

# PROJETO DE SENSIBILIZAÇÃO PARA CESSAÇÃO E DIMINUIÇÃO DO USO DO TABACO

## Autores:

Cristiane Barbosa de Araújo, Lígia Carolina Ziauberis dos Passos, Danilo de Souza Correcher Santolaia, Sarah Queiroz Valle, Silvana Maria Scagliusi

## Contato:

[ubs.jardimsaonicolau@sas-seconci.org.br](mailto:ubs.jardimsaonicolau@sas-seconci.org.br)  
[lindaenfcris@gmail.com](mailto:lindaenfcris@gmail.com)

## Instituição:

Prefeitura de São Paulo - Secretaria Municipal da Saúde  
UBS Jardim São Nicolau  
SUPERINTENDÊNCIA DE ATENÇÃO À SAÚDE – SAS SECONCI

## INTRODUÇÃO

O cigarro é um dos produtos de consumo mais vendidos no mundo pela fácil acessibilidade, pelo baixo valor e, segundo os usuários, pela sensação de prazer que o consumo causa. O tabagismo é um grave problema de saúde pública: corresponde a 45% das mortes por infarto do miocárdio, 85% das mortes por doença pulmonar obstrutiva crônica (enfisema), 25% das mortes por doença cerebrovasculares e 30% das mortes por câncer, sendo que 90% dos casos de câncer de pulmão ocorrem em fumantes. Também desencadeia e agrava doenças como Hipertensão Arterial Sistêmica e Diabetes Mellitus. Conscientizar a população sobre o tema e contribuir para a diminuição dos riscos desses tipos de doenças, bem como, sensibilizar quanto a importância da cessação ou diminuição do uso do tabaco, seus malefícios na sociedade em que vivemos e no meio ambiente e empoderar a população sobre manobras para alcance do sucesso, é tarefa que se faz urgente. Hoje esse tratamento é descentralizado e faz parte da programação das Unidades Básicas de Saúde, sendo assim, trata-se de um meio facilitador para o tabagista que poderá realizar o tratamento mais próximo da residência.

## OBJETIVO

Programar estratégias para redução de danos com a cessação ou diminuição do consumo do tabaco; Apresentar estratégias e mecanismos para auxiliar o usuário no período de abstinência da nicotina.

## METODOLOGIA

Formar grupos com pacientes e equipe multidisciplinar; Dar subsídios para que o tabagista entenda a importância do querer parar de fumar; Acolher o grupo ouvindo as experiências; Usar os cadernos propostos pelo INCA nas rodas de conversa e dinâmicas de grupo; Esclarecer sobre o uso do tabaco e seus malefícios para sociedade e para o contexto familiar que está inserido; Sensibilizar os pacientes sobre os efeitos produzidos no corpo humano em decorrência do uso do tabaco.

## RESULTADOS

Desde agosto de 2015, foram ofertadas 144 vagas nos grupos, divididas em 4 grupos com duração de 12 sessões. Das vagas ofertadas, 45 foram preenchidas. Resultados: 4 indivíduos cessaram o uso, sendo que 1 não usou nenhum tipo de medicação, 1 fez uso de Bupropiona, 2 fizeram uso de adesivo de nicotina; 10 diminuíram o uso sem usar nenhum tipo de medicação, 11 mantiveram a mesma quantidade de consumo de cigarros/dia; 10 desistiram do grupo.



Assinatura do contrato entre UBS e pacientes



Roda de conversa com os pacientes

## CONCLUSÃO

Ao implantar o projeto, verificou-se que os pacientes ingressam nos grupos com o falso conceito de que a cessação será um processo fácil e rápido. O trabalho em grupo é um facilitador para a sensibilização do paciente, demonstrando que trata-se de um processo coletivo, com apoio de equipe multiprofissional. Portanto, é imprescindível explicar e fazê-lo entender que a dependência, independente da caracterização, não é suprida imediatamente; que o tempo difere para cada indivíduo, envolve o querer, os objetivos e a relação que o usuário tem com o cigarro, bem como o tempo de consumo. Conscientizar os tabagistas quanto ao querer parar de fumar é mais importante que a necessidade de parar.