

RESUMO EXPANDIDO DE RELATO TÉCNICO

Pesquisa ativa e abordagem sobre a cessação do tabagismo na população 60+

Ana Beatriz Dana, Fisioterapia, Centro Universitário Integrado, Brasil

Arthur Felipe Ruy Mormul, Fisioterapia, Centro Universitário Integrado, Brasil

Gracieli Hohmann Moraes da Luz, Fisioterapia, Centro Universitário Integrado, Brasil

Lucas Fabricio Pedroso Galvão, Fisioterapia, Centro Universitário Integrado, Brasil

Maria Clara Furquim Maieski, Fisioterapia, Centro Universitário Integrado, Brasil

Mateus Marques Jose dos Santos, Fisioterapia, Centro Universitário Integrado, Brasil

Sabrina Souza Tavares, Fisioterapia, Centro Universitário Integrado, Brasil

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

INTRODUÇÃO

O presente relato técnico aborda a pesquisa ativa e a abordagem voltadas à cessação do tabagismo na população idosa (60+), destacando a relevância de intervenções em saúde direcionadas a esse grupo. O tabagismo configura-se como uma das principais causas evitáveis de morbimortalidade, estando associado a doenças cardiovasculares, respiratórias e neoplásicas, além de comprometer a qualidade de vida, especialmente em idosos (BRASIL, 2019).

O tabagismo, nessa faixa etária, está relacionado a importantes repercussões no sistema respiratório, impactando diretamente a funcionalidade e a qualidade de vida. Além disso, fatores psicossociais influenciam a manutenção do hábito e dificultam a cessação, evidenciando a necessidade de abordagens integrais. E estudos apontam que fatores psicossociais influenciam diretamente a manutenção do tabagismo em idosos, dificultando sua cessação (PRETTO; RECH; FAUSTINO-SILVA, 2022).

Dessa forma, o relato tem como objetivo descrever e analisar as ações realizadas, destacando a importância da prevenção e do manejo das disfunções associadas ao tabagismo, bem como suas contribuições para a promoção da saúde e melhoria da qualidade de vida dos idosos participantes.

MÉTODO

A intervenção consistiu na identificação de idosos tabagistas e na realização de ações educativas e motivacionais voltadas ao abandono do hábito de fumar. As atividades foram desenvolvidas em uma academia localizada em um município do interior do Paraná, vinculada ao Centro de Convivência do Idoso (CCI), caracterizando-se como um ambiente favorável à promoção, prevenção e educação em saúde.

O presente relato técnico caracteriza-se como um estudo descritivo, de abordagem qualitativa e quantitativa, a abordagem metodológica adotada foi do tipo participação direta e observação in loco, na qual os pesquisadores estiveram inseridos no ambiente da intervenção, estabelecendo contato direto com a população-alvo. As atividades foram desenvolvidas em uma academia localizada em um território de pequeno porte no interior do Paraná, vinculada ao Centro de Convivência do Idoso (CCI), que oferece acesso à prática de atividades físicas para idosos da comunidade.

Inicialmente, foi realizada a coleta de dados por meio de abordagem direta aos participantes, com levantamento de informações referentes ao perfil de saúde e ao hábito tabágico. Participaram da ação 54 idosos, sendo 18 do sexo masculino e 36 do sexo feminino, com idades variando entre 62 e 86 anos. Em relação ao tabagismo, identificou-se que 32 indivíduos não eram fumantes, enquanto 22 eram fumantes ativos, além de 16 classificados como tabagistas passivos. No que se refere às condições de saúde, observou-se que 23 idosos apresentavam disfunções respiratórias, em destaque asma e dispneia e 38 possuíam comorbidades cardiovasculares, com destaque para a hipertensão arterial.

A partir da análise desses dados, foram desenvolvidas ações educativas voltadas à conscientização sobre os malefícios do tabagismo e seus impactos na saúde respiratória e geral. Como produto da intervenção, foi elaborada e distribuída uma cartilha educativa contendo orientações práticas para a cessação do tabagismo, abordando estratégias como planejamento para parar de fumar, identificação de gatilhos, manejo dos sintomas de abstinência e incentivo à adoção de hábitos saudáveis. A entrega do material foi acompanhada de explicações verbais, visando facilitar a compreensão e estimular a adesão dos participantes.

CONTEXTO DO PROJETO OU SITUAÇÃO-PROBLEMA

O problema identificado neste relato refere-se à presença significativa de tabagismo e de disfunções respiratórias e cardiovasculares em idosos frequentadores de uma academia vinculada ao Centro de Convivência do Idoso (CCI). Mesmo inseridos em um contexto de promoção da saúde por meio da prática de atividade física, observa-se a persistência de fatores de risco, como o tabagismo ativo e passivo, além de comorbidades associadas. A instituição caracteriza-se como um serviço público municipal, voltado à oferta de atividades

físicas, sociais e de convivência, com o objetivo de promover qualidade de vida e prevenir agravos à saúde da população idosa.

No que se refere ao setor de atuação, trata-se de um serviço inserido na área de saúde, bem-estar e assistência social, funcionando como um espaço de apoio à promoção da saúde. A academia, como extensão das atividades do CCI, oferece estrutura para a prática de exercícios físicos supervisionados, atendendo predominantemente indivíduos acima de 60 anos, com diferentes condições de saúde. A instituição possui porte pequeno a médio, com estrutura organizacional simples, composta por profissionais responsáveis pelas atividades físicas e administrativas, priorizando a assistência direta aos usuários.

RESULTADOS E DISCUSSÃO

A análise dos dados revelou uma prevalência expressiva de tabagismo entre os participantes, sendo que, dos 54 idosos avaliados, 22 eram fumantes ativos e 16 estavam expostos ao tabagismo passivo. Além disso, foram identificadas disfunções respiratórias em 23 indivíduos e doenças cardiovasculares em 38, como hipertensão arterial. Esses achados indicam uma importante relação entre o tabagismo e o comprometimento da saúde nessa faixa etária, evidenciando a necessidade de intervenções direcionadas. O tabagismo está associado a prejuízos significativos na função pulmonar em idosos (RIBEIRO; BARROS; LIMA, s.d.).

Os impactos do tabagismo em idosos são potencializados pelo tempo prolongado de exposição às substâncias tóxicas do cigarro, contribuindo para a redução da capacidade funcional e aumento do risco de doenças crônicas. Somam-se a isso fatores psicossociais, como isolamento social e aspectos emocionais, contribuem para a permanência do hábito tabágico (PRETTO; RECH; FAUSTINO-SILVA, s.d.). Nesse contexto, destaca-se a importância da implementação de estratégias educativas e intervenções em saúde que promovam a cessação do tabagismo, sendo a atuação multiprofissional fundamental para melhorar a saúde respiratória, cardiovascular e a qualidade de vida dessa população.



Figura 1 – entrega das cartilhas

Fonte: galeria pessoal (2026) / fotos autorizadas



Figura 2 – Cartilha entregue aos idosos

Elaborado pelos autores



Figura 3 – Cartilha entregue aos idosos

Elaborado pelos autores

CONSIDERAÇÕES FINAIS

Os resultados deste relato evidenciam que o tabagismo ainda se apresenta como um importante problema de saúde entre idosos, mesmo em contextos voltados à promoção da saúde, como academias e espaços de convivência. A presença significativa de fumantes ativos e passivos, associada a disfunções respiratórias e doenças cardiovasculares, reforça a necessidade de intervenções direcionadas a essa população. As ações de pesquisa ativa e abordagem

educativa mostraram-se estratégias viáveis para identificação do problema e promoção da conscientização quanto aos riscos do tabagismo, contribuindo para o incentivo à mudança de comportamento.

Além disso, destaca-se a importância da atuação em saúde de forma integrada, considerando não apenas os aspectos físicos, mas também os fatores psicossociais envolvidos na manutenção do hábito tabágico. A utilização de materiais educativos, aliada à orientação direta, favoreceu a disseminação de informações e o estímulo à cessação do tabagismo. Dessa forma, conclui-se que intervenções educativas em ambientes comunitários possuem potencial significativo para promover melhorias na saúde respiratória, na qualidade de vida e no bem-estar da população idosa.

PALAVRAS-CHAVE: Tabagismo; Idosos; Cessação do tabagismo; Promoção da saúde; Atenção à saúde do idoso.

AGRADECIMENTOS: Agradece-se, primeiramente, aos idosos participantes, pela disponibilidade e colaboração durante a realização das atividades, contribuindo de forma significativa para o desenvolvimento deste relato, à equipe responsável pelo Centro de Convivência do Idoso (CCI) e à academia, pelo acolhimento e apoio na execução das ações, possibilitando a realização das atividades em um ambiente propício à promoção da saúde.

Por fim, expressa-se agradecimento à docente orientadora e demais envolvidos, pelo suporte, orientação e incentivo ao desenvolvimento das atividades e construção deste trabalho.

REFERÊNCIAS

BRASIL. Ministério da Saúde. Vigitel Brasil 2018: vigilância de fatores de risco e proteção para doenças crônicas por inquérito telefônico. Brasília: Ministério da Saúde, 2019.

PRETTO, Júlia Zanini; RECH, Rafaela Soares; FAUSTINO-SILVA, Daniel Demétrio. Grupos de cessação de tabaco: série histórica de um serviço de atenção primária à saúde no sul do Brasil. Cadernos de Saúde Coletiva, Rio de Janeiro, v. 30, n. 2, p. 244-254, 2022.

RIBEIRO, Taynara Cristina Silva; BARROS, Marilisa Berti de Azevedo; LIMA, Margareth Guimarães. Efeitos do tabagismo na função pulmonar em idosos. [S.l.: s.n.], [s.d.].

PRETTO, Júlia Zanini; RECH, Rafaela Soares; FAUSTINO-SILVA, Daniel Demétrio. Fatores psicossociais associados ao tabagismo em idosos. [S.l.: s.n.], [s.d.].