

CAMPOS, Leandra Camila Melo; FURTADO, Bruna Damaceno, BANHATO, Eliane, GALIL, Arise. **Aspectos da cessação tabágica em grupos operativos**. Relatório do Estágio Básico Supervisionado IV do Curso de graduação em Psicologia do Centro de Ensino Superior de Juiz de Fora, Juiz de Fora, 2019.

RESUMO

Este trabalho é resultado da observação realizada no Estágio Básico Supervisionado IV, no segundo semestre de 2018, no curso diurno de Psicologia do CES-JF com objetivo de observar a dinâmica de funcionamento de uma equipe multidisciplinar (médica, psicólogos, fisioterapeuta, nutricionistas) na coordenação de grupos de intervenção de cessação tabágica. Além de alunos da psicologia, também participam graduandos e pós-graduandos de medicina e nutrição. As sessões ocorreram semanalmente na Unidade de Assistência e Intervenção ao Tabagismo (UAIT), que busca fornecer assistência integral aos tabagistas, segundo as normas do INCA/MS e está vinculada à Fundação Instituto Mineiro de Estudos e Pesquisas em Nefrologia (IMEPEN). Inicialmente, é feito um contato com os tabagistas (Sensibilização) que são convidados a relatar sua história tabágica e as razões que o fazem querer parar de fumar. Nesse encontro é aplicada entrevista semiestruturada que investiga dados sociodemográficos, doenças de base, grau de dependência, número de tentativas de cessação, gatilhos para recaídas. Realiza-se a aferição do monóxido de carbono da pressão arterial. São feitos testes de rastreio cognitivo e sintomas depressivos. Os usuários são instruídos a trazerem exames laboratoriais e de imagem mais recentes. Em cada encontro avalia-se a motivação para a cessação, por meio de nota de 0 a 10 pontos. Dependendo da história, medicamentos disponíveis podem ser prescritos. Ex-tabagistas são convidados a retornarem mensalmente ao grupo (Manutenção) e seu relato de experiências serve como reforço positivo para a adesão ao tratamento dos fumantes. Utiliza-se abordagem cognitivo-comportamental que combina intervenções cognitivas com o treinamento de habilidades comportamentais, estratégias de reconhecimento de situações de risco de recaída e o desenvolvimento de formas de enfrentamento de modo a estimular o autocontrole do indivíduo frente ao ciclo vicioso da dependência. O objetivo é tornar o usuário um agente de mudança do seu próprio comportamento. Após cada sessão a

equipe realiza reuniões de feedback das tarefas desenvolvidas e elabora os encontros futuros. A observação da evolução e tratamento constatou que o custo-efetividade do tratamento é muito satisfatório, tanto para os pacientes, como para os profissionais. Nos grupos acompanhados verificou-se que mais da metade das pessoas conseguiram abandonar o cigarro. A maior prevalência é de mulheres, ainda que estudos nacionais e internacionais apontem que os homens fumam mais. É possível supor que os homens têm mais resistência em buscar ajuda para a cessação. Outros aspectos verificados foram as associações entre tempo de tabagismo, morbidades e comorbidades, associações entre o cigarro e o álcool ou a algum hábito específico, como o consumo de açúcar ou café, assim como a dependência a nicotina implica em outras dependências na relação com o objeto do cigarro propriamente dito. Há necessidade que os profissionais da área busquem reinventar suas práticas e pensar novas maneiras de articular o enfrentamento ao tabagismo, dado seu crescimento expressivo e os malefícios no qual isso acarreta. A Psicologia, enquanto ciência e profissão, não pode se isentar dessa problemática, repensando estratégias de conscientização e enfrentamento a fim de promover saúde e qualidade de vida nos indivíduos da sociedade.

Palavras-chave: Tabagismo, Cessação tabágica, Psicoterapia de grupo.