

GRUPOS DE APOIO PARA REDUÇÃO E ABANDONO DO TABAGISMO: RELATO DE VIVÊNCIA ACADÊMICA

Renata Rocha Cardozo ¹
Daniela Savi Geremia ²

¹ Acadêmica do curso de graduação em Enfermagem. Universidade Federal da Fronteira Sul. E-mail: renatarochacardozo@gmail.com. Orcid: <https://orcid.org/0009-0001-6758-3402>.

² Enfermeira, Doutora em Saúde Coletiva. Universidade Federal da Fronteira Sul - UFFS. Pós-doutoranda em Enfermagem pela Universidade do Estado de Santa Catarina (UDESC). Bolsista FAPESC. E-mail: daniela.geremia@uffs.edu.br. Orcid: <https://orcid.org/0000-0003-2259-7429>.

RESUMO EXPANDIDO

Introdução: O tabagismo configura-se como um grave problema de saúde pública, sendo reconhecido como fator causal de diversas doenças crônicas, incapacitantes e fatais. A elevada prevalência de fumantes e a morbimortalidade associada ao consumo de tabaco reforçam a magnitude desse agravo. A nicotina, principal substância psicoativa presente na planta do tabaco, possui alto potencial de dependência, atuando como estimulante do sistema nervoso central (FDA, 2021). Seus efeitos incluem alterações na frequência cardíaca, na pressão arterial e impactos negativos sobre a saúde mental, como irritabilidade e ansiedade durante a abstinência, além de promover alterações no funcionamento cerebral. Além de estar associado às doenças crônicas não transmissíveis, o tabagismo também contribui para o desenvolvimento de outras enfermidades. (“Tabagismo: parte I”, 2010). A principal problemática do uso de produtos derivados do tabaco está relacionada à presença de milhares de compostos químicos tóxicos presentes tanto na folha quanto na fumaça, os quais são responsáveis por desencadear sérias consequências à saúde. Entre elas, destacam-se a Doença Pulmonar Obstrutiva Crônica (DPOC) e diferentes tipos de câncer, sobretudo o de pulmão. No Brasil, por causa do tabagismo, 477 pessoas morrem por dia e mortes 145.077 anuais poderiam ser evitadas (Instituto de Efetividade Clínica e Sanitária, 2024). Nesse sentido, o Programa Nacional de Controle do Tabagismo desempenha papel essencial ao implementar políticas públicas de prevenção, promoção da saúde e incentivo à cessação do uso do tabaco. Diante desse cenário, os grupos de apoio ao tabagista configuram-se como uma estratégia de grande relevância para a cessação do hábito de fumar, oferecendo suporte multiprofissional e espaço de acolhimento. Essas iniciativas possibilitam o compartilhamento de experiências, fortalecem o vínculo entre os participantes, promovem educação

em saúde e fornecem ferramentas práticas para o enfrentamento da dependência. Além disso, a abordagem em grupo potencializa os resultados, uma vez que os participantes encontram incentivo mútuo e maior adesão ao processo de abandono do cigarro (Pretto; Rech; Faustino-Silva, 2022). A vivência em um grupo de tabagismo revela-se, portanto, uma prática significativa para a formação acadêmica em enfermagem e para a saúde coletiva, pois além de contribuir para a redução de agravos associados ao tabaco, fortalece a atuação do enfermeiro e demais profissionais da saúde na promoção da qualidade de vida da população. **Objetivo:** Relatar a experiência de organização e condução de um grupo de apoio ao abandono do tabagismo em cenário de prática de Enfermagem, destacando sua relevância para a promoção da saúde e para a formação acadêmica em saúde coletiva. **Metodologia:** Trata-se de um relato de experiência realizado durante o estágio curricular de Enfermagem no último ano da graduação, desenvolvido no período de maio a julho de 2025, na Secretaria de Saúde do município de Chapecó/SC, especificamente no setor da Gerência de Atenção Básica. O grupo de tabagismo foi coordenado por uma enfermeira responsável pela equipe multiprofissional e contou com a atuação direta de farmacêuticos, nutricionistas, educadores físicos, dentistas, médicos especialistas, fisioterapeutas, psicólogos, técnicos e auxiliares de Enfermagem. Inicialmente, participaram aproximadamente 100 usuários, que foram distribuídos em quatro pequenos grupos; ao longo do tempo, esse número diminuiu em função da adesão ao processo de cessação do tabagismo. Ao total foram realizados 9 encontros, realizados no início de forma semanal, passaram a ser quinzenais após o primeiro mês e, posteriormente, mensais, conforme a evolução do tratamento dos participantes. O ingresso no grupo ocorria mediante entrevista prévia na unidade de saúde de referência do paciente, seguida de triagem para avaliação do perfil e indicação da participação. Os encontros eram estruturados em dois momentos: o primeiro consistia em acolhimento e palestras educativas, conduzidas por diferentes profissionais, utilizando recursos como slides, cartilhas, vídeos e dinâmicas. Em seguida, os participantes eram organizados nos pequenos grupos, nos quais se desenvolviam rodas de conversa, atividades terapêuticas, práticas integrativas, exercícios respiratórios, orientações multiprofissionais e momentos de apoio mútuo, especialmente conduzidos pelo farmacêutico e outros membros da equipe. O papel da acadêmica de Enfermagem concentrou-se no acolhimento dos participantes, condução de atividades educativas, aplicação de instrumentos de acompanhamento, registro das evoluções e estímulo ao vínculo com o grupo, desenvolvendo tais ações sob supervisão docente e da equipe multiprofissional, o que favoreceu uma vivência prática e reflexiva sobre as estratégias coletivas de enfrentamento do tabagismo. O estágio configurou-se como um espaço de integração ensino-serviço, favorecendo o desenvolvimento de competências em

educação em saúde, gestão de grupos e atuação multiprofissional, essenciais para a formação crítica e reflexiva do enfermeiro. **Resultados e discussão:** Ao longo dos encontros do grupo de tabagismo, foi possível observar o desenvolvimento dos participantes em diversos aspectos, sendo que nos primeiros dias, predominavam manifestações de ansiedade, medo e angústia em relação à cessação do tabagismo. À medida que o grupo se consolidava, os participantes passaram a se engajar maisativamente, absorvendo informações educativas e utilizando-as como forma de sensibilização e motivação para o processo de abandono do tabaco. A evolução clínica dos participantes foi notável ao longo do acompanhamento, favorecida pela utilização de práticas integrativas, exercícios respiratórios e estratégias farmacológicas, como o uso de bupropiona, goma e adesivos de nicotina em doses ajustadas de acordo com a resposta individual. O tratamento medicamentoso foi continuamente monitorado e adaptado em parceria entre médico e farmacêutico, o que reforça a relevância da atuação multiprofissional na cessação do tabagismo. As rodas de conversa se mostraram um espaço terapêutico essencial, possibilitando a troca de experiências, o acolhimento emocional e o fortalecimento do engajamento no processo de cuidado. Entretanto, observou-se também um movimento de evasão ao longo dos encontros: o grupo, que inicialmente contava com cerca de 100 participantes, reduziu-se gradativamente até chegar a pequenos núcleos mais coesos. Ainda assim, entre aqueles que permaneceram, os resultados apontaram para avanços significativos no tratamento e maior consolidação das mudanças de comportamento. A experiência no grupo de apoio permitiu à acadêmica vivenciar na prática as políticas públicas de controle do tabaco, compreender a importância da abordagem multiprofissional e desenvolver competências em educação em saúde, gestão de grupos e tomada de decisão, fortalecendo sua formação para a atuação na atenção primária. **Contribuições do trabalho em direção aos Objetivos de Desenvolvimento Sustentável:** Este trabalho contribui diretamente para o Objetivo de Desenvolvimento Sustentável 3 (ODS 3) – Saúde e Bem-Estar, que busca assegurar uma vida saudável e promover o bem-estar para todos, em todas as idades. Em especial, relaciona-se à meta 3.a, que consiste em "fortalecer a implementação da Convenção-Quadro para o Controle do Tabaco da Organização Mundial da Saúde em todos os países, conforme apropriado". A experiência relatada, voltada à organização e condução de um grupo de tabagismo, favorece a prevenção de doenças crônicas não transmissíveis (DCNT), a promoção de estilos de vida mais saudáveis e a redução dos riscos relacionados ao consumo de tabaco. Ao incentivar e apoiar a cessação do tabagismo por meio de ações multiprofissionais, o trabalho não apenas melhora a saúde individual e coletiva, mas também contribui para a diminuição da carga de morbimortalidade associada ao uso do tabaco. Além disso, fortalece o papel da atenção primária e da educação em saúde

como estratégias fundamentais para o alcance dos objetivos globais de promoção da saúde e bem-estar. **Considerações finais:** A experiência reforça a necessidade de consolidar a atuação do enfermeiro na coordenação de grupos de apoio ao abandono do tabagismo como prática rotineira da atenção primária, fortalecendo a integralidade do cuidado e a articulação entre prevenção, tratamento e promoção da saúde. Observou-se que estratégias combinadas, como acompanhamento farmacológico, práticas integrativas e rodas de conversa, contribuíram para maior engajamento dos usuários e adesão ao tratamento. Para a formação acadêmica, a vivência possibilitou o desenvolvimento de competências em gestão de grupo, condução de atividades educativas e reflexão crítica sobre a prática de enfermagem em saúde coletiva. Entretanto, destaca-se como limitação a redução progressiva da adesão dos participantes ao longo do tempo, o que pode ter impactado a avaliação dos resultados em longo prazo. Recomenda-se que futuros trabalhos ampliem o acompanhamento dos egressos dos grupos de apoio, a fim de analisar a manutenção da abstinência e os fatores associados à recaída. Além disso, sugere-se o fortalecimento de estratégias inovadoras de sensibilização, como o uso de tecnologias digitais e intervenções comunitárias, para ampliar o alcance das ações de prevenção e controle do tabagismo, alinhando-se aos Objetivos de Desenvolvimento Sustentável, em especial ao ODS 3 – Saúde e Bem-Estar.

Descritores: Tabagismo; Equipe Multiprofissional; Enfermagem.

REFERÊNCIAS

FDA. Nicotine Is Why Tobacco Products Are Addictive. FDA, v. 1, n. 1, 19 ago. 2021.

INSTITUTO DE EFETIVIDADE CLÍNICA E SANITÁRIA. Carga da doença e econômica atribuível ao tabagismo no Brasil e potencial impacto do aumento de preços por meio de impostos. Pinto M., Bardach A., Costa M.G.d., Simões e Senna K.M., Barros L.B., Moraes A.C.d., Cairoli F.R., Augustovski F., Alcaraz A., Palacios A., Casarini A., Pichon-Riviere A, Buenos Aires, Argentina. Disponível em: <https://tabaco.iecs.org.ar/documentos-brasil/>.

PRETTO, J. Z.; RECH, R. S.; FAUSTINO-SILVA, D. D. Grupos de cessação de tabaco: série histórica de um serviço de atenção primária à saúde no sul do Brasil. **Cadernos Saúde Coletiva**, v. 30, p. 244–254, 10 jun. 2022.

Tabagismo: parte I. **Rev Assoc Med Bras**, v. 56, n. 2, 2010. Available from: <https://doi.org/10.1590/S0104-42302010000200005>.

Financiamento: Não se aplica.

Agradecimentos: Não se aplica.