

INSUCESSO NA TENTATIVA DE PARAR DE FUMAR: EXPERIÊNCIA DE FUMANTES QUE PARTICIPARAM DO GRUPO DE TABAGISMO

Eixo temático: Promoção da Saúde

Rodolfo Ribeiro de Jesus¹, Pâmella Aparecida de Lima²,
Paloma Prata de Oliveira², Thaís Barreiros Tavares², Maria Cristina Pinto de Jesus³

Introdução: Abandonar o tabaco pode ser uma experiência difícil, pois a dependência engloba um conjunto de fenômenos comportamentais, cognitivos, sociais e fisiológicos, que fazem com que poucos fumantes consigam interromper com sucesso o hábito de fumar em sua primeira tentativa.^{1,2} O Programa Nacional de Controle do Tabagismo e outros Fatores de Risco de Câncer³ recomenda aos profissionais de saúde, sobretudo na Atenção Primária à Saúde utilizar o método de abordagem cognitivo-comportamental associado à farmacoterapia.⁴ **Objetivo:** Compreender a experiência de fumantes que participaram do grupo de tabagismo frente ao insucesso da tentativa de parar de fumar. **Metodologia:** Estudo qualitativo de abordagem fenomenológica. Participaram nove pessoas que tentaram cessar o hábito de fumar e não conseguiram. Os depoimentos foram obtidos de novembro a dezembro de 2014, por meio de entrevista com as seguintes questões abertas: fale sobre sua tentativa de parar de fumar e, considerando que você não teve êxito na tentativa de deixar o cigarro, pergunto: e agora, o que você pretende fazer? O conteúdo foi organizado em categorias temáticas e discutido com base no referencial teórico. O projeto foi aprovado pelo Comitê de ética em pesquisa com seres humanos da Universidade Federal de Juiz de Fora, Parecer nº 699.381/2014. **Resultados:** Oito participantes eram mulheres, a média de idade foi de 46,85 anos. Somente um participante não relatou doenças associadas ao tabagismo. Oito pessoas referiram estar em tratamento de sintomas de ansiedade e depressão com uso de ansiolíticos e antidepressivos. O tempo de tabagismo variou entre 11 e 62 anos, com média de 37 anos. A média de tentativas de parar de fumar foi de sete vezes, variando entre uma e 20 tentativas. As categorias mostraram que o insucesso da tentativa de parar de fumar relaciona-se à dependência do cigarro, visto como suporte para o enfrentamento de situações estressantes do cotidiano. As tentativas de cessar o hábito foram alicerçadas na necessidade de melhoria da saúde e insistência de pessoas próximas. O fumante referiu utilizar estratégias de cessação do hábito aprendidas no grupo de tabagismo, mas, diante do fracasso tem a expectativa de receber apoio psicológico especializado. **Conclusão:** Evidencia-se a necessidade de ampliar as estratégias de abordagem ao fumante, reforçando o suporte psicológico com vistas à obtenção de êxito na tentativa de parar de fumar.

Referências

1. WORLD HEALTH ORGANIZATION (WHO). Report on the global tobacco epidemic, 2013: Enforcing bans on tobacco advertising, promotion and sponsorship [Internet]. World Health Organization 2013; [citado 2015 abr. 13]. Disponível em: <http://apps.who.int/iris/bitstream/10665/85380/1/9789241505871_eng.pdf?ua=1>.
2. D'Argenzio A, D'Argenio P, Ferrante G, Minardi V, Possenti V, Quarchioni E, et al. 40% of smokers try to stop smoking, only 8% succeed in. *Epidemiol Prev.* 2011; 35(5-6):362.
3. Brasil. Ministério da Saúde. Portaria nº 571, 05 de abril de 2013. Atualiza as diretrizes de cuidado à pessoa tabagista no âmbito da Rede de Atenção à Saúde das Pessoas com Doenças Crônicas do Sistema Único de Saúde (SUS) e dá outras providências [Internet]. Brasília; 2013 [citado 2015 abr. 13]. Disponível em: <http://bvsms.saude.gov.br/bvs/saudelegis/gm/2013/prt0571_05_04_2013.html>.
4. Silva ST, Martins MC, Faria FR, Cotta RMM. Combating smoking in Brazil: the strategic importance of government actions. *Ciênc Saúde Coletiva.* 2014;19(2):539-52.

¹ Acadêmico do curso de Medicina da Faculdade de Medicina de Juiz de Fora - FAME/JF Universidade Presidente Antônio Carlos - UNIPAC.

² Acadêmicas do curso de Enfermagem da Universidade Federal de Juiz de Fora - UFJF.

³ Professora da Universidade Federal de Juiz de Fora - UFJF.

Contato: rodolfo@ribeirojesus@gmail.com.