

**FUNDAÇÃO OSWALDO CRUZ MATO GROSSO DO SUL**

**WAGNER DE PAULA**

**REDUÇÃO DO TABAGISMO ENTRE OS USUÁRIOS DE UMA UNIDADE BÁSICA  
DE SAÚDE**

**CAMPO GRANDE - MS  
2019**

**FUNDAÇÃO OSWALDO CRUZ MATO GROSSO DO SUL**

**WAGNER DE PAULA**

**REDUÇÃO DO TABAGISMO ENTRE OS USUÁRIOS DE UMA UNIDADE BÁSICA  
DE SAÚDE**

Trabalho de Conclusão de Curso apresentado à Fundação  
Oswaldo Cruz de Mato Grosso do Sul como requisito para  
obtenção do título de Especialista em Saúde da Família.

Orientador(a): Prof(a) CRISTIANY INCERTI

**CAMPO GRANDE - MS  
2019**

## **RESUMO**

O objetivo desse estudo foi elaborar um projeto de intervenção visando reduzir a prevalência de tabagistas na área de atuação da unidade básica de saúde Juscelino Cardoso, localizado no bairro Nova Brasília em Ji-Paraná, Rondônia. Os procedimentos metodológicos envolveram revisão de literatura e elaboração do plano de intervenção, que busca por meio deste focar na prevenção ao uso indiscriminado do tabaco; desenvolvendo ações para educar, orientar e conscientizar a comunidade em geral. Para isto foi desenvolvida uma capacitação da equipe de saúde da família, no qual foi realizado a divulgação para população através da busca ativa, realizada pelos agentes comunitários de saúde a partir de suas visitas, seguindo com posteriores intervenções através de reuniões semanais, orientações e conscientização na unidade básica de saúde e na comunidade. Conclui-se que por meio de ações simples de prevenção possa contribuir para a redução do tabagismo e conseqüentemente reduzir a incidência de enfermidades relacionadas.

**ÁREAS TEMÁTICAS:** Atenção Primária / Saúde da Família, Educação em Saúde, Vigilância em Saúde.

**DESCRITORES:** ATENÇÃO PRIMARIA A SAÚDE, PREVENÇÃO , PROMOÇÃO ..

## SUMÁRIO

|                                                                |           |
|----------------------------------------------------------------|-----------|
| <b>1. INTRODUÇÃO.....</b>                                      | <b>5</b>  |
| <b>2 OBJETIVOS.....</b>                                        | <b>7</b>  |
| 2.1 Objetivo Geral .....                                       | 7         |
| 2.2 Objetivos Específicos .....                                | 7         |
| <b>3. PLANEJANDO A INTERVENÇÃO: CAMINHO METODOLÓGICO .....</b> | <b>8</b>  |
| <b>4. AÇÕES E RESULTADOS ALCANÇADOS.....</b>                   | <b>12</b> |
| <b>5. CONSIDERAÇÕES FINAIS .....</b>                           | <b>16</b> |
| <b>REFERÊNCIAS .....</b>                                       | <b>18</b> |
| <b>APÊNDICE.....</b>                                           | <b>20</b> |

## 1. INTRODUÇÃO

O tabagismo é reconhecido como uma doença crônica causada pela dependência à nicotina presente nos produtos à base de tabaco. O tabagismo hoje é um problema de saúde pública e está associado ao desenvolvimento de inúmeras outras doenças, segundo o Instituto do câncer (INCA) . A atenção primária tem grande importância no combate ao tabagismo, dada a sua capacidade de envolver os atores da comunidade a entender do problema.

A prevalência de fumantes no mundo é de 1,3 bilhão, constituindo um terço da população global. A mortalidade anual relacionada ao tabaco, no mundo, é de 5,4 milhões de pessoas, sendo um óbito a cada dez adultos, dos quais 70% em países em desenvolvimento. Segundo dados da revista da Associação Médica Brasileira. vol.56 no.2. 2010-(RAMB). O tabagismo é considerado a principal causa de morte evitável no mundo. Os números mostram ainda que, no ano passado, 73.500 pessoas foram diagnosticadas com câncer provocado pelo tabagismo, Segundo dados da Organização Mundial da Saúde (OMS).

Atualmente, segundo dados da pesquisa nacional de saúde - 2013, realizada pelo Instituto Nacional de Geografia e Estatísticas (IBGE), estima-se que cerca de 428 pessoas morrem por dia no Brasil por causa do tabagismo, cerca de 12,6% de todas as mortes registradas no país são atribuíveis ao tabaco. Ao todo são registradas mais de 156.216 mortes ligadas ao tabaco no Brasil, números que poderiam ser reduzidos com ações de promoção e prevenção da saúde, mediante a ações educativas e informativas sobre o tabagismo.

Segundo dados cadastrados dos usuários do SUS na UBS - Juscelino Cardoso em Ji-Paraná/RO, realizado pelos agentes comunitários de saúde da área de abrangência da equipe de saúde da família, atualizados em 09/07/2018, existem atualmente 97 usuários que se declaram tabagistas ativos, o que corresponde a 6,7% da população total local da área, o que somam um total de 1.463 pessoas cadastradas. Os dados locais do município de acordo com o DATASUS são de 14% de tabagistas.

O tabagista ativo prejudica não só a sua própria saúde como a de todos ao seu redor. O tabagismo passivo é a exposição à fumaça exalada pelo fumante ativo e por produtos de tabaco durante a sua queima. A exposição à fumaça ambiental do tabaco está correlacionada ao desenvolvimento de doenças e agravos à saúde pois não há níveis seguros para essa exposição. Por este motivo torna-se igualmente relevante a promoção e prevenção a saúde do fumante ativo e passivo, tanto em ambientes públicos quanto em suas casas.

Com relação a essa problemática, destaca-se na área da unidade de saúde UBS - Juscelino Cardoso, um número muito alto de usuários fumantes ativos e passivos que já apresentam problemas com o vício do cigarro e outros ligados ao tabaco. Sendo assim justifica-se a intervenção devido ao grande número de usuários que seriam beneficiados por um programa destinado a alertar e orientar sobre os perigos desta prática e até realizar tratamento farmacológico com apoio dos programas específicos dos Governos Federal, Estadual e Municipal reduzindo assim a prevalência de tabagistas.

## **2 OBJETIVOS**

### **2.1 OBJETIVO GERAL**

Reduzir a prevalência de tabagistas na área de atuação da unidade básica de saúde UBS - Juscelino Cardoso, localizado no bairro Nova Brasília, Ji-Paraná/RO.

### **2.2 OBJETIVOS ESPECÍFICOS**

- Realizar ações educativas de promoção e prevenção de saúde relacionados ao tema tabagismo na comunidade.
- Incentivar e promover a capacitação dos demais profissionais de saúde da UBS - Juscelino Cardoso.
- Estimular a reflexão e discussão mediante conversações coletivas sobre o tema, com a participação dos demais profissionais de saúde da UBS - Juscelino Cardoso.
- Apoiar o usuário com atendimento médico individualizado, que desejar abandonar o hábito de fumar.

### **3. PLANEJANDO A INTERVENÇÃO: CAMINHO METODOLÓGICO**

Os procedimentos metodológicos envolveram revisão narrativa de literatura e elaboração do plano de intervenção. O local definido para os encontros será em uma sala de reuniões na UBS – Juscelino Cardoso, localizado no bairro Nova Brasília em Ji-Paraná – Rondônia. A UBS é de fácil acesso a sua população de abrangência, de modo a propiciar um ambiente climatizado, com boa iluminação, acentos suficientes, conforme recomendado pelo PNCT - MS.

O público alvo será direcionado para usuários tabagistas cadastrados na UBS – Juscelino Cardoso, com idade entre 18 e 80 anos. Os sujeitos envolvidos nesta intervenção serão a equipe de Saúde da família da UBS – Juscelino Cardoso, composta por médico clínico geral, enfermeira chefe e equipe de agentes de saúde (ACS); Também contarão com a participação da equipe multiprofissional do Núcleo de Apoio a Saúde da família (NASF), composta por Assistente Social, Fisioterapeuta, Nutricionista e Psicólogo; E os usuários tabagistas cadastrados nesta UBS.

Segundo o estudo seccional realizado através de análise de dados dos usuários cadastrados na UBS - Juscelino Cardoso, atualizados em julho de 2018, serão esperados cerca de 107 participantes, que serão distribuídos em dois grupos simultâneos.

Para selecionar os usuários que participarão serão avaliadas informações como: idade atual variada entre 18 e 80 anos, idade em que começou a fumar para determinar o tempo de uso do tabaco, gênero, grau de dependência e carga tabácica.

Critérios de inclusão:

- Gozar de boa saúde mental.
- Ter idade entre 18 e 80 anos.
- Ser tabagista.
- Ser de livre e espontânea vontade a participação.

Critérios de exclusão:

- Ter alguma enfermidade de base debilitante.
- Ser menor de 18 anos e maior de 80 anos.



- Recusa em participar.

O presente projeto será desenvolvido em três meses, durante os meses de outubro, novembro e dezembro do ano de 2018; onde serão estabelecidas reuniões semanais no primeiro mês (outubro) e quinzenais no segundo e terceiro mês (novembro e dezembro); cada encontro terá duração de aproximadamente 90 minutos.

Para atingir os objetivos da intervenção será proporcionado aos usuários, varias técnicas como entrevistas, consulta aos prontuários médicos, atendimento médico individualizado, respeitando a sua privacidade onde o mesmo terá mais facilidade para expressar suas dúvidas junto ao profissional, incluindo a prescrição de medicamentos se necessário; serão desenvolvidas também ações educativas, terapia grupal, folhetins, acerca do tema com os demais profissionais envolvidos, que terá como objetivo proporcionar maior informação assim como diálogo direto e indireto com os usuários.

As intervenções serão realizadas no período de 90 dias, que iniciará no dia 01 de outubro e terminará no dia 28 de dezembro de 2018; este projeto será dividido em quatro etapas.

A primeira etapa iniciará no dia 1 de outubro ao dia 4 de outubro com reunião da equipe de saúde da família para a elaboração do projeto e escolha da metodologia de trabalho a ser desenvolvida durante a execução do projeto.

A segunda etapa acontecerá entre os dias 05 de outubro e 09 de outubro, onde será revisado os prontuários dos usuários cadastrados na UBS – Jucelino Cardoso para então comunicar aos agentes comunitários de saúde que realizarão a busca ativa dos usuários para participação do grupo operativo. A enfermeira será responsável pela coordenação das atividades em grupo e interação com os participantes;

A terceira etapa do projeto que será realizada na UBS- Jucelino Cardoso, onde serão realizados dois grupos simultâneos com os mesmos conteúdos apresentados de forma igualitária, Os grupos se reunirão uma vez por semana, por no máximo 90 minutos, serão quatro semanas seguidas e após isso haverá três retornos quinzenais para manutenção. Um grupo frequentará as quartas-feiras e o outro grupo nas quintas-feiras em período noturno das 19:00 horas às 20:30 horas. Os temas serão desenvolvidos conforme o cronograma a seguir:

- Nos dias 10 e 11, o encontro terá inicio com apresentação da equipe e após a

aplicação da entrevista e o atendimento médico individualizado com a realização de consulta, solicitação de exames necessários em cada caso e prescrição de medicamentos auxiliares na cessação do hábito.

- Nos dias 17 e 18, serão executadas ações educativas, através de PowerPoint, mensagens motivacionais e folhetos informativos com os temas:

a) Entender por que se fuma e como isso afeta a saúde;

b) Os primeiros dias sem fumar.

- Nos dias 24 e 25, terá continuidade com ações educativas, através de PowerPoint, mensagens motivacionais e distribuição de folhetos informativos com os temas:

a) Como vencer os obstáculos para permanecer sem fumar;

b) Benefícios obtidos após parar de fumar.

- Nos dias 31/10 e 01/11 os usuários terão consulta individual com nutricionista para determinar o IMC e após receberão orientações nutricionais grupal em uma roda de conversas e nos folhetins;
- Nos dias 14 e 15/11, terá a participação do Fisioterapeuta com orientações e um programa de atividades físicas semanais; E Assistente Social com orientações sobre a importância do convívio social na recuperação.
- Nos dias 28 e 29/11, será realizada terapia grupal com Psicólogo visando oferecer suporte emocional para cessação do hábito de fumar.
- Nos dias 19 e 20/12 será a finalização do encontro, onde será oferecido um “coffeebreak” aos usuários que concluíram o programa e após será aplicado um questionário para a avaliação do projeto.

Nos intervalos entre os encontros se necessário, o usuário poderá ser acolhido por qualquer membro capacitado da equipe visando evitar as recaídas durante o tratamento.

Entre os dias 21 de dezembro e 28 de dezembro, será desenvolvida a quarta etapa da intervenção que terá como finalidade avaliar se os objetivos do projeto foram alcançados como era previsto, através das respostas obtidas no questionário aplicado aos usuários. E também durante a quarta etapa faz-se necessário a elaboração do relatório final.

A avaliação do projeto ocorrerá durante toda a sua execução, onde será observada a participação dos usuários através das metodologias aplicadas e se houve uma interação dos usuários com a equipe de execução da intervenção. Após o término será feita uma avaliação médica individual dos usuários que permaneceram até o encerramento do projeto, com intuito de analisar se os objetivos propostos foram alcançados como era esperado e através desta avaliação desenvolver uma metodologia de trabalho para melhorar a adaptação dos usuários a esse novo contexto.

#### 4. AÇÕES E RESULTADOS ALCANÇADOS

O grupo de tabagismo foi iniciado após a capacitação dos profissionais da Estratégia de Saúde da Família e a apresentação aos demais membros da equipe sobre os malefícios do uso do tabaco e do papel primordial da Equipe de Saúde nesse contexto de promoção de saúde. A capacitação foi realizada através de uma roda de conversa, no auditório da UBS no dia 1 de outubro, no qual foram abordados os principais malefícios do hábito de fumar e conscientizar que esse é um assunto muito sério. Que cada indivíduo tabagista é único, cada um possui a sua história, os seus valores, as suas preferências, as suas expectativas e as suas necessidades. O reconhecimento dessa individualidade, dentro do seu contexto de momento, é essencial para o sucesso da cessação do uso do tabaco. Após a capacitação da equipe, segundo as orientações do PNCT – Ministério da Saúde - Brasil. Foi realizada a divulgação para população através da busca ativa, realizada pelos ACS a partir de suas visitas.

- No dia 8 de outubro foi realizada a revisão pelo médico responsável e a enfermeira da equipe das fichas cadastrais dos usuários que se declararam tabagistas da área adstrita, juntamente com os agentes comunitários de saúde que realizaram a busca ativa dos usuários e entrega de um folheto convidativo.

Foram realizados dois grupos simultâneos de controle ao tabagismo, desde a sua implantação na unidade, com início no mês de outubro de 2018 com uma duração de 3 meses. Contou-se com a participação de um total de 33 usuários, sendo grupo I com 16 usuários (sendo 6 mulheres e 10 homens) e grupo II com 17 usuários (sendo 5 mulheres e 12 homens). No qual foram estabelecidas reuniões semanais no primeiro mês (outubro) e quinzenais no segundo e terceiro mês (novembro e dezembro) de 2018.

- No dia 10 de outubro foi realizada uma reunião no auditório da UBS, com o grupo I, das 19:00 as 20:30 com a aplicação de entrevista e o atendimento médico individualizado, com o auxílio da enfermeira e técnica de enfermagem.

Foi possível determinar a idade dos usuários que variou entre 23 e 67 anos de idade. A idade de início do tabagismo variou entre 13 e 28 anos pelo qual foi determinado o grau de dependência química e psicológica de cada indivíduo, sendo indicado o uso do adesivo de nicotina para os indivíduos selecionados. O índice de Fagerstrom, para avaliar o grau de dependência de cada um variou entre 2 e 9, com média de 6,3 pontos. Apenas duas usuárias não fizeram uso do adesivo de nicotina, por opção de fazer apenas a terapia comportamental.

- No dia 11 de outubro foi realizado no auditório da UBS, o atendimento com o grupo II, das 19:00 as 20:30 com a aplicação de entrevista e o atendimento médico individualizado, com o auxílio da enfermeira e técnica de enfermagem.

Foi possível determinar a idade dos usuários que variou entre 25 e 62 anos de idade. A idade de início do tabagismo variou entre 17 e 25 anos pelo qual foi determinado o grau de dependência química e psicológica de cada indivíduo, sendo indicado o uso do adesivo de nicotina para os indivíduos selecionados. O índice de Fagerstrom, para avaliar o grau de dependência de cada um variou entre 3 e 9, com média de 6,1 pontos. Apenas três usuários não fizeram uso do adesivo de nicotina, por opção de fazer apenas a terapia comportamental.

- No dia 18 de outubro foi realizado um novo encontro no auditório da UBS, das 19:00 as 20:30, com os dois grupos simultaneamente, no qual o médico responsável do programa juntamente com a enfermeira desenvolveram ações educativas de prevenção, promoção e os riscos e enfermidades provocadas pelo uso do tabaco. Através de apresentação com data show, mensagens motivacionais e folhetos informativos com os temas:

a) Entender por que se fuma e como isso afeta a saúde;

b) Os primeiros dias sem fumar.

Foi abordado os sintomas de abstinência, que geralmente surgem algumas horas após o último cigarro, atingem o pico em torno de dois a três dias e desaparecem depois de duas a quatro semanas.

Os usuários tiveram neste mesmo dia no auditório da UBS, orientação nutricional com o médico e enfermeira da equipe, relatando com uma breve apresentação sobre a importância de uma alimentação saudável, bem estar social, comportamentos que acompanham o hábito de fumar, entre outras.

- No dia 24 de outubro ocorreu mais um encontro com os dois grupos simultaneamente, no auditório da UBS, das 19:00 as 20:30, realizado pelo médico e enfermeira, dando continuidade com as ações educativas, através de PowerPoint, mensagens motivacionais e distribuição de folhetos informativos com os temas:

a) Como vencer os obstáculos para permanecer sem fumar;

b) Benefícios obtidos após parar de fumar.

Nesse encontro os usuários relataram ter sentido vontade de deixar de fumar, que conseguiram falar sobre o assunto com seus familiares. Observou-se um grande avanço obtido em poucas sessões, foi uma reunião bem dinâmica com participação ativa dos usuários.

- No dia 31 outubro estava agendado avaliação com a nutricionista do NASF, por motivo da grande demanda não foi possível realizá-lo.
- Nos dias 14 e 15/11, foi realizado uma reunião das 19:00 as 20:30 no auditório da UBS com o fisioterapeuta.

O mesmo orientou sobre a importância de atividades físicas nessa fase do tratamento e indicou técnicas de relaxamento, utilizando o exercício de respiração profunda e o relaxamento muscular progressivo, para aprender a lidar com a ansiedade. Participou também a Assistente Social, que fez várias orientações sobre a importância do convívio social na recuperação.

As orientações dadas tanto pelo fisioterapeuta bem como a assistente social, foram obtidas com grande aceitação pelo público alvo, no qual relataram estar vivenciando uma fase inspiradora, que os motivaram a continuar nessa luta para a cessação do hábito de fumar.

- Nos dias 28 e 29/11, foi realizada terapia grupal com psicólogo visando oferecer suporte emocional para cessação do hábito de fumar.

O mesmo indicou que a participação ao longo das sessões é importante para obter resultados satisfatórios na cessação do hábito de fumar e incentivou a prática de autocontrole para fatores estressores.

Nesse contexto os usuários reforçaram a auto-avaliação, ou seja, a percepção de si mesmo como alguém capaz de realizar seus objetivos. Nesse sentido, as técnicas motivacionais teve um trabalho específico no aspecto emocional da tomada de decisão, a fim de se manter longe do hábito de fumar. Cada indivíduo demonstrou-se mais confiante nessa reunião.

- No dia 20/12 foi realizado a finalização do encontro oferecendo um “coffeebreak” aos usuários que concluíram o programa.

Neste último encontro pôde-se observar que todos os usuários atendidos que pararam de fumar continuam abstinidos. Embora animadores, os resultados apresentam algumas limitações,

devendo ser considerados preliminares e provisórios.

- Entre os dias 21 e 28 de dezembro, foi desenvolvida a quarta etapa da intervenção que teve como finalidade avaliar se os objetivos do projeto foram alcançados como era previsto.

Como fragilidade encontrada, cita-se que a coordenação da atenção básica do município não disponibilizou a reposição de nicotina, tampouco outros medicamentos de primeira e segunda linha contra o tabagismo.

Como resultado das intervenções no grupo I, de um total de 16 usuários 4 usuários conseguiram parar de fumar, (2 homens e 2 mulheres), sendo que 2 deles não tiveram recaída na fase de manutenção, 5 usuários não conseguiram cessar com o tabagismo nesta tentativa, mas seguiram até o fim do programa, enquanto que 4 usuários desistiram na fase de manutenção e 3 usuários abandonaram o grupo ainda na primeira fase.

No grupo II, de um total de 17 usuários, 3 usuários conseguiram parar de fumar (1 homem e 2 mulheres), sendo que os 3 não tiveram recaídas na fase de manutenção. 5 usuários não conseguiram cessar com o tabagismo nesta tentativa, mas seguiram até o fim do programa, porém 3 desistiram na fase de manutenção e 6 abandonaram o grupo ainda na primeira fase.

Desta forma, até a conclusão do programa, 7 das 33 pessoas que participaram dos grupos conseguiram cessar com o tabagismo, equivalendo a 21.3% do total de usuários participantes do programa, ou seja, um percentual significativo tendo em vista os resultados alcançados em outros estudos, mostrando a importância do auxílio profissional na luta contra o tabagismo.

## 5. CONSIDERAÇÕES FINAIS

O objetivo proposto foi reduzir a prevalência de tabagista da área adstrita. Ao final deste projeto concluiu-se que houve uma redução razoável na prevalência de usuários dependentes do tabaco.

O objetivo de incentivar e promover a capacitação dos demais profissionais de saúde da UBS foi realizado e alcançado totalmente, sendo estudadas as maneiras de como ajudar os usuários tabagistas a enfrentarem de forma eficaz o problema exposto.

O objetivo de realizar ações educativas de promoção e prevenção de saúde relacionados ao tema tabagismo na comunidade foi alcançado totalmente, pelo qual os usuários participaram de forma ativa das reuniões e puderam expor suas necessidades e dificuldades relacionadas de como abandonar o vício e como manter-se afastados das recaídas.

O objetivo de estimular a reflexão e discussão mediante conversações coletivas sobre o tema, com a participação dos demais profissionais de saúde da UBS foi alcançado parcialmente, devido a grande demanda alguns profissionais não puderam se fazer presentes nos dias das reuniões. Porém, mesmo com esses percalços, as informações passadas pelos demais profissionais teve impacto positivo na comunidade, pelo qual todos os envolvidos obtiveram conhecimento sobre os malefícios do uso do tabaco.

O objetivo de apoiar o usuário com atendimento médico individualizado, que desejar abandonar o hábito de fumar foi alcançado parcialmente, devido ou sistema público de saúde não estar disponibilizando os medicamentos indicados na data de realização do projeto, no qual foi entregue receitas para os usuários adquirirem de forma particular os medicamentos a base de nicotina.

O projeto de intervenção proposto, apesar de ser trabalhado em curto prazo, teve como objetivo despertar a necessidade de abordagem específica deste grupo de indivíduos na comunidade. Fato surpreendente foi que muitos deles manifestaram interesse em cessar o vício e, ao mesmo tempo, desejaram conhecer os vários malefícios do tabagismo, no entanto, ainda perpetuavam o hábito. Desse modo, fica evidente o quão difícil é o problema e a necessidade de abordá-lo de modo multidisciplinar, para assim, atingir o objetivo maior que é reduzir o número de tabagistas da comunidade.

Com base no trabalho proposto concluiu-se que para o enfrentamento do tabagismo é



necessário uma equipe multidisciplinar capacitada; O conhecimento das particularidades locais é importante para a seleção das melhores medidas que atendam aquela comunidade; Deve-se atuar também na difusão de informações com intuito de prevenir novos casos de tabagismo e não apenas combater os casos já existentes; É importante insistir em ações para mudança de hábitos de vida com o objetivo de manter a abstinência do vício e ainda melhorar outras morbidades também presentes na maioria dos indivíduos. Articulação das estratégias de combate ao tabagismo entre diferentes setores sociais, governamentais e não governamentais, tem implicação nas chances de sucesso no combate ao tabaco.

Como demonstrado é possível reduzir a prevalência desta enfermidade que assola vários brasileiros, com intervenções de baixo custo e de fácil manejo, assim podendo melhorar a qualidade de vida das pessoas e diminuição com os problemas de saúde relacionados ao tabaco. E com ajuda da equipe de saúde da família daremos continuidade ao projeto mesmo após a finalização do presente curso.

## REFERÊNCIAS

Associação Médica Brasileira. Evidências Científicas sobre Tabagismo para Subsídio ao Poder Judiciário. Projeto Diretrizes. 2013. Disponível em: <[http://actbr.org.br/uploads/arquivo/990\\_artigo\\_consulex.pdf](http://actbr.org.br/uploads/arquivo/990_artigo_consulex.pdf)>. Acesso em: 05. set. 2018.

BRASIL. Brasil Saúde. queda no numero de fumantes comprova é possível parar. Disponível em: <<https://saudebrasilportal.com.br/eu-quero-parar-de-fumar/queda-no-numero-de-fumantes-comprova-e-possivel-parar>> acesso em 09. set. 2018.

BRASIL. Instituto Brasileiro de Geografia e Estatística. Pesquisa Nacional de Saúde 2013. Disponível em: <<ftp://ftp.ibge.gov.br/PNS/2013/pns2013.pdf>>. Acesso em: 16. ago. 2018.

BRASIL. Ministério da saúde. Agencia Nacional de Saúde Suplementar - ANS. Diretrizes Clínicas na Saúde Suplementar 2012 - Tabagismo. Rio de Janeiro: ANS, 2012.

BRASIL. Ministério da Saúde. Instituto Nacional de Câncer INCA. Abordagem e Tratamento do Fumante - Consenso 2001 . Rio de Janeiro: INCA, 2001.

Brasil. Ministério da Saúde. Política Nacional de Promoção da Saúde (PNPS): revisão da Portaria MS/GM no 687, de 30 de março de 2006. Disponível em: <[http://bvsmms.saude.gov.br/bvs/publicacoes/pnps\\_revisao\\_portaria\\_687.pdf](http://bvsmms.saude.gov.br/bvs/publicacoes/pnps_revisao_portaria_687.pdf)> acesso em 02. set. 2018.

BRASIL. Ministério da Saúde. Política Nacional de Atenção Básica, Departamento de Atenção Básica. 4. ed. Brasília: Ministério da Saúde, 2007, 68 p. (Série E. Legislação de Saúde) (Série Pactos pela Saúde 2006; v.4).

INCA. Instituto Nacional do Câncer. Programa Nacional de controle do Tabagismo. Disponível em: <<https://www.inca.gov.br/programa-nacional-de-controle-do-tabagismo>>. acesso em: 19. ago. 2018.

INCA. Instituto Nacional do Câncer. Tabagismo causas e Prevenção. Disponível em: <<https://www.inca.gov.br/tabagismo>>. acesso em 15. set. 2018.

WHO. World Health Organization. Backgrounder sobre relatório da OMS sobre regulamentação de cigarros eletrônicos e produtos similares. Disponível em: <<http://www.who.int/nmh/events/2014/backgrounder-e-cigarettes/en/>> acesso em: 23 ago.2018.

## APÊNDICE

### **1- Questionário para avaliar o grau de tabagismo:**

A – Você fuma? Há quanto tempo?

B – Quantos cigarros fuma por dia?

C – Quanto tempo após acordar fuma o primeiro cigarro?

D – O que acha de marcar uma data para abandonar o tabaco?

E – Já tentou parar?

F – O que aconteceu?



