

## **TRANSFORMANDO A SAÚDE PÚBLICA: TREINAMENTO PARA ABORDAGEM E TRATAMENTO DO FUMANTE NA ATENÇÃO PRIMÁRIA**

Thiago Ferreira Lopes

Universidade Federal de Santa Maria (UFSM)

Renato Holkem Bonafé

Universidade Federal de Santa Maria (UFSM)

# RESUMO

O capítulo aborda o tabagismo como um dos principais desafios de saúde pública, destacando sua evolução histórica e impacto devastador na saúde global. Apresenta os riscos associados ao consumo de tabaco, como câncer, doenças cardiovasculares e pulmonares, além de enfatizar a complexidade da dependência de nicotina, que envolve fatores químicos, comportamentais e sociais. O texto detalha um projeto realizado na Atenção Primária à Saúde (APS) de Santa Maria, Rio Grande do Sul, cujo objetivo foi capacitar médicos e enfermeiros para abordar e tratar fumantes. A metodologia incluiu treinamento baseado em manuais do INCA e aplicação de terapias farmacológicas, como bupropiona e adesivos de nicotina, combinadas à Terapia Cognitivo-Comportamental. Foram formados grupos de pacientes, mas a adesão às sessões foi um desafio significativo. Ainda assim, o programa registrou uma taxa promissora de abstinência em 37 participantes. Os resultados destacam a importância de estratégias integradas e personalizadas no combate ao tabagismo e ressaltam a necessidade de flexibilizar as abordagens para aumentar a adesão. Por fim, o capítulo propõe a expansão do modelo para outras regiões, com o intuito de amplificar os benefícios para a saúde pública.

**Palavras-chave:** tabagismo; atenção primária à saúde; cessação do tabagismo; terapia cognitivo-comportamental; saúde pública.

## DEFINIÇÃO

O tabagismo, desde sua introdução na sociedade global após a descoberta do tabaco pelos europeus no final do século XV, evoluiu de um hábito cultural para um vício amplamente disseminado, com significativos impactos na saúde pública. A história do tabagismo remonta à chegada de Cristóvão Colombo ao Novo Mundo, onde observou os nativos americanos utilizando folhas de tabaco. Com o tempo, o consumo de tabaco se expandiu globalmente, inicialmente promovido por suas supostas propriedades medicinais, mas rapidamente reconhecido por seus efeitos adversos à saúde (LI, 2018).

O cigarro, uma das formas mais comuns de consumo de tabaco, é responsável por introduzir uma mistura complexa de substâncias químicas no corpo humano. Entre os mais de 7.000 compostos químicos identificados na fumaça do cigarro, pelo menos 70 são conhecidos carcinógenos (AL-FAYYADH, S. *et al.*, 2022). A nicotina, o principal componente ativo, é altamente viciante e exerce um efeito profundo no sistema nervoso central, facilitando a liberação de neurotransmissores como a dopamina, o que contribui para a sensação de prazer e reforça o comportamento de fumar (LI, 2018).

A prática de fumar é mantida não apenas pelo efeito químico da nicotina, mas também por fatores comportamentais e sociais. Fumar é frequentemente associado a rituais diários e interações sociais, criando uma complexa teia de dependência que é tanto física quanto psicológica (AL-FAYYADH, S. *et al.*, 2022). Este vício multifacetado torna o processo de cessação do tabagismo particularmente desafiador, exigindo abordagens que combinem intervenções médicas e apoio psicológico.

O tabagismo está associado a uma série de doenças graves, incluindo câncer, doenças pulmonares crônicas e doenças cardiovasculares, que juntos representam uma carga significativa para os sistemas de saúde pública globalmente. O câncer de pulmão é a causa mais comum de morte por câncer no mundo, e aproximadamente 85% dos casos são atribuíveis ao tabagismo (JILOHA, 2019). Além disso, o fumo passivo também apresenta riscos consideráveis, especialmente para crianças e não fumantes que convivem com fumantes.

No contexto das doenças pulmonares, a doença pulmonar obstrutiva crônica (DPOC) é uma das principais consequências do tabagismo. A DPOC

inclui condições como bronquite crônica e enfisema, que causam dificuldades respiratórias severas e reduzem significativamente a qualidade de vida dos indivíduos afetados (LI, 2018). O tabagismo é responsável por cerca de 80-90% dos casos de DPOC, sublinhando a necessidade urgente de estratégias eficazes de prevenção e cessação.

Doenças cardiovasculares, incluindo infarto do miocárdio e acidente vascular cerebral (AVC), também são fortemente ligadas ao tabagismo. A exposição contínua às substâncias químicas do cigarro danifica as paredes arteriais, acelera a formação de placas ateroscleróticas e aumenta a pressão arterial, criando um ambiente propício para eventos cardiovasculares fatais (AL-FAYYADH, S. *et al.*, 2022).

A dependência de nicotina é caracterizada por uma rápida adaptação do cérebro à presença da substância, exigindo doses cada vez maiores para alcançar os mesmos efeitos. Este ciclo vicioso de consumo crescente é uma das razões pelas quais o tabagismo é tão difícil de abandonar. Os sintomas de abstinência, que incluem irritabilidade, ansiedade, dificuldade de concentração e aumento do apetite, podem ser intensos e persistentes, dificultando o sucesso das tentativas de cessação (JILOHA, 2019).

Além dos efeitos diretos na saúde, o tabagismo também impõe um enorme ônus econômico. Os custos associados ao tratamento de doenças relacionadas ao tabaco, combinados com a perda de produtividade devido à morbidade e mortalidade prematura, resultam em bilhões de dólares em despesas a cada ano. Esses impactos econômicos sublinham ainda mais a importância de intervenções eficazes para reduzir o consumo de tabaco (AL-FAYYADH, S. *et al.*, 2022).

O tabagismo é reconhecido como um dos principais problemas de saúde pública, destacando-se não apenas como um hábito prejudicial, mas também como um transtorno mental e comportamental complexo (INCA, 2024). Reconhecendo esses desafios, as iniciativas de cessação do tabagismo têm se multiplicado, incluindo programas de apoio liderados por enfermeiros, intervenções baseadas em evidências e políticas públicas rigorosas. A formação contínua de profissionais de saúde, especialmente na Atenção Primária, é crucial para proporcionar o apoio necessário aos fumantes que desejam parar de fumar, assegurando uma abordagem compreensiva que aborde tanto os aspectos físicos quanto psicológicos da dependência (AL-FAYYADH, S. *et al.*, 2022; JILOHA, 2019).

Diante desse desafio, a Atenção Primária à Saúde (APS) emerge como um componente essencial no enfrentamento do tabagismo, proporcionando um ambiente propício para a implementação de estratégias eficazes de prevenção e tratamento. Nesse aspecto, a Portaria Conjunta Nº 10 de 16 de abril de 2020 (MINISTÉRIO DA SAÚDE, 2020) enfatiza a importância da APS na promoção de hábitos saudáveis e na abordagem de condições crônicas, incluindo o tabagismo.

O município de Santa Maria, situado no estado do Rio Grande do Sul, Brasil, não está livre dessa realidade. Os fumantes dessa região demandam intervenções direcionadas e efetivas para reduzir o impacto do tabagismo na sua saúde. Compreender o tabagismo como um problema multifacetado, que vai além do simples consumo de tabaco, é crucial para o desenvolvimento de programas de intervenção bem-sucedidos.

## **OBJETIVO DO PROJETO**

O objetivo principal deste projeto é promover a capacitação completa e eficaz de médicos e enfermeiros da APS da cidade de Santa Maria, no que diz respeito ao tratamento do tabagismo. Reconhecendo a importância crítica de abordagens funcionais para lidar com o tabagismo, especialmente considerando seu impacto significativo na saúde pública, o projeto tem como meta preencher uma lacuna identificada na capacitação dos profissionais de saúde da APS.

Ao fornecer uma capacitação abrangente, este projeto visa garantir que os médicos e enfermeiros estejam adequadamente equipados com conhecimentos, habilidades e recursos necessários para fornecer suporte efetivo e tratamento personalizado aos pacientes fumantes. Isso inclui a profunda compreensão dos riscos e danos associados ao tabagismo, as diversas abordagens terapêuticas disponíveis, incluindo terapias farmacológicas e comportamentais, e as melhores práticas para promover a cessação do tabagismo e prevenir recaídas.

Além disso, o projeto busca garantir que os profissionais de saúde estejam plenamente integrados às diretrizes e protocolos estabelecidos pelo Sistema Único de Saúde (SUS) para o tratamento do tabagismo, garantindo assim um atendimento de alta qualidade e padronizado a todos os pacientes atendidos na APS.

Essa iniciativa alinha-se não apenas com as diretrizes nacionais de promoção da saúde, mas também com a necessidade urgente de enfrentar o

tabagismo como uma prioridade de saúde local e regional, reconhecendo seu impacto significativo na saúde pública do país.

## **METODOLOGIA**

A metodologia adotada foi cuidadosamente estruturada para garantir a eficácia do programa de capacitação em abordagem e tratamento do fumante na APS. Um Médico de Família e Comunidade foi designado como preceptor, orientando os profissionais em treinamento ao longo das sessões de atendimento aos pacientes.

Inicialmente, foram realizadas reuniões de planejamento e treinamento com os profissionais de saúde envolvidos, visando prepará-los adequadamente para as atividades propostas. Durante essas reuniões, foram discutidos os objetivos do programa, as estratégias de intervenção a serem implementadas e as melhores práticas para o tratamento do tabagismo.

Durante os treinamentos, foram utilizados os manuais criados pelo Instituto Nacional de Câncer José Alencar Gomes da Silva (INCA), da série “Deixando de fumar sem mistérios”. A série conta com um Manual do Coordenador (INCA, MANUAL DO COORDENADOR, 2019), destinado à capacitação dos profissionais da saúde, e quatro Manuais do Participante (INCA, sessão 1, 2019; INCA, sessão 2, 2019; INCA, sessão 3, 2019; INCA, sessão 4, 2019), que são entregues aos pacientes ao longo dos encontros.

Após o treinamento, foram formados grupos de pacientes interessados em participar do programa. Cada grupo foi acompanhado por uma equipe multidisciplinar composta por médicos e enfermeiros. Ao longo de várias sessões, os pacientes receberam informações teóricas sobre os danos à saúde causados pelo tabagismo, além de orientações práticas sobre como abandonar o hábito.

Durante as sessões, os pacientes foram submetidos a uma avaliação individual detalhada, levando em consideração seu histórico médico, padrões de tabagismo e necessidades específicas. Com base nessa avaliação, foram prescritos medicamentos para ajudar no processo de cessação do tabagismo.

Os medicamentos mais comumente prescritos foram a bupropiona e adesivos de nicotina. A bupropiona é um antidepressivo que também reduz os sintomas de abstinência da nicotina, tornando mais fácil para os pacientes lidarem com os

desafios associados à cessação do tabagismo. Ademais, os adesivos de nicotina fornecem uma fonte controlada de nicotina, ajudando a reduzir gradualmente a dependência física do tabaco.

Além do tratamento medicamentoso, a Terapia Cognitivo-Comportamental (TCC) feita através das sessões estruturadas desempenhou um papel fundamental no processo de cessação do tabagismo. Durante as sessões estruturadas, os pacientes aprenderam estratégias para identificar e enfrentar os gatilhos que desencadeiam o desejo de fumar, desenvolveram habilidades de enfrentamento para lidar com situações de alto risco e receberam apoio emocional para enfrentar os desafios do processo de cessação.

A combinação de tratamento medicamentoso personalizado e Terapia Cognitivo-Comportamental, através das sessões estruturadas, ofereceu aos pacientes uma abordagem holística e eficaz para superar o vício em tabaco. Esse tratamento multifacetado permitiu uma maior taxa de sucesso na cessação do tabagismo e contribuiu significativamente para os resultados positivos alcançados pelo programa.

## **RESULTADOS**

Durante o ano de 2023, participaram do programa um total de 9 médicos e 3 enfermeiros. Estes, após serem submetidos ao processo de treinamento supervisionado, demonstraram-se aptos e seguros para o manejo dos pacientes tabagistas. É válido esclarecer que estes profissionais, agora experientes, seguirão prestando e multiplicando este serviço nas diversas unidades de saúde espalhadas pela cidade de Santa Maria e região.

Neste percurso, o programa conseguiu atender a 4 grupos de pacientes, totalizando 61 indivíduos, dos quais 24 eram homens e 37 mulheres. A maioria expressiva, composta por 50 pacientes, encontrava-se na faixa etária entre 18 e 60 anos, enquanto os 11 restantes tinham mais de 60 anos. Dentre esses participantes, somente 20 conseguiram participar integralmente das 4 sessões propostas pela equipe, o que evidencia o desafio significativo enfrentado pelo grupo em relação à adesão dos pacientes ao tratamento proposto.

No último comparecimento registrado, foi observado um total de 37 pacientes em abstinência, distribuídos entre 16 homens e 21 mulheres. Esses resultados

promissores sugerem a eficácia do programa em auxiliar os participantes na cessação do tabagismo.

## DISCUSSÃO

A análise dos resultados obtidos revela uma série de insights importantes sobre a eficácia e os desafios enfrentados pelo programa de capacitação em abordagem e tratamento do tabagismo na APS na cidade de Santa Maria. Embora os resultados sejam promissores em alguns aspectos, também evidenciam áreas que demandam atenção e aprimoramento contínuo.

Um aspecto positivo é a taxa de abstinência observada no último comparecimento dos pacientes ao programa. O fato de que 37 dos participantes estavam em abstinência nesse momento indica que o programa foi capaz de auxiliar uma parcela significativa dos fumantes atendidos a alcançar e manter a abstinência do tabagismo. Esse resultado sugere a eficácia das intervenções realizadas, contempladas pela terapia farmacológica e pela Terapia Cognitivo-Comportamental das sessões estruturadas, bem como o suporte teórico e emocional oferecido pelos profissionais de saúde capacitados.

Entretanto, a baixa adesão dos pacientes às sessões propostas representa um desafio importante a ser enfrentado. Apenas uma fração dos participantes completou todas as sessões do programa, indicando a necessidade de estratégias para aumentar o engajamento dos pacientes ao longo do tratamento. Suporte mais personalizado, maior flexibilidade de horários e um acompanhamento mais próximo podem ser considerados para superar essa barreira e garantir a participação contínua dos pacientes no programa.

Ademais, a análise demográfica dos participantes revela padrões interessantes que podem orientar futuras intervenções e políticas de saúde. A predominância de mulheres e de pessoas entre 18 e 60 anos sugere uma possível tendência demográfica na busca por tratamento para o tabagismo na cidade. Essas informações são cruciais para adaptar as estratégias de intervenção e garantir que o programa atenda adequadamente às necessidades da população-alvo.

Por fim, a capacitação dos profissionais de saúde emerge como um elemento-chave para o sucesso do programa. O investimento na formação de médicos e enfermeiros, de modo específico e direcionado ao vício em tabaco, representa

uma estratégia inovadora e promissora na promoção da saúde pública. Esses profissionais, agora capacitados, apresentaram-se substancialmente melhor preparados para oferecer suporte qualificado aos pacientes e contribuir para a redução do impacto do tabagismo na saúde da comunidade.

Como próximos passos, a equipe continuará dedicando-se à melhoria contínua do programa, com o objetivo de maximizar os benefícios, tanto em termos de capacitação quanto de atendimento, no combate ao tabagismo. Indo além, o grupo acredita que, devido ao sucesso deste projeto, a replicação em outros municípios seja plenamente factível. Essa expansão permitiria que mais profissionais de saúde, em diferentes regiões, recebessem treinamento especializado e oferecessem suporte eficaz aos pacientes tabagistas Brasil afora, ampliando assim o impacto positivo sobre a saúde pública em todo o país.

## **CONSIDERAÇÕES FINAIS**

O projeto aqui apresentado reafirma o compromisso da Atenção Primária à Saúde (APS) como alicerce estratégico no enfrentamento de desafios complexos de saúde pública, como o tabagismo. As capacitações realizadas não apenas demonstraram ser eficazes na promoção de abstinência entre os participantes, mas também trouxeram à tona a importância de abordagens integradas que considerem o indivíduo em sua totalidade — físico, emocional e social.

É essencial reconhecer que os resultados positivos obtidos, embora promissores, são apenas o início de uma jornada mais ampla. A baixa adesão de alguns participantes, longe de ser vista como um obstáculo, deve servir de inspiração para o desenvolvimento de políticas públicas mais flexíveis e inclusivas. Investir em estratégias que ampliem o acesso e promovam uma maior humanização do cuidado são passos cruciais para fortalecer o impacto dessa iniciativa.

Ainda no plano político, é fundamental que projetos como este inspirem ações coordenadas entre diferentes esferas do governo e setores da sociedade civil. O tabagismo, enquanto fator de risco para múltiplas doenças, transcende barreiras individuais e se configura como um problema coletivo, exigindo o engajamento de todos. Por isso, advogamos pela ampliação e replicação desse modelo em outras regiões do país, fortalecendo a saúde pública de forma descentralizada e sustentável.

Ademais, fica evidente que o treinamento de médicos e enfermeiros é ferramenta poderosa de transformação da saúde comunitária. Esses profissionais, agora capacitados, não apenas contribuem para a cessação do tabagismo, mas também consolidam uma cultura de cuidado integral, baseada em ciência e empatia. O exemplo de Santa Maria é um lembrete contundente de que, quando os investimentos certos são feitos nas pessoas e nos processos, os resultados podem ultrapassar expectativas.

Por fim, este capítulo deixa uma mensagem de otimismo e crença no potencial agregador da educação em saúde. A taxa de abstinência registrada nos participantes, ainda que parcial, representa vidas impactadas, famílias protegidas e uma comunidade mais saudável. Que os avanços obtidos sirvam como inspiração para que mais iniciativas como esta surjam, consolidando um futuro em que o tabagismo seja visto não como um desafio intransponível, mas como uma oportunidade de resiliência, superação e cuidado compartilhado.

## REFERÊNCIAS

1. AL-FAYYADH, S. *et al.* Targeting smoking triggers: a nurse-led intervention for tobacco smoking cessation. *Nurse Media Journal of Nursing*, v. 12, n. 3, 2022.
2. INSTITUTO NACIONAL DE CâNCER JOSÉ ALENCAR GOMES DA SILVA - INCA. Benefícios obtidos após parar de fumar: manual do participante – sessão 4. Coordenação de Prevenção e Vigilância; coordenação de elaboração Tânia Maria Cavalcante. 2. ed. Rio de Janeiro: Inca, 2019. (Deixando de fumar sem mistérios).
3. INSTITUTO NACIONAL DE CâNCER JOSÉ ALENCAR GOMES DA SILVA - INCA. Como vencer os obstáculos para permanecer sem fumar: manual do participante – sessão 3. Coordenação de Prevenção e Vigilância; coordenação de elaboração Tânia Maria Cavalcante. 2. ed. Rio de Janeiro: Inca, 2019. (Deixando de fumar sem mistérios).
4. INSTITUTO NACIONAL DE CâNCER JOSÉ ALENCAR GOMES DA SILVA - INCA. Entender por que se fuma e como isso afeta a saúde: manual do participante – sessão 1. Coordenação de Prevenção e Vigilância; coordenação de elaboração Tânia Maria Cavalcante. 2. ed. Rio de Janeiro: Inca, 2019. (Deixando de fumar sem mistérios).
5. INSTITUTO NACIONAL DE CâNCER JOSÉ ALENCAR GOMES DA SILVA - INCA. Manual do coordenador. Coordenação de Prevenção e Vigilância. 2. ed. Rio de Janeiro: Inca, 2019. (Deixando de fumar sem mistérios).
6. INSTITUTO NACIONAL DE CâNCER JOSÉ ALENCAR GOMES DA SILVA - INCA. Os primeiros dias sem fumar: manual do participante – sessão 2. Coordenação de Prevenção e Vigilância; coordenação de elaboração Tânia Maria Cavalcante. 2. ed. Rio de Janeiro: Inca, 2019. (Deixando de fumar sem mistérios).

7. INSTITUTO NACIONAL DE CÂNCER JOSÉ ALENCAR GOMES DA SILVA - INCA. Protocolo clínico e diretrizes terapêuticas do tabagismo. Brasília, 2021. Disponível em: <https://www.inca.gov.br/en/node/4702>. Acesso em: 20 abr. 2024.
8. JILOHA, R. C. Cigarette smoking: neurobiology, addiction and treatment implications. *Journal of Advanced Research in Psychology & Psychotherapy*, v. 2, n. 2, p. 9-16, 2019.
9. LI, M. D. Tobacco smoking addiction: epidemiology, genetics, mechanisms, and treatment. Springer, 2018.
10. MINISTÉRIO DA SAÚDE (Brasil). Secretaria de Atenção Especializada à Saúde. Portaria Conjunta nº 10, de 16 de abril de 2020. Brasília, 2020.