

O TABAGISMO E SUAS CONSEQUÊNCIAS SOB A PERSPECTIVA DO EX-TABAGISTA

Cecília Maria Lima CARDOSO¹

Fabício de Jesus OLIVEIRA²

Danielle Jordana Reis Farias GUIMARÃES²

Ellen Chris Ribeiro Pereira LACERDA²

Juliana Silvana SILVA²

Juliana Aparecida TAVARES²

Rossana Maria Silva VIANA²

Wilker Henrique Rezende Da CRUZ²

RESUMO

Entender como funciona a complexidade de cessação do hábito de fumar é uma das ferramentas capazes de salvar muitas vidas em todo o planeta. Diante disso, o objetivo deste estudo foi conhecer a perspectiva do ex-tabagista em relação às consequências do tabagismo e a perda do hábito de fumar. A metodologia utilizada dispôs de uma amostra intencional formada por 10 ex-tabagistas, que por sua vez foram submetidos à aplicação de um roteiro de entrevista por auxílio do método fenomenológico. Com este trabalho concluiu-se que as consequências do tabagismo atuam como desencadeantes da motivação individual necessária ao abandono do hábito de fumar.

Palavras-chave: Hábito de fumar. Programa Nacional de Controle do Tabagismo. Abandono do uso de tabaco.

INTRODUÇÃO

O conceito de Tabagismo pela Organização Mundial de Saúde (OMS) é descrito pela ação de consumir cigarros ou produtos derivados do tabaco, no qual a nicotina é exaltada como principal principio ativo (RESENDE *et al.*, 2012).

Pesquisas indicam que 70% dos tabagistas querem parar de fumar, mas em média apenas 5 % destes conseguem parar sem auxílio terapêutico. Em ambos os casos o fenômeno da motivação

¹Mestre em Enfermagem pela UFMG; Docente da Faculdade Ciências da Vida, Sete Lagoas-MG; e-mail: ceciliafcv@yahoo.com.br.

²Graduandos (as) em Enfermagem da Faculdade Ciências da Vida, Sete Lagoas-MG.

individual é o principal regente deste processo, e vai sofrer influência de vários fatores (DÓREA & BOTELHO, 2004).

O ingresso, bem como a permanência e a gravidade de uma pessoa no complexo mundo do tabagismo reflete diretamente na qualidade de vida e envolve varias vertentes que vão muito além da ação fisiológica da nicotina, como: Influencias ambientais, condicionamentos psicossociais e hábitos pessoais (BARROS *et al.*, 2012; CARVALHO *et al.*, 2013).

METODOLOGIA

A pesquisa foi conduzida com uma amostra intencional, designada pela seleção de um total de dez ex-tabagistas residentes nas cidades de Esmeraldas, Pompéu, Fortuna de Minas e Sete Lagoas. Estes assinaram um Termo de Consentimento Livre e Esclarecido, de acordo com a portaria 466/2012, a fim de autorizar sua participação na pesquisa.

Através do método fenomenológico, que proposto por Husserl (1986) é capaz de descrever singularmente os fenômenos através da experiência, foi elaborado um roteiro de entrevista, composto por 12 perguntas abertas com o objetivo geral de conhecer a relação entre consequências do tabagismo e a perda do hábito de fumar.

A entrevista foi realizada na residência dos selecionados, gravada no ato e posteriormente os dados em formato de áudio forma transcritos na integra e analisados pelo método fenomenológico, nos seguintes subconjuntos: O Tabagismo Ingresso e Consequências; Síndrome de Abstinência/Dependência a Nicotina; A Personalidade; As alterações de ganho de peso.

Ao citar os entrevistados estes foram separados e codificados utilizando nome dos seguintes Deuses da mitologia Grega: Afrodite, Ares, Ártemis, Atena, Demétrio, Dionísio, Hades, Hera, Poseidon e Zeus.

RESULTADOS E DISCUSSÃO

O INGRESSO NO TABAGISMO

O ingresso e a permanência no tabagismo em sua complexidade exerce influência de vários aspectos como: influência ambiental, condicionamentos psicossociais e hábitos pessoais (CARVALHO *et al.*, 2013; LOPES *et al.*, 2013).

“Curiosidade, criança, coisa de criança, via o pai fumar e roubava cigarro no bolso dele enquanto ele dormia e fumava, minha turma toda fumava na escola, todo mundo fumava,

pegava cigarro do seus pais e fumava, nessa época era muito comum fumar, quando eu tinha nove anos, todo mundo fumava, pai, mãe, irmão mais velho, todo mundo era acostumado a fumar, hoje é brega, mas era chique mulher era muito chique era uma coisa assim sensual, na minha época era sensual fumar”. Atena.

A SÍNDROME DA ABSTINÊNCIA/DEPENDÊNCIA A NICOTINA

A síndrome da abstinência inicia-se algumas horas após a interrupção do ato de fumar, e aumenta nas primeiras 12 horas, dentre os dificultadores na cessação do tabagismo, esta é considerada a principal e apresenta-se de forma marcante em quem fuma maiores quantidades diárias (DÓREA & BOTELHO, 2004; MARQUES *et al.*, 2001).

“Considerava, eu gostava do cigarro, não aguentava ficar sem ele. Iii toma um café, come um doce, aquilo vem aquela vontade de fumar de apreciar a fumaça”. Zeus.

A PERSONALIDADE

Outro aspecto que interfere na cessação do tabagismo é a personalidade, visto que pesquisas indicam que os fumantes apresentam traços exacerbados de ansiedade e depressão (DÓREA & BOTELHO, 2004).

“Sim porque o cigarro era meu ponto de apoio tinha minhas dificuldades eu achava que o cigarro era minha solução”. Hades.

AS CONSEQUÊNCIAS E A CESSAÇÃO DO HÁBITO

É comprovado que a motivação individual é extremamente importante para a cessação do hábito de fumar, e dentre as variáveis que influem neste processo temos as de caráter fisiológico. (DÓREA & BOTELHO, 2004). As características dessa variável estão expressas pelas consequências do hábito de fumar, e podem ser compreendidas como uma forma de motivação dos tabagistas na perda do hábito de fumar.

“O que fez eu para de fumar foi a doença que me fez ir pro hospital, hoje eu sei que foi coma alcóolico e fumante, ai foi que fez eu parar e fez a minha cabeça pensar nos filhos pequenos que eu tinha pra criar e não tinha a obrigação de deixar para minha filha mais velha criar, pra parar eu tive que adoecer”. Hera.

CONCLUSÃO

Depois de um século de atuação do tabagismo na sociedade podemos observar a drástica mudança de perfil que o hábito adotou. O que, no início, era visto como forma de glamour e aceitação, hoje é considerado brega e extremamente prejudicial à saúde.

Ainda assim, a transição do hábito por sua vez não trouxe mudanças do mesmo nível aos adeptos, partindo do princípio que o tabagismo é estimado pela Organização Mundial de Saúde como a principal causa de morte evitável e atua como uma poderosa pandemia.

Por sua vez as consequências do tabagismo mostraram ser desencadeantes da motivação individual através dos fatores fisiológicos presentes em diversas circunstâncias nas entrevistas, quando a pessoa afirma ter parado de fumar por efeitos negativos do hábito no próprio organismo.

Outras vezes a motivação surgiu por fatores psicológicos que foram descritos pela indução e assimilação que alguns entrevistados fizeram em algum momento de suas vidas destes mesmos efeitos negativos encontrados desta vez não no próprio organismo, mas no de pessoas próximas, trazendo o mesmo efeito de cessação do hábito tabágico.

REFERÊNCIAS

BARROS, M. S. *et al.* Avaliação da concentração de monóxido de carbono em estudantes universitários da área da saúde. **J. Healt. Sci. Inst.**, v.30, n.4, p. 399-405, 2012.

CARVALHO, A. A. *et al.* Controle do Tabagismo em Instituição de longa permanência para idosos: relato de experiência. **Ciência & Saúde Coletiva**, v.18, n.4, p.1119-1130, 2013.

DÓREA, A. J. P.; BOTELHO, C. Diretrizes para cessação do tabagismo: Fatores dificultadores na cessação do tabagismo. **Jornal Brasileiro de Pneumologia**, v. 30. Cap. 7. Agosto, 2004.

HUSSERL, E. **A ideia da Fenomenologia**. Lisboa: Edições 70. 1986.

LOPES, C.S. *et al.* Influência de fatores psicossociais na cessação do tabagismo: Evidências longitudinais no estudo pró-saúde. **Rev. Saúde Pública**, v. 47, n. 4, p. 732-739, 2013.

MARQUES, A. C. P. R. *et al.* Consenso sobre o tratamento da dependência de nicotina. **Rev. Bras. Psiquiatr.**, v. 23, n. 4, p. 200-214. 2001.

REZENDE, A. A. B. *et al.* Prevalência de tabagismo em policiais militares. **Rev. Med. Minas Gerais.**, v. 22, n. 2, p. 146-152, 2012.