

APOIO À CESSAÇÃO DO TABAGISMO E AVALIAÇÃO DOS GASTOS FINANCEIROS COM CIGARRO INDUSTRIALIZADO

Área temática: Saúde

Coordenador(a) da atividade: Elaine Cristina Antunes RINALDI.

Roberta Rafaelle DALZOTTO[1]; Luiz Renato FREITAS FILHO, Erildo Vicente MULLER, Elaine Cristina Antunes RINALDI.

Educando e Tratando o Tabagismo

Resumo: O projeto de extensão “Educando e Tratando o Tabagismo” promove suporte educacional e terapêutico a indivíduos interessados em cessar o uso do tabaco, utilizando materiais do Instituto Nacional de Câncer (INCA) e encontros semanais presenciais. Tem como objetivos informar sobre os malefícios do tabagismo, apoiar a cessação do hábito, estimular hábitos de vida saudáveis e integrar estudantes e professores ao enfrentamento do tabagismo. A ação permitiu também analisar o impacto econômico do consumo de cigarros industrializados. A metodologia consiste em seis sessões em grupo (4 semanais e 2 quinzenais) com duração de 1h30min, incluindo rodas de conversa, exposições dialogadas, dinâmicas de grupo e consultas médicas individuais. A equipe é multiprofissional, composta por docentes, discentes, médico e psicóloga, garantindo articulação entre ensino, pesquisa e extensão. Em 2024, foram atendidos 100 participantes, com idade entre 14 e 76 anos, dos quais 39 cessaram o tabagismo até o quarto encontro, representando 64% entre os que concluíram 4 sessões. Observou-se alta dependência nicotínica, longa duração do hábito e gasto médio mensal com cigarros equivalente a 15% do salário mínimo. A ação favoreceu acolhimento, troca de experiências, maior compreensão sobre os riscos do tabagismo e motivação para abandono do vício, contribuindo para a formação acadêmica e políticas públicas de controle do tabaco.

Palavras-chave: Tabagismo. Educação em saúde. Impacto econômico.

[1] Apresentador(a)

INTRODUÇÃO

O tabagismo é considerado uma doença crônica, resultante da dependência química gerada pela nicotina contida nos produtos derivados do tabaco (INCA, 2022). Além disso, é a principal causa evitável de adoecimento e morte no mundo, sendo responsável por mais de 7 milhões de óbitos anuais (Drope *et al.*, 2018; WHO, 2020). No Brasil, estima-se que 12,8% da população adulta seja fumante, índice que, embora tenha reduzido nas últimas décadas, ainda representa um importante desafio para a saúde pública (IBGE, 2020). O tabagismo está associado a doenças crônicas graves e gera elevada sobrecarga ao sistema de saúde. No Brasil, seus custos anuais, incluindo despesas médicas, perda de produtividade e cuidados informais, superam 150 bilhões de reais (INCA, 2024). Além disso, fumantes comprometem parte significativa da renda com cigarros, especialmente em grupos vulneráveis, o que intensifica desigualdades sociais (Szklo; Souza; Carvalho, 2024).

Para apoiar fumantes em processo de abandono, o Instituto Nacional de Câncer (INCA) disponibiliza materiais educativos para apoiar a cessação do tabagismo, como o manual “Deixando de fumar sem mistérios” (INCA, 2019). Alinhado a essa proposta, o projeto de extensão “Educando e Tratando o Tabagismo” promove encontros semanais de acolhimento e orientação a fumantes. A iniciativa fortalece o vínculo universidade-comunidade, contribui para a formação de estudantes da saúde e reforça as políticas públicas de controle do tabaco.

OBJETIVOS

O objetivo principal da ação consiste em oferecer suporte educacional e terapêutico a indivíduos que desejam cessar o uso do tabaco, além de avaliar o impacto econômico do vício entre os participantes.

METODOLOGIA

O projeto, em andamento desde 2011, caracteriza-se como uma ação de extensão universitária na área da saúde, voltada a tabagistas interessados em cessar o uso do tabaco. A adesão é voluntária, sendo que no primeiro encontro são coletados dados sociodemográficos, histórico tabagístico e informações de saúde dos participantes. As atividades ocorrem no Ambulatório de Saúde Integrativa (ASI), no Campus de Uvaranas da UEPG, e consistem em

6 sessões em grupo (4 semanais consecutivas e 2 quinzenais), com duração aproximada de 1h30min. Em quatro dessas sessões, os participantes também passam por consultas médicas individuais, voltadas à orientação clínica, avaliação da necessidade de medicamentos e cuidados em saúde. O projeto utiliza como material de apoio os manuais "Deixando de fumar sem mistérios" (INCA, 2019), que abordam dependência da nicotina, estratégias de enfrentamento, benefícios da cessação e prevenção de recaídas. As sessões incluem rodas de conversa, exposições dialogadas conduzidas por acadêmicos e docentes e dinâmicas de grupo voltadas ao fortalecimento da motivação. A equipe multiprofissional é composta por docentes do Departamento de Saúde Pública e do Departamento de Enfermagem da UEPG, estudantes de Medicina, um médico responsável pelas consultas e uma psicóloga, que oferece auriculoterapia como recurso complementar ao tratamento do tabagismo.

RESULTADOS

As sessões em grupo, apoiadas nos manuais do INCA, permitiram trocas de experiências entre os participantes, onde eles compartilharam desafios e conquistas relacionados ao tabagismo, além de permitir dinâmicas como exercícios de relaxamento (Imagem 1), utilizados como estratégia para auxiliar no manejo da ansiedade decorrente da abstinência.

Conforme a Tabela 1, em 2024, foram atendidos 100 participantes, entre 14 e 76 anos, sendo 63 mulheres. 37,8% desses participantes possuíam ensino fundamental incompleto, 38,8% referiram sua saúde como boa, 67% utilizava ao menos 1 medicamento de forma contínua e 55,6% afirmou o consumo de álcool. Em relação ao histórico tabagístico, quase metade dos participantes fumavam há mais de 40 anos (49%), 39% fumavam entre 11 e 20 cigarros por dia e 30% tinham um nível de dependência à nicotina elevada, obtida por meio do teste de Fargeström. Em relação aos gastos com cigarros industrializados (Tabela 2), o gasto médio mensal entre os participantes foi de R$ 228,03, com um valor mínimo de R$ 12,75 e máximo de R$ 780,00. Esse valor médio corresponde a uma proporção de 15% do salário mínimo brasileiro de 2025 (R$ 1.518,00). O grupo que apresentou a maior proporção foram os homens (19,6%), de 40 a 59 anos (16,2%) e com ensino superior completo (18,7%). Considerando os 100 participantes presentes inicialmente, 39 cessaram o tabagismo até a 4ª

sessão, no entanto, 61 participantes comparecem até esta sessão, gerando uma taxa de cessação de 64% entre os presentes.

Imagem 1. Exercício de relaxamento



Fonte: Os autores, 2025.

Tabela 1. Características sociodemográficas e comportamentais dos participantes (N = 100)

Variável		Total N (%)
Sexo	Feminino	63 (63%)
	Masculino	37 (37%)
Idade	Até 19 anos	3 (3%)
	20 a 39 anos	10 (10%)
	40 a 59 anos	51 (51%)
	60 anos ou mais	36 (36%)
Escolaridade*	< Ensino fundamental completo	28 (37,8%)
	< Ensino médio completo	21 (28,4%)
	Ensino médio completo	25 (33,8%)
	Ensino superior completo	25 (35,2%)
Saúde autorreferida**	Muito boa	7 (7,1%)
	Boa	38 (38,8%)
	Regular	26 (26,5%)
	Ruim	18 (18,4%)
	Muito ruim	9 (9,2%)
Medicamento de uso contínuo	Usa	67 (67%)
	Não usa	33 (33%)
Consumo de álcool*	Sim	55 (55,6%)
	Não	44 (44,4%)
Tempo de tabagismo	10 anos ou menos	6 (6%)
	Mais de 10 até 20 anos	5 (5%)

	Mais de 20 até 40 anos	40 (40%)
	Mais de 40 anos	49 (49%)
Cigarros por dia	Até 10	26 (26%)
	De 11 a 20	39 (39%)
	De 21 a 40	30 (30%)
	Mais de 40	5 (5%)
Nível de dependência à nicotina	Muito baixa	10 (10%)
	Baixa	15 (15%)
	Média	19 (19%)
	Elevada	30 (30%)
	Muito elevada	26 (26%)
Compareceu na 4ª sessão	Sim	61 (61%)
	Não	39 (39%)
Cessou o tabagismo até a 4ª sessão* **	Sim	39 (64%)
	Não	22 (36%)

* N = 99
** N = 98
*** N = 61
Fonte: Os autores, 2025.

Tabela 2. Gasto mensal com cigarro industrializado (N = 100).

Variável	Média	Mediana	Mínimo	Máximo
Gasto financeiro por mês	R$ 228,03	R$ 180,00	R$ 12,75	R$ 780,00

Fonte: Os autores, 2025.

CONSIDERAÇÕES FINAIS

A ação extensionista vinculada ao projeto “Educando e Tratando o Tabagismo” revelou alta dependência nicotínica e gastos significativos dos participantes, mas alcançou expressiva taxa de cessação (64%) e aumento da compreensão sobre os riscos do tabaco. As atividades promoveram diálogo, acolhimento e motivação, com apoio de materiais do INCA, além de favorecer a formação acadêmica dos estudantes. Como desafios, destacam-se a assiduidade e a necessidade de acompanhamento contínuo, sendo previstas estratégias para ampliar adesão, monitoramento e impacto nas políticas públicas de controle do tabaco.

APOIO

Agradecemos à Fundação Araucária de Apoio ao Desenvolvimento Científico e Tecnológico do Estado do Paraná (FA) pelo apoio financeiro por meio da concessão de bolsa

de extensão e também à Universidade Estadual de Ponta Grossa (UEPG), por meio da Pró-Reitoria de Extensão e Assuntos Culturais, pelo suporte institucional ao projeto Educando e Tratando o Tabagismo.

REFERÊNCIAS

DROPE, J. *et al*. The Tobacco Atlas. **American Cancer Society and Vital Strategies**, Atlanta, 2018. Disponível em: https://tobaccoatlas.org/topic/deaths/. Acesso em: 20 ago. 2025.

INSTITUTO BRASILEIRO DE GEOGRAFIA E ESTATÍSTICA (IBGE). **Pesquisa Nacional de Saúde: 2019: percepção do estado de saúde, estilos de vida, doenças crônicas e saúde bucal: Brasil e grandes regiões.** Coordenação de Trabalho e Rendimento IBGE, Rio de Janeiro, 2020. Disponível em: https://www.pns.icict.fiocruz.br/wp-content/uploads/2021/02/liv101764.pdf. Acesso em: 21 ago. 2025.

INSTITUTO NACIONAL DE CÂNCER (INCA). **Causas e prevenção do câncer: Tabagismo**. INCA, Rio de Janeiro, 2022. Disponível em: https://www.gov.br/inca/pt-br/assuntos/causas-e-prevencao-do-cancer/tabagismo/. Acesso em: 20 ago. 2025.

INSTITUTO NACIONAL DE CÂNCER (INCA). **Deixando de fumar sem mistérios**. INCA, Rio de Janeiro, 2019. Disponível em: https://www.inca.gov.br/publicacoes/manuais/deixando-de-fumar-sem-misterio-manual-do-participante-sessao-1. Acesso em: 21 ago. 2025.

INSTITUTO NACIONAL DE CÂNCER (INCA). **O tabagismo no Brasil: morte, doença e política de preços e impostos.** INCA, Rio de Janeiro, 2024. Disponível em: https://ninho.inca.gov.br/jspui/handle/123456789/15986. Acesso em: 21 ago. 2025.

SZKLO, A.; SOUZA, M. C.; CARVALHO, A.M. O que a Pesquisa Nacional de Saúde tem a dizer sobre a influência do gasto com cigarro no rendimento domiciliar? **Cadernos de Saúde Pública**, v.40, n.3, p. e230003, 2024. Disponível em: https://www.scielosp.org/article/csp/2024.v40n3/e00175423/. Acesso em: 20 ago. 2025

WORLD HEALTH ORGANIZATION. **Tobacco**. Disponível em: https://www.who.int/news-room/fact-sheets/detail/tobacco. Acesso em: 21 ago. 2025.