

**Título:** Implantação de grupos para cessação do tabagismo nas Unidades de Saúde da Família.

**Nome do Aluno:** Alessandra Cavalleiro Henriques Reis

**Orientadora/Tutora:** Carolina Ozawa

### **Introdução:**

O tabagismo é um problema de saúde pública no Brasil, considerado como a maior causa de morte que pode ser evitada (INCA, 2001). A nicotina é considerada droga por possuir propriedades psicoativas, trazendo modificações no estado emocional e comportamental do usuário que pode induzir ao abuso e dependência química da mesma (INCA, 2016).

O tabagismo é reconhecido como uma doença crônica, estando por isso inserido na Classificação Internacional de Doenças (CID 10) da Organização Mundial de Saúde (OMS), em 2008. É também o mais importante fator de risco isolado para cerca de 50 doenças, muitas delas graves e fatais, como o câncer, doenças cardiovasculares (angina e infarto), enfisema pulmonar, derrame cerebral, entre outras patologias (CARDOSO, 2011).

As ações de controle do tabagismo na atenção primária à saúde são de suma importância, entretanto desenvolvê-las constitui um grande desafio para os profissionais de saúde, uma vez que envolve articulações com os demais setores da sociedade (MIRANDA, 2014, p.439-448). Segundo o Instituto Nacional do Câncer (INCA) 2012, as ações desenvolvidas no Brasil, para o controle do tabagismo, já salvaram 420 mil pessoas. O INCA destaca que o aumento do preço do cigarro ou tabaco é responsável por cerca da metade da redução do número de fumantes no país, seja por diminuir a iniciação ou por estimular a cessação (INCA, 2012).

### **Justificativa:**

Este estudo demonstra a relevância e importância do controle ao tabagismo, através da implementação de grupos de apoio, para uma promoção de saúde pública, a fim de melhorar a qualidade de vida dos pacientes e prevenir diversas doenças que podem até levar ao óbito devido ao uso do tabaco.

### **Objetivos:**

**Objetivo Geral:** Implementar um grupo, na unidade de saúde da família Jardim Brasil – Guarujá, com a finalidade de oferecer apoio aos participantes, fornecendo informações e aplicando estratégias necessárias para direcionar seus próprios esforços e assim parar de fumar.

### **Objetivos Específicos:**

1. Qualificar os profissionais de nível superior através de cursos promovidos pelo Ministério da Saúde através do INCA.
2. Divulgar o grupo através dos profissionais de saúde, para os pacientes que tenham interesse em parar de fumar.
3. Selecionar pacientes, através de entrevistas e testes auxiliares, realizados pelos profissionais de saúde que irão coordenar o grupo.
4. Analisar os resultados dos testes auxiliares denominado Fagerström.
5. Iniciar o grupo com os pacientes selecionados e os profissionais qualificados.

### **Método:**

Local: Unidade de Saúde da Família Jardim Brasil. Município de Guarujá –SP.

Público Alvo: Pacientes dependentes do tabaco. Participantes: Profissionais da Estratégia de Saúde da Família capacitados para intervir no grupo.

Ações:

- 1- O grupo irá ter 1 ano de duração, com um total de 16 sessões de aproximadamente 90 minutos cada: 4 sessões no 1º mês (semanalmente), 2 sessões no 2º mês (quinzenalmente) e do 3º ao 12º mês uma sessão mensal, contendo de 10 a 15 participantes.
- 2- Em cada reunião será abordado um tema: sessão 1 “ Entender por que se fuma e como isso afeta a saúde, sessão 2 “Os primeiros dias sem fumar”, sessão 3 “Como vencer os obstáculos para permanecer sem fumar” e sessão 4 “Benefícios obtidos após parar de fumar”. O paciente deverá determinar uma data para deixar de fumar e escolher o método que irá parar de fumar podendo ser: Abrupta ou Gradual na qual poderá ser por redução, diminuindo a quantidade de cigarros diariamente, ou por adiamento, adiando o horário do primeiro cigarro do dia.
- 3- Após as avaliações individuais de cada paciente, o profissional irá determinar se há ou não a necessidade de terapia medicamentosa.
- 4- Do 3º ao 12º mês serão realizadas sessões de manutenção, com orientações e cuidados que os participantes deverão ter, prevenindo recaídas e compartilhando experiências.

### **Avaliação e Monitoramento:**

Identificar o número de participantes que não pararam de fumar e realizar novas estratégias individuais para estes participantes.

Acompanhar os participantes que pararam de fumar, incentivando-os para que não tenham recaídas.

### **Resultados esperados:**

A implementação deste grupo, através de estratégias simples, irá trazer benefícios para a saúde individual e coletiva da população, reduzindo os índices de mortalidade e doenças causadas pelo tabaco. Estima-se que todos os participantes deixem de fumar ou que haja uma redução de danos para os que não conseguirem parar.

### **Referências:**

BRASIL. Ministério da Saúde. Instituto Nacional do Câncer- INCA. Coordenação de Prevenção e Vigilância (CONPREV). Abordagem e Tratamento do Fumante. Consenso 2001. Rio de Janeiro: INCA, 2001.

INSTITUTO NACIONAL DE CÂNCER (INCA). Tratamento do Tabagismo. Rio de Janeiro, [2000?]. Disponível em: <[http://www.inca.gov.br/wps/wcm/connect/acoes\\_programas/site/home/nobrasil/programa-nacional-control-tabagismo/tratamento-do-tabagismo](http://www.inca.gov.br/wps/wcm/connect/acoes_programas/site/home/nobrasil/programa-nacional-control-tabagismo/tratamento-do-tabagismo)>. Acesso em: 03 set. 2016.

CARDOSO, A. Tabagismo entre adolescentes: tabagismo como problema de saúde pública no mundo e no Brasil. 2001 . In Tabagismo: Relevância da temática na educação. Ano XXI Boletim 06 – Mai 2011. ISSN 1982- 0283.24.P Disponível em: <<http://www.tvbrasil.org.br/fotos/salto/series/15013006-Tabagismo.pdf>>. Acesso em: 10 jul. 2015.

MIRANDA, V. Ações voltadas para o tabagismo: análise de sua implementação na Atenção Primária à Saúde. Ciênc. Saúde coletiva [online], v19, n.2, p.439-448,2014. ISSN 1413-8123. Disponível em: <<http://www.nescon.medicina.ufmg.br/biblioteca/imagem/4699.pdf>>. Acesso em: 20 fev. 2016.

INSTITUTO NACIONAL DE CÂNCER (INCA). Políticas antitabagismo no Brasil já salvaram mais de 400 mil vidas. Rio de Janeiro, 2012. Disponível em: <[http://www2.inca.gov.br/wps.wcm/connect/agencianoticias/site/home/noticias/2012/politicas\\_antitabagistas\\_ja\\_salvaram\\_mais\\_de\\_400\\_mil\\_vidas\\_brasil](http://www2.inca.gov.br/wps.wcm/connect/agencianoticias/site/home/noticias/2012/politicas_antitabagistas_ja_salvaram_mais_de_400_mil_vidas_brasil)>. Acesso em: 10 dez. 2015.