

Tratamento do tabagismo

A sociedade aceita cada vez menos o tabagismo, o que faz com que um número cada vez maior de fumantes deseje parar de fumar. Vêm contribuindo para isso as ações educativas, legislativas e econômicas do Programa Nacional de Controle do Tabagismo (PNCT). Segundo a OMS, os esforços para que o indivíduo pare de fumar reduzem a mortalidade por tabagismo em prazo mais curto do que a prevenção entre os jovens, que produzem mudanças nas estatísticas de 30 a 50 anos depois, quando os adolescentes de hoje atingirem a faixa etária em que se concentram as mortes relacionadas ao fumo.

Pesquisas mostram que 80% dos fumantes desejam parar de fumar, mas apenas 3% o conseguem a cada ano – desses, a maior parte (95%) sem ajuda. O restante necessita de apoio formal, o que demonstra que a conscientização do profissional de saúde sobre a importância da valorização do tratamento do fumante deve ser estratégia fundamental no controle do tabagismo.

Entre as várias ações do PNCT estão as que objetivam o aumento do acesso da população fumante a métodos eficazes de cessação do tabagismo. As estratégias na busca desse objetivo são: sensibilização e capacitação de profissionais de saúde para tratamento do tabagismo, inserção do tratamento do tabagismo na rotina de assistência à saúde e a organização da rede de saúde para atendimento da demanda de fumantes querendo parar de fumar, e também de profissionais de saúde interessados em tratar tabagismo na rede do SUS.

Em agosto de 2000 o INCA organizou e coordenou o 1º Encontro Nacional de Consenso sobre Abordagem e Tratamento do Fumante, para oferecer recomendações sobre as condutas a serem empregadas. Como ponto de partida para a discussão foram apresentados estudos internacionais de meta-análise sobre os vários métodos para a cessação do tabagismo, com e sem evidências científicas sobre sua eficácia. Participaram profissionais, de diferentes pontos do país, que acumulavam experiência na prática da cessação do tabagismo, além de conselhos e associações profissionais, sociedades científicas da área da saúde e integrantes da Câmara Técnica de Tabagismo do INCA.

O Consenso concluiu que a base do tratamento do fumante deve ser a abordagem cognitivo-comportamental, podendo haver apoio medicamentoso em condições específicas. Essa abordagem combina intervenções cognitivas e treinamento de habilidades visando a cessação do fumo e a prevenção de recaídas, para detecção de situações de risco que levem o indivíduo a fumar, ajudando-o a resistir à vontade e estimulando-o a tornar-se agente de mudança de seu próprio comportamento.

TRATAMENTO DO FUMANTE

- Os tipos de abordagem cognitivo-comportamental recomendados, como toda a orientação para o tratamento do fumante, estão disponíveis no site do INCA (www.inca.gov.br).



O apoio medicamentoso tem importante e bem definido papel no processo de cessação do tabagismo, que é o de minimizar os sintomas da síndrome de abstinência da nicotina. Deve ser empregado de forma complementar à abordagem cognitivo-comportamental, e nunca de forma isolada.

No momento, os medicamentos de primeira linha com eficácia comprovada cientificamente no tratamento do tabagismo são a Terapia de Reposição de Nicotina, a TRN – sob a apresentação de adesivo transdérmico, goma de mascar, inalador oral, spray nasal, comprimido sublingual e pastilha –, e o cloridrato de bupropiona. O Brasil dispõe da TRN em forma de adesivo e goma, além da bupropiona.

Os esquemas terapêuticos podem ser adotados isoladamente ou em combinação. As secretarias de Saúde, com apoio do INCA, vêm capacitando profissionais de nível superior em abordagem e tratamento e construindo uma rede de suporte às ações de controle do tabagismo.