



UNIVERSIDADE FEDERAL DE SÃO PAULO
UNIVERSIDADE ABERTA DO SUS

FABIANA BERNARDES RABELLO FERREIRA

PROJETO DE INTERVENÇÃO PARA REDUZIR O NÚMERO DE TABAGISTAS DA
UNIDADE BÁSICA DE SAÚDE ODÉCIO DEGAN EM LIMEIRA-SP

SÃO PAULO
2019

FABIANA BERNARDES RABELLO FERREIRA

PROJETO DE INTERVENÇÃO PARA REDUZIR O NÚMERO DE TABAGISTAS DA
UNIDADE BÁSICA DE SAÚDE ODÉCIO DEGAN EM LIMEIRA-SP

Trabalho de Conclusão de Curso apresentado
ao Curso de Especialização em Saúde da
Família da Universidade Federal de São Paulo
para obtenção do título de Especialista em
Saúde da Família

Orientação: ALEXANDRA CORRÊA DE FREITAS

SÃO PAULO
2019

Resumo

O tabagismo, antes visto como um estilo de vida, é atualmente reconhecido como uma dependência química que expõe os indivíduos a inúmeras substâncias tóxicas, causador de muitas doenças e que leva fatalmente a morte. Sendo assim o objetivo é estimular e implementar projeto e atividades antitabagismo na Unidade de Saúde Odécio Degan. Para tanto, as ações em busca disso serão realizadas através da formação de um grupo de apoio com uma equipe multidisciplinar que contará com 11 encontros, visando diminuir o número de tabagistas inicialmente na área de abrangência da unidade, com promoção da saúde e prevenção dos agravos relacionados ao tabaco, abordando diversos temas direcionados ao hábito de fumar associado a reposição de nicotina com medicação para melhor adesão ao tratamento, reduzindo assim a morbimortalidade associado a essa prática, tendo em vista que não contamos com uma intervenção ativa dessa magnitude atualmente no município de Limeira-SP.

-

Palavra-chave

Tabagismo. Dependência Química. Adesão ao Tratamento. Equipe Multiprofissional. Promoção da Saúde.

Introdução

O tabagismo integra o grupo dos transtornos mentais e comportamentais devidos ao uso de substância psicoativa na Revisão da Classificação Estatística Internacional de Doenças e Problemas Relacionados à Saúde (CID-10, 1997) e é a maior causa isolada evitável de adoecimento e mortes precoces em todo o mundo, segundo o Instituto Nacional do Cancer (INCA, 2018)

É reconhecido como uma doença epidêmica que causa dependência física, psicológica e comportamental. A dependência ocorre pela presença da nicotina nos produtos à base de tabaco. A dependência obriga os fumantes a inalarem mais de 4.720 substâncias tóxicas, além de 43 substâncias cancerígenas. Desse modo, é causa de aproximadamente 50 doenças, muitas delas incapacitantes e fatais, entre as quais se destacam pela incidência relacionada com o tabagismo: câncer de pulmão (90%); bronquite crônica (85%); enfisema pulmonar (85%); infarto (25%); derrame cerebral (25%) (INCA, 2018)

A nicotina presente no cigarro, por exemplo, ao ser inalada produz alterações no Sistema Nervoso Central, modificando assim o estado emocional e comportamental dos indivíduos. Depois que a nicotina atinge o cérebro, entre 7 a 19 segundos, libera várias substâncias (neurotransmissores) que são responsáveis por estimular a sensação de prazer que o fumante tem ao fumar. Com a inalação contínua da nicotina, o cérebro se adapta e passa a precisar de doses cada vez maiores para manter o mesmo nível de satisfação que tinha no início. Esse efeito é chamado de "tolerância à droga" e com o passar do tempo, o fumante passa a ter necessidade de consumir cada vez mais cigarros (ROSEMBERG, 2004).

A cada ano aproximadamente, cinco milhões de pessoas morrem por essas doenças relacionadas ao tabaco e a previsão é que, persistindo o atual modelo de consumo, em 2020, serão dez milhões de mortes ao ano, sendo que 70% dessas perdas ocorrerão nos países em desenvolvimento. (OPAS/OMS, 2016)

Analisando esse cenário constato que a necessidade de se investir esforços para apoiar os fumantes a deixarem de fumar é cada vez mais evidente. É crescente o número de fumantes que procuram esse apoio, estimulados por um contexto social cada vez mais desfavorável ao consumo de tabaco.

Sendo assim, o grande desafio para o controle do tabagismo frente a carência no atendimento é realizar ações intersetoriais e na atenção primária com a formulação de estratégias de saúde baseados no Programa Nacional de Controle do Tabagismo (PNCT), tendo em vista que na atualidade a cidade de Limeira-SP não conta de forma ativa com nenhum programa anti tabagismo.

Objetivos (Geral e Específicos)

Objetivo Geral:

Estimular e implementar projeto e atividades antitabagismo na Unidade de Saúde Odecio Degan .

Objetivos Específicos:

- * Conscientizar sobre as consequências do tabaco para a saúde;
- * Oferecer apoio para a cessação do tabagismo;
- * Criar grupo de apoio e atividades antitabagismo.

Método

Local: As ações serão realizadas na Unidade de Saúde Odécio Degan na cidade de Limeira estado de São Paulo.

Público- Alvo: o projeto de intervenção anti tabagismo visa beneficiar em primeiro momento os tabagistas homens e mulheres acima de 18 anos adscritos no território no qual se localiza a unidade de saúde Odécio Degan. Será realizado a divulgação do projeto através de panfletos entregue pelas agentes comunitárias de saúde e de folder na unidade para os interessados realizarem a inscrição, no qual será disponibilizada 20 vagas inicialmente.

Participantes: o projeto será composto por equipe multidisciplinar composta por uma médica, uma enfermeira, cinco agentes comunitários de saúde, uma psicóloga, uma nutricionista, uma fisioterapeuta, um psiquiatra, um farmacêutico, um dentista e o gestor municipal de saúde. Os participantes devem ter realizado curso antitabagismo para fazer parte da equipe.

Detalhamento das ações em etapas

Etapa 1: Apresentação da proposta ao gestor municipal de saúde

O projeto será apresentado ao gestor municipal de saúde, visando solicitação de recursos medicamentosos e material educativo para implementação do projeto, além de apresentação do mesmo aos profissionais citados no campo participantes.

Etapa 2: Identificação dos tabagistas

A identificação do tabagistas do território se dará por meio de levantamento realizado pelos agentes comunitário de saúde.

Etapa 3: Início das ações com os tabagistas

a) Avaliação do grau de dependência e grau de motivação para mudança

Se dará através de questionários, o teste de Fagerström e Modelo Prochaska DiClemente respectivamente, aplicados durante consulta médica e visitas domiciliares pelos agentes comunitários de saúde.

Será realizada pela médica avaliação clínica do paciente tabagista com uma anamnese completa com enfoque nas patologias de base, exame físico geral com ênfase no aparelho cardiovascular e respiratório, toma dos sinais vitais e dados antropométricos, além de solicitação de exames laboratoriais como hemograma completo, perfil lipidico, hepático e renal, eletrocardiograma e radiografia de torax.

Os resultados serão analisados pela autora do projeto e divulgados em reunião com a equipe.

b) Intervenção para cessação do tabagismo

Os grupos e atividades de apoio para as pessoas tratarem a dependência ao cigarro ocorrerão com quatro encontros semanais, quatro encontros quinzenais e três mensais totalizando 11 encontros, que terão duração de uma hora e meia e lista de presença em todos os encontros. A partir desse período os encontros são de manutenção, ou

seja, acompanhamento do paciente em ambulatório.

Os temas abordados serão:

- 1- Acolhimento/Apresentação do grupo (profissionais e pacientes)
- 2- Benefícios e Malefícios do tabagismo para a saúde
- 3- Entendendo a dependência (a nicotina, física, psicologia e comportamental)
- 4- Saúde bucal. Roda de conversa, troca de experiências e retirada de dúvidas.
- 5- Vencendo a fissura e a abstinência. Dinâmica
- 6- Sentimento do grupo e Planejamento - definição de uma data para parar de fumar
- 7- Como funciona o tratamento medicamentoso
- 8- Quando uma recaída ocorrer o que fazer?
- 9- O aumento de peso
- 10- Técnicas de relaxamento e importância do apoio familiar
- 11- Encerramento do grupo de Tabagismo

c) Articulação de ações multidisciplinares para a criação de atividades em grupo

As ações visam apoio de membros envolvidos no projeto como: Nutricionista para orientações quanto ao ganho de peso, Fisioterapeuta ensinando técnicas de relaxamento, da Psicóloga e Médica para elaboração de dinâmica e escuta dos sentimentos expostos pelo grupo e do Dentista para orientações sobre a saúde bucal.

Avaliação e monitoramento

O projeto terá início no segundo trimestre do ano de 2019, com reuniões semanais para traçar estratégias e captura dos pacientes inscritos a participar do projeto. Finalizado essa etapa as reuniões passarão a ser mensais para balanço geral do andamento do projeto, avaliação da adesão dos participantes verificando quantos participantes estão frequentando o grupo analisando a lista de presença de cada reunião, planejamento de atividades e temáticas, e se necessário realização de ajustes.

Logo após o encerramento do grupo será analisado os resultados obtidos com o projeto, como o número de participantes que diminuirão o uso do cigarro e quantos pararam de fumar e assim convocar os pacientes a consulta para a manutenção do tratamento e continuidade do cuidado.

Resultados Esperados

Os resultados esperados com o projeto de intervenção para reduzir o número de tabagistas da Unidade Odécio Degan estão listados abaixo:

- 1- Frequência e participação ativa dos participantes aos encontros com a criação de vínculo entre os pacientes e a equipe
- 2- Consolidação da decisão de abandono do cigarro
- 3- Abandono do vício a nicotina
- 4- Aumentar a autoestima do paciente
- 5- Estimular a boa prática alimentar e a prática de atividades físicas
- 6- Redução do número de tabagistas do território
- 7- Diminuição da morbidade e mortalidade decorrente da prática de fumar
- 8- Boa relação da equipe

E por fim, que sirva de incentivo para que os fumantes da área de abrangência procurem o projeto estimulados pelo sucesso da intervenção.

Referências

INCA. Instituto Nacional de Câncer José Alencar Gomes da Silva. **Tabagismo**. Disponível em: <https://www.inca.gov.br/programa-nacional-de-controle-do-tabagismo/tabagismo>. Acesso em 20 dez 2018.

OPAS/OMS. Organização Panamericana de Saúde e Organização Mundial da Saúde. **Tabagismo**. Disponível em: https://www.paho.org/bra/index.php?option=com_content&view=article&id=574:tabagismo&Itemid=463. Acesso em 20 dez 2016.

ROSEMBERG, José. **Nicotina: droga universal**. Monografia. São Paulo, 2004.