

PROGRAMA MUNICIPAL DE CONTROLE DO TABAGISMO: PICS COMO ESTRATÉGIA PARA A CESSAÇÃO “TABÁGICA”

MUNICIPAL TOBACCO CONTROL PROGRAM: PICS AS A "SMOKING" CESSATION STRATEGY

Vyviana Alves de **Oliveira**^{1*}, Camila Monteiro da Silva **Almeida**², Cyntia Ferreira **Ribeiro**³, Magna Alves da **Rocha**⁴,
Raphaella Silva **Nascimento**⁵

Resumo

Introdução: o tabagismo é considerado um problema de saúde pública devido à alta prevalência de fumantes e da mortalidade decorrente das doenças relacionadas ao tabaco, por isso o Ministério da Saúde instituiu o Programa Nacional de Controle do Tabagismo (PNCT) a fim de subsidiar os municípios na oferta de tratamentos, redução da prevalência de fumantes e da morbimortalidade por tais doenças. **Objetivo:** descrever a aplicação das Práticas Integrativas Complementares (PICS) como estratégia de cuidado no grupo de Controle do Tabagismo do município de Rosário do Catete, Sergipe. **Relato de Experiência:** a experiência foi desenvolvida pelo Programa Municipal de Controle do Tabagismo de Rosário do Catete em outubro de 2019. Participaram nove usuários de ações, como: sessões semanais de Terapia Cognitiva Comportamental (TCC); encaminhamento para atendimento individual; educação em saúde; entrega do “Kit-fissura”; palestras com especialistas convidados; rodas de educação popular e a oferta de PICS. **Discussão:** múltiplos são os fatores que envolvem a cessação do tabagismo, podendo ser facilitadores ou obstáculos no tratamento, por isso pensar em alternativas de cuidados que complementem o recomendado pelo PNCT, como a aplicação das PICS, que pode ser um facilitador para se alcançar o êxito no tratamento. **Considerações finais:** a partir da experiência, observou-se que as PICS, associadas às ações realizadas pelo grupo, melhoraram a percepção de saúde e bem-estar dos participantes; ainda, a educação popular permitiu a valorização dos saberes dos usuários e fortaleceu a promoção de autocuidado e o desejo pela cessação do tabagismo.

Palavras-chave: cessação do tabagismo; práticas integrativas e complementares; saúde mental; atenção primária à saúde.

Abstract

Introduction: smoking is considered a public health problem due to the high prevalence of smokers and mortality from tobacco-related diseases. Therefore, the Ministry of Health established the National Tobacco Control Program (PNCT) to support municipalities in offering treatments and reducing the prevalence of smokers and morbidity and mortality from these diseases. **Objective:** to describe the application of Complementary Integrative Practices (PICS) as a care strategy in the Tobacco Control group of the municipality of Rosário do Catete, Sergipe. **Experience Report:** the experience was developed by the Municipal Tobacco Control Program of Rosário do Catete in October 2019. Nine users participated in actions such as: weekly Cognitive Behavioral Therapy (CBT) sessions; referral for individual care; health education; distribution of the "Craving Kit"; lectures with invited experts; popular education circles; and the provision of PICS. **Discussion:** many factors influence smoking cessation, and they can be facilitators or obstacles to treatment. Therefore, considering alternative care options that complement those recommended by the PNCT, such as the implementation of PICS, can facilitate successful treatment. **Final considerations:** based on the experience, it was observed that PICS, combined with the actions carried out by the group, improved participants' perceptions of health and well-being. Furthermore, popular education allowed for the appreciation of users' knowledge and strengthened the promotion of self-care and the desire to quit smoking.

Keywords: smoking cessation; complementary therapies; mental health; primary health care.

INTRODUÇÃO

O tabagismo é uma doença crônica, associada ao ato de fumar, inalar ou mascar produtos feitos da folha do tabaco, que tem em sua composição a nicotina, substância tóxica responsável por causar a dependência física e psicológica no organismo humano (Cargnelutti, 2014).

Em virtude dessa dependência, a Organização Mundial de Saúde (OMS), na décima revisão de Classificação Internacional de Doenças (CID-10), classificou o hábito de fumar como uma enfermidade decorrente do uso de substâncias psicoativas, colocando-o no grupo das doenças de transtornos mentais e de comportamento (Inca, 2021).

Para contornar essa problemática, a OMS, em 2003, criou a Convenção-Quadro para o Controle do Tabaco (CQCT), este é o primeiro tratado internacional de saúde pública que tem o objetivo de reduzir o consumo de tabaco e a exposição à fumaça do tabaco, visando proteger as gerações presentes e futuras das consequências sanitárias, sociais, ambientais e econômicas causadas pelo consumo e pela exposição à fumaça do tabaco (Brasil, 2022).

O Brasil é um dos 181 países que adotou a estratégia da CQCT, que prevê a adoção de medidas na área de propaganda, publicidade, patrocínio, advertências sanitárias, tabagismo passivo, tratamento de fumantes, comércio ilegal, preços e impostos, sendo reconhecido internacionalmente pela sua liderança no controle do tabagismo (Alencar *et al.*, 2023). A implementação das medidas da CQCT passou a ser uma Política Nacional

de Controle do Tabaco, que é composta por programas e ações, destacando-se o Programa Nacional de Controle do Tabagismo (PNCT), coordenado pelo Instituto Nacional do Câncer (INCA) desde o final da década de 1990, e que passou a capacitar profissionais de saúde dos estados e municípios a fim de ofertar o tratamento para cessar o tabagismo, com o objetivo de reduzir a prevalência de fumantes e a morbimortalidade relacionada ao consumo do tabaco. Para isso, realiza ações educativas, atenção à saúde e cumprimento de medidas legislativas (Brasil, 2020; Brasil, 2023).

Dentre as estratégias utilizadas para cessar o tabagismo, as Práticas Integrativas e Complementares em Saúde (PICS) têm sido relatadas na literatura como fortes aliadas para que os pacientes parem de fumar. As PICS são abordagens terapêuticas que têm como objetivo prevenir agravos à saúde, à promoção e recuperação da saúde, através da escuta e acolhida (Rovetta, 2021).

No Estado de Sergipe, de acordo com o Relatório de Monitoramento Nacional das Práticas Integrativas e Complementares em Saúde de 2023, 61 municípios realizaram procedimentos em PICS (Brasil, 2023). Assim, alguns destes municípios contam com a parceria do Movimento Popular de Saúde de Sergipe (MOPS), que está presente em todo o território nacional e nasceu no ano de 1989, com o foco na promoção da saúde, no controle social e no bem-viver, além de desempenhar um papel fundamental na criação e implementação das Políticas Nacionais de PICS (PNPICS) e de Educação Popular em Saúde (PNPEPS) (Meneses *et al.*, 2022).

Portanto, esse trabalho tem como objetivo descrever a aplicação das Práticas Integrativas Complementares (PICS) como estratégia de cuidado na promoção do bem-estar dos pacientes e de cessar o tabagismo no município de Rosário do Catete, no Estado de Sergipe.

RELATO DE EXPERIÊNCIA

O Programa Municipal de Controle do Tabagismo (PMCT) do município de Rosário do Catete, no Estado de Sergipe (SE), realizou ações alinhadas às diretrizes do PNCT. O programa PMCT era formado por uma equipe multiprofissional composta por Enfermeira, Assistente Social e Médica, e que promoveu quatro sessões estruturadas, previamente estabelecidas pelo Ministério da Saúde (MS), realizadas por meio de rodas de conversa, em grupo, onde foram fornecidas informações sobre os riscos do tabagismo e os benefícios ao parar de fumar, como também em estímulos de autocuidado/controle com estratégias para que os indivíduos pudessem administrar o ciclo da dependência. Os pacientes foram estimulados a identificar quais os hábitos do dia a dia estão associados ao hábito de fumar, através da abordagem Cognitiva-Comportamental, que tem o objetivo de estimular a aplicação do que se aprende no programa em outros aspectos da vida.

O tratamento do fumante é desenvolvido em duas fases:

A Fase I consiste em sessões estruturadas, em grupo, por meio da abordagem de quatro temas que orienta o paciente sobre as etapas do tratamento: (1) entender o porquê fumar e como esse hábito afeta a saúde; (2)

os primeiros dias sem fumar; (3) como vencer os obstáculos para permanecer sem fumar; e (4) benefícios obtidos após parar de fumar, ambas realizadas com base no Programa elaborado pelo INCA.

Os encontros aconteceram uma vez por semana e foram mediados pela equipe técnica de referência e os profissionais convidados, por exemplo: o nutricionista, que fez uma abordagem sobre o ganho de peso, pois é uma realidade para a maioria dos indivíduos que decidem parar de fumar. Ainda, realizaram orientações quanto ao consumo de alimentos de baixa caloria, consumo de água, prática de exercícios físicos, *coach* com a promoção de palestras motivacionais; profissional de educação física para incentivar a prática de atividades físicas, ensinar exercícios de relaxamento e respiração que auxiliam nos momentos de tensão causados pela falta do cigarro/abstinência e psicólogo que abordou os aspectos psicológicos do tabagismo, a relação do uso do cigarro em momentos de estresse, ansiedade e tristeza.

Durante os encontros, os pacientes também receberam os medicamentos compostos por farmacoterapia através da oferta dos adesivos de nicotina e/ou cloridato de bupropiona que auxiliam no tratamento

Na Fase II, após as sessões estruturadas, os pacientes continuaram sendo acompanhados pela equipe do PMCT com a participação de especialistas que foram reforçar as informações passadas nas sessões estruturadas, como também realizar encaminhamentos para a rede de atenção à saúde, de acordo com as demandas de cada usuário.

Durante o acompanhamento, utilizou-se como estratégia para contribuir no alívio

dos sintomas da abstinência e na prevenção da recaída, a entrega do denominado “kit-fissura” (composto com damasco, canela, semente de abóbora), que além de contribuir para cessar o tabagismo, também reforça a importância de manter hábitos alimentares saudáveis.

Para participar do programa, os interessados devem procurar a Unidade Básica de Saúde (UBS) de referência, realizar a inscrição e a equipe entrará em contato para que o paciente participe assim que houver disponibilidade e abertura de novo grupo. Além disso, é realizada a busca ativa pelos Agentes Comunitários de Saúde (ACS), estes identificam interessados em parar de fumar, como também por meio da identificação e encaminhamento da equipe médica e de enfermagem.

Como estratégia de ampliação do cuidado, a equipe do Programa convidou voluntários do Movimento Popular de Saúde de Sergipe (MOPS/SE) para realizar ações com as PICS. A partir do contato com os voluntários, realizou-se um planejamento, a fim de otimizar e organizar quais materiais seriam utilizados na sessão (macas, lençol descartável, fita microporosa, semente de mostarda, álcool 70%, papel toalha, óleo de massagem, transporte, *coffee break*). Todos os materiais utilizados foram disponibilizados pela Secretaria Municipal de Saúde do município.

A ação foi realizada em um único encontro, apenas para os pacientes do programa, na mesma Unidade Básica de Saúde, Dr. José Fernandes de Araújo, onde são desenvolvidas as ações do PMCT. Na ocasião, foram aplicadas: a massagem, a auriculoterapia e a fitoterapia; além de educação em saúde, por meio da educação popular, onde ocorreram trocas de experiências e saberes.

A experiência foi desenvolvida pelo Programa Municipal de Controle do Tabagismo de Rosário do Catete/SE, em outubro de 2019, e o grupo em questão era composto por nove usuários. Participaram das atividades seis usuários que tiveram contato com as três terapias complementares. Na semana seguinte, após a ação com as PICS, os usuários relataram melhora no sono e humor, redução da angústia e ansiedade.

DISCUSSÃO

O tabagismo tem sido considerado um problema de saúde pública, devido à alta prevalência de fumantes e da mortalidade decorrente das doenças relacionadas ao tabaco. Globalmente, a epidemia do tabaco é responsável pela morte de 8 milhões de pessoas por ano, sendo 7 milhões dessas mortes causadas pelo uso direto do tabaco e mais de 1,2 milhões corresponde aos números de não fumantes expostos ao fumo passivo (WHO, 2019). No Brasil, o tabagismo foi responsável por 191 mil óbitos no ano de 2019 (Malta *et al.*, 2021; Santos; Jesus; Markus, 2022; WHO, 2019).

Além de afetar a saúde financeira do tabagista, o tabagismo também é responsável por causar danos econômicos e sociais, uma vez que os usuários que morrem prematuramente privam suas famílias de renda e aumentam o custo com os cuidados de saúde (WHO, 2019). Em 2015, o consumo de tabaco gerou cerca de 40 bilhões de reais em gastos em assistência médica, o que representou 8% do total de gasto em saúde no ano (Alencar *et al.*, 2023; Buteri Filho *et al.*, 2021). Diante desse cenário, o Ministério da

Saúde (MS) articulou e implantou a criação da Política Nacional de Controle do Tabaco, que é composta por ações e programas, e dentre eles, destaca-se o PNCT, que articula a rede de tratamento do tabagismo no SUS. Dentre as ações preconizadas pelo MS estão: o tratamento para cessar o tabagismo, a promoção de saúde mental e a prevenção do início do tabagismo em crianças, jovens e adolescentes (Brasil, 2023).

Observa-se que o tratamento medicamentoso por si só não garante que os usuários parem de fumar, devido à multiplicidade de fatores que envolvem a cessação, como a questão psicológica, familiar, financeira, tempo de uso da substância, entre outras questões que podem atuar como facilitadoras ou obstáculos no tratamento (Lopes *et al.*, 2023).

Desta forma, as intervenções precisam atuar nos três tipos de dependência, a física, comportamental e psicológica (Lopes *et al.*, 2023). Sendo, portanto, necessário pensar em alternativas de cuidados que complementem o recomendado pelo PNCT, nesta experiência.

A Portaria Conjunta n. 10, de 16 de abril de 2020, informa que a prevalência do tabagismo vem apresentando queda, apontando que a prevalência entre homens e mulheres diminuiu de 43,3% em 1989 para 18,9% em 2013, e de 27% para 11%, respectivamente (Brasil, 2020).

O Protocolo Clínico e Diretrizes Terapêuticas do Tabagismo (PCDT) considera as PICS como uma das medidas auxiliares no tratamento do tabagismo, mostrando-se como um facilitador para que se alcance o êxito no tratamento, haja vista que melhorou a percepção de saúde e de bem-estar dos participantes, sendo recomendada a utiliza-

ção associada ao tratamento convencional (Inca, 2021).

As PICS, por sua vez, são um procedimento que foca na atenção plena, promove alterações favoráveis no humor e no desempenho cognitivo. E considerando que grande parte dos tabagistas experimentam momentos de ansiedade e/ou associam o cigarro como uma fuga para o prazer, a utilização das PICS pode facilitar nesse processo individual, já que o tratamento exige mudança de comportamento e controle emocional (Colomé *et al.*, 2021).

Segundo Silva e Cordeiro (2022), a aplicação das PICS, a exemplo da auriculoterapia, pode ser uma alternativa eficaz, de fácil aplicação, baixo custo e risco reduzido, tendo em vista os altos custos socioeconômicos associados ao uso do tabaco no país. Corroborando essa perspectiva, Camargo *et al.* (2018) destaca que o uso da auriculoterapia tem contribuído significativamente para a diminuição da ansiedade, melhoria no paladar e olfato, melhor qualidade do sono, entre outros.

CONSIDERAÇÕES FINAIS

A partir da experiência, observou-se que as PICS's, associadas às ações realizadas pelo grupo, melhoraram a percepção de saúde e bem-estar dos participantes, a valorização dos saberes dos usuários e, ainda, fortaleceu a promoção de autocuidado e o desejo pelo cessar do tabagismo. Dessa forma, percebe-se que a implementação das PICS no município poderá ampliar as práticas de saúde promovidas pelas equipes de saúde e apresentar novas alternativas terapêuticas aos usuários atendidos pelo PMCT, como também a usuários que tenham outras demandas de saúde.

AFILIAÇÃO:

1. Médica Veterinária Especialista em Gestão da Educação em Saúde. Secretaria Municipal de Saúde. Rosário do Catete-SE. Brasil.
2. Assistente Social Especialista em Saúde Pública. Secretaria Municipal de Saúde. Rosário do Catete-SE. Brasil.
3. Cirurgiã-dentista pela Universidade Federal de Sergipe (UFS), Especialista em Saúde da Família pela UFS, Especialista em Saúde Coletiva pelo CRO-SE, Especialista, Mestre e Doutora em Prótese Dentária. Secretaria Municipal Saúde de Rosário do Catete-SE. Brasil.
4. Enfermeira. Secretaria Municipal de Saúde de Rosário do Catete-SE. Brasil.
5. Enfermeira Especialista em Saúde da Família Instituto Federal de Sergipe campus Aracaju/Hospital Universitário da Universidade Federal de Sergipe campus Lagarto-SE. Brasil.

*E-mail do autor correspondente: vyvialvesmv@gmail.com

ACESSO ABERTO



Este suplemento está licenciado sob Creative Commons Attribution 4.0 International License, que permite o uso, compartilhamento, adaptação, distribuição e reprodução em qualquer meio ou formato, desde que você dê crédito apropriado ao(s) autor(es) original(is) e à fonte, forneça um link para o Creative Licença Commons e indique se foram feitas alterações. Para mais informações, visite o site <https://creativecommons.org/licenses/by/4.0/>

REFERÊNCIAS

ALENCAR, R. H. *et al.* Tabagismo e seus impactos na saúde dos brasileiros. **Revista Mato-grossense de Saúde**, v. 2, n. 1, p. 166-175, 2023. Disponível em: <https://revistas.fasipe.com.br/index.php/REMAS/article/view/260>. Acesso: 31 jan. 2025.

BRASIL. Ministério da Saúde. **Caderno temático do Programa Saúde na Escola: prevenção do uso do tabaco**. Brasília: Ministério da Saúde, 2022. Disponível em: http://bvsmms.saude.gov.br/bvs/publicacoes/prevencao_uso_tabaco_.pdf. Acesso em: 28 de jan. 2025.

BRASIL. Ministério da Saúde. **Portaria conjunta Nº 10, de 16 de abril de 2020**. Aprova o Protocolo Clínico e Diretrizes Terapêuticas do Tabagismo. Diário Oficial da União: seção: 1, Brasília, DF, n. 78. p. 204, 24 abr. 2020. Disponível em: <https://www.in.gov.br/en/web/dou/-/portaria-conjunta-n-10-de-16-de-abril-de-2020-253756566>. Acesso em 31 jan. 2025.

BRASIL. Ministério da Saúde. Portaria GM/MS nº 502, de 1º de junho de 2023. Instituiu o Programa Nacional de Controle do Tabagismo (PNCT) no âmbito do Sistema Único de Saúde (SUS). **Diário Oficial da União**: seção: 1, Brasília, DF, n. 110. p. 60, 13 jun. 2023. Disponível em: <https://ninho.inca.gov.br/jspui/handle/123456789/14185>. Acesso em: 25 jan. 2025.

BUTERI FILHO, C. B. B. *et al.* Tabagismo no Brasil: impacto econômico na saúde pública e seu tratamento. **Revista Eletrônica Acervo Médico**, v. 1, n. 1, p. e9043, 15 out. 2021. Disponível em: <https://acervomais.com.br/index.php/medico/article/view/9043>. Acesso em: 31 jan. 2025.

CAMARGO, A. *et al.* A auriculoterapia como estratégia e alternativa de adesão e cuidado nos grupos de tabagismo.

In.: CONGRESSO DE SECRETÁRIOS MUNICIPAIS DE SAÚDE DO ESTADO DE SÃO PAULO, 38., 2018, Rio Claro.

Anais eletrônicos. Disponível em: https://www.mfpaper.com.br/fulltime/2018/CD/Atencao_basica.html. Acesso em: 28 jan. 2025. São Paulo: Revista Brasileira de Telecomunicações, 2018.

CARGNELUTTI, T. **Estratégias motivacionais e o profissional da saúde na cessação do tabagismo**, 2014.

Monografia (Especialização em Saúde Coletiva e da Família) - Faculdade de Odontologia de Piracicaba/UNICAMP, Piracicaba, 2014

COLOMÉ, I. C. S. *et al.* Auriculoterapia e seus benefícios à saúde: vivências do grupo Pet Saúde Interprofissionalidade. **Série Vivências em Educação na Saúde**, 88, 1. ed. – Porto Alegre: Rede Unida, 2021.

INSTITUTO NACIONAL DO CÂNCER (Inca) (Brasil). Protocolo clínico e diretrizes terapêuticas do tabagismo. 2021. Disponível em: <https://www.inca.gov.br/en/node/4702>. Acesso em: 28 jan. 2025.

LOPES, F. M. *et al.* Efeito do Programa de Cessação do Tabagismo: uma revisão dessa política pública para dependência tabágica.

Estudos de Psicologia (Campinas), v. 40, p. e210170, 2023. Disponível em: <https://www.scielo.br/j/estpsi/a/59gZh6BXvZngh4ChrjTyZbb/>. Acesso em: 31 jan. 2025.

MALTA, D. C. *et al.* 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, p. e210006, 2021. Disponível em: <https://www.scielo.br/j/rbepid/a/LSSdnQRJjMxC7mTRzzRhRgS/?format=html&lang=pt>. Acesso em: 31 jan. 2025.

MENESES, M. N. *et al.* Movimento popular de saúde: práticas de (re) existências junto ao controle social do Sistema Único de Saúde. PESQUISASUS, 3. 2022: Brasília, DF. **Anais eletrônico**. Brasília: Fiocruz, 2022. Disponível em: <https://lume.ufrgs.br/bitstream/handle/10183/249715/001150176.pdf?sequence=1>. Acesso em: 31 jan. 2025.

ROVETTA, I. L. Meditação mindfulness como terapêutica adjuvante no processo de cessação do tabagismo. In.: CONGRESSO BRASILEIRO DE SAÚDE INTEGRATIVA E ESPIRITUALIDADE, 2021, Brasil. **Anais eletrônicos**, v. 2, n. 13. Disponível em: <https://hrj.emnuvens.com.br/hrj/article/view/267>. Acesso em: 28 jan. 2025.

SANTOS, R. A.; JESUS, C. S. de; MARKUS, G. W. S. The new facet of smoking: the use of electronic cigarettes in the context of public health. **Research, Society and Development**, v. 11, n. 12, p. e230111234484, 2022. Disponível em: <https://rsdjournal.org/index.php/rsd/article/view/34484>. Acesso em: 25 jan. 2025.

SILVA, F.; CORDEIRO, M. Auriculoterapia como abordagem coadjuvante no Programa Nacional de Controle do Tabagismo da Atenção Básica de Apucarana-PR. **Revista Brasileira de Práticas Integrativas e complementares em Saúde**, v. 2, n. 3, p. 21–27, 2022. Disponível em: <https://www.revistasuninter.com/revistasade/index.php/revista-praticas-interativas/article/view/1270>. Acesso em: 31 jan. 2025.

World Health Organization (WHO). WHO Report on the Global Tobacco Epidemic[Internet]. 2019. Disponível em: <https://www.who.int/publications/i/item/9789241516204>. Acesso em: 25 jan. 2025.