotyna, metale ciężkie, substancje drażniące

- Inna droga podania – ten sam cel biologiczny
- Czy naprawdę potrzebujemy kolejnych 30–40 lat, aby znów „udowodnić”, że nikotyna jest toksyczna?
 - **Wiemy, że papierosy są toksyczne**
 - **Wiemy, jak działa przemysł**
 - **Wiemy, kto jest celem (młodzi, kobiety)**
 - **Po co powtarzać ten sam błąd?**



CHRONIMY ZDROWIE
Z MYŚLĄ O PRZYSZŁOŚCI



— 31 MAJA —
ŚWIATOWY DZIEŃ
BEZ TYTONIU

Manipulacja i dezinformacja przemysłu

Wątpliwość jako strategia

„Wątpliwość jest naszym produktem” – napisał w 1969 roku przedstawiciel koncernu tytoniowego Brown & Williamson. Nie chodziło o to, żeby ludzie uwierzyli, że papierosy są zdrowe. Wystarczyło, by nie byli pewni, czy naprawdę szkodzą. Podobny sposób myślenia z czasem przejęły inne branże – alkoholowa, spożywcza i paliwowa.

Manipulacja bez kłamstwa

Co istotne, teksty sponsorowane przez przemysł nie kłamały wprost. Zamiast tego stosowały sposób mówienia, że „przyczyn jest wiele” i żadna nie jest najważniejsza. Na przykład takie zdanie z kampanii tytoniowej:

„Rak to choroba o wielu przyczynach. Wpływ ma dieta, stres, geny... Naukowcy nie są zgodni w tym co jest jego prawdziwą przyczyną”. (British American Tobacco, 1992)

Brzmi naukowo, prawda? Ale celem tego fragmentu jest rozmycie odpowiedzialności. A przecież nauka mówi jasno:

„Palenie jest głównym czynnikiem ryzyka raka płuc. Odpowiada za ponad 70 procent przypadków”. (NHS UK)

Eksperymentalny dowód

Badacze wykazali, że osoby, które czytały teksty sponsorowane przez przemysł, 60% częściej wątpiły w to, że dane ryzyko w ogóle istnieje. Najmocniejszy efekt dotyczył związku między paleniem a rakiem płuc oraz paliwami kopalnymi a klimatem

Co więcej, jak się okazało największe wątpliwości po przeczytaniu fragmentów deklarowały osoby z mniejszą wiedzą naukową – w tej grupie błędne przekonania pojawiały się ponad dwa razy częściej.

JAK BRZMIĄŁ PRZEKAZ WZBUDZAJĄCY WĄTPLIWOŚCI
W BADANIACH MAANI I IN (2022)?

	PRZEKAZ PRZEMYSŁU	PRZEKAZ NAUKOWY
PALENIE I RAK PŁUC	„Rak to choroba o wielu przyczynach – dieta, stres, geny, środowisko. Nie ma dowodów, że to palenie jest jedną z nich.” (Tobacco Industry Research Committee, 1954)	„Palenie jest głównym czynnikiem ryzyka raka płuc. Odpowiada za 80–90% zgonów.” (CDC, 2023)

Dezinformacja 2.0

Dziś firmy nie muszą już wprost zaprzeczać faktom. Wystarczy, że zasponsorują kampanię informacyjną zawierającą „ekspercki” ton o złożoności problemu. Firmy zakładają rzekomo niezależne fundacje, finansują “badania”. Na ich stronach można przeczytać o „złożoności przyczyn”, „świadomych wyborach” i “potrzebie dalszych badań”. To strategia, którą łatwo rozpoznać, ale trudno jej się oprzeć, bo brzmi racjonalnie. Tymczasem żeruje na zasiewaniu wątpliwości.

Dlaczego to działa?

Psychologowie tłumaczą to tak: ludzie nie lubią wiedzieć: “to co robię, jest szkodliwe”. Gdy więc pojawia się choćby cień wątpliwości, chętnie przyjmują narrację, która „uspokaja”. „Nie wiem, może rzeczywiście to bardziej skomplikowane” – to myśl, która daje ulgę. I dokładnie o to chodzi w tej strategii przemysłu.

Co możemy z tym zrobić?

Z badań wynika, że do walki z dezinformacją nie wystarczy promować informacji prawdziwych i popularyzować fakty. Trzeba też uczyć, jak rozpoznawać manipulację - np. wtedy, gdy ktoś używa słów takich jak „złożoność” czy „potrzeba dalszych badań” po to, by fakty rozmyć i osłabić wnioski, jakie płyną z ustaleń badaczy.

Pojawia się też pytanie: czy firmy zarabiające na produktach szkodliwych dla zdrowia i środowiska powinny mieć prawo prowadzić kampanie dotyczące zdrowia publicznego? Bo dopóki mogą to robić, wątpliwość pozostanie jednym z ich najlepiej sprzedających się produktów.

Przykład: Philip Morris obiecał zaprzestanie sprzedawania „szkodliwych” produktów od 1954 roku



CHRONIMY ZDROWIE
Z MYŚLĄ O PRZYSZŁOŚCI



— 31 MAJA —
ŚWIĄTOWY DZIEŃ
BEZ TYTONIU

1954

Philip Morris powiedział, że jeżeli dowiedziałyby się, że sprzedaje coś szkodliwego, natychmiast zaprzestałyby sprzedaży

1972

Wiceprezydent firmy Philip Morris, pan Bowling powiedział „jeżeli nasze produkty są szkodliwe, przestaniemy je produkować”

1997

Prezes firmy Philip Morris, pan Bible zapytany „co pan zrobiłby, gdyby naukowcy odkryli, że jego fabryki produkują coś, co powoduje raka” odpowiedział „zamknąłbym je od razu”

2023

Philip Morris: „zredukowaliśmy szkodliwość... Oczywiście nadal istnieje pewien stopień toksyczności, który związany jest ze zmianą na nowe produkty, ale jest zdecydowanie mniejszy niż w przypadku palenia papierosów”.

1961 Philip Morris wewnętrzny dokument;

1. There are biologically active materials present in cigarette tobacco.

- These are:
- a) cancer causing
 - b) cancer promoting
 - c) poisonous
 - d) stimulating, pleasurable, and flavorful.

Źródło: „Walka z przemysłem tytoniowym” mgr Julia Nowicka-Janik, Doktorantka Pierwszej Szkoły Doktorskiej GUMed, Zakład Zdrowia Publicznego i Medycyny Społecznej GUMed; https://tobaccocontrol.bmj.com/content/11/suppl_1/i1110



CHRONIMY ZDROWIE
Z MYŚLĄ O PRZYSZŁOŚCI



— 31 MAJA —
ŚWIATOWY DZIEŃ
BEZ TYTONIU

Redukcja szkód (ang. Harm reduction) – stanowisko WHO

Stanowisko WHO:

Wszystkie produkty nikotynowe (e-papierosy, systemy podgrzewania tytoniu, saszetki nikotynowe itd.) są szkodliwe i uzależniające. Teoria o „redukcji szkód” to strategia przemysłu tytoniowego mającą utrzymać zyski i przyciągnąć młodych konsumentów.

Sytuacja w Polsce:

- Wzrasta używanie e-papierosów i systemów podgrzewania tytoniu (HTP) wśród młodych dorosłych oraz nieletnich.
- Saszetki nikotynowe zyskują popularność, mimo udowodnionej szkodliwości.
- Nie obserwuje się istotnego spadku palenia tradycyjnych papierosów.

Priorytet: zapobieganie inicjacji, nie promowanie „alternatywy



CHRONIMY ZDROWIE
Z MYŚLĄ O PRZYSZŁOŚCI



— 31 MAJA —
ŚWIATOWY DZIEŃ
BEZ TYTONIU

Redukcja szkód (ang. Harm reduction) – stanowisko Konsultanta Krajowego w dziedzinie zdrowia publicznego

Produkty nikotynowe nowej generacji (e-papierosy, podgrzewacze tytoniu, saszetki nikotynowe) **nie są obojętne dla zdrowia i podtrzymują uzależnienie od nikotyny.**

Aktualne dowody naukowe **nie pozwalają uznać produktów nikotynowych za bezpieczne narzędzia redukcji szkód zdrowotnych.**

Narracja „mniej szkodliwej alternatywy” może:

- osłabiać percepcję ryzyka,
- normalizować używanie nikotyny,
- utrudniać działania profilaktyczne i antynikotynowe.

Szczególne zagrożenie stanowią:

- atrakcyjne smaki,
- nowoczesny design,
- marketing internetowy i lifestyle'owy, zwiększające atrakcyjność produktów dla dzieci i młodzieży.

Stanowisko podkreśla konieczność:

- ochrony młodych ludzi przed inicjacją nikotynową,
- dalszego ograniczania marketingu produktów nikotynowych,
- prowadzenia polityki zdrowotnej opartej na dowodach naukowych.



CHRONIMY ZDROWIE
Z MYŚLĄ O PRZYSZŁOŚCI



— 31 MAJA —
ŚWIATOWY DZIEŃ
BEZ TYTONIU

Redukcja szkód (ang. Harm reduction) – stanowisko ekspertów

- „Nowe produkty nikotynowe nie redukują szkód – podtrzymują uzależnienie i rozszerzają epidemię nikotynizmu”
- **Wspólne Stanowisko Polskiego Towarzystwa Onkologicznego i Kardiologicznego**
- Nowe produkty nikotynowe (e-papierosy, HTP, saszetki) **nie są bezpieczną ani potwierdzoną alternatywą dla papierosów.**
- Narracja o „redukcji szkód” jest **wprowadzająca w błąd i może osłabiać politykę antytytoniową.**
- **Brakuje dowodów naukowych**, że produkty te spełniają kryteria strategii harm reduction lub wspierają skutecznie rzucanie palenia.
- Produkty te:
 - nie są lekami,
 - nie mają potwierdzonego bezpieczeństwa i skuteczności,
 - **nie są elementem systemu leczenia uzależnienia.**
- Aerosole z e-papierosów i HTP zawierają **substancje toksyczne i potencjalnie rakotwórcze**, a długoterminowe skutki są nieznane.
- Produkty te mogą **sprzysjać inicjację nikotynowej i uzależnienia, szczególnie wśród młodzieży** oraz prowadzić do jednoczesnego używania wielu produktów.
- Należy objąć wszystkie produkty nikotynowe **pełnymi, rygorystycznymi regulacjami** (zgodnie z WHO FCTC).
- Priorytet zdrowia publicznego: **ochrona dzieci i młodzieży oraz promowanie skutecznych metod leczenia uzależnienia.**

Źródło: https://ptkardio.pl/aktualnosci/911-wspolne_stanowisko_polskiego_towarzystwa_onkologicznego_oraz_polskiego_towarzystwa_kardiologicznego_dotyczace_nowych_produkow_tytoniowych_i_nikotynowych

Uzależnienie dla zysku - cele branży tytoniowej:

- Zarabianie jak największej ilości pieniędzy poprzez uzależnianie nowych (młodych) użytkowników i utrzymanie w nałogu obecnie uzależnionych już osób.
- Zablokowanie wszelkich działań regulacyjnych, które uniemożliwiłyby firmom tytoniowym marketing i sprzedaż ich produktów.



CHRONIMY ZDROWIE
Z MYŚLĄ O PRZYSZŁOŚCI



— 31 MAJA —
ŚWIATOWY DZIEŃ
BEZ TYTONIU

Źródło: „Walka z przemysłem tytoniowym” mgr Julia Nowicka-Janik, Doktorantka Pierwszej Szkoły Doktorskiej GUMed, Zakład Zdrowia Publicznego i Medycyny Społecznej GUMed,

Kto dokładnie tworzy przemysł tytoniowy?

Uprawa

- Stowarzyszenia uprawy tytoniu
- Powiązane przedsiębiorstwa np. producenci pestycydów
- Firmy zajmujące się skupem i obróbką liści tytoniu

Sprzedaż

- Sprzedawcy detaliczni i bezcłowi
- Stowarzyszenia sprzedawców
- Pokrewne branże np. agencje marketingowe, restauracje itp.

UPRAWA

PRODUKCJA

Produkcja

- Koncerny tytoniowe
- Współpracujące spółki i ich przedstawiciele

Dystrybucja

- Importerzy
- Eksporterzy

SPRZEDAŻ

DYSTRYBUCJA

Główne strategie przemysłu tytoniowego

1

**Zaprzeczanie
szkodliwości
swoich
produktów**

2

**Marketing
skierowany do
młodych osób**

3

**Rebranding
i wprowadzenie
produktów
"o obniżonym
ryzyku"**

4

**Zapewnienia
o społecznej
odpowiedzialności
biznesu**

5

**Ingerowanie
w kształtowanie
polityki**



**CHRONIMY ZDROWIE
Z MYŚLĄ O PRZYSZŁOŚCI**



— 31 MAJA —
**ŚWIATOWY DZIEŃ
BEZ TYTONIU**

Źródło: „Walka z przemysłem tytoniowym” mgr Julia Nowicka-Janik, Doktorantka Pierwszej Szkoły Doktorskiej GUMed, Zakład Zdrowia Publicznego i Medycyny Społecznej GUMed,

Raport ABM NIKO 2025

- **Inicjacja nikotynowa = rytuał społeczny, nie decyzja zdrowotna**
- **Młodzież nie zaczyna palić „dla nikotyny”, tylko:**
 - z ciekawości,
 - pod wpływem rówieśników,
 - żeby **nie wypaść z grupy**,
 - „bo wszyscy palą”.
- **Miejsca inicjacji:**
 - **parki, skateparki, toalety szkolne, okolice szkół,**
 - imprezy, wyjazdy, spotkania integracyjne.
 - ➔ To dokładnie **ta sama mechanika**, co kiedyś przy papierosach

Smaki to NAJPOTĘŻNIEJSZE narzędzie przemysłu

- Smaki nie są dodatkiem – są kluczowym czynnikiem decyzji:
 - owocowe, słodkie, mentolowe.
- Respondenci mówią wprost:
 - „Papierosy nie mają takich opcji jak e-papierosy – smaków, kolorów”.
 - Młodzi **wybierają smaki, nie nikotynę**.
- To klasyczna manipulacja sensoryczna, znana z historii papierosów mentolowych.



CHRONIMY ZDROWIE
Z MYŚLĄ O PRZYSZŁOŚCI



— 31 MAJA —

ŚWIĄTOWY DZIEŃ
BEZ TYTONIU

Źródło: <https://abm.gov.pl/pl/aktualnosci/3370,Analiza-rozpowszechniania-i-czynnikow-zwiazanych-z-uzywaniem-wybranych-substancj.html>



CHRONIMY ZDROWIE
Z MYŚLĄ O PRZYSZŁOŚCI



— 31 MAJA —
ŚWIATOWY DZIEŃ
BEZ TYTONIU

- E-papierosy = „lifestyle”, „estetyka”, „design”
- Nowe produkty są opisywane jako:
 - „ładne”,
 - „dyskretne”,
 - „pasujące do stylu”,
 - „nowoczesne”.
- W społeczności LGBTQ+:
 - kolor,
 - forma,
- estetyka produktów jest **świadomie kojarzona z tożsamością i modą**. To ten sam schemat, co reklamowanie papierosów jako symbolu wolności / buntu / elegancji

Influencerzy = nowi „lekarze z reklam z dawnych czasów”



CHRONIMY ZDROWIE
Z MYŚLĄ O PRZYSZŁOŚCI



— 31 MAJA —
ŚWIATOWY DZIEŃ
BEZ TYTONIU

- Młodzi **czерpią** wiedzę o nikotynie z TikToka, YouTube’a i Instagrama.
- Influencerzy:
 - pokazują produkty,
 - porównują marki,
 - polecają „najlepsze sprzęty”,
- udostępniają kody rabatowe (!!!)
- To odpowiednik **historycznej reklamy z autorytetem**, tylko w nowym wydaniu.

Fake news „mniej szkodliwe”

Raport pokazuje powszechne przekonanie:

- e-papierosy i podgrzewacze są „lepsze”,
- „nie śmierdzą”,
- „nie mają smoły”.

Jednocześnie respondenci **przyznają, że nie znają składu ani badań.**
To klasyczna dezinformacja przemysłu oparta na słowie „**potencjalnie**”



CHRONIMY ZDROWIE
Z MYŚLĄ O PRZYSZŁOŚCI



— 31 MAJA —
ŚWIATOWY DZIEŃ
BEZ TYTONIU

Źródło: <https://abm.gov.pl/pl/aktualnosci/3370,Analiza-rozpowszechniania-i-czynnikow-zwiazanych-z-uzywaniem-wybranych-substancj.html>

Efekt furtki – Gateway effect

Coraz więcej osób:

- **zaczyna od e-papierosa,**
- potem przechodzi do papierosów tradycyjnych,
- albo używa obu jednocześnie.

Sami respondenci mówią:

„Zamiana jednego produktu na drugi to nie rzucanie”.
Raport wprost potwierdza **efekt Gateway**.

Dzieci i młodzież wiedzą, że to szkodzi. I... to nie

- 90% młodych deklaruje, że **zna zagrożenia zdrowotne**.
- A mimo to:
 - palą,
 - wapują,
 - eksperymentują. Sama wiedza **NIE WYSTARCZA** – trzeba demaskować manipulację
- Kobiety w ciąży: „szukam czegoś mniej złego”

- Kobiety:
 - próbują rzucić,
 - przechodzą na „alternatywy”,
 - często ukrywają palenie z powodu wstydu.
- Brakuje im realnego wsparcia systemowego. To bardzo mocny przekaz pokazujący **koszt społeczny fake newsów**.

Pracownicy ochrony zdrowia też wpadają w pułapki

- Młodzi medycy:
 - mają świadomość szkód,
 - ale używają nikotyny z powodu stresu,
- czują się niespójni, mówiąc pacjentom „rzucaj”.
Symboliczne odwrócenie historii, gdy **to lekarze palili w gabinetach**.

Nie powtarzajmy błędów przeszłości – Polska od lat 90. konsekwentnie wzmacnia ochronę Twojego zdrowia.

Zobacz jak krok po kroku zmieniało się prawo,
by chronić przed nałogiem.

1995
Fundament systemu

Ustawa o ochronie zdrowia przed następstwami używania tytoniu - początek systemowej polityki zdrowia publicznego

- zakaz sprzedaży <18 lat
- ostrzeżenia zdrowotne
- ograniczenia reklamy
- pierwsze zakazy palenia

2010
Przełom legislacyjny

Nowelizacja ustawy - realna ochrona przed biernym paleniem

- rozszerzenie zakazu palenia
- miejsca publiczne i transport
- sankcje i egzekwowanie

2016
Regulacja nowych produktów

Implementacja dyrektywy UE - rozszerzenie regulacji na nikotynę

- e-papierosy i podgrzewane wyroby tytoniowe objęte regulacjami
- zakaz sprzedaży nieletnim i rozszerzenie listy wyrobów objętych zakazami palenia
- ograniczenia reklamy

2020
Ograniczenie atrakcyjności

Ochrona młodzieży

- zakaz aromatów w papierosach i tytoniu do samodzielnego skręcania (w tym mentolu)

2021–2025
Nowe wyzwania

Dostosowanie do dynamicznego rynku

- e-papierosy beznikotynowe
- woreczki nikotynowe
- zakaz aromatów w podgrzewanych wyrobach tytoniowych

2026
Kompleksowe podejście

Pełna regulacja produktów nikotynowych

- regulacje wyrobów nikotynowych wykraczających poza zakres dyrektywy
- e-papierosy jednorazowe
- woreczki nikotynowe (zakaz smaków - poza tytoniowym)



CHRONIMY ZDROWIE
Z MYŚLĄ O PRZYSZŁOŚCI



— 31 MAJA —
ŚWIĄTOWY DZIEŃ
BEZ TYTONIU

Uczmy się na podstawie doświadczeń:

- Potrzebowaliśmy dziesiątek lat, aby zrozumieć skalę szkód wyrządzanych przez papierosy
- Dziś mamy wiedzę szybciej, wiemy więcej
- Nowe formy – te same stare pułapki

— 31 MAJA —
ŚWIATOWY DZIEŃ
BEZ TYTONIU

 Nie można wyświetlić obrazu. Na komputerze może brakować pamięci do otwarcia obrazu lub obraz może być uszkodzony. Uruchom ponownie komputer, a następnie otwórz plik ponownie. Jeśli czerwony znak x nadal będzie wyświetlany, konieczne może być usunięcie obrazu, a następnie ponowne wstawienie go.



**CHRONIMY ZDROWIE
Z MYŚLĄ O PRZYSZŁOŚCI**

