

Regional de Juiz de Fora intensifica ações de controle do tabaco

Qui 31 agosto

Segundo o Instituto Nacional do Câncer (Inca), o tabagismo é doença crônica e ligada ao surgimento de outras enfermidades como as cardiovasculares e o câncer. Cerca de 150 mil óbitos são registrados no Brasil devido ao tabagismo ou exposição ao tabaco (fumantes passivos).

A [Secretaria de Estado de Saúde de Minas Gerais \(SES-MG\)](#) apoia a campanha nacional de combate ao fumo, que neste ano defendeu o tema "Espaços Livres de Tabaco", e outras ações de prevenção.

Os núcleos de Vigilância Sanitária (Nuvisa) e Atenção à Saúde da Superintendência Regional de Saúde (SRS) Juiz de Fora estão trabalhando em ações de sensibilização e divulgação de informações sobre o tema junto aos municípios da área de abrangência da SRS.

Coordenador do Nuvisa, Márcio Augusto Sousa Siqueira destaca a realização de "capacitações com as vigilâncias municipais, a fim de torná-las treinadas para ações relacionadas ao controle do tabaco no território".

Ações municipais

Ações de combate e controle do tabagismo são desenvolvidas ao longo de todo o ano - e não apenas em agosto, mês dedicado à conscientização dos males do fumo. A SRS Juiz de Fora, por meio do Núcleo de Mobilização Social, propõe e realiza ações como palestras em escolas, eventos ligados à saúde, e conversas em salas de espera das Unidades Básicas de Saúde (UBS) nos municípios para conscientizar sobre os males do tabagismo.

O Núcleo de Atenção à Saúde da SRS promove capacitações sobre prevenção e controle do tabagismo, para que as referências municipais desenvolvam ações próprias em seus territórios. No mês de setembro, o município de Bocaina de Minas vai iniciar grupo de tratamento ao tabagismo com 12 pessoas que pretendem deixar de fumar.

Um dos municípios que também trabalha a conscientização ao longo do ano é Liberdade. Lá é oferecido atendimento odontológico para pessoas que estão deixando o vício.

Já o município de Chácara vai promover palestras educativas nas escolas durante o restante do ano, para alertar sobre os males do cigarro e outras drogas.

Novas tecnologias, novos problemas

O tema de 2023 da campanha nacional de combate ao fumo do Instituto do Câncer (Inca) é "Sabores e Aromas em Produtos Derivados de Tabaco: Uma Estratégia para Tornar a População

Dependente de Nicotina".

A campanha visa alertar sobre o uso de aditivos para tornar os produtos de tabaco mais atraentes, principalmente para o público jovem, e a importância de evitar o tabagismo desde cedo.

Por isso, o Nuvisa da SRS, em parceria com as vigilâncias municipais, tem fiscalizado estabelecimentos dos 37 municípios da área de abrangência para buscar produtos derivados do tabaco que tem uso proibido e sabores e aromas variados na composição.

"A demanda partiu do Ministério Público e então fizemos uma busca por produtos como cigarro eletrônico, que tem a venda proibida por lei", destacou Márcio Augusto Siqueira, coordenador do Núcleo de Vigilância Sanitária da SRS Juiz de Fora.

Em um dos municípios fiscalizados foram encontradas dez unidades de cigarro eletrônico. "Elaboramos relatório e a autoridade julgadora emitiu decisão, penalizando o estabelecimento com advertência e inutilização dos produtos", esclareceu.

Tentativas de parar

Em 2022, a servidora da SRS Juiz de Fora, Moremy Ayrá Mendes Silva, viveu momentos difíceis na família por conta do cigarro. Um tio, que era fumante, morreu devido ao câncer de pulmão. Um mês depois, o pai recebeu o diagnóstico de câncer na garganta. Do diagnóstico até a alta médica foram 29 sessões de radioterapia. Moremy temeu que os filhos pudessem viver o mesmo que ela passou com o pai. Ela, que fuma desde os 14 anos de idade, hoje com 31, está na terceira tentativa de largar o cigarro, depois de receber um pedido da filha de 8 anos. "Conviver com a doença do meu pai me fez pensar muito. Não quero que um dia meus filhos possam viver o que passei com meu pai. Há pouco tempo, minha filha pediu para que eu parasse de fumar. Desde então venho tentando parar", descreveu Moremy Silva.

Daniel Monteiro, técnico em Tecnologia da Informação, tem 45 anos e fuma há 30. Já tentou parar cinco vezes. "A última vez que tentei parar sem ajuda, reduzi o número de cigarros que fumava diariamente. Mas precisei mudar de emprego e o estresse me fez fumar até mais que antes", revela.

O jornalista Fabiano Machado, está há 4 anos sem fumar. Ele conta que precisou de ajuda para conseguir abandonar o cigarro. "Quando tentei sozinho, acabei fumando ainda mais. O tratamento foi fundamental para que eu conseguisse parar de vez com o cigarro."

Tratamento no SUS

O tratamento para largar o hábito de fumar é oferecido pelo Sistema Único de Saúde (SUS). No município de Juiz de Fora, desde 2005 existe o Serviço de Controle Prevenção e Tratamento ao Tabagismo (Secoptt).

A referência técnica e assistente social, Alessandra Reis, explica que o serviço é responsável por desenvolver as ações do Programa Nacional de Combate ao Tabagismo. Além do tratamento para pessoas que desejam parar de fumar, são realizadas capacitações para profissionais de saúde com o intuito de que ofereçam o tratamento em suas unidades de saúde. A prevenção também é por

meio de palestras em escolas e empresas, entre outros", detalha.

Cerca de 4 mil pessoas já foram atendidas. "Metade dos fumantes que passam pelo tratamento conseguem parar de fumar. O tratamento tem duração de 6 meses. Em alguns casos pode ser indicado o uso de medicação", relata Alessandra Reis.

A professora Vera Lúcia Magalhães procurou ajuda do serviço depois da indicação de uma amiga. "Não aguentava mais a tosse", revela. Ela é viúva e depois que a filha mais nova se casou e mudou de estado, passou a morar sozinha. "A saudade dos filhos pesa mais no domingo. Mas agora faço caminhada, crochê. São atividades recomendadas no tratamento", diz Vera Lúcia. "Me distraio um pouco com os afazeres. A força do bem-estar geral supera qualquer mal-estar. É preciso olhar dentro de si e perceber os bens que temos e somos", declara.

O serviço também oferece suporte psicológico. Além de grupo com base na terapia cognitivo-comportamental, será implementada ainda em 2023 uma oficina terapêutica. Elaine Alves, psicóloga que faz parte da equipe do Secoptt, explica que a oficina será voltada especificamente para mulheres. "A oficina terapêutica é um dispositivo preconizado pelo SUS. São mulheres que têm dificuldade de parar de fumar em função de questões que as fragilizam. Ao longo do tempo elas foram se identificando com determinados papéis, como mãe, trabalhadora, esposa, e acabaram ficando fragmentadas. A oficina poderá dar uma noção de integralidade", diz a psicóloga.

Não é necessário encaminhamento médico para que uma pessoa procure ajuda dos serviços de saúde. "No primeiro mês ela é preparada para deixar o cigarro. A partir do segundo mês é trabalhada a prevenção a recaídas. Para procurar o serviço, basta apenas que a pessoa esteja motivada a parar de fumar", finaliza a referência técnica Alessandra.