

**ÁREA TEMÁTICA:** (marque uma das opções)

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

## **RELATO DE EXPERIÊNCIA DO PROJETO EDUCANDO E TRATANDO O TABAGISMO**

**Camila Martins (UEPG - camilamartins.mt@hotmail.com)**

**Kamila Giuliana Bail (UEPG- kamilagiuliana@gmail.com)**

**Lídia Dalgallo Zarpellon (UEPG-lidiadalgallo@gmail.com)**

**SUPERVISORA DO PROJETO**

**Resumo:** O tabagismo é considerado um transtorno mental e comportamental, devido as suas substâncias psicoativas, principalmente a nicotina que contém um alto poder tóxico. Objetivou-se relatar a experiência dos participantes do primeiro grupo do ano de 2017, até a quarta semana. Trata-se de uma pesquisa documental, descritiva, realizada a partir do levantamento de dados dos prontuários. As reuniões aconteceram na Universidade Estadual de Ponta Grossa, sendo essas realizadas em no máximo duas horas e meia. A pesquisa contou com um total de 19 pessoas, sendo 14 do sexo feminino e 5 do sexo masculino. O sexo feminino destacou-se por sua alta taxa de prevalência, sendo esse o gênero que mais procura ajuda para abandonar o vício. O hábito de fumar está conectado a um ciclo vicioso, onde muitas vezes o indivíduo quer parar, porém sem o acompanhamento especializado de uma equipe multidisciplinar, encontra dificuldade.

**PALAVRAS CHAVES:** Tabagismo. Teste de Fagerström. Vício.

<sup>1</sup>Acadêmicas de Bacharelado em Enfermagem da Universidade Estadual de Ponta Grossa, acadêmica do Projeto Educando e Tratando o Tabagismo, autora e apresentadora Bolsista Araucária, e-mail :camilamartins.mt@hotmail.com

<sup>2</sup>Acadêmica de Bacharelado em Enfermagem da Universidade Estadual de Ponta Grossa, do Projeto Educando e Tratando o Tabagismo, autora, e-mail: kamilagiulianabail@gmail.com

<sup>3</sup>Mestre em Educação PUC-PR. Professora do Curso de Enfermagem da UEPG, Supervisora do Projeto Educando e Tratando o Tabagismo, e-mail: ldzarpellon@yahoo.com.br

## INTRODUÇÃO

A décima revisão da Classificação Internacional de Doenças (CID-10) incluiu o tabagismo no grupo de transtornos mentais e comportamentais por constituir substâncias psicoativas. Antigamente era visto como objeto de glamour e sofisticação, porém com o passar do tempo tornou-se um problema de saúde pública, por caracterizar-se como doença crônica e epidêmica por causar dependência física, psicológica e comportamental.

O tabaco possui 60 substâncias cancerígenas e 4.720 substâncias tóxicas ao organismo, além disso, o tabagismo é um dos fatores de risco que levam a várias doenças como as cardiovasculares e doenças respiratórias obstrutivas crônicas. (FIGLIE et al, 2004).

A nicotina, principal substância presente no tabaco causa dependência química semelhante a produzida pelo uso de drogas ilícitas como a heroína ou cocaína, agindo principalmente sobre o sistema nervoso autônomo, onde pequenas doses agem inicialmente como estímulo a neurotransmissão e em seguida como depressor. Há ação sobre o sistema nervoso central, cardiovascular, sistema enzimático hepático e no aparelho digestivo.

São consumidos em torno de 7 trilhões e 30 bilhões de cigarros no mundo por ano, aproximadamente 200 toneladas de nicotina diária. No Brasil há 27,9 milhões de fumantes, consumindo 110 bilhões de cigarros por ano, acrescidos de 48 bilhões oriundos de contrabando (RADAMAM, 2008).

Frequente e equivocadamente, o tabagismo é percebido como uma opção exclusivamente pessoal. Contudo, este conceito é contestado pelo fato de que a maioria dos fumantes deseja parar quando toma consciência dos efeitos do tabaco sobre a saúde, mas encontra dificuldades devido à natureza aditiva da nicotina. (JUNIOR, 2014).

Na Universidade Estadual de Ponta Grossa (UEPG), professores e acadêmicos de enfermagem, medicina e farmácia realizam o projeto de extensão “Educando e Tratando o Tabagismo”, cuja finalidade é dar orientações a respeito do assunto, oferece apoio e incentivo com o objetivo da comunidade deixar o vício, afim de levar uma vida mais saudável.

O projeto é baseado em 4 livros do Ministério da Saúde, onde ensina-se como ficar os primeiros dias sem o tabaco, como passar sobre a fase de abstinência e como substituir hábitos. Os encontros apresentam uma abordagem cognitiva comportamental, além de contar com consultas médicas periodicamente.

Os encontros seguem uma divisão, sendo os 4 primeiros realizados uma vez na semana durante 4 semanas consecutivas, após esse período, os encontros passam a ser a cada 15 dias, onde realizam-se as manutenções com o acompanhamento médico.

## OBJETIVOS

Relatar a experiência vivida pelos participantes do primeiro grupo do ano 2017 nas primeiras quatro semanas, levando em consideração o sexo, grau de dependência e a frequência de comparecimento.

## METODOLOGIA

Trata-se de uma pesquisa documental, descritiva, que avalia o comportamento dos participantes do projeto de extensão “Educando e tratando o Tabagismo” até sua quarta semana de realização.

Os encontros aconteceram no período do dia 25 de maio de 2017 a 22 de junho de 2017, onde participaram 19 pessoas. Eram realizadas palestras que duravam em torno de no máximo duas horas e meia. Os dados foram coletados no período de 23 a 30 de junho de 2017, a partir dos prontuários dos mesmos.

Após coletados, os dados foram transcritos para uma pesquisa, de forma que se evidenciou as variáveis sexo, teste de Fagerström, que mensura o grau de dependência de nicotina nos pacientes, e a frequência de comparecimento em relação as quatro primeiras semanas.

## RESULTADOS

Foram avaliados 19 prontuários de pacientes participantes do primeiro grupo do ano de 2017 do projeto de extensão “Educando e Tratando o Tabagismo” realizado na Universidade Estadual de Ponta Grossa.

Evidenciou-se a grande procura por parte do sexo feminino em realizar o tratamento, sendo essa taxa de 14 mulheres, no total de 19 participantes, para apenas 5 participantes do sexo masculino.

Pesquisas evidenciam que as mulheres fumam após experiências negativas de vida. Nos últimos anos, com a maior inserção das mulheres no mercado de trabalho, houve um acúmulo de responsabilidades muito grande, pois elas ainda permanecem como cuidadoras de seus lares

e com a função maternal. Nesse sentido, o consumo de tabaco estaria associado a uma maior sensação de autonomia e de conquista do seu próprio espaço perante a sociedade e também como um mecanismo de escape emocional. (LOMBARDI, et al. 2011).

**Tabela 1. Análise do grau de dependência relacionado ao sexo dos tabagistas que participaram do primeiro grupo do Projeto de Extensão “Educando e Tratando o Tabagismo” na UEPG no ano de 2017.**

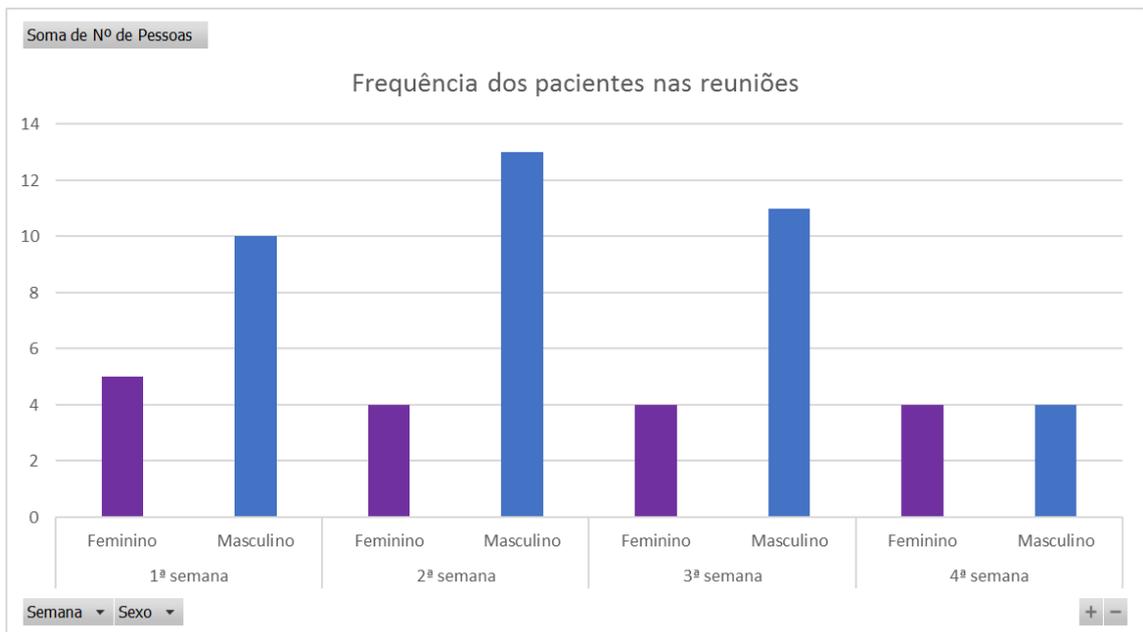
Variável	Grau de dependência					TOTAL
	Muito Baixo	Baixo	Médio	Elevado	Muito elevado	
Feminino	2	1	1	8	2	14
Masculino	0	2	1	2	0	5
TOTAL	2	3	2	10	2	19

Fonte: Pesquisa de campo

Quando relacionado sexo com o grau de dependência, nota-se que há relação entre as variáveis (grau de dependência e sexo), visto que o as mulheres do grupo em questão possuem maior grau de dependência. Um estudo realizado por LOMBARDI S. et al, mostra que as mulheres possuem uma rápida metabolização da nicotina, e possuem maior prevalência a desenvolver depressão, o que aumenta a quantidade de cigarros tragados, aumentando assim sua dependência.

Outra análise realizada permitiu observar a frequência com que os pacientes participaram do grupo.

**Gráfico 1. Análise da frequência de participação relacionado ao sexo dos tabagistas que participaram do primeiro grupo do Projeto de Extensão “Educando e Tratando o Tabagismo” na UEPG no ano de 2017.**



Fonte: Pesquisa de campo

A frequência dos pacientes nas reuniões mostra que as mulheres procuram mais o tratamento e tem uma taxa de desistência menor quando comparado aos homens. Porém com o decorrer dos encontros é possível observar que das 14 mulheres iniciantes, 9 delas chegaram ao final dos encontros. Em relação aos homens pode-se observar que dos 5 iniciantes, 4 finalizaram os encontros.

Durante as quatro semanas, os pacientes foram medicados posteriormente a uma consulta médica, onde conforme suas necessidades usaram-se dois tipos básicos de medicamentos, os adesivos que realizam a reposição da nicotina, e o antidepressivo atípico conhecido como cloridrato de bupropiona, sendo ambos os fármacos de primeira linha. Tendo a opção também de outros fármacos, como a venlafaxina ou a goma de mascar, e até mesmo a associação dos fármacos de primeira linha.

Evidenciou-se o uso na maioria dos casos do adesivo de reposição de nicotina, representando 79% dos casos, em segundo lugar ficaram a bupropiona e outros métodos com 10% cada.

## CONSIDERAÇÕES FINAIS

Muitas vezes o hábito de fumar está associado a um ciclo vicioso difícil de ser quebrado, é de grande importância o auxílio de profissionais da área da saúde nesse momento difícil onde o paciente encontra resistência principalmente nos primeiros dias, onde ocorre a abstinência.

Através da pesquisa pode-se observar que no projeto “Educando e Tratando o Tabagismo” da UEPG, há uma procura menor de homens em relação ao sexo feminino, visto que esse gênero é o que possui maior risco de dependência.

É um tratamento difícil, por tratar-se de um hábito que muitas vezes acompanha o indivíduo a anos. Por isso muitos pacientes acabam desistindo desse tratamento, o qual necessita do esforço e do apoio dos profissionais da saúde para com o paciente.

Conclui-se que o hábito de fumar atualmente está associado ao sexo feminino e que é esse o gênero que mais busca ajuda, tendo uma facilidade maior a adaptação do tratamento.

## REFERÊNCIAS

FIGLIE, N; B. et al. **Aconselhamento em dependência química**. Roca. São Paulo. 1ªed, p. 55-67, 2004.

JUNIOR, Airton V.M. **Tabagismo: o desafio da conscientização e cessação do tabaco no psf Manoel Jaci Torquato em Morada Nova de Minas Gerais- MG**. Universidade Federal de Minas Gerais. Sete Lagoas, Minas Gerais, 2014. Disponível em: < <https://www.nescon.medicina.ufmg.br/biblioteca/imagem/4733.pdf>. Acesso em 7 de julho de 2017.

LOMBARDI, et al. **O tabagismo e a mulher: Riscos, impactos e desafios**. J Bras Pneumologia. São Paulo. V. 37, n. 1, p. 118-128, 2011.

RAMADAM, Zacaria Borge Ali. **Tabagismo: dos fundamentos ao tratamento** - Focchi G.R.A., Malbergier A., Ferreira M.P. Lemos Editorial, São Paulo, 2006. *Revista de Psiquiatria Clínica*, São Paulo, v. 35, n. 1, p. 31-32, 2008.