

ABORDAGEM COGNITIVO-COMPORTAMENTAL EM GRUPO NA CESSAÇÃO DO TABAGISMO

ELIZETH HELDT; SOLANGE BOAZ; LAURA ILHA; MARLI KNORST

O tabagismo é a maior causa evitável de doenças e mortes em todo o mundo. A abordagem cognitivo-comportamental é uma das ferramentas disponível para o tratamento do tabagismo. Objetivo: Avaliar o efeito da abordagem cognitivo-comportamental em grupo na cessação do tabagismo. Sujeitos e Métodos: Foram selecionados 74 fumantes (46 mulheres (62%), média (\pm dp) de idade de 51,8 (\pm 10) anos) para participarem de um programa de cessação tabágica baseada no protocolo proposto pelo INCA, constituído de 4 sessões semanais e 2 quinzenais. Para avaliar o grau de dependência utilizou-se o teste de Fagerström. Foram considerados abstinentes os pacientes que estavam há, no mínimo, 24 horas sem fumar no sexto encontro. Resultados: A média(\pm dp) de cigarros consumidos por dia da amostra era de 23,6 (\pm 10) e o tempo de tabagismo era de 35,5 (\pm 10,5) anos. O grau de dependência foi em média de 5 (\pm 2). Dos 74 pacientes selecionados, 55(74%) completaram o protocolo de tratamento, 10(13%) compareceram em menos de 50% das sessões, mas foram incluídos na análise e 9(12%) não compareceram em nenhum encontro, Dos 65 pacientes, 16(25%) usavam medicação (9 adesivo e 7 bupropiona) concomitante as sessões em grupo. No final do tratamento, 34(52%) pacientes interromperam o fumo e entre os pacientes que usavam medicação, somente 1 não parou de fumar. Não foi encontrado associação significativa entre o grau de dependência e estar em abstinência no final do protocolo. Conclusão: A abordagem cognitivo-comportamental confirma-se como uma ferramenta importante no tratamento do fumante. Convém ressaltar que o período de tratamento foi breve, permanecendo a necessidade de avaliar ao longo do tempo as taxas de recaída.