



**RELATO DE EXPERIÊNCIA / EXPERIENCE REPORT / RELATOS DE EXPERIENCIA**

**Experience report on the accompaniment of a smoking ceasing group**

Relato de experiência sobre o acompanhamento de um grupo de cessação do tabagismo  
Relato de experiencia sobre el acompañamiento de un grupo de cesación del tabaquismo

Rodolfo Xavier da Costa Carvalho<sup>1</sup>, Telma Maria Evangelista de Araújo<sup>2</sup>, Almiro Mendes da Costa Neto<sup>3</sup>, Brunna Memória Martins de Melo<sup>4</sup>, Caroline Cordeiro de Almeida Paiva<sup>5</sup>

**ABSTRACT**

**Objective:** this study aims to relate the accompaniment experience of a smoking ceasing group by professionals of a Basic Health Unit. **Methodology:** It's an experience report. The professionals adopted the approach in group, which sessions were organized according to the Cancer National Institute orientations. It was used conversation in circle, educational lectures, control techniques orientations and demonstration of anxiety's control techniques. **Results:** The sessions occurred in a dynamical and attractive way due to the integration of the different knowledge and skills of the professionals. The majority of the participants remained assiduous during the four initial encounters, in controlled abstinence and motivated to proceed with the relapse prevention sessions. **Final Considerations:** Smoking group revealed itself in a valid strategy to the habit reduction of smoking, considering the adhesion of the participants and the ability to obtain positive results.

**Descriptors:** Abandonment of the smoking. Primary Health Care. Equip Interdisciplinary of Health.

**RESUMO**

**Objetivo:** Relatar a experiência de acompanhamento de um grupo de cessação do tabagismo por profissionais de uma Unidade Básica de Saúde. **Metodologia:** Trata-se de um relato de experiência. Os profissionais adotaram a abordagem em grupo, cujas sessões foram organizadas conforme as orientações do Instituto Nacional do Câncer. Utilizou-se roda de conversa, palestras educativas, orientações e demonstração de técnicas de controle da ansiedade. **Resultados:** As sessões ocorreram de forma dinâmica e atrativa devido à integração dos diversos saberes e habilidades dos profissionais. A maioria dos participantes manteve-se assídua durante os quatro encontros iniciais, em estado de abstinência controlado e motivada a prosseguir com as sessões de prevenção de recaída. **Considerações Finais:** O grupo de tabagismo revelou-se uma estratégia válida à redução do hábito de fumar, considerando a adesão dos participantes e a capacidade para obtenção de resultados positivos.

**Descritores:** Abandono do Tabagismo. Atenção Primária à Saúde. Equipe Interdisciplinar de Saúde

**RESUMEN**

**Objetivo:** Relatar la experiencia de acompañamiento de un grupo de cesación del tabaquismo por profesionales de una Unidad Básica de Salud. **Metodología:** se trata de un relato de experiencia. Los profesionales adoptaron el abordaje en grupo, cuyas sesiones fueron organizadas conforme las orientaciones del Instituto Nacional del Cáncer. Se utilizó rueda de charla, exposiciones educativas, orientaciones y demostración de técnicas de control de la ansiedad. **Resultados:** Las sesiones ocurrieron de forma dinámica y atractiva debido a la integración de los diversos saberes y habilidades de los profesionales. La mayoría de los participantes se mantuvieron asidua durante los cuatro encuentros iniciais, en estado de abstinencia controlada y motivada a proseguir con las sesiones de prevención de recaídas. **Consideraciones Finales:** El grupo de tabaquismo se reveló una estrategia válida a la reducción del hábito de fumar, considerando la adhesión de los participantes y la capacidad para obtener resultados positivos.

**Descritores:** Abandono del Tabagismo. Atención Primaria a la Salud. Equipo Interdisciplinar de Salud.

1 Enfermeiro da Secretaria Municipal de Saúde de Piripiri-PI. Mestrando em Saúde da Família (UFPI/RENASF). Piripiri, PI, Brasil. Email: [rodolfoxc86@gmail.com](mailto:rodolfoxc86@gmail.com)

2 Enfermeira. Docente da Universidade Federal do Piauí. Doutora em Enfermagem. Teresina, PI, Brasil. Email: [telmaevangelista@gmail.com](mailto:telmaevangelista@gmail.com)

3 Enfermeiro da Secretaria Municipal de Saúde de Piripiri-PI. Mestrando em Engenharia Biomédica (Universidade Brasil/SP). Piripiri, PI, Brasil. Email: [almiro\\_netto@globocom](mailto:almiro_netto@globocom)

4 Fisioterapeuta da Secretaria Municipal de Saúde de Piripiri-PI. Especialista em Acupuntura. Piripiri, PI, Brasil. Email: [brunnamemoria@hotmail.com](mailto:brunnamemoria@hotmail.com)

5 Fisioterapeuta da Secretaria Municipal de Saúde de Piripiri-PI. Especialista em Fisioterapia Dermatofuncional. Piripiri, PI, Brasil. Email: [karolzynhacordeiro@hotmail.com](mailto:karolzynhacordeiro@hotmail.com)

## INTRODUÇÃO

O tabagismo constitui importante fator de risco para as principais doenças crônicas não transmissíveis (DCNT) como as doenças cardiovasculares, neoplasias e doenças respiratórias crônicas, sendo responsável por mais de seis milhões de mortes anualmente, com perspectiva de aumento para oito milhões por ano até 2030<sup>(1-2)</sup>.

Sabe-se que o combate a esse hábito de risco constitui uma meta fundamental na prevenção e controle das DCNT<sup>(3)</sup>, e o Ministério da Saúde, por sua vez, assumiu a coordenação do Programa Nacional de Controle do Tabagismo (PNCT) com o intuito de contribuir para a adoção de comportamentos e estilos de vidas saudáveis por parte da população<sup>(4)</sup>.

Apesar do avanço das políticas de saúde nessa área, o tabagismo necessita de atenção e vigilância constantes<sup>(5)</sup>. Nesta perspectiva, a Atenção Primária à Saúde (APS) torna-se oportuna ao desenvolvimento de ações de controle, que devem ser incorporadas às práticas de cuidado dos profissionais dessa área e adaptadas de acordo com os processos de trabalho, perfil sociodemográfico, disponibilidade de tempo e de recursos<sup>(6-7)</sup>.

Considerando a relação do uso do tabaco com o perfil de morbimortalidade das DCNT e o papel da APS na prevenção e controle destas doenças, a Estratégia Saúde da Família (ESF) de um município piauiense aderiu ao PNCT em dezembro de 2017 para fortalecer o desenvolvimento de ações de promoção de saúde voltadas à população tabagista com vistas a reduzir a prevalência desse hábito de risco na localidade.

Cabe ressaltar que as ações de cuidado continuado e programado para o público em questão inexistiam no âmbito da ESF do município antes desse período, embora já houvesse uma demanda reprimida à procura de tratamento em serviços especializados.

Em face do exposto, este trabalho objetiva relatar a experiência de acompanhamento de um grupo de cessação do tabagismo por profissionais de uma Unidade Básica de Saúde.

## METODOLOGIA

Este trabalho constitui-se de um relato de experiência sobre o acompanhamento de usuários tabagistas por profissionais de uma Unidade Básica de Saúde (UBS) de um município piauiense, realizado em fevereiro de 2018. Atualmente, a UBS é responsável pela atenção à saúde de 1219 habitantes, correspondente a um total de 360 famílias, dentre os quais há 174 idosos, 216 hipertensos, 56 diabéticos, 18 usuários de álcool/drogas e 42 fumantes.

A escolha da localidade para o projeto piloto relacionado ao controle do tabagismo no município baseou-se no fato de a UBS possuir equipe de saúde completa e histórico com baixa rotatividade de profissionais nos últimos anos, características supostamente capazes de contribuir com a adesão dos participantes.

O desenvolvimento dessas ações requereu o envolvimento de todos os membros da equipe saúde da família e de saúde bucal, além do Núcleo Ampliado de Saúde da Família (NASF). Este composto por uma equipe multiprofissional com assistente social, psicólogo, nutricionista e fisioterapeuta.

A princípio, o médico, o enfermeiro, o cirurgião-dentista e os profissionais do NASF receberam uma capacitação prévia promovida pela gestão municipal, ministrada em forma de Oficina, sobre o Programa Nacional de Controle do Tabagismo em dezembro de 2017, a qual abrangeu equipes de quatro UBS.

Os temas abordados na capacitação supracitada incluíram exposição dialogada sobre história do tabagismo e avaliação do fumante, dinâmica de grupo sobre a Roda de Prochaska (descrição de forma esquemática dos estágios de motivação para a mudança de hábito), acompanhamento em forma de sessões, demonstração das técnicas de relaxamento utilizadas, orientações quanto à abordagem cognitiva-comportamental, prescrição da terapia farmacológica, modos de registro e organização do prontuário do usuário tabagista.

Após a conclusão do curso, os profissionais capacitados reuniram-se em janeiro de 2018 para organizarem a programação de ações contra o consumo de tabaco na UBS, momento em que oportunamente instruíram e sensibilizaram os outros profissionais da equipe (agentes comunitários de saúde (ACS), técnicos de enfermagem e auxiliar de saúde bucal) sobre o assunto.

Assim, durante a etapa de planejamento definiram-se aspectos como o número total de fumantes na comunidade, cronograma das sessões, tempo de duração de cada sessão, quantidade e forma de seleção dos participantes, a escolha da abordagem a ser utilizada, tópicos a serem discutidos e profissionais condutores de cada sessão.

Os ACS realizaram um levantamento para atualização da quantidade total de fumantes da região a partir da consulta à Ficha de Cadastro Domiciliar e Individual do sistema e-SUS e da visita domiciliar periódica.

Em seguida, houve a mobilização das pessoas tabagistas para discussão de uma proposta de acompanhamento, decidindo-se pela abordagem intensiva em grupo como mais apropriada ao contexto local.

As quatro sessões iniciais foram estabelecidas para uma duração média de 60 minutos, com periodicidade semanal e limite de 15 participantes, ocorrendo no dia em que todos os profissionais se fizeram presentes na UBS, de acordo com as orientações do Instituto Nacional do Câncer (INCA).

Os encontros ocorreram a partir de rodas de conversa, palestras e ensino sobre técnicas de alívio da ansiedade.

## RESULTADOS E DISCUSSÃO

A primeira sessão ocorreu em fevereiro de 2018 e contou com a presença de 13 participantes. Os responsáveis pela condução do grupo solicitaram que cada participante se apresentasse e relatasse a sua história com o tabagismo e as expectativas em relação ao acompanhamento. A seguir, enfatizou-se sobre as regras para o bom funcionamento do grupo.

Os profissionais discutiram com o grupo, em forma de roda de conversa, sobre malefícios do cigarro, benefícios de parar de fumar e métodos de parada. Houve atenção de todos os membros, que expuseram suas dúvidas, sentimentos envolvidos e experiências com tentativas prévias para abandono do vício. Ainda foram instigados, ao final, sobre a escolha da data para parar de fumar.

Os grupos operativos tornam o indivíduo um agente ativo e responsável pela mudança de hábitos, por meio da sua didática horizontal<sup>(8)</sup>, e são positivos ao oferecerem o suporte social da troca de experiências, quanto às peculiaridades do comportamento tabágico e as dificuldades em deixá-lo<sup>(9)</sup>.

Por esta razão, também houve a participação de um ex-fumante da comunidade, a convite da equipe da UBS, que compartilhou com os integrantes do grupo a sua história de uso do tabaco, os problemas familiares e sociais decorrentes do hábito de fumar, as situações estimuladoras e as principais motivações para manter-se em abstinência.

As sessões subsequentes, por sua vez, ocorreram regularmente e se destacaram pela assiduidade dos participantes. Além de discorrerem teoricamente sobre os temas preconizados pelo Programa, os profissionais promoveram a orientação e demonstração de exercícios de respiração profunda e de relaxamento para alívio da ansiedade.

A abordagem do tabagismo requer a integração de diversos componentes para dar conta da sua complexidade<sup>(10)</sup>. Destaca-se a qualificação profissional como imprescindível para assegurar as diretrizes do PNCT e motivar a equipe a oferecer alternativas que entusiasmam o fumante a cessar o tabagismo<sup>(9)</sup>.

Dessa forma, a colaboração dos distintos saberes e habilidades de cada profissional da UBS durante o acompanhamento do grupo proporcionou dinamidade aos encontros, tornando-os mais atrativos aos participantes, que se sentiram mais seguros e capazes de abandonar o vício.

Outras temáticas apresentadas nas sessões do grupo envolveram palestras com o cirurgião-dentista sobre saúde bucal e o tabagismo como fator de risco para o câncer de boca e orientação nutricional. A terapia farmacológica foi introduzida a partir da segunda sessão, após avaliação médica, entre aqueles que apresentaram grau de dependência física elevado ou muito elevado à nicotina.

O alcance de taxas satisfatórias de abandono ao tabagismo é possível quando o esquema terapêutico é particularizado para cada fumante<sup>(12)</sup>, devendo ser utilizado em situações bem definidas para facilitar a abordagem cognitivo-comportamental e nunca isoladamente<sup>(12)</sup>.

A avaliação do grau de dependência consistiu na aplicação do teste de Fangerström, que é baseado em seis itens: 1 - consumo diário de cigarros; 2 - tempo para o primeiro cigarro do dia; 3 - dificuldade de não fumar em locais proibidos; 4 - cigarro que proporciona maior satisfação; 5 - período do dia de maior frequência do uso do cigarro e 6 - hábito de fumar doente<sup>(13)</sup>.

Os escores obtidos no teste classificam o grau de dependência física à nicotina em: muito baixo (0 a 2 pontos); baixo (3 a 4 pontos); moderado (5 pontos); alto (6 a 7 pontos); e muito alto (8 a 10 pontos)<sup>(14)</sup>.

Ao final da quarta sessão, observou-se que o grupo conseguiu manter-se ativo, com a maioria dos participantes em estado de abstinência controlado, expressando confiança nos profissionais da equipe da UBS e determinação em prosseguir com os encontros de prevenção de recaída.

Os grupos antitabagismo nas UBS apresentam condições favoráveis ao abandono do tabaco como o atendimento do usuário por uma equipe já conhecida, próxima ao seu domicílio e inserida em seu contexto sociocultural, ressaltando o envolvimento da equipe interprofissional como motivador para os participantes se sentirem valorizados<sup>(15)</sup>. Entretanto, a tentativa de se abster exige um esforço contínuo<sup>(16)</sup>.

Nesse sentido, a ação vivenciada proporcionou maior sedimentação do conhecimento sobre características específicas da pessoa tabagista, assim como apropriação de fatores, estratégias e métodos capazes de contribuir para a cessação desse hábito de risco durante o acompanhamento do grupo.

O desenvolvimento da proposta no âmbito na Atenção Primária à Saúde permitiu aos envolvidos perceberem que o controle do tabagismo deve superar a concepção de uma prática voltada exclusivamente à medicalização do problema, pois requer a adoção de uma abordagem que considere a rede de apoio de cada usuário.

Diante da multiplicidade de aspectos inerentes a esse processo, torna-se indispensável a presença da atenção compartilhada por todos os profissionais da ESF, que devem estar sensibilizados para assumirem uma postura acolhedora a esse público no que diz respeito aos avanços, hesitações ou possíveis regressões advindas da mudança comportamental necessária à abolição do uso do tabaco.

## CONSIDERAÇÕES FINAIS

O grupo de tabagismo na Atenção Básica demonstrou ser uma estratégia válida à redução desse hábito de risco na população, devendo ser valorizado pela gestão de saúde e incluído continuamente na programação de ações das equipes de saúde da família, saúde bucal e NASF.

Acredita-se que o envolvimento de todos os profissionais da UBS nas ações desenvolvidas, o trabalho em equipe, a disponibilidade de terapia farmacológica e o vínculo de longa duração com a comunidade são fatores fundamentais à adesão dos

participantes ao grupo e, conseqüentemente, à obtenção de resultados positivos.

## REFERÊNCIAS

- Pedro JM, BRITO M, BARROS H. Tobacco consumption and nicotine dependence in Bengo Province, Angola: A community-based survey. PLOS ONE [internet]. 2017 [cited 2019 Apr 05]; 12(11): 1-10. Disponível em: <https://journals.plos.org/plosone/article/file?id=10.1371/journal.pone.0188586&type=printable>.
- World Health Organization. WHO report on the global tobacco epidemic: enforcing bans on tobacco advertising, promotion and sponsorship [cited 2019 Apr 05]. Geneva: WHO; 2013. Disponível em: [https://apps.who.int/iris/bitstream/handle/10665/85380/9789241505871\\_eng.pdf;jsessionid=08B28F869096570ABCE995ED27E09333?sequence=1](https://apps.who.int/iris/bitstream/handle/10665/85380/9789241505871_eng.pdf;jsessionid=08B28F869096570ABCE995ED27E09333?sequence=1).
- Malta DC, Silva Jr JB. Plano de ações estratégicas para o enfrentamento das doenças crônicas não transmissíveis no Brasil após três anos de implantação, 2011-2013. Epidemiologia e Serviços de Saúde [internet]. 2014 [acesso em: 16 abr 2019]; 23(3): 389-95. Disponível em: <https://www.scielo.org/pdf/ress/2014.v23n3/389-395/pt>.
- Rossaneis MA, Machado RCB. Cessação do tabagismo em pacientes assistidos em um ambulatório de tratamento de dependência do tabaco. Ciência, Cuidado e Saúde [internet]. 2011 [acesso em: 09 abr 2019]; 10(2): 306-13. Disponível em: <http://periodicos.uem.br/ojs/index.php/CiencCuidSaude/article/view/15688/pdf>.
- Monteiro CFS. Tabagismo: atenção e vigilância constantes. Rev. Enferm. UFPI [internet]. 2016 [acesso em: 14 abr 2019]; 5(2): 1-3. Disponível em: <https://ojs.ufpi.br/index.php/reufpi/article/view/5389/pdf>.
- Portes LH, Campos EMS, Teixeira MTB, Caetano R, Ribeiro LC. Ações voltadas para o tabagismo: análise de sua implementação na Atenção Primária à Saúde. Ciência & Saúde Coletiva [internet]. 2014 [acesso em: 09 abr 2019]; 19(2): 439-48. Disponível em: <https://www.scielo.org/pdf/csc/2014.v19n2/439-448/pt>.
- Van Schayck OCP, Williams S, Barchilon V, Baxter N, Jawad M, Katsaounou PA, *et al.* Treating tobacco dependence: guidance for primary care on life-saving interventions. Position statement of the IPCRG. NPJ Primary Care Respiratory Medicine [internet]. 2017 [cited 2019 Apr 09]; 22(38): 1-12. Disponível em: [https://www.ncbi.nlm.nih.gov/pmc/articles/PMC5466643/pdf/41533\\_2017\\_Article\\_39.pdf](https://www.ncbi.nlm.nih.gov/pmc/articles/PMC5466643/pdf/41533_2017_Article_39.pdf).
- Bueno D, Siebert M. Contribuição de grupos operacionais no fortalecimento da Atenção Primária à Saúde. Revista de APS [internet]. 2008 [acesso em: 15 abr 2019]; 11(4): 468-73. Disponível em: <http://ojs2.ufjf.emnuvens.com.br/aps/article/view/14160/7664>.
- Pereira AAC, Gritsh LJ, Passos MS, Furtado MD. Adesão ao grupo de cessação entre tabagistas de unidade básica de saúde. Cogitare Enfermagem [internet]. 2018 [acesso em: 29 mar 2019]; 23(3): e55096. Disponível em: <http://www.saude.ufpr.br/portal/revistacogitare/wp-content/uploads/sites/28/2018/08/55096-239422-1-PB.pdf>.
- Presman S, Carneiro E, Gigliotti A. Tratamentos não-farmacológicos para o tabagismo. Revista Psiquiatria Clínica [internet]. 2005 [acesso em: 30 abr 2019]; 32(5): 267-75. Disponível em: [http://www.actbr.org.br/uploads/arquivo/14\\_Tratamentos-Nao-farmacologicos-Para-o-Tabagismo.pdf](http://www.actbr.org.br/uploads/arquivo/14_Tratamentos-Nao-farmacologicos-Para-o-Tabagismo.pdf).
- Haggström FM, Chatkin JM, Cavalet-Blanco D, Rodin V, Fritscher CC. Tratamento do tabagismo com bupropiona e reposição nicotínica. Jornal Brasileiro de Pneumologia [internet]. 2001 [acesso em: 15 abr 2019]; 27(5): 255-61. Disponível em: <http://www.scielo.br/pdf/jpneu/v27n5/a05v27n5.pdf>.
- Halty LS, Hüttner MD, Oliveira Neto IC, Santos VA, Martins G. Análise da utilização do questionário de tolerância de Fagerström como instrumento de medida da dependência nicotínica. Jornal Brasileiro de Pneumologia [internet]. 2002 [acesso em: 17 abr 2019]; 28(4): 180-6. Disponível em: <http://www.scielo.br/pdf/jpneu/v28n4/12962.pdf>.
- Ussher M, Kakar G, Hajek P. Dependence and motivation to stop smoking as predictors of success of a quit attempt among smokers seeking help to quit. Addictive Behaviors [internet]. 2016 [cited 2019 Apr 18]; 53: 175-80. Disponível em: <https://reader.elsevier.com/reader/sd/pii/S0306460315300496?token=E6A85F89EF609B92BA95BF7BE12F3C4B713967CEA92EE7590BAFD195427A9F3B586002AD21ADD761EBDD14B441BEF774>.
- Meneses-Gaya IC, Zuardi AW, Loureiro SR, Crippa JAS. As propriedades psicométricas do Teste de Fagerström para Dependência de Nicotina. Jornal Brasileiro de Pneumologia [internet]. 2009 [acesso em: 18 abr 2019]; 35(1): 73-82, 2009. Disponível em: [http://www.scielo.br/pdf/jbpneu/v35n1/pt\\_v35n1a11.pdf](http://www.scielo.br/pdf/jbpneu/v35n1/pt_v35n1a11.pdf).
- Paiva MRAB, Souza WA, Goyatá SLT, Siqueira Júnior LM, Podestá MHMC, Ferreira EB. Grupo de apoio ao tabagismo na Estratégia Saúde da Família: fatores de sucesso. Revista da Universidade Vale do Rio Verde [internet]. 2017 [acesso em: 31 mar 2019]; 15(2): 436-48. Disponível em:

<https://www.researchgate.net/publication/321305>

[917 GRUPO DE APOIO AO TABAGISTA NA ESTRATEGIA DE SAUDE DA FAMILIA fatores de sucesso.](#)

16. Peuker AC, Bizarro L. Características do processo de cessação do tabagismo na abstinência prolongada. Contextos Clínicos [internet]. 2015 [acesso em: 12 abr 2019]; 8(1): 87-98. Disponível em: <http://pepsic.bvsalud.org/pdf/cclin/v8n1/v8n1a10.pdf>

**Sources of funding:** No

**Conflict of interest:** No

**Date of first submission:** 2019/05/10

**Accepted:** 2019/06/17

**Publishing:** 2019/07/01

#### **Corresponding Address**

Rodolfo Xavier da Costa Carvalho

Email: [rodolfoxc86@gmail.com](mailto:rodolfoxc86@gmail.com)

Universidade Federal do Piauí, Teresina, PI.

#### **Como citar este artigo:**

Carvalho RXC, Araújo TME, Costa Neto AM, Melo BMM, Paiva CCA. Relato de experiência sobre o acompanhamento de um grupo de cessação do tabagismo. Rev. Enferm. UFPI [internet]. 2019 [acesso em: dia mês abreviado ano];8(Espec. 1):44-8. Disponível em: Insira o DOI.

