



UNIVERSIDADE FEDERAL DE SÃO PAULO
UNIVERSIDADE ABERTA DO SUS

JAQUELINE MARIANE TAVARES

PROJETO DE INTERVENÇÃO A FIM DE REDUZIR O TABAGISMO E SUAS
COMPLICAÇÕES NO MUNICÍPIO DE SÃO PEDRO-SP

SÃO PAULO
2019

JAQUELINE MARIANE TAVARES

PROJETO DE INTERVENÇÃO A FIM DE REDUZIR O TABAGISMO E SUAS
COMPLICAÇÕES NO MUNICÍPIO DE SÃO PEDRO-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: LIDIA FATIMA HILDEBRAND E SILVA

SÃO PAULO
2019

Resumo

Como o tabaco é considerado hoje a principal causa de morte evitável no mundo e um grande fator de risco prevenível para doenças crônicas cardiovasculares, diversos tipos de cânceres, diabetes, doenças respiratórias crônicas, além de gerar altos custos sociais e econômicos, este Projeto de Intervenção tem o intuito de conscientizar e reduzir o número de tabagistas no município de São Pedro-SP, assim como melhorar a qualidade de vida e a capacidade física dos participantes, orienta-los quanto ao prejuízo financeiro investido no tabaco, dentre outros. A implantação de tal Projeto será necessária, pois não há grupos nem acompanhamentos para fumantes na rede pública do município. A primeira etapa que trata da capacitação através da realização do curso: “capacitação para o tratamento do tabagismo no SUS-abordagem intensiva do fumante” fornecido no ano de 2018 no CRATOD em São Paulo-SP, já foi realizada. Em seguida, haverá o matriciamento para os demais funcionários da UBS São Dimas, a organização da agenda médica e de enfermagem, a realização de um plano de ação e de um cronograma para a abordagem e o acompanhamento dos pacientes através da formação de grupo antitabagismo.

Palavra-chave

Promoção da Saúde. Tabagismo. Equipe de Saúde.

Introdução

O tabagismo é uma doença crônica gerada pela dependência da nicotina. Sua definição é: consumo de derivados do tabaco por meio de cigarro industrializado, cachimbo, narguilé, cigarros de palha, tabaco mascado e rapé (BRASILIA, 2015).

De acordo com dados do INCA (2018), esta doença é responsável por 428 mortes por dia no Brasil. Ela teve seu pico durante os anos 70 e apresentou declínio progressivo na maioria dos países, o qual se estende até os dias atuais. Esse fato é decorrente de diversas medidas de políticas públicas, tais como proibição de publicidade do tabaco, aumento dos impostos sobre o produto, inclusão de advertências evidenciando os efeitos danosos do tabaco nos maços, legislação para restrição do fumo em ambientes fechados, campanhas para controle do fumo e o desenvolvimento de programas de abordagem e tratamento (BRASIL, 2014b).

Até o momento não temos dados oficiais sobre o número de fumantes no município de São Pedro, porém devido à procura crescente por tratamento do tabagismo, este foi o tema escolhido para realização deste projeto de intervenção, visto o potencial de resolutividade do mesmo e as consequências pelo uso de tal droga.

A cidade de São Pedro, local onde será realizado o estudo, fica localizada no centro do Estado de São Paulo, próximo às encostas da Serra do Itaqueri. Conta com uma população estimada de 35.318 habitantes segundo últimos dados atualizados do IBGE (2018). É conhecida pelo ecoturismo e a prática de esportes radicais, como o vôo em asa-delta e a descida em “rappel” nas cachoeiras e saltos da região, além das feiras de artesanato e festas populares em comemorações dos dois santos padroeiros: São Sebastião e São Pedro (SÃO PAULO, 2006).

Quanto à rede assistencial de saúde do município, tem-se:

- * A rede de alta e média complexidade conta com a Santa Casa de São Pedro, Unidade de Pronto Atendimento (UPA) e Unidade Mista Integrada de Saúde;
- * A assistência à saúde é integrada por 6 Unidades Básicas de Saúde (UBS), apoiadas por Centro de especialidade em reabilitação (CER) e Centro de atenção psicossocial (CAPS I);
- * A prefeitura estuda um projeto para implantação de mais duas unidades de saúde e núcleo de apoio à saúde da família (NASF)

A UBS São Dimas conta com três equipes de estratégia de saúde da família e Centro de atenção à saúde bucal (CSB). No total, contamos com duas recepcionistas, uma secretária da regulação, dois funcionários para serviços gerais, quatro médicos clínicos gerais, uma ginecologista, dois pediatras, quatro enfermeiras (uma delas é a coordenadora da unidade), cinco técnicos de enfermagem, quatorze agentes comunitárias de saúde (ACS) e um fisioterapeuta. O CSB conta com dois recepcionistas, um funcionário para serviços gerais, oito dentistas, sete auxiliares de saúde bucal e um coordenador. A “equipe Alfa” está composta por uma enfermeira, um técnico de enfermagem, cinco ACS e uma médica. Esta equipe é responsável por 841 familiares, com um total de 2.681 pessoas, das quais aproximadamente 240 são tabagistas, 19 etilistas crônicos, 9 já sofreram acidente vascular encefálico e 9 realizam tratamento de câncer atualmente. Treze dos nossos pacientes são domiciliados, 354 realizam tratamento de hipertensão arterial e 134 de diabetes mellitus.

Por termos alta procura por pacientes portadores de doenças crônicas não transmissíveis como Hipertensão Arterial, Diabetes mellitus e Tabagismo, ficamos motivados a realizar o presente projeto de intervenção.

Objetivos (Geral e Específicos)

Objetivo Geral:

- ♦ Conscientizar os tabagistas participantes do programa, em relação aos problemas relacionados ao cigarro e auxiliar no abandono de tal vício, reduzindo, a longo prazo, comorbidades relacionadas.

Objetivos Específicos:

- ♦ Criação de grupos antitabagismo na UBS São Dimas.
- ♦ Capacitação dos profissionais de saúde das demais UBS's do município de São Pedro.
- ♦ Avaliar o grau de dependência à nicotina e a necessidade do uso de apoio farmacológico ao abandono do tabagismo.
- ♦ Conscientizar os participantes dos riscos e complicações causados ou relacionados ao tabagismo ativo e passivo.
- ♦ Alertar sintomas de abstinência e como superá-los.
- ♦ Demonstrar os benefícios de abandonar o vício.

Método

O projeto de intervenção será executado na Unidade Básica de Saúde (UBS) São Dimas, localizada na rua José Esteves, nº 184, bairro São Dimas, São Pedro/SP.

O público-alvo que participará do projeto de intervenção serão pacientes tabagistas ativos cadastrados nas UBS do município de São Pedro/SP que demonstrarem interesse em abandonar tal vício, independentemente de sexo, idade, raça, co-morbidade ou classe social.

Os métodos de ação serão:

*** Criação de grupos antitabagismo na UBS São Dimas.**

Ações: 1. Capacitação do profissional que tomará a frente do grupo; 2. Reunião para organização, com demais profissionais da unidade, de datas, horários e local; 3. Verificação do estágio de motivação para cessação do tabagismo em relação ao público-alvo; 4. Atingida a quantidade necessária de tabagistas (10 a 15) participantes, convidá-los para a sessão em grupo.

*** Capacitação dos profissionais de saúde das demais UBS do município de São Pedro.**

Ações: 1. Buscar interessados em criar o programa em suas unidades. 2. Qualificar os profissionais interessados. 3. Criação dos grupos antitabagismo nessas unidades.

*** Avaliar o grau de dependência à nicotina e a necessidade do uso de apoio farmacológico ao abandono do tabagismo.**

Ações: 1. Aplicar teste de Fagerstrom (FAGERSTRÖM; SCHNEIDER, 1989). 2. Compilar e analisar o resultado dos questionários. 3. Prescrição do medicamento conforme necessidade individual do paciente.

*** Conscientizar os participantes dos riscos e complicações causados ou relacionados ao tabagismo ativo e passivo.**

Ações: 1. Estudo dos problemas causados pelo tabagismo com apresentação de imagens de suas complicações no organismo. 2. Incentivar os participantes a relatar aos demais casos de doenças originadas do tabagismo ocorridos em seu ambiente familiar. 3. Distribuição do Manual do Participante "Deixando de Fumar Sem Mistérios", sessão 1: Entender por que se fuma e como isso afeta a saúde.

♦ **Alertar sintomas de abstinência e como superá-los.**

Ações: 1. Estudo dos sintomas que podem ser apresentados no período de abstinência do tabagismo; 2. Incentivar os participantes a relatar casos próprios em tentativas de abandono do tabagismo e como superaram os sintomas; 3. Distribuição do Manual do Participante “Deixando de Fumar Sem Mistérios”, sessão 2: Os primeiros dias sem fumar e sessão 3: Como vencer os obstáculos para permanecer sem fumar.

♦ **Demonstrar os benefícios de abandonar o vício.**

Ações: 1. Estudo dos benefícios da vida sem o vício; 2. Incentivar os participantes a relatar os benefícios próprios notados do período que ficaram sem o vício; 3. Distribuição do Manual do Participante “Deixando de Fumar Sem Mistérios”, sessão 4: Benefícios obtidos após parar de fumar.

CRONOGRAMA A SER REALIZADO:

Para avaliar o projeto de intervenção, verificar-se-á o quantitativo de pacientes entre as sessões, observando se houve desistências e quantos finalizaram todas as etapas, sendo que destes últimos, será realizado um levantamento de quantos atingiram o resultado desejado, qual seja, o abandono do tabagismo. O monitoramento será realizado semanalmente nas 4 primeiras semanas, posteriormente, quinzenalmente, por 1 mês, e em seguida mensalmente por um período de 1 ano. Todas os encontros terão duração de aproximadamente 90 minutos e serão realizados na UBS São Dimas através de lista de presença.

Seguem descritas as atividades que serão realizadas em cada sessão:

1º sessão: entender por que se fuma e como isso afeta a saúde; slide com imagens e explicações; orientações sobre as formas para deixar de fumar (abrupta e gradual); realização do teste de Fagerstrom e teste do tipo de dependência disponível no manual do participante, sessão 1 “deixando de fumar sem mistérios”. Profissionais: enfermeira, médica e agente comunitária de saúde.

2º sessão: os primeiros dias sem fumar; realização de exercícios de relaxamento; orientações sobre síndrome de abstinência e como superar os momentos de fissura; roda de conversa com troca de experiências; solicitação da escolha do dia “D” (pra cessar o tabagismo); entrega do manual do participante, sessão 2 “deixando de fumar sem mistérios”. Profissionais: enfermeira, médica e agente comunitária de saúde.

3º sessão: como vencer os obstáculos para permanecer sem fumar; roda de conversa com troca de experiências; orientações de alimentos pouco calóricos para evitar o ganho de peso; avaliação do teste de Fagerstrom e consulta individual de cada participante; entrega do manual do participante, sessão 3 “deixando de fumar sem mistérios”. Profissionais: enfermeira, médica e agente comunitária de saúde

4º sessão: benefícios obtidos após parar de fumar; roda de conversa sobre os benefícios obtidos após o abandono do tabaco; estimulação dos pacientes que ainda não pararam de fumar; entrega do manual do participante, sessão 4 “deixando de fumar sem mistérios”.
Profissionais: enfermeira, médica e agente comunitária de saúde.

Demais encontros: Auxílio na prevenção de recaída.

Resultados Esperados

Os resultados esperados a partir da elaboração deste projeto de intervenção são:

- * Ampliar o conhecimento dos profissionais da UBS São Dimas em relação a implementação de grupos antitabagismo;
- * Conscientização quanto ao tabagismo ativo e passivo incluindo seus malefícios;
- * Redução no número fumantes;
- * Melhoramento na qualidade de vida e capacidade física dos participantes;
- * Orientação quanto ao gasto com tabaco e melhor distribuição da renda familiar ao não usá-la para compra do cigarro;
- * incentivar os participantes a disseminar o conhecimento adquirido nas reuniões em grupos e assim atrair mais participantes;
- * diminuição de gastos evitáveis para SUS devido às patologias associadas ao tabagismo;

Referências

BRASIL. Instituto Nacional do Câncer. Ministério da Saúde. Tabagismo. 2018. Disponível em: <<https://www.inca.gov.br/tabagismo>>. Acesso em: 04 nov. 2018.

BRASIL. Ministério da Saúde. Secretaria de Atenção à Saúde. Estratégias para o cuidado da pessoa com doença crônica o cuidado da pessoa tabagista. Brasília, 2015. 154p. ISBN 978-85-334-2339-8. Disponível em: <http://189.28.128.100/dab/docs/portaldab/publicacoes/caderno_40.pdf>. Acesso em: 04 nov. 2018.

FAGERSTRÖN, K. O.; SCHNEIDER, N. G. Measuring nicotine dependence: a review of the Fagerstrom Tolerance Questionnaire. *Journal of Behavioral Medicine*, [S.I.], v. 12, n. 2, p. 159-182, 1989.

IBGE. Instituto Brasileiro de Geografia e Estatística. Cidades. São Pedro, SÃO PAULO, 2018. Disponível em: <<https://cidades.ibge.gov.br/brasil/sp/sao-pedro/panorama>>. Acesso em: 05 fev. 2019

OLIVEIRA, Reynaldo Gomes de. *Blackbook*: Clínica Médica. 2. ed. Belo Horizonte, MG, 2014. 810p.

SÃO PAULO, Prefeitura Municipal de São Pedro. História set. 2006. Disponível em: <<http://www.saopedro.sp.gov.br/sao-pedro/historia/>>. Acesso em: 05 fev. 2019