

TABAGISMO: ABORDAGEM MULTIDISCIPLINAR COM TERAPIA COGNITIVO COMPORTAMENTAL

Coordenador: MARLI MARIA KNORST

O tabagismo é a principal causa de morte prematura nos países ocidentais. Medidas de cessação devem ser instituídas o mais precocemente possível, já que a abstinência reduz substancialmente a incidência de doenças tabaco associadas. O tabagismo constitui a principal causa de morbidade e mortalidade evitável em todo o mundo, é uma doença crônica que causa cerca de 50 outras doenças. A abordagem do tema tabagismo nos Cursos da Área da Saúde, no nosso entender, é insuficiente. Nosso objetivo é treinar estudantes para que se faça a abordagem multidisciplinar do fumante, valorizando o bem estar e a qualidade de vida do paciente e capacitá-los para atuar na prevenção do tabagismo. Pacientes são abordados de forma multidisciplinar em ambulatórios especializados e submetidos à terapia cognitivo-comportamental. O treinamento com pacientes portadores de múltiplas doenças tabaco associadas e com a equipe multidisciplinar sensibiliza os estudantes sobre os malefícios do fumo e capacita-os para atuar na abordagem e prevenção do tabagismo. O atendimento ao paciente é feito em 3 etapas: AMBULATORIAL DO FUMANTE - identificação de co-morbidades e doenças tabaco relacionadas, detecção da fase em que o paciente se encontra no processo de cessação e da motivação e triagem dos candidatos aptos para participar da terapia cognitivo comportamental imediatamente. GRUPO MULTIDISCIPLINAR DE APOIO AO FUMANTE: O grupo multidisciplinar de apoio ao fumante do HCPA já está em funcionamento e conta com a participação de professores, médicos residentes do Serviço de Pneumologia, enfermeira, alunos da pós-graduação, nutricionista e psicóloga. Pacientes motivados para parar de fumar são encaminhados para participar da abordagem cognitivo-comportamental com ou sem terapia medicamentosa durante 8 semanas, e após participam de reuniões mensais durante um ano. CAPACITAÇÃO DOS ESTUDANTES UNIVERSITÁRIOS: ETAPA 1 - Inicialmente serão selecionados alunos por área (medicina, enfermagem, psicologia, nutrição, fisioterapia e odontologia) que atuarão como monitores. Estes monitores ajudarão a elaborar material educativo destinado a diversos públicos-alvo. Este material servirá de base para palestras, discussão em grupo e outras formas de abordagem (palavras cruzadas, programação de atividades lúdicas, de esporte). A Comissão de Controle do Tabagismo do HCPA participa ativamente na elaboração do material educativo que servirá de base para a abordagem preventiva e sensibilização de fumantes. ETAPA 2 - Simultaneamente à primeira

etapa, os monitores serão integrados ao grupo multidisciplinar de apoio ao fumante do HCPA; neste grupo terão contato com a equipe multidisciplinar e com os pacientes nos ambulatórios especializados do tabagismo. A terapia cognitivo-comportamental procura auxiliar o fumante a identificar gatilhos relacionados ao desejo e ao ato de fumar, utilizando técnicas de modificação do comportamento para interromper a associação entre a situação de gatilho e o comportamento de consumo. Frequentemente utilizam-se estratégias para lidar com estresse e afetos positivos e negativos, solução de problemas, além do manejo dos sintomas de síndrome de abstinência. Uma vez que o fumante para de fumar, são utilizadas técnicas de prevenção de recaída.