



XVI Encontro de Extensão Universitária da Universidade Federal de Campina Grande.
Os desafios da Extensão Brasileira frente à curricularização e às mudanças paradigmáticas.
De 07 a 08 de março de 2023. Cajazeiras, PB – Brasil.

EDUCANDO E TRATANDO O TABAGISMO

*Maísa Almeida Silva¹, Alana Vilar de Carvalho², Davi Martins Ferreira Lima³, George Hamilton Gomes Alves⁴,
Giovanna Oliveira Soares⁵, Gregório Dantas dos Santos⁶, Ítalo Araújo Bruno Luna⁷, Lizianne de Melo Gaudêncio
Torreão⁸, Luana Cristina Fernandes Ratis⁹, Vinícius Leandro da Silva¹⁰, Berenice Ferreira Ramos⁹, Andrezza Araújo
de Oliveira Duarte¹⁰*

berenice.ferreira@ufcg.edu.br e amduartecg@uol.com.br

Resumo: O tabagismo é uma doença crônica ocasionada pela dependência à nicotina presente em produtos à base de tabaco, classificada no CID-10 como F-17.2. Com isso, o projeto de extensão Educando e Tratando Tabagismo fundamenta-se em desenvolver ações educativas que proporcionem conhecimento sobre tabagismo, esclareçam a respeito de alternativas de tratamento e auxiliem a população na cessação dessa prática, tendo como público alvo pacientes tabagistas que frequentam os ambulatórios de Pneumologia do Hospital Universitário Alcides Carneiro (HUAC).

Palavras-chaves: *Educação em Saúde, Tabagismo, HUAC, Campina Grande.*

1. Introdução

Segundo dados da Organização Mundial de Saúde (OMS), as doenças relacionadas ao fumo matam mais de 8 milhões de pessoas no mundo. No Brasil, o tabagismo é responsável por cerca de 200 mil mortes por ano. No entanto, apesar dos dados significativos, os produtos derivados do tabaco, que incluem, além do cigarro, narguilé, cigarro eletrônico, cachimbos e charutos, ainda são bastante consumidos no país e no mundo. [1]

De acordo com o Instituto Nacional do Câncer (INCA), o tabagismo é reconhecido como uma doença crônica causada pela dependência à nicotina presente nos produtos à base de tabaco, e integra o grupo de transtornos mentais e comportamentais, uma vez que a nicotina é uma substância psicoativa. Ele também é considerado a maior causa evitável isolada de adoecimento e mortes precoces em todo o mundo. O prejuízo causado aos fumantes ativos e passivos pelos efeitos dos componentes presentes no tabaco há anos vem sendo discutido por pesquisadores de todo mundo. A OMS estima que, caso não haja controle mundial da exposição ao tabaco, em 2030 o número de fumantes crescerá para 1,6 bilhão. [2] Desse modo, a discussão sobre variados temas referentes ao tabagismo faz-se necessária, uma vez que envolve várias vertentes que não atingem apenas o fumante, mas também as pessoas de seu convívio e o ambiente. Ademais, considerando o contexto epidemiológico decorrente da pandemia causada pelo vírus SARS-CoV-2 (Covid-19) e estudos que indicam associação entre tabagismo e desfechos mais graves da Covid-19, é essencial encorajar as pessoas a

pararem de fumar para minimizar os riscos associados à pandemia atual, tanto para os fumantes quanto para as pessoas expostas ao fumo passivo. Logo, o controle e tratamento para cessação de tabagismo, se faz cada vez mais importante não somente porque o tabagismo é um importante fator de risco para doenças crônicas não transmissíveis (DCNTs), mas pelo agora fator de risco e complicador para Covid-19. [3]

Concomitante a isso, a educação quanto a esse hábito torna-se cada vez mais imprescindível à sociedade, bem como a oferta de rede de apoio e tratamento. Nesse sentido, o projeto visa alcançar os pacientes dos ambulatórios de Pneumologia do Hospital Alcides Carneiro (HUAC) em Campina Grande na Paraíba, proporcionando conhecimento sobre os malefícios do tabagismo e esclarecendo a respeito de alternativas de tratamento que auxiliem a população na cessação dessa prática.

2. Metodologia

O projeto de extensão Educando e Tratando Tabagismo teve como objetivo o desenvolvimento de ações educativas acerca dos malefícios do tabagismo nos ambulatórios de Pneumologia do Hospital Universitário Alcides Carneiro (HUAC), bem como de terapias em grupo e tratamento farmacológico individualizado com base na avaliação de cada paciente. Este último foi feito com o Adesivo de Nicotina e com a Bupropiona, terapias com eficácia comprovada pelas mais recentes evidências científicas sobre a cessação do vício. [4]

Foram realizados semanalmente, pelos extensionistas, atividades ambulatoriais e reuniões, que abordaram temas como: os danos causados pelo tabaco ao usuário e às pessoas próximas a ele, as doenças mais prevalentes nesse público-alvo, os riscos trazidos pelo uso de cigarros eletrônicos, as consequências sociais negativas atreladas, além do aumento da taxa de morbimortalidade nos usuários. Além disso, foi criada uma parceria com a Secretaria de Saúde de Campina Grande para realizações de campanhas educativas antitabagistas nos centros da cidade e em escolas públicas, visando expandir informações sobre os riscos e malefícios do cigarro.

Os pacientes, previamente abordados com panfletos sobre o projeto em questão, que se interessaram na cessação do tabagismo foram convidados para um

^{1,2,3,4,5,7,8,9,10} Estudantes de Graduação do curso de Medicina, UFCG, Campus Campina Grande, PB. Brasil.

⁹ Orientador/a, Professora de Saúde Coletiva do curso de Medicina, UFCG, Campus Campina Grande, PB. Brasil.

¹⁰ Coordenador/a, Professora de Pneumologia do curso de Medicina, UFCG, Campus Campina Grande, PB. Brasil.

trabalho a longo prazo intitulado “Grupos Antitabagismo”, que ocorreu de forma quinzenal em dias pré-acordados no Hospital Universitário Alcides Carneiro. Nestes dias, eram realizados atendimentos ambulatoriais individualizados e, ainda, reuniões em grupo, para promover não só a educação, mas também para fomentar um meio de discussão sobre os obstáculos e os avanços por eles enfrentados.

3. Resultados e Discussões

Com a distribuição de panfletos e a abordagem semanal nos ambulatórios de Pneumologia do HUAC, foi possível captar cerca de 15 pacientes que realizavam atendimentos ambulatoriais e participavam das ações educativas de forma contínua com o objetivo de cessar o tabagismo. Desses, 46,7% (n=7) eram do sexo feminino e 53,3% (n=8) eram do sexo masculino. Sobre a etnia, 60% (n=9) se consideram pardos, 20% (n=3) brancos, 13,3% (n=2) negros e 6,7% (n=1) morenos. Sobre a escolaridade, 46,7% (n=7) possuem primeiro grau incompleto, 13,3% (n=2) possuem primeiro grau completo, 13,3% (n=2) são iletrados, 6,7% (n=1) possuem segundo grau incompleto, 6,7% (n=1) possuem segundo grau completo, 6,7% (n=1) possuem superior incompleto e 6,7% (n=1) são alfabetizados. Sobre o estado civil, 6,7% (n=10) são solteiros, 20% (n=3) são casados e 13,3% (n=2) são viúvos. A média de idade obtida foi 50,6, sendo a mínima 29 anos e a máxima 69 anos.

As profissões encontradas foram diversas como oficial de justiça, motorista, diarista, agricultor, aposentado. Referente à procedência, cerca de 93,3% (n=14) eram de Campina Grande - PB. Sobre como chegaram até o programa, 46,7% (n=7) chegaram por encaminhamento de outros ambulatórios, 33,3% (n=5) por indicação de familiar ou de amigo, 13,3% (n=2) por busca espontânea e 6,7% (n=1) por convite de extensionista.

Questionados sobre se já fizeram uso de alguma medicação para dormir ou se acalmar, mesmo não prescrita por médico, pois, muitas vezes, o tabagismo está atrelado à ansiedade/depressão, 53,3% (n=8) afirmaram que não, 46,7% (n=7) afirmaram que sim. Em relação à história com o tabagismo, a média de idade de início da prática foi 13,13 anos, sendo a mínima aos 05 anos e a máxima aos 18 anos. O cigarro está associado a diversas situações no dia a dia dos participantes, como falar ao telefone, uso de bebidas alcoólicas, uso de café, após as refeições, em situações alegres, tristes e ansiosas. 40% (n=6) dos participantes convivem com fumantes em casa e 100% (n=15) já tentaram parar de fumar outras vezes. A maioria afirma que retornou ao vício devido aos sintomas da abstinência, influência de amigos, uso de bebidas alcoólicas e situações estressantes.

Após a realização dos atendimentos individualizados em ambulatório, foram feitas ações educativas em grupo de forma quinzenal a depender da demanda, nas quais foram abordados temas como a dificuldade de se parar de fumar, como reconhecer os sintomas da abstinência e como superá-los, os malefícios do cigarro a curto e a

longo prazo, estratégias para não retornar ao vício. As crises de abstinência foram o principal percalço no processo de cessação do tabagismo. Os pacientes relataram diversos sintomas como cefaleia, tontura, insônia, perda da concentração, irritabilidade, fraqueza logo após a parada do uso do cigarro, como também como faziam para amenizá-los, a exemplo da prática de atividades físicas, hidratação constante, redução do uso de bebidas alcoólicas e café. Somado a isso, os extensionistas reforçaram em cada encontro que muitos desses sintomas era a transição do organismo se adaptando sem as substâncias tóxicas do cigarro dentro de si, logo, seria fundamental passar por essa fase.

Em cada encontro foi possível perceber as dificuldades encontradas pelos pacientes para a cessação do tabagismo, sendo as sessões em grupo, muitas vezes, uma forma de desabafo para exporem os motivos pelos quais não conseguiam deixar o vício. Entretanto, também era uma forma de motivar os pacientes que não estavam conseguindo reduzir o uso do cigarro através dos relatos dos pacientes que estavam conseguindo de forma exitosa. Então, as ações em grupo tornaram-se uma forma importante de compartilhar experiências e sanar dúvidas.



Figura 1 – Atendimento individualizado para coleta de dados (carga tabágica, comorbidades, dentre outros) referentes à cada paciente e expor alternativas de tratamento para a cessação do tabagismo.

Tabela I – Informações Gerais

Número de Pacientes Contemplados	15
Número de Estudantes de Graduação Envolvidos	10
Número de Ações Educativas Desenvolvidas	5

Número de Dias de Atendimento em Ambulatório	12
--	----

Tabela 2 – Perfil dos Pacientes - Sexo

Sexo	%
Feminino	46,7
Masculino	53,3

Tabela 3 – Perfil dos Pacientes - Cor/Etnia

Cor/Etnia	%
Pardo	60
Branco	20
Negro	13,3
Moreno	6,7

Tabela 4 – Perfil dos Pacientes - Estado Civil

Estado Civil	%
Solteiro	66,7
Casado	20
Viúvo	13,3

Tabela 4 – Perfil dos Pacientes - Escolaridade

Escolaridade	%
Primeiro Grau Incompleto	46,7
Iletrado	13,3
Primeiro Grau completo	13,3
Alfabetizado	6,7
Segundo Grau Incompleto	6,7
Segundo Grau completo	6,7
Ensino Superior Incompleto	6,7

Tabela 4 – Perfil dos Pacientes - Idade de Início do Tabagismo

Idade	%
5 anos	6,7
10 anos	6,7
12 anos	13,3
13 anos	6,7
14 anos	13,3
15 anos	20
16 anos	13,3
17 anos	13,3
18 anos	6,7



Figura 2 – Ação educativa em grupo para esclarecer dúvidas e incentivar os pacientes no processo de cessação do tabagismo.

Os alunos participantes do projeto Educando e Tratando o Tabagismo puderam expandir o conhecimento não apenas prático quanto à abordagem do tabagismo e o seu tratamento, como também psicológico, aprendendo a melhor forma de tratar/abordar um paciente muitas vezes fragilizado que busca ajuda, mas que não é devidamente atendido (dados indicam que menos de 5% da população de fumantes do país recebem tratamento fornecido pelo Ministério da Saúde).

4. Conclusões

O projeto de extensão “Educando e Tratando o Tabagismo” teve como principal consequência a conscientização do público-alvo quanto à importância da cessação do tabagismo diante dos riscos à saúde por ele trazidos e a efetivação da cessação desse hábito através de apoio prestado nas atividades realizadas e no fornecimento de medicação conforme era indicado para os pacientes. Além disso, através do contato com os mesmos e das experiências, no que tange ao tabagismo, relatadas por eles, foi possível observar as diferentes nuances que a batalha contra o tabagismo estabelece, bem como os fatores sociais que podem estar associados ao hábito e à dificuldade de deixá-lo, possibilitando a equipe a, por vezes, traçar estratégias de intervenções que atenuassem estas dificuldades, buscando, assim, facilitar o desvinculo do hábito.

5. Referências

- [1] Custos atribuíveis ao tabagismo, INCA - Instituto Nacional de Câncer, disponível em: <<https://www.inca.gov.br/observatorio-da-politica-nacional-de-controle-do-tabaco/custos-atribuiveis-ao-tabagismo>>. acesso em: 14 janeiro 2023.
- [2] GHO | World Health Statistics data visualizations dashboard | Tobacco smoking, Who.int, 2016, disponível em: <<https://apps.who.int/gho/data/node.sdg.3-a-viz?lang=en>>. acesso em: 14 janeiro 2023.

[3] SILVA, Luiz Carlos Corrêa da et al, Smoking control: challenges and achievements, *Jornal Brasileiro de Pneumologia*, v. 42, n. 4, p. 290–298, 2016.

[4] Reichert J, Araújo AJ, Gonçalves CMC, Godoy I, Chatkin JM, Sales MPU et al. Diretrizes para cessação do tabagismo. *J Bras Pneumol*. 2008;34(10):845-880

Agradecimentos

À Secretaria de Saúde de Campina Grande pelo suporte e colaboração no desenvolvimento das atividades.

À UFCG pela concessão de bolsas por meio da Chamada PROPEX 003/2022 PROBEX/UFCG.