

ISSN 2238-9113

ÁREA TEMÁTICA:

- COMUNICAÇÃO
- CULTURA
- DIREITOS HUMANOS E JUSTIÇA
- EDUCAÇÃO
- MEIO AMBIENTE
- SAÚDE
- TRABALHO
- TECNOLOGIA

AVALIAÇÃO DA PARTICIPAÇÃO DOS ALUNOS NO PROJETO EXTENSIONISTA “EDUCANDO E TRATANDO O TABAGISMO”

Thais Mendes Martins Didek (tha_rox28@hotmail.com)

Ana Carolina Ferro (acf.123@hotmail.com)

Lara Simone Messias Floriano (aramessias@ig.com.br)

Lídia Dalgallo Zarpelon (ldzarpelon@yahoo.com.br)

RESUMO – O tabagismo é considerado pela Organização Mundial da Saúde (OMS) a principal causa de morte evitável no mundo. Atualmente, das 39.228 equipes de saúde na família, mais de 23 mil em todo país estão prontas para oferecer o tratamento ao tabagismo em 5.460 municípios. Para oferecer o atendimento à comunidade fumante interna e de Ponta Grossa, a Pró-Reitoria de Recursos Humanos (PRORH) da Universidade Estadual de Ponta Grossa (UEPG), em parceria com o Departamento de Enfermagem e Saúde Pública, desenvolve o projeto de extensão ‘Educando e tratando o Tabagismo’. Assim, objetivou-se avaliar a participação dos alunos no projeto de extensão “Educando e Tratando o Tabagismo” da Universidade Estadual de Ponta Grossa, do ano de 2012 a 2014, levando em conta a relevância social e a formação profissional. Como metodologia utilizou-se questionário descritivo, distribuído a 29 alunos participantes. Os resultados apontaram que o projeto é de grande valia para a formação profissional dos alunos, pelo contato direto com a comunidade tabagista. Concluiu-se que contribui para a formação dos acadêmicos participantes, avaliando-se na prática o que o aluno somente teria contato na teoria, aprimorando assim seu conhecimentos, experiência com ajuda dos professores e comunidade envolvidos no projeto.

PALAVRAS-CHAVE – Educação; Saúde; Tabagismo.

Introdução

O tabagismo integra o grupo dos transtornos mentais e comportamentais devido 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. É reconhecido como uma doença epidêmica que causa dependência física, psicológica e comportamental semelhante ao que ocorre com o uso de outras drogas como álcool, cocaína e heroína. O vício ocorre pela presença da nicotina nos produtos à base de tabaco. A dependência obriga os fumantes a inalarem mais de 4.720 substâncias tóxicas, como: monóxido de carbono, amônia, cetonas, formaldeído, acetaldeído, acroleína, além de 43 substâncias cancerígenas, sendo as principais:

arsênio, níquel, benzopireno, cádmio, chumbo, resíduos de agrotóxicos e substâncias radioativas (INCA, 2013).

Algumas dessas substâncias tóxicas também são conhecidas como potenciais irritantes, pois produzem irritação nos olhos, no nariz e na garganta, além de paralisia nos cílios dos brônquios. Desse modo, o tabagismo é causa de aproximadamente cinquenta doenças, muitas delas incapacitantes e fatais, como câncer, doenças cardiovasculares e respiratórias crônicas (INCA, 2013).

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, da mesma forma como ocorre com a cocaína, heroína e álcool. Depois que a nicotina atinge o cérebro, entre 7 a 19 segundos, por meio dos neurotransmissores, libera várias substâncias 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". Com o passar do tempo, o fumante passa a ter necessidade de consumir cada vez mais cigarros. Com a dependência, cresce também o risco de se contrair doenças crônicas não transmissíveis, que podem levar à invalidez e à morte (INCA, 2013).

O tabagismo é considerado pela Organização Mundial da Saúde (OMS) a principal causa de morte evitável no mundo. A organização estima que um terço da população mundial adulta, isto é, cerca de 1 bilhão e 200 milhões de pessoas, sejam fumantes. Pesquisas comprovam que aproximadamente 47% de toda a população masculina mundial e 12% da feminina fumam (PORTAL BRASIL, 2009).

Tratamento e benefício

Os tratamentos mais eficazes unem apoio medicamentoso com mudanças de hábitos. A combinação é importante porque o tabaco causa dependência física, psicológica e comportamental:

Física: Quando se tira as substâncias, particularmente a nicotina, o corpo vive uma espécie de curto-circuito e entra em síndrome de abstinência. Os principais sintomas são ansiedade, inquietação, sonolência ou insônia, e prisão de ventre.

Psicológica: O cigarro torna-se uma “bengala” para o dependente, que passa a fumar mais quando está estressado, triste e se sentindo sozinho.

Comportamental: O fumante tem uma rotina com o cigarro. Há momentos em que o fumar é um hábito automático. Depois da refeição, com o cafezinho, após ir ao banheiro, ao entrar no carro, etc (PORTAL BRASIL, 2009).

Especialistas aconselham as pessoas a marcar uma data para largar o vício. Há dois métodos para parar de fumar: imediatamente ou gradualmente. O método mais adequado é a parada imediata ou abrupta, na qual você marca uma data e, a partir desse dia, não fuma mais nenhum cigarro. Outra alternativa é parar gradualmente, reduzindo o número de cigarros ou retardando a hora do primeiro cigarro do dia. Mas você não deve gastar mais de duas semanas, pois pode se tornar uma forma de adiar, e não de parar de fumar. Por exemplo, uma pessoa que fuma 30 cigarros por dia, no primeiro dia fuma os 30 cigarros usuais, no segundo dia 25, no terceiro 20, no quarto 15, no quinto 10 e no sexto fuma apenas 5 cigarros. O sétimo dia é a data para deixar de fumar e o primeiro dia sem cigarros. (PORTAL BRASIL, 2009).

No Brasil, atualmente, das 39.228 equipes de saúde na família, mais de 23 mil em todo País estão prontas para oferecer o tratamento ao tabagismo em 5.460 municípios. Em 2013 e 2014, o Ministério da Saúde destinou R\$ 41 milhões para compra de medicamentos (adesivos, gomas e pastilhas de nicotina e bupropiona) ofertados no tratamento. (BRASIL, 2015).

Estudo divulgado em Brasília pelo Ministério da Saúde afirmou que o número de fumantes caiu 30,7% no Brasil nos últimos nove anos. Atualmente, 10,8% da população são fumantes. O índice era de 15,6% em 2006. A meta do governo é chegar a 9,1% de fumantes no País até 2020. A capital com o maior percentual de fumantes é Porto Alegre (RS), com 16,4%. Em seguida vêm São Paulo (SP) e Curitiba (PR). Já, a com menor índice de fumantes é São Luís (MA), com 5,5%. (BRASIL, 2012).

Para oferecer o atendimento aos fumantes, da comunidade interna da Universidade Estadual de Ponta Grossa (UEPG) e externa da região de Ponta Grossa, a Pró-Reitoria de Recursos Humanos (PRORH), em parceria com o Departamento de Enfermagem e Saúde Pública, desenvolveu e implantou o projeto de extensão ‘Educando e tratando o Tabagismo’. A iniciativa teve como objetivo sensibilizar a comunidade assistida (interna e externa) sobre os riscos do tabagismo, ação no organismo e dependência adquirida pela nicotina.

Sob a coordenação de professores, do Departamento de Enfermagem e Saúde Pública, o projeto iniciou atividades em 2008. De acordo com o coordenador, para participar do projeto os interessados devem ser maiores de 18 anos, e estarem dispostos a parar de fumar. As sessões acontecem uma vez por semana, com duração de aproximadamente de 90

minutos, incluindo sessão de abordagem cognitiva comportamental, pré-consulta e consulta médica.

Ainda o professor, explica que esse primeiro atendimento em grupo, chamado abordagem cognitiva comportamental, consiste em detectar situações de risco de recaída para o tabagismo e o desenvolvimento de estratégias de enfrentamento, a partir das técnicas como automonitoração, controle de estímulos e técnicas de relaxamento (PORTAL UEPG, 2016).

Diante deste contexto, a questão que norteou este estudo foi: Como os acadêmicos do Projeto de extensão Educando e Tratando o Tabagismo, avaliam a sua participação na formação profissional?

Objetivos

Avaliar a participação dos alunos no projeto de extensão “Educando e Tratando o Tabagismo” da Universidade Estadual de Ponta Grossa, do ano de 2012 a 2014, levando em conta a relevância social e a formação profissional.

Referencial teórico-metodológico

Trata-se de um estudo documental, qualitativo e descritivo. A avaliação foi por meio de questionário descritivo, distribuído aos 29 alunos participantes, sendo 19 do Curso de Enfermagem e 10 de Medicina, no qual em umas das questões descreveram sobre “sua participação no projeto extensionista, levando em conta a relevância social e formação profissional”.

A análise dos dados foi realizada através leitura dos depoimentos, preservando a identidade dos acadêmicos, onde foi criado pseudônimo “*Flores*” para identificar as falas, assim manteve-se o anonimato dos sujeitos.

Resultados

Avalia-se segundo a visão dos alunos que o projeto de extensão “Educando e tratando o Tabagismo” é de grande valia para sua formação profissional, pelo contato direto com a comunidade tabagista, expondo suas dificuldades, experiências, relatos de enfermidades as quais levam- nas a necessidade de deixar o tabaco e no decorrer do projeto a vitória de muitos com a cessação do tabagismo. Experiências estas que proporcionam a relação teórico- prática, facilitando o sucesso profissional para os alunos participantes por

terem o contato direto na vivência e superação dos pacientes participantes do projeto de extensão e na troca de conhecimentos, tendo assim uma visão diferenciada de como trabalhar com estes clientes tabagistas no decorrer de sua formação.

Em suas colocações destacam o conhecimento teórico como sendo uma ferramenta que confere segurança para a prática com a comunidade.

“[...]tenho aprendido com cada paciente, com suas experiências e dificuldade. O projeto trata de uma realidade comum nos dias de hoje, que é o tabagismo, por isso acho importante esse projeto para ajudar as pessoas que querem sair desse vício, e nós profissionais da saúde temos ligação direta com essa questão.” (Crisântemo)

“[...] proporciona aos integrantes maior contato com a comunidade, preparando-os de forma mais efetiva para a atuação profissional. Assim, também disponibilizando a comunidade um serviço de apoio gratuito, que contribui para a prevenção da saúde.” (Orquídea)

“[...]aprendi muitas coisas que sem dúvida vão contribuir muito na minha formação profissional. Esse projeto aproxima nós futuros profissionais da saúde do paciente, nos ajudando desse modo a desenvolver o lado da conversa e das orientações, duas coisas que vão ser muito importantes para nossa formação.[...]” (Tulipa)

Considerações Finais

Conclui-se que o projeto de extensão “Educando e tratando o Tabagismo” contribui para a formação dos acadêmicos participantes, por meio da prática vivenciada diretamente com a comunidade participante. Levando em conta a grande troca de informações e experiências expostas por todos, as dificuldades enfrentadas e o histórico de cada participante e qual método utilizado por cada um para alcançar seus objetivos (parar de fumar). Assim, pode-se avaliar na prática o que o acadêmico somente teria contato na teoria, aprimorando assim seus conhecimentos, experiência com ajuda dos professores envolvidos no projeto. Cada acadêmico participante, o qual passa por estas experiências, conclui-se que pode ajudar não somente no projeto, mas fora dele, pela troca de conhecimentos e aprendizado entre ambos.

APOIO: (Fundação Araucária)

Referências

PORTAL BRASIL – **Tabagismo.** Disponível em <http://www.brasil.gov.br/saude/2009/11/tabagismo1>. Acesso em 23/04/2016.

BRASIL, INCA – Programa Nacional de Controle do Tabagismo. Disponível em <http://www2.inca.gov.br/wps/wcm/connect/acoes_programas/site/home/nobrasil/programa-nacional-controle-tabagismo/tabagismo>. Acesso em 23/04/2016.

UEPG – ‘Projeto Educando e Tratando o Tabagismo’ forma novos grupos. Disponível em <<http://portal.uepg.br/noticias.php?id=3457>>. Acesso em 24/04/2016.

BRASIL - Políticas de combate ao tabagismo reduzem em mais de 30% número de fumantes no Brasil. Disponível em <<http://www2.planalto.gov.br/noticias/2015/05/politicas-de-combate-ao-tabagismo-reduzem-em-mais-de-30-por-cento-numero-de-fumantes-no-brasil>>. Acesso em 25/04/2016.

BRASIL - Ministério da Saúde divulga dados sobre o tabagismo no Brasil. País mostra queda de fumantes. Disponível em <<http://www.sigaseucoracao.com.br/noticias/fatores-de-risco/ministerio-da-saude-divulga-dados-sobre-o-tabagismo-no-brasil/>>. Acesso em 25/04/2016.