



## **AÇÃO DE EDUCAÇÃO EM SAÚDE SOBRE OS IMPACTOS DO TABAGISMO E CIGARRO ELETRÔNICO NO SISTEMA RESPIRATÓRIO<sup>1</sup>**

**Karolaine Natane Gehm Zambon<sup>2</sup>, Maria Eduarda Lima de Oliveira<sup>3</sup>, Maria Eduarda Rodrigues<sup>4</sup>, Martielle Paiva Tirloni<sup>4</sup>, Nicoli de Oliveira Guedes<sup>3</sup>, Vanessa dos Santos<sup>3</sup> e Rafaela Ferreira Perobelli Dumoncel<sup>5</sup>**

<sup>1</sup> Trabalho desenvolvido na disciplina Projeto Integrador: Processo Saúde e Doença da Universidade Regional do Noroeste do Estado do Rio Grande do Sul (Unijuí)

<sup>2</sup> Acadêmica do Curso de Farmácia da UNIJUI

<sup>3</sup> Acadêmica do Curso de Biomedicina da UNIJUI

<sup>4</sup> Acadêmica do Curso de Fisioterapia da UNIJUI

<sup>5</sup> Professora da disciplina de Projeto Integrador do Módulo 3 da UNIJUI

### **INTRODUÇÃO**

As últimas décadas têm sido marcadas por uma luta contra o tabagismo. Diversos programas e governamentais têm sido propagados com o intuito de diminuir ou até mesmo eliminar esse vício. Os cigarros eletrônicos (CE) têm sido utilizados como ferramenta alternativa para consumo tabágico. Contudo, os dispositivos liberam quantidades consideráveis de nicotina e outras substâncias, muitas vezes não esclarecidas pelo fabricante. A comercialização, importação e a publicidade no Brasil são proibidas, mas a venda é feita de forma clandestina (Vargas, et al, 2021).

Nesse contexto, os cigarros eletrônicos surgem como um empecilho, pois contribuem para o hábito de fumar. Eles têm sido vistos como um mal menor e uma alternativa para vencer o tabagismo. Estudos demonstraram que o público está fascinado pela inovação que estes produtos geram, muitos vaporizadores possuem funcionalidades atraentes como controle de seleção de músicas e sabores diferentes. Assim, essas características facilitam a popularização de um produto que causa danos consideráveis à saúde respiratória (VILARDI BMR e VILARDI TMR, 2015).

O objetivo geral deste trabalho é realizar uma ação de educação em saúde a respeito do uso e consequência dos cigarros tradicionais e eletrônicos, vinculados ao sistema respiratório na sociedade moderna. Esta temática se encaixa com os objetivos da ONU, principalmente com o número 3, saúde e bem-estar.

### **METODOLOGIA**



O projeto foi realizado com alunos do terceiro ano do Ensino para Jovens e Adultos (EJA) da Escola Técnica Estadual 25 de Julho, localizada no município de Ijuí, abordando os temas sistema respiratório, tabagismo e uso de CE. Visando alcançar os melhores resultados a respeito da problemática, foi utilizada a metodologia de aprendizado baseada em projetos. A partir disso, o estudo deste trabalho foi fundamentado em fontes de pesquisa exploratórias, a fim de melhor compreender o tema e trazer discussões pertinentes ao âmbito educacional. Para isso, foram utilizadas publicações em artigos, jornais e revistas e questionários encontrados em bases de dados confiáveis como Repositório Institucional da Universidade Federal de Paraíba, SciELO, Ministério da Saúde, entre outros, abordando conceitos, história do surgimento do objeto em estudo e conectando ideias que explicam as causas e os efeitos a respeito da problemática.

Para conscientizar sobre os benefícios de um estilo de vida livre de tabaco, foi realizada uma ação de Educação em Saúde com atividade interativa em grupos no formato de perguntas e respostas, inspirada no "Jogo do Milhão". A dinâmica consistiu em uma série de perguntas de múltipla escolha relacionadas ao tema, abordando os efeitos do tabagismo na saúde, as substâncias presentes no cigarro, os riscos associados ao uso do CE e estratégias para cessar o hábito de fumar. Essa abordagem buscou não apenas informar, mas também engajar os alunos na reflexão sobre os impactos do tabagismo e do uso de CE.

## **RESULTADOS E DISCUSSÃO**

A ação de Educação em Saúde viabilizou a explanação sobre as doenças que podem surgir a partir do uso, abordando estratégias de substituição e mediação. Partindo das pesquisas realizadas, observou-se a relação das doenças respiratórias com o uso do CE e constatou-se a lesão pulmonar induzida pelo cigarro eletrônico (EVALI) como a principal.

As atividades práticas foram realizadas com apresentação dos slides e dinâmica de grupo, que desempenharam um papel crucial na campanha de conscientização. Ademais, esses momentos permitiram que os alunos expressassem suas opiniões, compartilhassem experiências pessoais e discutissem estratégias para lidar com a pressão social e a tentação de experimentar ou continuar usando cigarro eletrônico. A troca de ideias e o apoio mútuo fortaleceram o senso de comunidade, encorajaram a adoção de comportamentos mais



saudáveis e proporcionaram um ambiente aberto e acolhedor para que eles conseguissem expressar suas opiniões e dúvidas sobre o tema.

Além disso, foi possível oferecer alternativas saudáveis para aqueles que desejam melhorar sua qualidade de vida e abandonar o uso de CEs. Estas incluíram métodos de substituição e mediação do vício em cigarros tradicionais e cigarro eletrônico e foram propostas em forma de apresentação de slide. As dicas eram simples e podem ajudar a superar crises de abstinência nos momentos difíceis como, por exemplo, tomar muita água, ter sempre pequenas porções de alimentos não muito calóricos à mão, evitar permanecer no mesmo ambiente com outros fumantes, tentar visualizar os benefícios que deixar de fumar traz, entre outros.

## **CONSIDERAÇÕES FINAIS**

O produto escolhido como solução para o desafio foi uma ação de Educação em Saúde a respeito do uso de cigarros tradicionais e eletrônicos e suas consequências ao sistema respiratório. Assim, houve a explanação e discussão sobre a principal doença causada pelo uso do CE, a EVALI e foram sugeridas como formas de parada, substituição ou mediação do vício a parada imediata, que consiste no indivíduo para de fumar no dia, e a parada gradual, na qual o indivíduo que fumava 30 cigarros, passa a fumar 25, depois 20 e assim por diante. Portanto, conclui-se que a prática aplicada pelo grupo gerou uma grande reflexão e satisfação sobre o assunto, a qual instigou curiosidade e o interesse na problemática e cumpriu com o objetivo proposto.

**Palavras-chave:** Consequências. Cigarro Eletrônico. Tabagismo.

## **REFERÊNCIAS BIBLIOGRÁFICAS**

CARRIJO, Vinicius da Silva, *et al.* **O uso de cigarros eletrônicos e os impactos na saúde do jovem brasileiro.** UniFimes, Centro Universitário Mineiros. 2022, p 6.

Disponível em:

<https://publicacoes.unifimes.edu.br/index.php/coloquio/article/view/1640/1384> Acesso em: 23 de abr. 2024.

CHERIAN, C.; BUTA, E.; SIMON, P.; GUEORGUIEVA, R.; KRISHNAN-SARIN, S. **Association of Vaping and Respiratory Health among Youth in the Population**



**Assessment of Tobacco and Health (PATH) Study Wave 3.** International Journal of Environmental Research and Public Health, v. 18. n. 15, p. 8208-8219, 2021.

Disponível em:

<https://www.ncbi.nlm.nih.gov/pmc/articles/PMC8346152/>. Acesso em: 04 de jun. 2024.

KNORST, Marli Maria *et al.* **Cigarro eletrônico: o novo cigarro do século 21.** 2014. 10. Ciências Pneumológicas - Universidade Federal do Rio Grande do Sul, Hospital de Clínicas de Porto Alegre, Porto Alegre (RS) Brasil, 2014.

Disponível em:

<https://www.scielo.br/j/jbpneu/a/zr39bFFL7y53xrZkHSp4Twx/?format=pdf&lang=pt> Acesso em: 09 de abr. 2024.

ROCHA, Anne Karoline. **Representações sociais acerca do uso do cigarro convencional e do cigarro eletrônico.** 2022. Universidade Federal da Paraíba. João Pessoa, 2022.

Disponível em:

[https://repositorio.ufpb.br/jspui/bitstream/123456789/28166/1/AnneKarolinePintoRocha\\_Dissert.pdf](https://repositorio.ufpb.br/jspui/bitstream/123456789/28166/1/AnneKarolinePintoRocha_Dissert.pdf) Acesso em: 10 de abr. 2024.

SECRETARIA, Municipal da Saúde de Ribeirão Preto. **Tabagismo: Doenças causadas pelo fumo.** Ribeirão Preto, SP, 2021.

Disponível em:

<https://www.ribeiraopreto.sp.gov.br/portal/pdf/saude154202108.pdf>. Acesso em: 08 de maio. 2024.

SILVA, Saulo A. **Malefícios causados pelo cigarro eletrônico na cavidade bucal.** Universidade Federal de Minas Gerais, Campos Gerais. 2012; 1(13).

Disponível em:

<https://www.nescon.medicina.ufmg.br/biblioteca/imagem/4930.pdf>. Acesso em 25 de abr. 2024.

SZUMILAS, Pawel; WILK, Aleksandra; SZUMILAS, Kamila; KARAKIEWICZ, Beata. **The Effects of E-Cigarette Aerosol on Oral Cavity Cells and Tissues: A Narrative Review.** *Toxics*. National Library of Medicine. Basileia, Suíça. Feb 2022 6;10(2):74.

DOI: 10.3390/toxics10020074.

Disponível em:

<https://www.ncbi.nlm.nih.gov/pmc/articles/PMC8878056/>. Acesso em: 23 de abr. 2024.

VARGAS, Luana Soares, *et al.* Riscos do uso alternativo de cigarros eletrônicos: uma revisão narrativa. Centro Universitário Atenas (UniAtenas), Paracatu: MG. **Revista Eletrônica Acervo Científico.** 2021, vol 30, p.6.

DOI: <https://doi.org/10.25248/REAC.e8135.2021>

Disponível em:

<https://acervomais.com.br/index.php/cientifico/article/download/8135/5104> Acesso em: 02 de abr. 2024.