

## RESUMO EXPANDIDO DE RELATO TÉCNICO

### PEQUENAS ORIENTAÇÕES, GRANDES MUDANÇAS: APOIO EDUCATIVO AO GRUPO DE TABAGISMO

Aline Feliciano Scharniowski, Fisioterapia, Centro Universitário Integrado, Brasil

Bianca Tonhato Dos Santos, Fisioterapia, Centro Universitário Integrado, Brasil

Daniely Silva Oliveira, Fisioterapia, Centro Universitário Integrado, Brasil

Nívea Rafaela Easing, Fisioterapia, Centro Universitário Integrado, Brasil

Kamila Maria G. Zathechko, Fisioterapia, Centro Universitário Integrado, Brasil

Thainara Silva de Moraes, Fisioterapia, Centro Universitário Integrado, Brasil

Vitória dos Santos Calora, Fisioterapia, Centro Universitário Integrado, Brasil

Elaine Cristina Costa Lopes, Docente do curso de Fisioterapia,  
elaine.costa@grupointegrado.br

## INTRODUÇÃO

Este relato técnico aborda a elaboração de uma cartilha educativa destinada ao apoio na cessação do tabagismo no contexto da Atenção Primária à Saúde. A intervenção consistiu no desenvolvimento de um material didático para subsidiar a atuação dos profissionais de saúde durante atendimentos de rotina.

A situação-problema refere-se ao aumento significativo do uso de cigarros eletrônicos, o que dificulta a oferta de orientações claras e eficazes aos pacientes fumantes. Como antecedentes, destacam-se a alta prevalência do tabagismo, seus impactos na morbimortalidade e a necessidade de estratégias acessíveis, de baixo custo e aplicáveis na prática profissional. Em 2014, a Organização Mundial da Saúde destacou a necessidade de regulamentação dos sistemas eletrônicos de nicotina para evitar sua promoção entre não fumantes, reduzir riscos à saúde, proibir alegações não comprovadas e proteger políticas de controle do tabaco (Who, 2014).

Considerando variáveis como compreensão dos usuários, tempo disponível para intervenção e aplicabilidade no cotidiano dos serviços, este relato técnico tem como objetivo descrever a elaboração de uma cartilha educativa como ferramenta de apoio à abordagem breve para cessação do tabagismo.

## MÉTODO

Trata-se de um relato de caso, de caráter descritivo, vinculado a um projeto de extensão universitária, que teve como objetivo a elaboração e execução de ações de educação em saúde voltadas à comunidade na Atenção Primária.

O desenvolvimento da intervenção ocorreu em etapas. Inicialmente, realizou-se a identificação da situação-problema por meio da observação das demandas do público, relacionada à dificuldade de conscientização sobre os riscos do tabagismo e ao uso de cigarros eletrônicos.

Em seguida, foi elaborada a cartilha educativa, com definição dos conteúdos, organização dos tópicos e adequação da linguagem ao público leigo. O material incluiu informações sobre os benefícios da cessação e orientações práticas para mudança de comportamento.



Figura 1 – Cartilha de apoio à cessação do tabagismo. Fonte: Canva

Foram impressas 20 unidades da cartilha, que foram encaminhadas à Unidade Básica de Saúde (UBS), onde os profissionais de enfermagem realizaram a entrega aos participantes do grupo de tabagismo. A intervenção teve como objetivo promover a conscientização e contribuir para a redução do tabagismo (Abessa; Sousa; Tommasi, 2006).

## CONTEXTO DO PROJETO

O tabagismo configura-se como um importante problema de saúde pública no Brasil, sendo fator causal de diversas doenças incapacitantes. Para o ano de 2030, estima-se que ocorram cerca de 8 milhões de mortes em todo o mundo por doenças relacionadas ao tabaco, caso não sejam adotadas medidas eficazes de controle e cessação do hábito (Ministério da Saúde, 2021; Organização Mundial da Saúde, 2021). Observa-se também o aumento do uso de cigarros eletrônicos, o que reforça a necessidade de estratégias educativas.

A experiência foi desenvolvida na UBS Jardim Castelo Branco, “Almiro Martins Neves”, situada em Engenheiro Beltrão, Paraná. O público-alvo foi composto por participantes do grupo de tabagismo, considerando a necessidade de apoio contínuo no processo de cessação e a possível exposição ao uso de dispositivos eletrônicos para fumar.



Figura 2 – UBS Jardim Castelo Branco, local da intervenção. Fonte: Galeria Pessoal



Figura 3 – Realização da entrega da cartilha na UBS. Fonte: Galeria Pessoal

A inserção da cartilha buscou favorecer um ambiente acolhedor e propício ao diálogo, contribuindo para a sensibilização dos participantes quanto à importância da cessação do tabagismo, por meio de orientações práticas e dicas para parar de fumar.

## RESULTADOS E DISCUSSÃO

Os resultados evidenciaram boa adesão por parte dos profissionais de saúde da UBS, que acolheram positivamente a proposta e demonstraram interesse na utilização da cartilha como ferramenta de apoio ao grupo de tabagismo. A receptividade da equipe de enfermagem contribuiu para a efetiva inserção do material na rotina do serviço.

A cartilha foi entregue aos participantes de forma indireta, por meio dos profissionais, sem exposição dos indivíduos, garantindo a privacidade e a intimidade de cada um. Essa estratégia mostrou-se adequada, respeitando princípios éticos e favorecendo maior conforto aos usuários.

Observou-se que a cartilha se configura como um recurso educativo relevante, permitindo que os participantes levem o material para casa, ampliando o acesso à informação para além do momento do grupo. Além disso, o conteúdo aborda orientações básicas, porém fundamentais, que podem auxiliar no processo de cessação do tabagismo. A literatura aponta que intervenções educativas simples, acessíveis e contínuas tendem a contribuir significativamente para mudanças de

comportamento, especialmente quando associadas ao acompanhamento em grupos de apoio, reforçando a importância de estratégias como a adotada neste estudo.

No Brasil, grande parte das medidas da Convenção-Quadro sobre Controle do Uso do Tabaco (CQCT) já está em maior ou menor grau de implementação, o que constitui a base da Política Nacional de Controle do Tabaco. Desde a ratificação da CQCT pelo Brasil em 2005, a articulação de ações intersetoriais e a integração de medidas de educação, fiscalização e tratamento têm contribuído para avanços no controle do tabagismo e na redução da prevalência do consumo de tabaco e seus impactos à saúde, incluindo a diminuição de mortes por doenças tabaco-relacionadas como as cardiovasculares, as respiratórias crônicas e o câncer de pulmão (Inca,2015).

## CONSIDERAÇÕES FINAIS

Os resultados deste estudo permitem concluir que o objetivo proposto foi alcançado, uma vez que a elaboração e inserção da cartilha educativa mostraram-se viáveis como ferramenta de apoio à abordagem do tabagismo na Atenção Primária à Saúde. A boa adesão dos profissionais e o acolhimento da proposta evidenciam a relevância de estratégias educativas simples e aplicáveis no cotidiano dos serviços.

A utilização da cartilha no grupo de tabagismo possibilitou ampliar o acesso à informação, permitindo que os participantes levassem o material para casa e reforçassem orientações práticas e essenciais para o processo de cessação. Dessa forma, a intervenção contribuiu para a sensibilização dos usuários e fortalecimento das ações educativas em saúde.

Como limitações do estudo, destaca-se a impossibilidade de acompanhamento direto dos participantes para avaliação dos impactos da cartilha a longo prazo, bem como a ausência de mensuração objetiva de mudanças no comportamento dos usuários.

Sugere-se que estudos futuros investiguem a efetividade desse tipo de material educativo ao longo do tempo, incluindo a avaliação de resultados clínicos e comportamentais, além da ampliação da estratégia para outros contextos e públicos, fortalecendo as ações de controle do tabagismo.

**PALAVRAS-CHAVE:** Tabagismo. Educação em Saúde. Cessação do Tabagismo. Atenção Primária. Cigarro Eletrônico.

## REFERÊNCIAS

ABESSA, P. S. S.; SOUSA, M. J.; TOMMASI, E. **Educação em saúde: uma estratégia de prevenção ao tabagismo**. *Revista Brasileira de Saúde*, [S.l.], 2006.

BRASIL. Ministério da Saúde. **Estratégias para o cuidado com a pessoa tabagista**. Brasília: Ministério da Saúde, 2021.

BRASIL. Ministério da Saúde. Instituto Nacional de Câncer José Alencar Gomes da Silva; Comissão Nacional para Implementação da Convenção-Quadro para o Controle do Tabaco (CONICQ). **Política Nacional de Controle do Tabaco: relatório de gestão e progresso 2013-2014**. Rio de Janeiro: INCA, 2015.

JORNAL BRASILEIRO DE PNEUMOLOGIA. **Estatísticas sobre cessação do tabagismo por decisão própria**. [S.l.], 2024.

SANTA CATARINA. Secretaria de Estado da Saúde. **Dados de tratamento contra o tabagismo**. [S.l.], 2024.

WORLD HEALTH ORGANIZATION. **Electronic nicotine delivery systems: report by WHO**. FCTC/COP/6/10 Rev.1. Geneva: WHO, 2014. Disponível em: <https://iris.who.int/handle/10665/147110>. Acesso em: 2 mar. 2026.

WORLD HEALTH ORGANIZATION. **WHO report on the global tobacco epidemic 2021: addressing new and emerging products**. Geneva: WHO, 2021. ISBN 9789240032095.