

RESUMO EXPANDIDO DE RELATO TÉCNICO

Respirar melhor: relato de experiência de uma ação de educação em saúde sobre tabagismo

Anna Laura Faria Tomazi, Fisioterapia, Centro Universitário Integrado, Brasil
Kauany Rafaela Silva Ferreira, Fisioterapia, Centro Universitário Integrado, Brasil
Maria Eduarda Farinha Dal Est, Fisioterapia, Centro Universitário Integrado, Brasil
Elaine Cristina Costa Lopes- Docente do curso de Fisioterapia.
elaine.costa@grupointegrado.br

INTRODUÇÃO

As Doenças Crônicas Não Transmissíveis (DCNT) representam um dos maiores desafios para a saúde pública, sendo responsáveis por elevada morbimortalidade. Dentre os fatores de risco, o tabagismo destaca-se como um dos principais, estando diretamente associado ao desenvolvimento de doenças respiratórias, cardiovasculares e neoplasias. (WORLD HEALTH ORGANIZATION, 2023).

O tabagismo é reconhecido como uma doença crônica causada pela dependência à nicotina presente nos produtos à base de tabaco. De acordo com a Revisão da Classificação Estatística Internacional de Doenças e Problemas Relacionados à Saúde [CID-11], ele integra o grupo de "transtornos mentais, comportamentais ou do neurodesenvolvimento" em razão do uso da substância psicoativa WORLD HEALTH ORGANIZATION, 2022). Ele também é considerado a maior causa evitável isolada de adoecimento e mortes precoces em todo o mundo (Drope *et al*, 2018).

Nesse contexto, ações de educação em saúde são fundamentais para promover a conscientização da população, incentivar mudanças de comportamento e contribuir para a redução dos agravos relacionados ao tabagismo.

Diante disso, o presente estudo tem como objetivo relatar a experiência de acadêmicos de fisioterapia na realização de uma ação educativa voltada à prevenção e cessação do tabagismo, destacando sua importância no âmbito da Atenção Primária à Saúde. (BRASIL, 2014).

MÉTODO

Trata-se de um projeto de extensão ligado ao curso de fisioterapia, do tipo relato de experiência, desenvolvido em uma instituição de ensino localizada no município de Campo Mourão.

A ação foi conduzida por acadêmicos de fisioterapia, por meio de abordagem direta aos estudantes do ensino médio, utilizando linguagem simples, dinâmica e adequada à faixa etária. A estratégia adotada baseou-se na participação ativa dos alunos, incentivando interação, questionamentos e reflexão.

Foram utilizadas as seguintes estratégias metodológicas:

- * Distribuição de panfletos informativos
- * Orientação verbal sobre os malefícios do tabagismo
- * Abordagem interativa com perguntas e diálogo com os alunos
- * Discussão sobre influência social, curiosidade e início do uso do cigarro

A atividade foi fundamentada nas diretrizes de promoção da saúde, com foco na prevenção do início do tabagismo entre adolescentes.



Figura I- entrega dos materiais educativos



Figura II- folder educativo

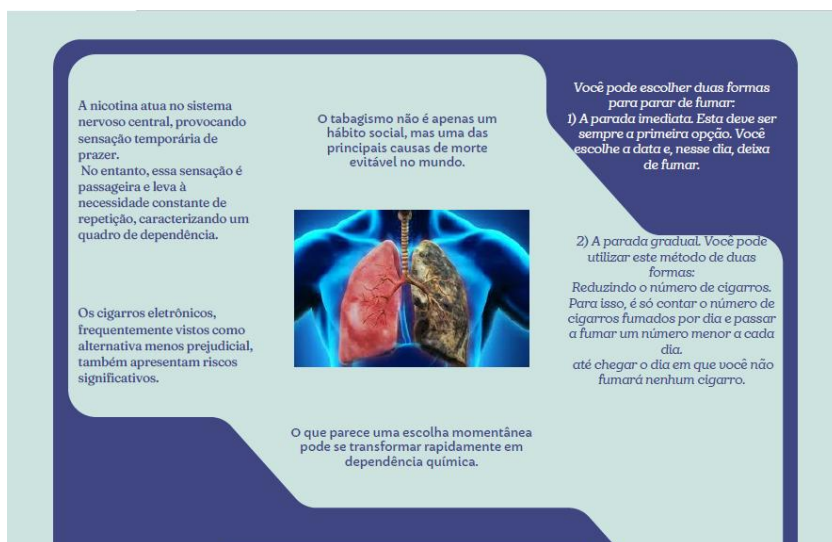


Figura III- Folder educativo

CONTEXTO DO PROJETO OU SITUAÇÃO-PROBLEMA

A ação foi realizada em uma escola de ensino médio, caracterizada como uma instituição pública, pertencente ao setor de educação, com atuação na formação acadêmica e social de adolescentes.

A instituição atende estudantes em fase de desenvolvimento biopsicossocial, sendo um ambiente estratégico para ações de promoção da saúde e prevenção de comportamentos de risco.

O problema identificado refere-se à vulnerabilidade dos adolescentes ao início do tabagismo, influenciado por fatores como pressão social, curiosidade, influência de mídias e falta de informação adequada sobre os riscos do uso do cigarro.

Além disso, observou-se a necessidade de fortalecimento de ações educativas voltadas à conscientização dos jovens, uma vez que muitos possuem conhecimento superficial sobre os malefícios do tabagismo, mas não compreendem plenamente suas consequências a longo prazo.

Dessa forma, a intervenção buscou atuar de forma preventiva, promovendo educação em saúde de maneira acessível, dinâmica e participativa.

RESULTADOS E DISCUSSÃO

Durante a realização da atividade, observou-se boa participação dos estudantes, com interesse pelo tema e envolvimento nas discussões propostas. Muitos alunos

relataram já ter tido contato indireto com o tabagismo, seja por meio de familiares ou amigos, evidenciando a relevância da temática no contexto social.

A abordagem interativa favoreceu a troca de experiências e contribuiu para maior engajamento dos alunos, possibilitando reflexão sobre os impactos do tabagismo na saúde e na qualidade de vida.

Os achados corroboram a literatura, que destaca a importância de intervenções educativas precoces na prevenção do uso de substâncias entre adolescentes. Ressalta-se que a informação, quando associada a estratégias participativas, apresenta maior potencial de impacto na mudança de comportamento.

A utilização de linguagem acessível e estratégias dinâmicas mostrou-se eficaz na comunicação com o público jovem, reforçando a importância da educação em saúde no ambiente escolar.

CONSIDERAÇÕES FINAIS

A experiência evidenciou a importância das ações educativas no ambiente escolar como estratégia de prevenção ao tabagismo, especialmente entre adolescentes.

Destaca-se o papel do fisioterapeuta na promoção da saúde, atuando não apenas na reabilitação, mas também na prevenção de doenças e na educação em saúde, inclusive em contextos não clínicos, como o ambiente escolar.

Como limitação, destaca-se o curto período da intervenção e a ausência de acompanhamento dos estudantes para avaliar mudanças comportamentais a longo prazo.

Sugere-se que futuras ações incluam atividades contínuas e integração com a equipe escolar, visando maior efetividade na prevenção do tabagismo entre jovens.

PALAVRAS-CHAVE: Tabagismo. Educação. Prevenção.

AGRADECIMENTOS: Agradecimento especial ao corpo docente do colégio responsável pela aplicação do projeto, e entrega dos materiais educativos.

REFERÊNCIAS

BRASIL. Ministério da Saúde. Instituto Nacional de Câncer. Protocolo clínico e diretrizes terapêuticas do tabagismo. Brasília, DF: Ministério da Saúde, 2020.

SOUZA, M. et al. Impactos do tabagismo na saúde. *Revista de Saúde Pública*, São Paulo, v. 54, n. 2, p. 10-18, 2021