

# Nova Abordagem no Tratamento do Tabagismo

**Autor:** Heloisa de Lima Gomes

**Coautores:** Antonio Wilson Palu; Monica F. Yamagishi; Kinue Ito Lima

## Introdução

A Organização Mundial da Saúde identifica o uso do tabaco como um fator de risco a vida por sua relação com o desenvolvimento de cânceres, principalmente os do sistema respiratório e de outras enfermidades como a doença pulmonar obstrutiva crônica. Por se tratar de uma doença, o tabagismo deve ser tratado com alta prioridade, através da prevenção primária (Ministério da Saúde, 2003).

## Justificativa

A observação da procura espontânea por tratamento do tabagismo em nossa unidade, decorrentes da proibição e divulgação ocorrida nos últimos anos sobre os malefícios do cigarro.

O desejo da equipe em trabalhar no tratamento do tabagismo.

## Objetivos

- Reduzir o índice de tabagismo em nossa área de abrangência;
- Realizar o tratamento multiprofissional destes usuários;
- Reduzir os índices de mortalidade e co-morbidades decorrentes do hábito de fumar.

## Metodologia

**Local:** Centro de Saúde Santa Odila

**Profissionais atuantes:** Clínico Geral, Enfermeira, Dentista, Assistente Social.

**População:** interessados em deixar o hábito de fumar.

**Tipo de Grupo:** aberto, com abordagem motivacional e terapêutica.

**Finalidade do grupo:** Conhecer os efeitos lesivos do tabaco no organismo humano.

Despertar nos participantes uma nova e real “visão” sobre o tabaco.

Promover atitudes de abandono do hábito de fumar.

## Descrição da realização do Grupo:

Captação dos interessados através da divulgação da existência do grupo na unidade, com livre demanda.

Início do grupo em 29.04.09.

Realização de reuniões semanais com duração de 1 hora e 30 minutos.

Temas abordados: Dependência física ou química e psicológica, alterações na fisiologia cerebral, informações sobre a constituição e composição do cigarro, doenças causadas pelo tabaco, abstinência, ganho de peso e medicações que podem ser utilizadas no tratamento.

Realização de encontros com Nutricionistas sobre ganho de peso e alimentação. Oferta de consultas com a equipe de nutrição.

## Bibliografia

Ministério da Saúde. Instituto Nacional de Câncer. [Programa de Controle do Tabagismo e Outros Fatores de Risco de Câncer](#). Modo Lógico e Avaliação. 2ª edição. 2003

## Metodologia utilizada para o trabalho em grupo:

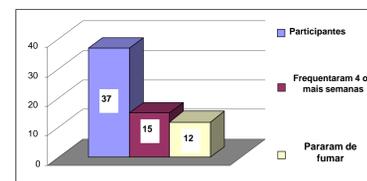
1. Apresentação dos participantes, dos coordenadores do grupo e das normas de participação: como o tipo de grupo (aberto), a espontaneidade da parada (decisão única do participante) e marcação de uma data da parada (após estar seguro da decisão), para que este possa ser avaliado pela equipe e indicado o tratamento mais adequado. Nesta avaliação verificamos sua disposição em parar, sua condição de saúde e a indicação do uso de medicamentos quando necessário. Se o mesmo ainda não estiver seguro de sua “ação de parada”, continuara a freqüentar as reuniões até que esteja realmente preparado.
2. **Utilização de recurso áudio visual nas apresentações dos temas abordados, com discussão simultânea à apresentação e questionamentos dos participantes sobre os assuntos abordados. Neste contexto é dada ênfase à visão que o tabagista tem que formar sobre a sujeira tóxica que coloca para dentro de seu organismo ao inalar a fumaça de uma simples tragada. Assim algumas comparações são feitas com o objetivo de marcar este momento.**
3. Troca de experiências, entre aqueles que desejam parar e os que já pararam.
4. Terminamos com o reforço do convite para a presença na próxima reunião e a pergunta mais importante: Você já marcou a sua data de parada? Se sim, será avaliado em seguida para o tratamento, medicamentoso ou não medicamentoso.

## Produtos e resultados

O grupo iniciou em 29 de abril de 2009, com a participação de 10 usuários. Foram realizadas 38 reuniões até 24 de fevereiro de 2010, tendo a participação de 37 usuários, deste total, 15 freqüentaram mais de 4 reuniões e 12 participantes pararam de fumar há mais de 3 meses.

As reuniões continuam acontecendo todas as quartas-feiras, com participantes regulares e recém ingressantes.

**Gráfico 1. Usuários que deixaram de fumar após participação no grupo**



## Facilidades

Capacitação fornecida pelo Ministério da Saúde e pelo ASPA/UNICAMP.

Apoio integral da coordenação e equipe da unidade.

Implantação da unidade como Área Livre do Tabaco desde maio de 2006.

## Dificuldades

Área física inadequada para a realização de grupos.

Falta de medicação específica na unidade para o tratamento.

## Considerações Finais

Apesar das dificuldades, o grupo permaneceu em sintonia constante, com a mesma determinação dos que foram vitoriosos no abandono do tabaco e permanecendo fiéis a si próprios neste propósito, premiando-nos com a satisfação dos resultados obtidos.