

RESUMO EXPANDIDO DE RELATO TÉCNICO

Educação em saúde na prevenção do tabagismo: relato de experiência extensionista em fisioterapia respiratória

Ana Beatriz Balabuch Arantes, Curso de Fisioterapia, Centro Universitário
Integrado, Brasil

Emanuely Kelnar, Curso de Fisioterapia, Centro Universitário Integrado, Brasil

Gabriela Woichik de Oliveira, Curso de Fisioterapia, Centro Universitário
Integrado, Brasil

João Vitor Lopes de Oliveira, Curso de Fisioterapia, Centro Universitário
Integrado, Brasil

Lucas Eduardo Viana Stabile, Curso de Fisioterapia, Centro Universitário
Integrado, Brasil

Maria Luisa Carvalho, Curso de Fisioterapia, Centro Universitário Integrado,
Brasil

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

Campo Mourão, 2026.

INTRODUÇÃO

As doenças crônicas não transmissíveis (DCNT) representam uma das principais causas de morbimortalidade no Brasil e no mundo. De acordo com a Organização Mundial da Saúde (OMS), aproximadamente 74% das mortes globais estão associadas a essas doenças, com destaque para doenças cardiovasculares, respiratórias crônicas, diabetes e câncer (OMS, 2023).

Estima-se que o tabagismo seja responsável por mais de 8 milhões de mortes por ano no mundo, sendo cerca de 7 milhões decorrentes do uso direto do tabaco e aproximadamente 1,2 milhão relacionadas à exposição ao fumo passivo (OMS, 2023).

Entre os principais fatores de risco para essas condições está o tabagismo, considerado um grave problema de saúde pública. O uso do tabaco está

diretamente relacionado ao desenvolvimento de diversas doenças, como Doença Pulmonar Obstrutiva Crônica (DPOC), câncer de pulmão, bronquite crônica, enfisema pulmonar e doenças cardiovasculares (INCA, 2023).

No Brasil, estima-se que cerca de 9,1% da população adulta seja fumante, evidenciando que, apesar da redução nas últimas décadas, o tabagismo ainda representa um importante problema de saúde pública (CARVALHO *et al.*, 2021).

Segundo o Instituto Nacional de Câncer José Alencar Gomes da Silva, o tabagismo é responsável por mais de 160 mil mortes anuais no país, além de afetar indivíduos expostos à fumaça passiva, aumentando o risco de doenças respiratórias, cardiovasculares e câncer (INCA, 2023).

Nesse contexto, ações de educação em saúde na atenção primária tornam-se essenciais para promover a conscientização da população, estimular hábitos saudáveis e incentivar a cessação do tabagismo. Estratégias educativas, como cartilhas e atividades interativas, facilitam a compreensão das informações e ampliam o alcance das orientações em saúde.

Dessa forma, este trabalho tem como objetivo relatar a experiência de uma ação extensionista desenvolvida por estudantes de fisioterapia, voltada à educação em saúde para prevenção e cessação do tabagismo na comunidade.

MÉTODO

Trata-se de um relato técnico de experiência, desenvolvido no contexto de um projeto de extensão da disciplina de Fisioterapia Respiratória, realizado por estudantes de graduação em fisioterapia.

A atividade teve como objetivo promover educação em saúde sobre os riscos do tabagismo e incentivar a cessação do hábito de fumar.

Foram utilizadas como referência as diretrizes do Protocolo Clínico e Diretrizes Terapêuticas do Tabagismo do Ministério da Saúde (BRASIL, 2020).

Com base nesse levantamento, foi elaborada uma cartilha educativa ilustrada, intitulada “Respire, Comunidade!”, com linguagem simples e recursos visuais, visando facilitar a compreensão do conteúdo por diferentes públicos, incluindo pessoas com baixo nível de escolaridade.

A cartilha abordou temas como:

- Riscos do tabagismo para a saúde;
- Impactos do cigarro para familiares e pessoas próximas;
- Benefícios de parar de fumar;
- Tempo de recuperação do organismo após a cessação do tabagismo;
- Orientações práticas para parar de fumar



Figura 1 - Cartilha educativa "Respire, Comunidade!"

Fonte: elaborado pelos autores

CONTEXTO DO PROJETO OU SITUAÇÃO-PROBLEMA

O presente relato técnico está inserido no contexto de um projeto de extensão universitária desenvolvido por acadêmicos do curso de Fisioterapia, com foco na promoção da saúde e prevenção de doenças respiratórias na comunidade.

A ação foi realizada em um ambiente comunitário no município de Araruna, envolvendo a participação de indivíduos da população local, com destaque para adultos e idosos. A atividade caracteriza-se como uma ação de natureza pública, com finalidade educativa e preventiva.

O projeto está relacionado à atenção primária à saúde, com ênfase em ações de educação em saúde voltadas à redução de fatores de risco modificáveis, como o tabagismo.

O tabagismo é reconhecido como um dos principais problemas de saúde pública, estando diretamente associado ao desenvolvimento de diversas doenças crônicas, como DPOC, doenças cardiovasculares e câncer (INCA, 2023).

Estudos nacionais apontam que o tabagismo ainda apresenta prevalência significativa na população brasileira, estando associado a fatores socioeconômicos e comportamentais (CARVALHO *et al.*, 2021).

No contexto da comunidade atendida, observa-se a necessidade de ampliar o acesso à informação sobre os malefícios do tabagismo e os benefícios da cessação do hábito de fumar. Muitas vezes, a população apresenta conhecimento limitado sobre os impactos do cigarro na saúde e desconhece os recursos disponíveis no Sistema Único de Saúde (SUS) para apoio ao tratamento.

Dessa forma, a atividade educativa foi proposta com o objetivo de intervir nessa realidade por meio de estratégias educativas acessíveis, promovendo a conscientização da população e incentivando mudanças de comportamento relacionadas à saúde.

RESULTADOS E DISCUSSÃO

A ação extensionista foi realizada em um ponto de ônibus no município de Araruna – PR, durante o horário de saída de trabalhadores. A atividade contou com a participação de aproximadamente 40 pessoas da comunidade, incluindo adultos e idosos.

A intervenção possibilitou a aproximação entre os estudantes e a comunidade, promovendo a troca de conhecimentos e o fortalecimento das práticas de educação em saúde.

A cartilha utilizada mostrou-se um recurso educativo eficaz, pois o uso de imagens, cores e textos curtos facilitou a compreensão das informações pelos participantes, especialmente em contextos com diferentes níveis de escolaridade.

Durante a atividade, observou-se grande interesse do público em relação aos benefícios de parar de fumar, principalmente quando foram apresentados os efeitos positivos no organismo após a cessação do tabagismo, como a melhora da função pulmonar, redução do risco de doenças cardiovasculares e diminuição do risco de câncer.

Dados do INCA indicam que o tabagismo está associado a aproximadamente 85% dos casos de câncer de pulmão, além de contribuir significativamente para o desenvolvimento de doenças cardiovasculares e respiratórias crônicas (INCA, 2023).

Outro aspecto relevante foi a abordagem dos impactos do cigarro para familiares e pessoas próximas, destacando os riscos da exposição à fumaça passiva, especialmente para crianças e idosos.

CONSIDERAÇÕES FINAIS

A realização da intervenção extensionista evidenciou a importância da educação em saúde como estratégia fundamental na prevenção e no controle do tabagismo na comunidade.

A utilização de uma cartilha educativa com linguagem simples e recursos visuais mostrou-se eficaz para facilitar a compreensão das informações, tornando o conteúdo acessível a diferentes públicos.

Além disso, a interação direta com os participantes possibilitou a troca de conhecimentos, o esclarecimento de dúvidas e maior engajamento da população.

Observou-se que muitos indivíduos desconheciam tanto os impactos do tabagismo na saúde quanto os benefícios da cessação e os recursos disponíveis no Sistema Único de Saúde (SUS), reforçando a necessidade de ações educativas contínuas.

A experiência contribuiu significativamente para a formação acadêmica dos estudantes, promovendo o desenvolvimento de habilidades relacionadas à comunicação, educação em saúde e atuação na atenção primária.



Figura II – Entrega da cartilha sobre tabagismo.

Fonte: elaborado pelos autores



Figura III – Entrega da cartilha sobre o tabagismo.

Fonte: elaborado pelos autores

CONCLUSÃO

A ação educativa voltada à prevenção e cessação do tabagismo mostrou-se uma estratégia eficaz para promover educação em saúde na comunidade.

A utilização de uma cartilha educativa com linguagem acessível e recursos visuais facilitou a compreensão das informações e estimulou a participação dos indivíduos na atividade.

Além de contribuir para a conscientização da população sobre os riscos do tabagismo, a atividade também possibilitou a divulgação dos serviços disponíveis no SUS para apoio à cessação do hábito de fumar.

Destaca-se a importância de ações educativas no fortalecimento das estratégias de promoção da saúde e prevenção de doenças, bem como na formação de futuros profissionais da área da saúde

PALAVRAS-CHAVE: Tabagismo. Educação Em Saúde. Prevenção. Atenção Primária. Cessação Do Tabaco.

REFERÊNCIAS

BRASIL. Ministério da Saúde. Protocolo Clínico e Diretrizes Terapêuticas do Tabagismo. Brasília: Ministério da Saúde, 2020. Disponível em:

<https://www.gov.br/saude/pt-br/assuntos/protocolos-clinicos-e-diretrizes-terapeuticas>. Acesso em: 20 fev. 2026.

CARVALHO, Deborah Carvalho Malta; SARAIVA, Ocrizan Sara Gomes; BERNAL, Regina Tomie Ivata; SILVA, Marta Maria Alves da; MALTA, Deborah Carvalho; FREITAS, Paula Carvalho de; PEREIRA, Cimar Azeredo; CAIXETA, Roberta de Betânia. Uso, cessação, fumo passivo e exposição à mídia do tabaco no Brasil: resultados das Pesquisas Nacionais de Saúde 2013 e 2019. *Revista Brasileira de Epidemiologia*, v. 24, supl. 2, e210006, 2021. Disponível em: <https://doi.org/10.1590/1980-549720210006.supl.2>. Acesso em: 20 fev. 2026.

INSTITUTO NACIONAL DE CÂNCER JOSÉ ALENCAR GOMES DA SILVA (INCA). Tabagismo. Rio de Janeiro: INCA, 2023. Disponível em: <https://www.gov.br/inca/pt-br/assuntos/causas-e-prevencao-do-cancer/tabagismo>. Acesso em: 20 fev. 2026.

WORLD HEALTH ORGANIZATION (WHO). Noncommunicable diseases. Geneva: World Health Organization, 2023. Disponível em: <https://www.who.int/news-room/fact-sheets/detail/noncommunicable-diseases>. Acesso em: 20 fev. 2026.