

Uso de redes sociais como ferramenta de conscientização contra o tabagismo

Use of social networks as a tool to raise awareness against smoking

Autores

Lucas Oliveira Braga. Discente da Universidade Federal do Acre (UFAC), Brasil

E-mail: lucas.braga@sou.ufac.br

Autor responsável pela Correspondência

Vanessa Gregório de Góes. Discente da Universidade Federal do Acre (UFAC), Brasil

E-mail: vanessa_gregorio96@hotmail.com

Beatriz Bispo do Carmo. Discente da Universidade Federal do Acre (UFAC), Brasil

E-mail: bbispoc@gmail.com

Maíra Garcia de Andrade. Discente da Universidade Federal do Acre (UFAC), Brasil

E-mail: mairag.andrade@gmail.com

Geovana D'Arc de Oliveira Otero. Discente da Universidade Federal do Acre (UFAC), Brasil

E-mail: geovanadarc@hotmail.com

Jaonayly Farias da Silva. Discente da Universidade Federal do Acre (UFAC), Brasil

E-mail: jaonaylyfarias@gmail.com

Luis Fernando Borja Gómez. Mestre. Professor na Universidade Federal do Acre (UFAC), Brasil

E-mail: luisborja1996@yahoo.com.br

Recebido em: 28/02/2021 **Aprovado em:** 04/11/2021

DOI: 10.12957/interag.202158078

Relato

Resumo

O fumo está associado a diversas comorbidades, compondo um dos fatores de risco mais importantes para as doenças crônicas não transmissíveis. Além de pré-dispor um vasto leque de doenças, o tabagismo causa impacto socioambiental e socioeconômico. Nesse contexto, a Liga Acadêmica de Pneumologia e Cirurgia Torácica do Acre (LAPCITO-AC) organizou

Abstract

Smoking is associated with several comorbidities, making up one of the most important risk factors for chronic non-communicable diseases. In addition to predisposing a wide range of diseases, smoking has a socio-environmental and socio-economic impact. In this context, the Academic League of Pulmonology and Thoracic Surgery of Acre (LAPCITO-AC)

e promoveu ações de impacto, cujo objetivo foi alinhar-se às intervenções realizadas pelo Ministério da Saúde em busca da prevenção e cessação do fumo. Tais ações foram contempladas virtualmente por meio de aulas, seminários e publicações nas redes sociais e plataformas da LAPCITO-AC. Por fim, notou-se que a utilização dessas mídias sociais possibilitou uma abrangência satisfatória da população, chegando a 3.133 alcances durante as 14 publicações no *Instagram*. Com isso, ficou evidente a importância do uso das redes sociais como veiculadora de informações para a continuação das atividades de extensão em período de distanciamento social.

Palavras-chave: Redes Sociais Online; Prevenção do Hábito de Fumar; Educação em Saúde.

Área Temática: Saúde.

Linha Temática: Saúde Humana; Saúde da Família; Desenvolvimento Humano.

organized and promoted impact actions, the objective of which was to align itself with the interventions carried out by the Ministry of Health in search of smoking prevention and cessation. Such actions were contemplated virtually through classes, seminars and publications on LAPCITO-AC social networks and platforms. Finally, it was noted that the use of social media enabled a satisfactory coverage of the population, reaching 3,133 reaches during the 14 publications on Instagram. With that, it became evident the importance of using social networks as a carrier of information for the continuation of extension activities in a period of social distance.

Keywords: Online Social Networking; Smoking Prevention; Health Education.

Introdução

O homem sempre fez uso de substâncias psicoativas, seja por finalidade religiosa, relaxante ou curativa.¹ Inicialmente, no século XV, o tabaco era utilizado em festividades, sendo sinônimo de um estilo de vida moderno, expressão de livre arbítrio, uma forma de inclusão e afirmação social, muito enfatizado pela mídia.² Entretanto, a partir da metade do século XIX, a erva foi considerada um problema de saúde pública e, atualmente, o tabagismo é considerado uma doença neurocomportamental, devido às alterações físicas, emocionais e comportamentais que provoca.³

Dentre essas alterações, estão 90% dos tumores pulmonares, 75% das bronquites crônicas e 25% das doenças isquêmicas do coração causados pelo tabagismo.^{4,5,6} Além disso, dados do Ministério da Saúde evidenciam que o fumo, ativo ou passivo, é responsável por 85% das mortes em decorrência de Doença Pulmonar Obstrutiva Crônica (DPOC).⁷ Outras pesquisas apontam que não ser fumante ou parar de fumar gera uma diminuição de mais de 30% em doenças cardiovasculares (particularmente infarto agudo do miocárdio), câncer (do pulmão e em outros sítios), acidente vascular encefálico e DPOC.⁸

Vale ressaltar, também, que a exposição à fumaça do tabaco é um importante fator de risco para infecções bacterianas e virais.⁹ Nesse contexto, presume-se que o tabagismo esteja possivelmente associado ao prognóstico adverso da doença Coronavírus 2019 (COVID-19),

bem como evidenciam uma maior taxa de mortalidade em fumantes acometidos pela Síndrome Respiratória do Oriente Médio causada pelo Coronavírus (MERS-CoV), o que converge com pesquisas atuais, nas quais a porcentagem de fumantes foi maior entre os casos graves de infecção pelo Coronavírus 2 da Síndrome Respiratória Aguda Grave (SARS-CoV-2).¹⁰

Além de todos os prejuízos à saúde supracitados, deve-se evidenciar a carga econômica que o tabagismo gera sob o Sistema Público de Saúde devido aos custos da assistência médica e da perda de produtividade por morbidades/mortes prematuras.¹¹ Nesse sentido, o tabagismo demanda da realização de procedimentos de alta complexidade e alto custo para o tratamento das comorbidades associadas¹² e conseqüentemente, gera direta e indiretamente, um peso econômico com custo aproximado de R\$ 57 bilhões ao ano.¹³

Assim, visto todos os malefícios do tabagismo, tanto de saúde quanto na questão socioeconômica da população, programas nacionais têm sido articulados em prol do controle e da redução da prevalência de fumantes e da morbimortalidade associada ao consumo de derivados do tabaco. Com o intuito de prevenir a iniciação ao tabagismo e promover a cessação de fumar, o Ministério da Saúde através do Instituto Nacional de Câncer José Alencar Gomes da Silva (INCA) articula ações educativas, de comunicação e conscientização para o controle do fumo. Dentre as ações promovidas pelo INCA, está a divulgação e comemoração do Dia Mundial sem Tabaco (31/05), data criada pela Organização Mundial da Saúde em 1987 para alertar sobre as doenças e mortes evitáveis associadas ao tabagismo.¹⁴ No Brasil, desde 1989, o Ministério da Saúde se engaja nessa ação articulada com a OMS, sendo uma oportunidade para sensibilizar, esclarecer a população e estimular a implementação de ações de controle do tabaco.¹⁵

Nesse contexto, nota-se a importância de ações educativas, informando sobre os riscos do tabagismo e dos benefícios da cessação do fumo. A partir disso, a ação de extensão “Dia Mundial sem Tabaco: uso de Redes como ferramenta de Conscientização” teve o objetivo de auxiliar na disseminação de informações, buscando atuar de forma ativa e positiva na conscientização da população acerca dos malefícios do tabagismo para a saúde e do seu impacto socioeconômico/ambiental. A ação trouxe, ainda, maior acessibilidade ao conhecimento, fornecendo estímulos que promoveram reflexões acerca do tema, em perspectiva da saúde individual e da Saúde Pública.

Metodologia

Realização da Ação de Extensão

A Liga Acadêmica de Pneumologia e Cirurgia Torácica do Acre (LAPCITO-AC) é uma liga acadêmica filiada à Associação Brasileira de Ligas Acadêmicas de Medicina (ABLAM) e, também, é um projeto de extensão vinculado à Universidade Federal do Acre (UFAC), composto por acadêmicos, professores e orientadores visando abordar temas relacionados à pneumologia e cirurgia torácica no meio acadêmico e comunitário de maneira voluntária. A LAPCITO-AC é composta por 20 ligantes acadêmicos de medicina, dentre eles há os membros da diretoria da liga. Essa é composta por um presidente, um vice-presidente, um secretário geral, um tesoureiro, dois diretores de comunicação e marketing, um diretor de

ensino, um diretor de pesquisa e um diretor de extensão. A diretoria tem como finalidade representar, organizar e deliberar o funcionamento das atividades, ações e projetos da liga. Assim, a LAPCITO-AC realizou uma ação extensionista vinculada à UFAC voltada para o Dia Mundial Sem Tabaco, promovendo o combate ao fumo. Tal ação foi denominada “Dia Mundial sem Tabaco: uso de Redes como ferramenta de Conscientização” e foi implementada no período de 20/04 a 31/05/2020, por meio de transmissões ao vivo e postagens informativas, padronizadas e personalizadas para o projeto, que abordaram de forma concisa orientações e conteúdos sobre o tabagismo. As plataformas utilizadas foram o *Instagram* e o *Youtube*.

Essa ação extensionista foi organizada em seis eixos: 1) Tabaco e comorbidades; 2) Perigos do fumo passivo; 3) Tabaco: mortal em todas as suas formas e disfarces; 4) Estratégias para a prevenção do fumo; 5) Estratégias para o abandono do tabaco; e 6) Políticas de combate ao fumo. Em cada um desses eixos foram desenvolvidas postagens para elucidar tais temáticas. Sendo assim, totalizou-se 12 publicações informativas que foram postadas no *Instagram* nas segundas e quintas - feiras, às 18h (UTC-3) durante as seis semanas e seis dias de realização da ação extensionista e 2 publicações sobre o Dia Mundial Sem Tabaco foram realizadas, uma na abertura (20/04/2020) e outra no encerramento (31/05/2020).

O projeto foi planejado pela diretoria da LAPCITO-AC, sendo coordenado pela diretoria de ensino, a qual delegou as funções para os demais membros da liga, ou seja, todos os membros da liga participaram ativamente na execução da ação. Na execução da ação de extensão, participaram também, profissionais de saúde que foram convidados a participarem de algumas lives.

Tanto a realização das lives, como as realizações das postagens foram organizadas pela diretoria de ensino. Os eixos escolhidos foram planejados e pensados de forma cronológica, para serem exposto e abordado desde a definição do tabaco, as complicações que essa pratica possuem, até estratégias e políticas de prevenção e combate do mesmo, para assim, mostrar um nexos causal do motivo do projeto se basear em estratégias para diminuição do tabagismo.

O público-alvo do projeto eram pessoas mais jovens, afim de gerar através da ação extensionista, um impacto sobre o uso do tabaco, tentando alertar e minimizar o consumo do tabaco nesse público. Dessa forma, como na atualidade a população mais jovem possui um acesso maior às redes sociais, as plataformas escolhidas para o desenvolvimento do projeto foram as contas da LAPCITO-AC no *instagram* e no *Youtube*. As postagens foram programadas de acordo com os horários e dias de melhor engajamento nessas redes sociais, para assim, obter um maior alcance do público-alvo.

Como ferramenta para a avaliação do impacto da ação sobre a comunidade, elaborou-se um questionário diagnóstico (Anexo A) de conhecimento geral acerca dos temas que foram abordados pela ação. O mesmo teste foi aplicado em dois momentos distintos: o primeiro, antes da divulgação do conteúdo programático e, o segundo, após a finalização da ação de extensão. O questionário, elaborado pelos acadêmicos da LAPCITO-AC e corrigido pelo coordenador médico responsável pela liga, era composto por 15 questões (anexo A), de nível básico e intermediário, cujo conteúdo delimitou-se aos problemas de saúde respiratória mais insurgentes na atenção básica de saúde relacionados ao tabagismo, segundo a literatura referenciada e dentro dos eixos temáticos supracitados. O teste foi aplicado para a comunidade externa pela primeira vez no dia 19 de abril de 2020, enquanto a segunda aplicação ocorreu no dia 31 de maio de 2020, após a finalização de todas as atividades da ação de extensão.

As questões foram disponibilizadas ao público por meio de uma enquete elaborada na ferramenta “*stories*” do *Instagram*, e teve em média a participação de 241 pessoas. Com a avaliação inicial objetivou-se o nivelamento do conhecimento primário da população geral sobre tais temas, conferindo aos organizadores uma noção mais concreta do domínio prévio de tais informações pelo público participante. Dessa forma, foi possível a comparação dos resultados anteriores e posteriores à ação desenvolvida, esclarecendo uma fonte primária de mensuração do impacto gerado pela iniciativa acadêmica.

Além disso, nas primeiras cinco semanas do cronograma dessa ação extensionista foram realizadas apresentações ao vivo pela plataforma do *Instagram*. Nessas apresentações foram expostos e discutidos artigos selecionados pela equipe que abordavam diversos aspectos tangentes ao tabagismo. As *lives* ocorreram semanalmente aos domingos às 20h (UTC -3), cada debate foi ministrado por dois integrantes da LAPCITO-AC e teve duração média de 25 minutos. Após cada sessão *online*, foram publicadas enquetes de média complexidade sobre o conteúdo ministrado. Essa avaliação teve intuito de evidenciar pontos fortes e fracos no que diz respeito ao aprendizado e, além disso, avaliar o nível de compreensão dos interlocutores acerca do conhecimento compartilhado durante o debate. A plataforma do *Instagram* possibilitou que os interlocutores expressassem suas dúvidas ou acrescentassem, de forma construtiva, conhecimentos, críticas e opiniões relacionados à discussão, visando proporcionar um *feedback* a respeito da ação extensionista. Esse envolvimento foi feito através da caixa de comentários do aplicativo, tanto nas apresentações ao vivo quanto nas publicações.

No dia 31 de maio, Dia Mundial Sem Tabaco, foi finalizada a intervenção, em tempo real, pelo *YouTube*, por meio de uma aula ministrada pelo Dr. Daniel Dheinzelin - médico pneumologista do Hospital Sírio Libanês, com o tema: Tabaco e Atualidades: Os impactos do fumo crônico no cenário da pandemia por SARS-CoV-2, buscando contextualizar os malefícios do tabagismo e seu papel como fator agravante da COVID-19. Portanto, a produção de mídias informativas do projeto ocorreu da seguinte forma: no *Instagram* foram realizadas 5 *lives*, 14 publicações no *feed* e 8 testes nos *stories*. Enquanto no *YouTube*, foi realizada uma *live* para encerrar o projeto (Gráfico 1).

As referências utilizadas na ação extensionista, foram retiradas nas bases de dados bibliográficos da *Scientific Electronic Library Online* (SciELO) e *Medical Literature Analysis and Retrieval System Online* (MEDLINE), além de dados oficiais disponíveis nos portais eletrônicos do Instituto Nacional de Câncer José Alencar Gomes da Silva (INCA) e da Organização Mundial da Saúde (OMS). As consultas às bases de dados foram efetuadas por meio de descritores retirados da plataforma DeCS (Descritores em Ciência da Saúde), foram eles: tabagismo, fumo passivo, prevenção do hábito de fumar.

Avaliação da Ação de Extensão

A plataforma do *Instagram* oferece ferramentas para mensurar a efetividade do conteúdo veiculado pelo usuário nessa rede social. Essas métricas fazem parte do *Instagram Analytics*, disponível nas contas comerciais. As métricas oferecidas são várias, sendo as principais: Impressões, Alcance, Envolvimento, Salvo e Crescimento de Seguidores. As Impressões são avaliadas a partir do número de vezes que a postagem foi visualizada pelo os seguidores. Já o Alcance é calculado pelo o número de visitantes únicos que visualizaram suas postagens dentro do período analisado. O Envolvimento refere-se ao número de comentários e curtidas

que a postagem recebeu. Enquanto, a Salvo refere-se à quantidade de usuários que salvou determinada postagem. Por fim, a Crescimento de Seguidores possibilita verificar o número de seguidores que o perfil específico ganhou em determinado espaço de tempo.

Além dessas métricas, há algumas específicas para a modalidade *Stories* do *Instagram*, as quais foram aplicadas nos testes do projeto, assim, observou-se o desempenho dos usuários. A principal utilizada foi a Interações no *Stories*, que possibilita acessar: a quantidade de pessoas que responderam os questionários, quantos compartilharam aquele *stories* com outras pessoas, qual é o número de usuários que visitaram o perfil após visualizarem os *stories*, quantidade de cliques nas *hashtags* e marcações de outros perfis utilizados. Essas diversas funcionalidades oferecidas por essa mídia social, foram essenciais para avaliar o impacto, o alcance e a propagação dos assuntos apresentados.

Dessa forma, em um primeiro momento foram coletadas e tabuladas essas métricas, todos os dados foram armazenados no programa *Excel*. Após essa etapa, foram feitos gráficos, análises e comparações de dados. Por conseguinte, obtiveram-se os resultados, os quais foram também comparados aos resultados da ação de mesmo cunho que ocorreu presencialmente em maio de 2019.

Resultados e Discussão

A ação de extensão intitulada “Dia Mundial sem Tabaco: uso de Redes como ferramenta de Conscientização”, foi idealizada com o intuito de levar à comunidade acadêmica e externa informações sobre os malefícios causados pelo tabagismo e as consequências que o hábito de fumar causa à saúde humana. Aliado a isso, a cessação e a prevenção ao fumo foram incentivadas e debatidas como intervenção para mitigar os problemas que o tabaco causa na esfera social. Corroborando isso, Oliveira e Gonçalves, 2004 afirma que a educação em saúde para a população é uma importante vertente à prevenção de doenças, assim como para a melhoria de condições de vida e de saúde.¹⁶

No decorrer da ação de extensão, foram coletados alguns dados para mensurar o impacto que as ações desenvolvidas iriam causar na população externa e acadêmica. A meta da intervenção foi assegurar o entendimento e a compreensão de acadêmicos, profissionais de saúde e da população em geral acerca dos malefícios e prejuízos causados pelo fumo e compreender a relevância das ações de prevenção abordadas.

Para expor um conhecimento amplo e de cunho relevante para a sociedade, alguns temas foram trabalhados nas redes sociais. Segundo Personi, 2012 as redes sociais são citadas em diversos estudos como uma ferramenta de ensino e aprendizagem de impacto positivo na educação em saúde.¹⁷ Nessa via, utilizou-se o *Instagram* e o *YouTube* como plataformas digitais para alcançar o público-alvo da ação de extensão exposta e, com isso, apresentar informações dos temas escolhidos. Parcerias com outras Ligas de Pneumologia e Cirurgia fora do estado do Acre também foram firmadas para ter um alcance de público satisfatório a nível nacional.

O contexto da realização das ações de extensão do Dia Mundial Sem Tabaco no ano de 2020 foi atípico, evidenciado pelo surgimento da pandemia causada pelo novo Coronavírus. Dessa forma, todas as medidas do projeto foram efetivadas de modo virtual, no qual, não houve nenhum contato físico com as pessoas para a realização do mesmo. A produção de mídias informativas ocorreu da seguinte forma: no *Instagram* foram realizadas 5 *lives*, 14

publicações no *feed* e 8 testes nos *stories*. Enquanto no *YouTube*, foi realizada uma *live* para encerrar a ação, a qual tratava sobre a relação e o impacto do tabagismo e o COVID-19 (Gráfico 1).

Os temas abordados nas postagens, assim como nas transmissões ao vivo, são de grande relevância social, pois abordaram temas comuns no cotidiano, como o uso de cigarros eletrônicos, tabaco saborizado, doenças respiratórias, cânceres pulmonares, controle do tabaco, locais de referência para o tratamento de cessação do fumo e outros. O detalhamento completo dos temas abordados na ação extensionista em questão, está nos quadros 1 e 2.

Na idealização dessa ação de extensão, esperava-se que 100 pessoas da comunidade externa e que 20 professores da área da saúde fossem alcançados. Entretanto, os resultados foram muito além dos números esperados, apontando que as ações desenvolvidas tiveram uma projeção de alcance e interação do projeto superiormente satisfatórios em relações as

Gráfico da Produção De Mídias do Projeto Dia Mundial Sem Tabaco



Gráfico 1: Produção de mídias.

Fonte: Autores (2020).

Quadro 1: Temas abordados nas postagens.

Temas Que Foram Abordados nas Postagens do Projeto Dia Mundial Sem Tabaco
1º) Dia Mundial Sem Tabaco: uso de redes como ferramentas de conscientização
2º) Tabagismo e Doenças Respiratórias
3º) Tabagismo e Doenças Cardiovasculares
4º) Tabagismo Passivo
5º) Exposição Ocupacional ao Tabaco
6º) Uso de Narguilé e Introdução ao Fumo
7º) Cigarros Adivados
8º) Prevenção à Iniciação ao Fumo
9º) O Controle do Tabaco e o Papel dos Profissionais de Saúde
10º) Esporte e Tabagismo
11º) Cessação do Fumo
12º) Locais de Referência no Tratamento do Tabagismo em Rio Branco (AC)
13º) Dia Nacional do Combate ao Fumo
14º) O Que é o Dia Mundial Sem Tabaco (World no Tobacco Day)?

Fonte: Autores (2020).

Quadro 2: Temas abordados nas *lives*.

Temas que Foram Abordados nas <i>Lives</i> do Projeto Dia Mundial Sem Tabaco
1º) Tabagismo e o Desenvolvimento do Câncer Pulmonar
2º) Associação Entre Tabagismo Passivo Domiciliar e Morbidades Respiratórias em Pré-escolares
3º) O Uso do Tabaco Saborizado Por Adolescentes
4º) Tabagismo e Gravidez: Repercussões no Desenvolvimento Fetal
5º) Cigarros Eletrônicos: Doenças e Lesão não Apenas Para o Tabagista
6º) Tabagismo e COVID-19

Fonte: Autores (2020).

projeções iniciais. As *lives* feitas pelos acadêmicos e pelo palestrante, como citado acima, foram utilizadas para debater os temas pontuados no Quadro 2, e foi justamente nessa forma que se registrou o maior alcance na comunidade de acadêmicos, profissionais da saúde e na comunidade geral, no qual teve um total de 2.652 pessoas impactadas pelas informações virtuais disponibilizadas nesse formato. O maior pico de alcance, foi na última *live*, apontando aproximadamente 81% (2.156) dos alcances em *lives*, a qual abordou o tema tabagismo relacionado ao COVID-19. Porém, houve alcance satisfatório nas demais *lives* realizadas, como mostrado no gráfico 2.

Seguindo a mesma linha de uso das redes sociais para alcançar o público-alvo da ação extensionista com temas tão relevantes para a sociedade geral, foram intercaladas entre as *lives*, 14 postagens no *Instagram* com temas já indicados no Quadro 1. O alcance e a interação das pessoas com os *posts* foram muito satisfatórios, totalizando 3.133 alcances e 268 curtidas durante as 14 publicações, tendo sua maior obtenção na postagem sobre o “Dia Nacional de Combate ao Fumo”, o qual representou aproximadamente 11% (354) dos alcances totais. A quantidade de usuários atingidos em cada *post* está discriminada no gráfico 3 em anexo e a quantidade de curtidas pode ser observada no gráfico 4.

No ano de 2019, diferentemente da realidade contemporânea, a intervenção do Dia Mundial Sem Tabaco foi realizada com um número reduzido de interações pelas redes sociais, havendo apenas 3 postagens, com interação mostrando 84 curtidas e o número

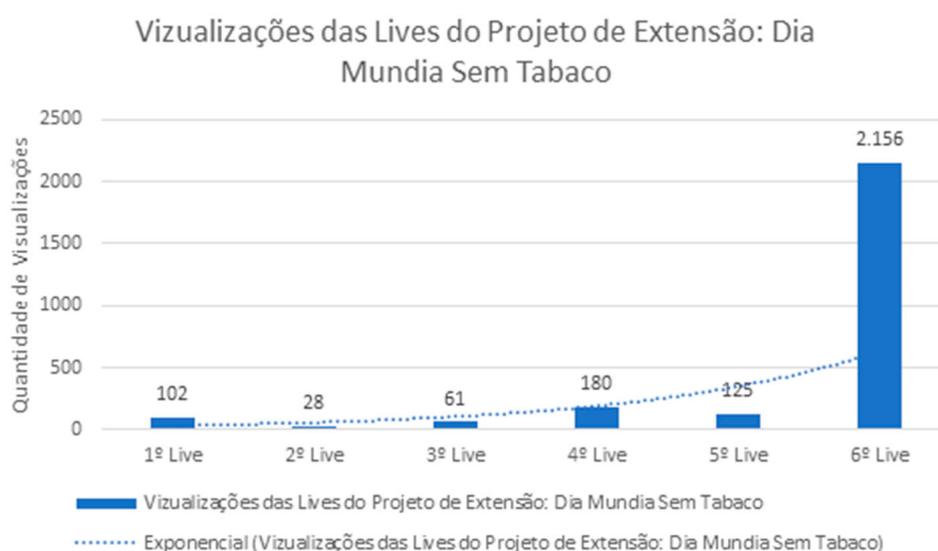


Gráfico 2: Visualizações das *lives*.

Fonte: Autores (2020).

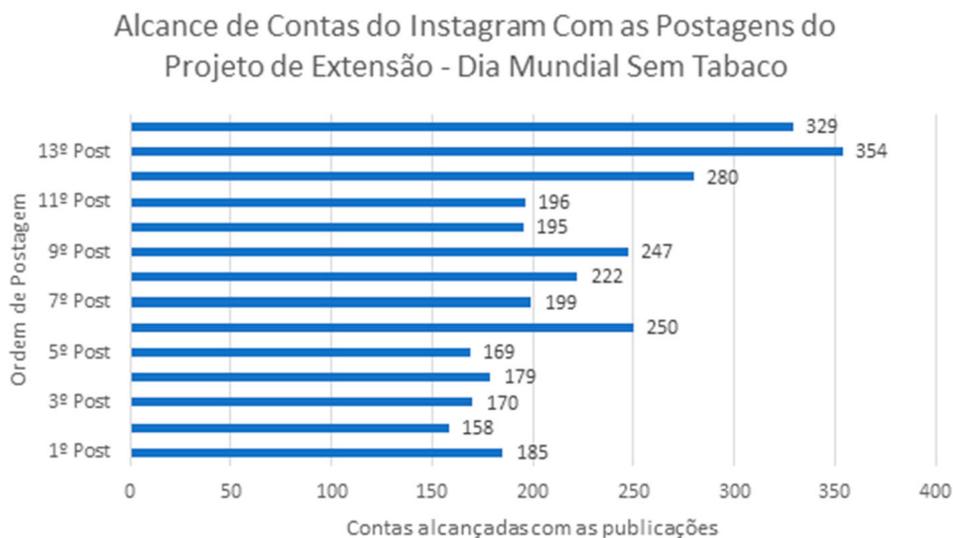


Gráfico 3: Alcance no Instagram através de postagens do projeto.
Fonte: Autores (2020).

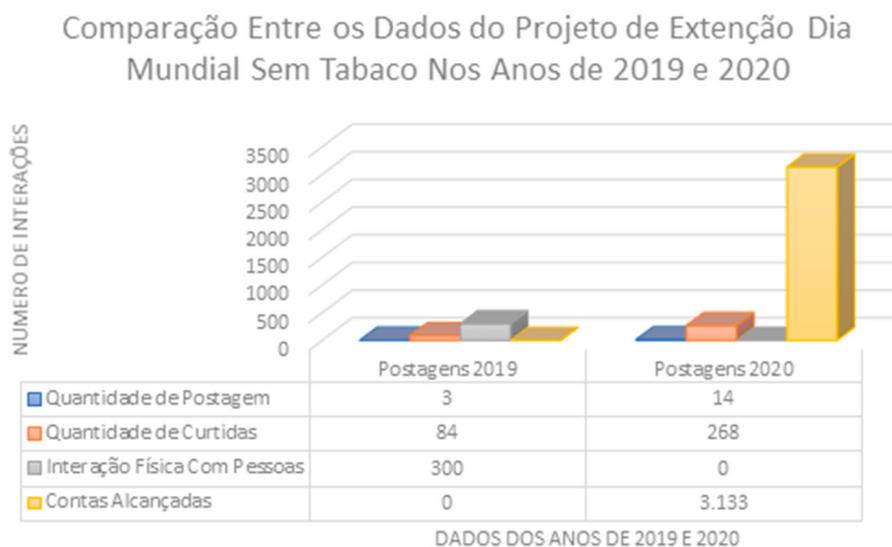


Gráfico 3: Alcance no Instagram através de postagens do projeto.
Fonte: Autores (2020).

de alcance não era disponibilizado ainda pela plataforma utilizada. Entretanto, em 2019, as ações desenvolvidas em quase toda a totalidade do projeto eram de interação física com a população, utilizando-se de dinâmicas, como a aferição de pressão, colagem de cartazes sobre a temática no campus da Universidade Federal do Acre, utilização de *folders* informativos e conversas de temas relacionados a cessação e redução do tabagismo. Foi estimado que na ação de 2019 houve um alcance em cerca de 300 pessoas da comunidade externa (Gráfico 4).

É importante salientar, que no projeto de 2020 obtivemos um número expressivo de pessoas alcançadas com a ação de extensão “Dia Mundial sem Tabaco: uso de Redes como ferramenta de Conscientização”. O fato de utilizar as ferramentas das redes sociais como o *Instagram* e o *YouTube* que são amplamente utilizados no Brasil e no mundo, foi uma estratégia benéfica para alcançar pessoas com informação de cunho científico e social que impactam

positivamente a vida humana, como afirmado por Personi, 2012.¹⁷ Em comparação com o ano de 2019, no ano de 2020, essa ação extensionista obteve um maior alcance frente ao público-alvo (Gráfico 4). No entanto, de acordo com Pedrosa, 2014 é importante ressaltar também que as ações de extensão que envolvem as situações físicas e presenciais como ocorrido no projeto do Dia Mundial Sem Tabaco desenvolvido em 2019, são de extrema importância para o desenvolvimento da humanização e da educação em saúde.¹⁸

Considerações Finais

Sabe-se que o tabagismo é um dos principais fatores modificáveis de risco para o desenvolvimento de doenças crônicas não transmissíveis. Além dos inúmeros malefícios para a saúde e bem-estar individual, o tabaco impacta negativamente no meio ambiente por meio da liberação de poluentes, consequentes da fumicultura. Dessa forma, torna-se imprescindível a ampliação de estratégias eficazes voltadas, principalmente, para a prevenção a iniciação do fumo, por meio da conscientização da população quanto aos malefícios deste ato.

A elaboração da ação de extensão “Dia Mundial sem Tabaco: uso de Redes como ferramenta de Conscientização” tornou possível a divulgação de informações à população acerca da prevenção e cessação do tabagismo, viabilizando o conhecimento mesmo em tempos remotos de pandemia. Ficou evidenciado, nesse caso, que as ações virtuais à distância são um potencial mecanismo para a ampliação do alcance das ações extensionistas que, de costume, concentram-se nas próprias Universidades e comunidades locais.

Em contrapartida, com esse tipo de ação pode-se evidenciar, também, que a disparidade à obtenção das tecnologias são barreiras importantes à implementação mais ampla e eficaz de projetos remotos, visto que a metodologia virtual de intervenção depende do acesso da população as mídias sociais, que são partes vitais para o maior impacto dos resultados na sociedade. Por fim, apesar de as limitações citadas, tal abordagem mostrou ser uma grande aliada da medicina e das ações de extensão, pois, além de ampliar a abrangência de pessoas, possibilita a orientação e conscientização da população para uma medicina de prevenção, que é considerada o método mais efetivo para a redução de doenças.

Contribuições dos autores

1. Manipulação de dados em tabelas e quadros; e Execução da escrita textual.
- 2; 3; 4; 5 e 6. Execução da escrita textual.
7. Orientação e correção da escrita textual.

Referências

1. RIBEIRO, Jessyca. OS MALEFÍCIOS DO USO DO CIGARRO E SEU IMPACTO NA SOCIEDADE, 2014. Disponível em: <http://www.herrero.com.br/files/revista/filebd43a71a9c75bdae10351f3e45277080.pdf>. Acesso em: 2 ago. 2020.

2. ALMEIDA SOUZA, Telma; FREITAS MATTOS, Flávio. Representação social de adultos sobre o tabagismo e suas implicações para a saúde: estudo realizado em comunidade rural - MG., 2012. Disponível em: http://revodonto.bvsalud.org/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S1516-09392012000300006. Acesso em: 2 ago. 2020.
3. SILVA, Luiz Carlos Corrêa da et al. Controle do tabagismo: desafios e conquistas. **J. bras. pneumol.**, São Paulo, v.42, n.4, p. 290-298, Aug. 2016. Available from <http://www.scielo.br/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S180637132016000400290&lng=en&nrm=iso>. access on 02 Feb. 2021.
4. WORLD HEALTH ORGANIZATION. Global health risks: mortality and burden of disease attributable to selected major risks. [S. l.: s. n.], 2009. Disponível em: https://www.who.int/healthinfo/global_burden_disease/GlobalHealthRisks_report_full.pdf. Acesso em: 31 jul. 2020.
5. JOSÉ DE ARAÚJO, Alberto; B. Menezes, Ana Maria; José Pessoa Silva Dórea, Antônio; Santos Torres, Blancard; Alberto de Assis Viegas, Carlos. Diretrizes para Cessação do Tabagismo. **Scielo**, [s. l.], 2014. Disponível em: http://www.scielo.br/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S1806-37132004000800002. Acesso em: 2 ago. 2020.
6. WUNSCH FILHO, Victor; MIRRA, Antonio Pedro; LOPEZ, Rossana V. Mendoza and ANTUNES, Leopoldo F. Tabagismo e câncer no Brasil: evidências e perspectivas. **Rev. bras. epidemiol.** [online]. 2010, vol.13, n.2, pp.175-187. ISSN 1415-790X. Disponível em: <https://doi.org/10.1590/S1415-790X2010000200001>. Acesso em: 1 ago. 2020.
7. INSTITUTO NACIONAL DO CÂNCER. **Tabagismo**. [S. l.], 2020. Disponível em: <https://www.inca.gov.br/tabagismo>. Acesso em: 1 ago. 2020.
8. CORRÊA DA SILVA, Luiz Carlos; JOSÉ DE ARAÚJO, Alberto; DIAS DE QUEIROZ, Ângela Maria; UCHOA SALES, Maria da Penha; OLIVEIRA CASTELLANO, Maria Vera Cruz. Controle do tabagismo: desafios e conquistas. **Scielo**, [s. l.], 2016. Disponível em: http://www.scielo.br/pdf/jbpneu/v42n4/pt_1806-3713-jbpneu-42-04-00290.pdf. Acesso em: 2 ago. 2020.
9. BERLIN, Ivan; THOMAS, Daniel; LE FAOU, Anne- laurence; CORNUZ, Jacques. Covid 19 and smoking. **Oxford academic**, 2020. Disponível em: <https://academic.oup.com/ntr/article/doi/10.1093/ntr/ntaa059/5815378>. Acesso em: 4 ago. 2020.
10. VARDAVAS; NIKITARA, COVID-19 e tabagismo: uma revisão sistemática das evidências. **PubMed**, 2020. Disponível em: <https://www.ncbi.nlm.nih.gov/pubmed/32206052>. Acesso em: 2 ago. 2020.
11. HODGSON, Thomas; MEINERS, Mark. Metodologia de custo de doença: um guia para práticas e procedimentos atuais. **PubMed**, 1982. Disponível em: <https://www.ncbi.nlm.nih.gov/pubmed/6923138>. Acesso em: 3 ago. 2020.
12. PINTO, Márcia; DOMÍNGUEZ UGÁ, Maria Alicia. Os custos de doenças tabaco-relacionadas para o Sistema Único de Saúde. **Scielo**, 2010. Disponível em: <http://www.scielo.br/pdf/csp/v26n6/16.pdf>. Acesso em: 6 ago. 2020.
13. COMISSÃO (Senado Federal) discutiu custos e arrecadações gerados pelo tabagismo Fonte: Agência Senado. [S. l.], 2018. Disponível em: <https://www12.senado.leg.br/noticias/materias/2018/10/31/comissao-discutiu-custos-e-arrecadacoes-gerados-pelo-tabagismo>. Acesso em: 1 ago. 2020.

14. MINISTÉRIO DA SAÚDE; Instituto Nacional de Câncer José Alencar Gomes da Silva (INCA). Coordenação de Prevenção e Vigilância. **Dia Mundial Sem Tabaco**, 2017. Disponível em: <https://www.inca.gov.br/sites/ufu.sti.inca.local/files/media/document/manual-dia-mundial-sem-tabaco-inca-2017.pdf>. Acesso em: 2 ago. 2020.
15. MINISTÉRIO DA SAÚDE; Instituto Nacional de Câncer José Alencar Gomes da Silva (INCA). **Dia Mundial sem Tabaco e Dia Nacional de Combate ao Fumo**, 2017. Disponível em: http://bvsmis.saude.gov.br/bvs/publicacoes/dia_mundial_tabaco_dia_nacional_combate_fumo_catalogo_campanhas.pdf. Acesso em: 2 ago. 2020.
16. OLIVEIRA, Hadelândia Milon de; GONCALVES, Maria Jacirema Ferreira. Educação em Saúde: uma experiência transformadora. **Ver. bras. enferm.**, Brasília, v.57, n.6, p. 761-763, Dec. 2004. Disponível em: http://www.scielo.br/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S003471672004000600028&lng=en&nrm=iso. Acesso em: 02 jan. 2021.
17. PESSONI, A. Uso da rede social Facebook como ferramenta de comunicação na área de educação em saúde: estudo exploratório produção científica da área - 2005 a 2011. Rio de Janeiro, 2012. Disponível em: <https://homologacao-reciis.icict.fiocruz.br/index.php/reciis/about>. Acesso em: 02 jan. 2021.
18. PEDROSA, E. F. N. C. *et al.* O Ensino Humanizado na Graduação Através de Vivência de Ações Comunitárias. Anais do 11º Congresso Internacional da Rede Unida. **Interface (Botucatu)**, São Paulo, supl.3, 2014. Disponível em: <http://conferencias.redeunida.org.br/ocs/index.php/redeunida/RU11/paper/view/782>. Acesso em: 02. jan. 2021.

Anexos

Anexo A - Questionário Diagnóstico

1) Dentre as alterações que o tabagismo induz no tecido pulmonar, qual delas NÃO é consequência deste hábito?

Hipertrofia, hiperplasia das glândulas mucosas e hipersecreção;
Dilatação de espaços aéreos, destruição das paredes;
Cicatrização inflamatória e obliteração parcial dos bronquíolos;

Formação de granuloma epitelióide não caseoso;

Prejuízos na síntese de surfactante pulmonar, que resulta na diminuição da capacidade dos pulmões inflarem.

2) Marque a alternativa FALSA:

a) O tabaco não representa risco para a saúde do coração;

b) Os não fumantes, que respiram a fumaça do tabaco, têm risco aumentado;

c) Para aqueles que param de fumar, após um ano, o risco de morte por infarto é reduzido;

d) O tabagismo é um fator que aumenta o risco de ocorrência de doenças cardiovasculares.

3) Sobre o tabagismo como fator de risco para o câncer, marque a alternativa INCORRETA:

É o mais importante fator de risco para o câncer de pulmão;

É considerado um fator de risco para leucemia mieloide aguda;

Possui um papel significativo para o desenvolvimento de câncer de cólon e reto;

É responsável por 70% da metástase de câncer de células renais;

Aumenta até em 440% a chance de desenvolver câncer de bexiga, um dos mais agressivos e letais.

4) O tabagista inala cerca de 15% da fumaça do cigarro, e os 85% é expelido na atmosfera ou inalado por outra pessoa - os chamados fumantes passivos. Sobre o fumo passivo marque a INCORRETA:

Se a fumaça do cigarro for inalada, somente, de forma passiva, causará apenas irritação no nariz e tosse momentânea, sem risco de complicações maiores;

Pode ser uma das causas de mortes súbita em bebês de até 6 meses de idade;

Pode desencadear doenças relacionadas ao trato respiratório e doenças cardíacas;

A exposição, passiva e prolongada, à fumaça do cigarro aumenta os riscos de desenvolver câncer de pulmão.

5) Trabalhadores, que atuam na indústria do tabaco, são expostos a partículas resultantes do processamento desse produto. A inalação desse “pó de tabaco” pode desencadear doenças respiratórias?

Falso. O tabaco só é nocivo se fumado, e se a fumaça for tragada. Podendo causar dispnéia, bronquite, asma e tosse crônica.

Verdadeiro. Porém, o pó de tabaco só é agressivo se for aliada ao fumo. A poeira, sozinha, causa apenas coceira no nariz e garganta.

Verdadeiro. A poeira do tabaco, se inalada, pode desencadear asma; bronquite; dispnéia e tosse crônica, independentemente de o indivíduo ser fumante ou não.

Falso. A poeira do tabaco é totalmente retida nos “pelinhos” do nariz. É expulso com o ato de espirrar.

6) Crianças pré-escolares expostas ao tabagismo passivo em domicílio tiveram risco aumentado de apresentar sintomas respiratórios (SIGAUD, 2016). Desse modo, quais das alternativas abaixo apresenta sugestões plausíveis para solucionar esse problema:

Adoção de ações intersetoriais que articulem profissionais de saúde e da educação, visando o fortalecimento da família e da comunidade para a promoção da saúde da criança e ambientes livres de tabaco;

Crianças pré-escolares devem ser adotadas por pais não fumantes, até que se haja uma reabilitação;

Adoção de ações intersetoriais que articulem profissionais de saúde e da economia, visando o fortalecimento da família em sua área econômica, para que todas as famílias tenham condições de construir locais apropriados para o consumo do tabaco, longe das crianças;

Adoção de multas para pais que sejam flagrados expondo crianças pré-escolares ao tabagismo passivo.

7) Uma seção de narguilé corresponde a fumar:

15 cigarros tradicionais

30 cigarros tradicionais

45 cigarros tradicionais

60 cigarros tradicionais

100 cigarros tradicionais

8) Quais são as características do grupo de risco mais suscetível ao uso do tabaco saborizado associado a outro produto contendo nicotina?

Mulheres, brancas e de origem latina

Homens, brancos e de origem latina

Homens, negros e de origem latina

Mulheres, negras e de origem latina

9) A lei Antifumo (Lei 12.546/ 2011) proíbe uma série de ações, EXCETO:

Fumar em locais fechados e coletivos

Propagandas comerciais de cigarro

Imagens de advertência em 100% da face posterior da embalagem

A existência de fumódromos

- 10)** Segundo a PNCT (programa nacional de controle do tabagismo):
 É função específica do médico dar orientações contra o tabagismo;
 É função específica de enfermeiros e agentes de saúde expor os malefícios do tabagismo;
 Cabe aos médicos atuarem, somente, em momentos de prescrição de medicamento;
Não há no PNCT definição de funções específicas aos profissionais de saúde, cabendo a todos combater e prevenir o tabagismo.
- 11)** Tabagismo durante a gravidez NÃO está associado a:
 Síndrome de Morte Súbita Infantil
 Deficit de desenvolvimento do sistema respiratório
Doença de Lorenzo
 Transtorno de Déficit de Atenção e Hiperatividade
- 12)** O que o tabagismo causa no desempenho esportivo?
 Febre, tosse, coriza
Falta de ar, redução da resistência física e poder de reação
 Falta de ar, dor abdominal, cansaço
 Dor muscular, fadiga, febre
- 13)** Quanto à **cessação do tabagismo**, marque a alternativa **INCORRETA**:
 O uso de medicamentos pode ser indicado, sempre com avaliação clínica rigorosa.
 Quando o fumante deixa de fumar, podem surgir sintomas desagradáveis, é a chamada "síndrome de abstinência".
O método cognitivo-comportamental não pode ser combinado com apoio medicamentoso.
 A chamada "síndrome de abstinência" se inicia algumas horas após parar de fumar, mas desaparece em torno de 1 a 2 semanas.
- 14)** Assinale a alternativa VERDADEIRA. O cigarro eletrônico (...):
 É eficiente como mais uma opção de tratamento para cessação de tabagismo.
 Oferece menos nicotina em sua composição.
 Reduz o risco de lesões pulmonares.
É considerado uma porta de entrada para o tabagismo, principalmente, para adolescentes.
- 15)** Sobre a relação entre o tabagismo e a COVID-19, qual a alternativa INCORRETA?
 Fumar aumenta o risco de infecção e de complicações;
 Tabagistas entram no grupo de risco para COVID-19;
Não há indicação de cessação do fumo para o melhor prognóstico da doença;
 O compartilhamento dos cigarros comuns, eletrônicos ou narguilés aumenta o risco de infecção.