



MEDX 2025

III Congresso Internacional Médico Estudantil e
II Encontro de Ligas Acadêmicas de Medicina
I Mostra Científica IESC / PIEPE

EXTENSÃO UNIVERSITÁRIA: PSICOEDUCAÇÃO SOBRE CESSAÇÃO DO TABAGISMO E PREVENÇÃO DE DOENÇAS CARDIOVASCULARES

Linha: Extensão

Roseane Christhina da Nova Sá Serafim ¹; Daniel Lacerda Moura Cavalcante², João Victor de Sousa Neves³, Laryssa Marcela Gomes Amaral⁴, Luca Alves da Silva Bringel⁵, Lucas Teixeira de Carvalho Onofre Paredes⁶, Rodrigo Veloso Ferreira de Alenca⁷, Rachel Cavalcanti Fonseca⁸

¹Afya Paraíba, João Pessoa-PB. ¹Universidade Federal de Campina Grande - PB. ²⁻⁸Afya Paraíba, João Pessoa – PB

Introdução

As doenças cardiovasculares (DCV) constituem a principal causa de mortalidade no mundo, representando cerca de 30% de todos os óbitos anuais, segundo a Organização Mundial da Saúde (WHO, 2024). No Brasil, a prevalência de hipertensão arterial, doença arterial coronariana, doença arterial periférica, e trombose venosa profunda é agravada por fatores de risco modificáveis, entre os quais se destaca o tabagismo (Sociedade Brasileira de Cardiologia, 2022). O consumo de tabaco promove disfunção endotelial, inflamação vascular e elevação da pressão arterial, contribuindo para a aterogênese e o aumento do risco de eventos cardiovasculares (Brasil, 2021).

O tabagismo é responsável por elevados índices de morbimortalidade cardiovascular. Reconhecido como um problema de saúde coletiva, é considerado um comportamento de risco de natureza biopsicossocial, caracterizado pela dependência química da nicotina e pela associação a fatores emocionais e sociais que dificultam sua cessação (World Health Organization, 2024). Intervenções interdisciplinares baseadas em educação em saúde, com abordagem dialógica contribuem para o fortalecimento do autocuidado e para a redução do consumo de tabaco entre populações de difícil acesso aos serviços de saúde (Souza; Mendes; Moura, 2023).

Diante desse contexto, este trabalho teve como objetivo relatar a experiência extensionista de uma ação psicoeducativa e interdisciplinar sobre cessação do tabagismo e prevenção de doenças cardiovasculares junto a homens adultos, hipertensos e tabagistas, em situação de vulnerabilidade.

Relato de Experiência

Este estudo é de natureza qualitativa do tipo relato de experiência. A atividade relatada, a seguir, foi desenvolvida em outubro de 2025, em uma Organização Não Governamental (ONG) localizada em um município de João Pessoa-PB, que oferece suporte a homens em situação de vulnerabilidade. A equipe executora foi composta pela professora orientadora e estudantes do terceiro período do curso de Medicina, bem como, a psicóloga, a assistente social da ONG, e quinze homens adultos, tabagistas e hipertensos.

O planejamento da ação envolveu revisão bibliográfica, reuniões em equipe para pactuação da intervenção junto a instituição que nos cedeu o espaço, e integração de componentes curriculares obrigatórios do curso de medicina, IESC III (Integração Ensino-Serviço-Comunidade), PIEPE III (Práticas Interdisciplinares de Extensão, Pesquisa e Ensino), SOI III (Sistemas Orgânicos Integrados) e HAM III (Habilidades e Atitudes Médicas), sob orientação docente.

A intervenção teve duração de duas horas e foi dividida em três etapas: Acolhimento e sensibilização: apresentação da proposta, dinâmica de grupo e escuta ativa das experiências dos participantes com o tabagismo e a hipertensão; Atividades físicas e respiratórias: conduzidas pelas estudantes formadas em fisioterapia e psicologia, com foco em alongamento, exercícios leves e técnicas de respiração voltadas à regulação autonômica e controle da ansiedade e Roda de conversa psicoeducativa: mediada pelos estudantes, abordando os impactos do tabagismo sobre o sistema cardiovascular, estratégias para cessação gradativa, uso de redes de apoio e valorização do autocuidado.

A metodologia foi fundamentada nos princípios da educação popular em saúde, e na Política Nacional de Atenção Integral à Saúde do Homem, com o propósito de promover diálogo horizontal, participação ativa, saúde e bem-estar (Brasil, 2009). Por tratar-se de um relato de experiência, não apresentaremos dados quantitativos, mas nossas observações serão registradas de forma reflexiva no diário de campo. Por esta razão, este trabalho não precisou ser submetido e avaliado pelo Comitê de Ética em Pesquisa da instituição de ensino.

Resultados e Discussão

Os resultados foram analisados de forma descritiva e reflexiva, a partir dos registros observacionais e das percepções dos extensionistas e participantes. Durante a atividade, os participantes demonstraram elevado interesse e engajamento nas discussões sobre os riscos cardiovasculares do tabagismo e relataram dificuldades para cessar o hábito devido à dependência e à função emocional do cigarro, o que corrobora estudos que apontam o tabagismo como mecanismo de enfrentamento do estresse em populações socialmente vulneráveis (Santos et. al., 2022).

A participação nas atividades físicas e respiratórias favoreceu momentos de descontração e bem-estar, além de promover compreensão prática sobre o autocuidado. A roda de conversa possibilitou reflexões sobre a relação entre o cigarro e a saúde cardiovascular, despertando a motivação para redução do consumo e maior busca por acompanhamento médico, em consonância com os achados da Organização Mundial da Saúde (2023), que enfatiza a eficácia das intervenções educativas participativas.

Do ponto de vista acadêmico, a experiência contribuiu para o desenvolvimento da empatia, da escuta sensível e da comunicação terapêutica nos discentes, reforçando o papel social da universidade e a integração ensino-serviço-comunidade (Brasil, 2021). Esses resultados ratifica o impacto formativo das ações de extensão na formação médica e multiprofissional (Souza; Mendes; Moura, 2023). Embora o caráter pontual da intervenção limite inferências sobre sua efetividade, observa-se que ações educativas

breves podem promover mudanças cognitivas e afetivas significativas, que antecedem a cessação efetiva do tabagismo. Consideramos que estudos longitudinais são necessários para avaliar a manutenção dos efeitos e a incorporação de novas práticas de autocuidado.

Considerações Finais

Por fim, conclui-se que a atividade extensionista de psicoeducação sobre cessação do tabagismo e prevenção de doenças cardiovasculares constituiu uma experiência significativa de aprendizagem e transformação social. A ação contribuiu para a promoção da saúde cardiovascular, a sensibilização para os riscos do tabagismo e o fortalecimento de vínculos entre ensino, serviço e comunidade, alinhando-se aos princípios do ODS 3 – Saúde e Bem-Estar. Os efeitos imediatos observados — como a ampliação do conhecimento e o aumento da motivação para mudança comportamental — evidenciam a relevância das práticas psicoeducativas em saúde como estratégia de intervenção social e formativa. Reconhecemos o valor desta atividade de extensão para consolidar nossa formação acadêmica apoiada por princípios éticos e humanísticos.

Referências

- BRASIL. Ministério da Saúde. Secretaria de Vigilância em Saúde. Departamento de Análise Epidemiológica e Vigilância de Doenças Não Transmissíveis. **Plano de Ações Estratégicas para o Enfrentamento das Doenças Crônicas e Agravos Não Transmissíveis no Brasil 2021–2030**. Brasília: Ministério da Saúde, 2021.
- BRASIL. Ministério da Saúde. **Política Nacional de Atenção Integral à Saúde do Homem (PNAISH)**. Brasília: Ministério da Saúde, 2009
- ORGANIZAÇÃO MUNDIAL DA SAÚDE (OMS). **Relatório global sobre tabagismo: tendências e ações para o controle do tabaco**. Genebra: OMS, 2023.
- SOCIEDADE BRASILEIRA DE CARDIOLOGIA (SBC). **Diretriz Brasileira de Prevenção Cardiovascular**. *Arquivos Brasileiros de Cardiologia*, v. 119, n. 3, p. 1–104, 2022.
- SANTOS, C. A. et al. Saúde do homem tabagista na atenção primária à saúde: desafios para a educação em saúde. **Revista Eletrônica Acervo Saúde**, v. 14, n. 10, p. e9977, 2022. DOI: 10.25248/reas.e9977.2022. Disponível em: <https://acervomais.com.br/index.php/saude/article/view/9977>. Acesso em: 18 ago. 2025.
- SOUZA, L. P.; MENDES, E. V.; MOURA, R. F. Educação em saúde e promoção do autocuidado: revisitando práticas de intervenção comunitária. **Revista Brasileira de Educação Médica**, v. 47, n. 1, e011, 2023.
- WORLD HEALTH ORGANIZATION (WHO). **Cardiovascular diseases (CVDs) – Fact Sheet**. Geneva: WHO, 2024. Disponível em: [https://www.who.int/news-room/fact-sheets/detail/cardiovascular-diseases-\(cvds\)](https://www.who.int/news-room/fact-sheets/detail/cardiovascular-diseases-(cvds)). Acesso em: 21 out. 2025.