

## PROGRAMA DE EDUCAÇÃO EM SAÚDE NA PREVENÇÃO AO TABAGISMO PELA REDE EDUCATION AGAINST TOBACCO: UM RELATO DE EXPERIÊNCIA

Isabella Lopes Nonato Mundim Portilho<sup>1</sup> Priscila Nicolau Elias de Oliveira Melazo<sup>2</sup>  
Vanessa Silva Lemos<sup>3</sup>

**RESUMO:** Este relato de experiência descreve a participação ativa em um programa de educação em saúde dedicado à prevenção do início do hábito ao tabagismo. A atuação teve como objetivo principal sensibilizar a comunidade de jovens e adolescentes sobre os riscos associados ao tabaco e promover a adoção de estilos de vida saudáveis. Uma vez que, o tabagismo representa um dos maiores desafios em saúde pública em todo o mundo. As atividades foram desenvolvidas a partir do referencial teórico proposto pelo programa internacional EAT. O programa foi desenvolvido em vertentes de ensino, pesquisa e extensão, com discussões sobre o tema e ações intervencionistas com os adolescentes. O roteiro abarcava atividades explanativas por mídia com exposição dos produtos do tabaco, malefícios e efeitos no organismo, apresentação de peças anatômicas de pulmão sadio e pulmão de fumante, e dinâmica feita com auxílio do aplicativo *Smokerface*. Este relato de experiência das intervenções realizadas no projeto EAT de prevenção e promoção de saúde contou com 160 alunos de 12 a 17 anos do ensino fundamental de duas escolas públicas e uma escola particular entre março de 2022 e março de 2023 de acordo com protocolo pré-estabelecido pela Rede EAT com duração de 90 minutos e ministrada por 2 alunos de medicina por sala. Estudos demonstram que um adolescente que abandona o fumo ou deixa de iniciar o uso, simboliza um adulto com mais qualidade de vida, mais rendimento laboral e menos custos para o sistema de saúde público e privado. Dessa forma, é importante ressaltar a importância da conscientização dos malefícios do tabaco com indivíduos que ainda não iniciaram o uso para que possam ter mais conhecimento para tomada de decisão.

327

**Palavras-Chave:** Tabagismo. Adolescência. Educação em Saúde.

**Área Temática:** Saúde Pública

<sup>1</sup>Centro Universitário IMEPAC Araguari, Minas Gerais.

<sup>2</sup> Centro Universitário IMEPAC, Araguari, Minas Gerais.

<sup>3</sup> Centro Universitário IMEPAC, Araguari, Minas Gerais.

**ABSTRACT:** This experience report describes active participation in a health education program dedicated to preventing the onset of smoking. The main aim of the action was to raise awareness among the community, young people and adolescents about the risks associated with tobacco and promote the adoption of healthy lifestyles. Since smoking represents one of the biggest challenges in public health around the world. The activities were developed based on the theoretical framework proposed by the international EAT program. The program was developed in terms of teaching, research and extension, with discussions on the topic and interventionist actions with teenagers. The itinerary included explanatory activities through the media with exposure to tobacco products, harm and effects on the body, presentation of anatomical parts of healthy lungs and smoker's lungs, and dynamics conducted with the help of the Smokerface application. This experience report of the interventions carried out in the EAT project for prevention and health promotion included 160 students aged 12 to 17 years old from two public schools and one private school between March 2022 and March 2023 in accordance with a pre- established by Rede EAT lasting 90 minutes and taught by 2 medical students per room. Studies show that a teenager who quits smoking or quit not started yet using tobacco symbolizes an adult with a better quality of life, more work performance, and fewer costs for the public and private health system. Therefore, it is important to highlight the importance of raising awareness of the harm of tobacco among individuals who have not yet started using it so that they can have more knowledge to make decisions.

**Keywords:** Smoking. Adolescence. Health Education.

## INTRODUÇÃO

O tabagismo é considerado uma doença epidêmica decorrente da dependência à nicotina e se inclui na 10ª Classificação Internacional de Doenças (CID- 10) no grupo de transtornos mentais e de comportamento devido ao uso de substâncias psicoativas. Além de ser uma doença, é fator causal de aproximadamente 50 outras doenças incapacitantes e fatais, como câncer, doenças cardiovasculares e doenças respiratórias crônicas (BRASIL, 2016).

Segundo estimativas da Organização Mundial de Saúde, o fumo é responsável por 71% das mortes por câncer de pulmão, 42% das doenças respiratórias crônicas e aproximadamente 10% das doenças cardiovasculares, além de ser fator de risco para doenças transmissíveis, como a tuberculose. Para o ano de 2030, foram estimadas em torno de 8 milhões de mortes em todo o mundo por doenças relacionadas ao tabaco, caso não sejam adotadas medidas para o controle e cessação do tabagismo (BRASIL, 2020).

Nesse sentido, o *Education Against Tobacco* (EAT - Educação Contra o Tabaco) foi criado em 2012 sendo considerado uma rede mundial conduzida por estudantes de medicina e médicos

em mais de 80 escolas médicas, distribuídas em 14 países, cuja missão é atuar no combate ao tabagismo através da prevenção primária em estudantes de 12 a 17 anos por meio de aconselhamento, uso de softwares e materiais previamente testados e aplicados. O projeto recebe o apoio da Escola de Medicina de *Harvard* e do *Brigham and Women's Hospital*, instituições que lideram a Medicina mundial (EAT, 2018).

O EAT utiliza metodologias baseadas em evidências e as intervenções realizadas com os adolescentes desenhadas a partir das melhores práticas para este grupo etário. Para manter o aspecto científico do projeto, toda a tradução e validação do material do EAT foi realizada com muita cautela, apoiada por médicos pneumologistas expert em controle do tabagismo e com certificação em grau de excelência internacional concedido pela Organização Mundial da Saúde (EAT, 2018).

Uma das novidades utilizadas nas intervenções é o aplicativo chamado *Smokerface*, o qual projeta a face do indivíduo a medida do tempo de tabagismo (1, 3, 6, 9, 12 ou 15 anos) e está disponível em português por intermédio da equipe EAT- *Brazil*. Além dele, o aplicativo *Smokerstop* fornece suporte para aqueles que já fumam e gostariam de cessar o tabagismo (CORRÊA *et al.*, 2019).

De uma maneira geral, a intervenção nas escolas pelo grupo EAT-*Brazil* Imepac segue o protocolo internacional que se baseia num módulo de 90 minutos com os estudantes em sala de aula, sendo ministrado por dois acadêmicos de medicina por sala de aula devidamente treinados e com protocolo padronizado. O programa compreende numa abordagem sobre o tabagismo e a relação na vida diária de maneira lúdica, intuitiva e interativa com demonstração dos benefícios em não fumar utilizando o “*Smorkerface*” objetivando a prevenção primária em estudantes de 12 a 17 anos.

O Programa EAT utiliza de estratégias educativas para atuar no controle do tabagismo. Programas como este são muito importantes, pois, infelizmente, 17,2% da população brasileira ainda faz uso regular de tabaco, o que equivale a cerca de 25 milhões de pessoas. Um estudo da Fundação Oswaldo Cruz estimou a carga do tabagismo no Brasil em 2011, concluindo que o tabaco foi responsável, naquele ano, por 147.072 óbitos evitáveis (403 mortes por dia), 2,69 milhões de anos de vida perdidos, 157.126 infartos agudos do miocárdio, 75.663 acidentes vasculares cerebrais e 63.753 diagnósticos de câncer, representando um custo de R\$23,37 bilhões para o sistema de saúde. Estudos recentes demonstram que cerca de 70% dos adolescentes que experimentam cigarro tornam-se dependentes do tabaco e 80% dos fumantes querem deixar de fumar, mas apenas 3% alcançam êxito nesse esforço. Dessa maneira, a prevenção do consumo de

tabaco na adolescência, maior grupo de risco para o início da dependência do fumo, torna-se uma estratégia valiosa para o controle e prevenção do tabagismo (EAT, 2018).

Na Região de Araguari-MG, há 27.807 adolescentes que possuem entre 10 e 16 anos (IBGE, 2010), o que representa um número significativo de pessoas que possam vir a ser beneficiar com as intervenções do Programa EAT. Um adolescente que abandona ou deixa de iniciar o uso do fumo simboliza, a longo prazo, um adulto com chances extremamente menores de doenças neoplásicas, respiratórias e cardiovasculares, um adulto com menores taxas de infecções de vias aéreas superiores e menores taxas de tantas outras condições que aumentam de forma significativa tanto o absenteísmo e acidentes no trabalho quanto a quantidade de consultas e procedimentos médico-laboratoriais necessários para uma vida saudável. Assim, um adolescente que abandona o fumo simboliza um adulto com mais qualidade de vida, mais rendimento laboral e menos custos para o sistema de saúde público e privado. Além disso, de forma imediata, o fumo aumenta a acne, diminui a imunidade, aumenta a chance de filhos com defeitos congênitos, diminui a concentração e aumenta a ansiedade, todas estas são condições que representam custos elevados para o sistema de saúde (EAT, 2018).

Além de contar com o apoio de instituições renomadas internacionalmente, como a Escola de Medicina de *Harvard*, o projeto EAT vem ganhando, cada vez mais, um respaldo científico, pois suas estratégias são baseadas em evidências. Neste sentido, o objetivo do presente trabalho foi relatar as experiências vivenciadas pelos acadêmicos participantes do projeto de extensão *Education Against Tobacco*, na cidade de Araguari, no ano de 2022-2023.

## METODOLOGIA

Trata-se de um estudo descritivo de abordagem qualitativa, na modalidade de relato de experiência, permitindo o relato de experiência de acordo com as vivências. A metodologia é baseada no programa do Education Against Tobacco Brazil (EAT Brazil) que foi fundado no Brasil em 2016 e atualmente está aprimorado em 43 escolas médicas brasileiras, sendo uma delas o EAT-BRAZIL Imepac na prevenção baseada em escolas, prevenção baseada em aplicativos e atividade livre de cada escola médica após seleção das escolas no município de Araguari consistindo nos dois seguimentos com 160 alunos de 12 a 17 anos do ensino fundamental de duas escolas públicas e uma escola particular entre março de 2022 e março de 2023 de acordo com

protocolo pré-estabelecido pela Rede EAT com duração de 90 minutos e ministrada por 2 alunos de medicina por sala.

1. Montagem interativa com intervenção baseada na idade (40 minutos)
  - a. Intervenção por espelhamento: os alunos tiraram uma selfie usando o aplicativo Smokerface num smartphone ou tablete em 3D. Posteriormente, o aluno observou os efeitos do tabagismo ao longo dos anos, onde o aluno avalia a alteração na face ao longo dos anos em consequência do tabagismo.
2. Estações interativas instaladas na sala de aula e/ou apresentadas em *power point* com supervisão dos estudantes de medicina
  - a. Informações gerais sobre o tabagismo (10 minutos)
  - b. Produtos do tabaco, malefícios e efeito no organismo humano (10 minutos)
  - c. Modelos anatômicos do pulmão saudável e pulmão do fumante (10 minutos)
3. Discussão interativa com feedback formativo (20 minutos).

## RESULTADOS E DISCUSSÃO

331

Este projeto ocorreu na cidade de Araguari, no estado de Minas Gerais, região do Triângulo Mineiro. As atividades foram desenvolvidas em salas de aula de escolas de ensino fundamental da cidade em questão. Este relato de experiência das intervenções realizadas no projeto EAT de prevenção e promoção de saúde contou com 160 alunos de 12 a 17 anos do ensino fundamental de duas escolas públicas e uma escola particular entre março de 2022 e março de 2023 de acordo com protocolo pré-estabelecido pela Rede EAT com duração de 90 minutos e ministrada por 2 alunos de medicina por sala.

O Programa EAT conta com o apoio de instituições renomadas internacionalmente, como a Escola de Medicina de *Harvard*, e vem ganhando, cada vez mais, um respaldo científico, pois suas estratégias são baseadas em evidências (EAT, 2018). Programas como este são muito importantes, pois, infelizmente, de acordo com a Pesquisa Nacional de Saúde do Escolar em 2019, o percentual de escolares que já experimentaram cigarro alguma vez foi de 22,6%, sendo mais elevada entre os de 16 a 17 anos de idade e no sexo masculino. A experimentação do cigarro antes de 13 anos de idade foi de 11,1% (IBGE, 2021).

De início, os estudantes de medicina chegaram as escolas com trinta minutos de antecedência ao horário agendado para realização da intervenção, com intuito de preparar os materiais e realizar os ajustes finais, assim como dialogar com diretor e professores e eram vistos pelos alunos, enquanto aguardavam horário disponibilizado para intervenção, criando um clima de acolhimento pela escola e curiosidade por parte dos jovens, para poder facilitar posterior diálogo.

As atividades realizadas transcorreram de forma leve e participativa em todas as escolas e salas de aula. De início, os adolescentes presentes ficaram um pouco retraídos, o que é normal e esperado, principalmente quando hegemonicamente a educação em saúde é esperada de forma de palestras, discursos, que não envolvem ou que deixam os participantes entediados, distanciando-os do diálogo que é fundamental para a Educação Popular em Saúde (VASCONCELOS, 2001). O clima era de expectativa quanto ao que os estudantes de medicina iriam abordar e incorporar ao conhecimento dos alunos, assim como quais relatos e reações seriam trazidos nas discussões e abordagens com os adolescentes, fazendo assim um conhecimento novo, pautado na ciência e sabedoria popular.

A metodologia do quebra-gelo se realizou com a apresentação do grupo e objetivos do projeto de extensão EAT. Ao início da intervenção, os extensionistas se apresentaram e escreveram seus nomes no quadro. Os estudantes de medicina que realizaram as intervenções usavam uniforme (blusa do EAT, calça jeans e sapato fechado) e nome de identificação escrito em letras grandes e legíveis. A sala de aula teve a estrutura padrão, com as carteiras organizadas em fileiras. Ao iniciar a intervenção, primeiramente se apresentaram como acadêmicos de Medicina do IMEPAC e participantes do projeto EAT-Brasil, que atua na prevenção e controle do tabagismo ente os adolescentes, assim como foi explicado que esse projeto foi desenvolvido especialmente para os alunos conforme as demandas, necessidades e interesses do público-alvo e todo o estudo tem o suporte e autorização da sua universidade. Os extensionistas falaram de forma devagar e em voz alta, usando de linguagem simples e direta, para que os alunos pudessem acompanhar tudo.

Foi exposto aos adolescentes o quanto eles são importantes e especiais para o projeto, que é um projeto internacional que foi trazido para o Brasil. Também foi informado que os intervencionistas contavam com a participação dos alunos para aprenderem juntos. Ao fazer suas exposições diante da classe, os estudantes de medicina mantiveram-se em movimento, de

forma dinâmica. Ao início da explanação foram feitas algumas perguntas como: “Quem já fumou alguma vez na sua vida?”; “Os pais ou irmãos de alguém aqui fumam?”; “Caso tenha fumado perto de seus pais, qual é a opinião deles sobre isso (sobre o fato de você fumar)?”; “Você está autorizado a fumar? Ou seus pais não permitem (proíbem) que você fume?”; e, “Quem exatamente fuma na sua casa?”. Após fazer essas perguntas, foi dito que todo mundo já se confrontou com o cigarro alguma vez, e desta forma é importante que os alunos estejam bem-informados e que este é justamente o motivo de estarmos reunidos naquele momento.

Em seguida, os produtos do tabaco (cigarros, charutos, cachimbo, cigarro eletrônico etc.) foram expostos. Foi dada oportunidade para que os alunos comentassem o que sabiam sobre cada produto, em seguida foi feita uma breve explicação sobre o que é cada um, composição e seus malefícios. Também foi explicado sobre a maconha, abordando os seus malefícios e os potenciais riscos para a saúde de usar um produto, que além de ilegal, não tem controle de qualidade, já que é traficado. De modo geral, os alunos adoraram essa parte, pois alguns não tinham conhecimento e ficaram interessados. Por outro lado, os participantes deste projeto ficaram surpresos com alguns relatos de jovens de 15 anos que já faziam o uso de tabaco, especialmente pelo uso de dispositivos eletrônicos, e relatos de familiares tabagistas e usuários de drogas em frente aos adolescentes.

A intervenção foi realizada da forma mais interativa possível de modo a tentar envolver todos os alunos. Sempre que possível, e com moderação, foram utilizados exemplos pessoais (algum amigo tabagista que sai do jogo de futebol para fumar, algum parente que fuma e desenvolveu alguma doença, entre outros). Estes exemplos pessoais geralmente passam sensação de maior proximidade com os adolescentes. Em nenhuma circunstância o tabagismo foi utilizado como ferramenta para assustar os alunos. A longo prazo, o medo é ineficaz e os alunos podem facilmente vir a associar sentimentos de desgosto ou repulsão (por exemplo, de imagens chocantes) com os extensionistas que realizaram a intervenção, fazendo os extensionistas perderem seu papel de “modelo” para os alunos. Também é importante não ter delongado na questão de que fumar leva ao desenvolvimento de comorbidades, pois esta é uma informação já estampada nos maços de cigarro. Neste trabalho, o foco foi em aspectos mais interessantes para os ouvintes, como a forma do corpo humano reagir ao consumo do tabaco, provocando diferentes doenças.



O tabagismo é um dos principais fatores de risco para doenças crônicas não transmissíveis e a principal causa mundial prevenível de morbimortalidade, sendo responsável por aproximadamente 6 milhões de mortes ao ano. As principais doenças relacionadas ao tabaco são as cardiovasculares, respiratórias e neoplásicas. Ademais, foi demonstrado que o tabaco pode estar relacionado a 45% dos óbitos por doença coronariana aguda, 85% de doença pulmonar obstrutiva crônica, 25% das doenças cerebrovasculares e 30% dos cânceres (PINTO *et al.*, 2015). Estudos demonstram que cerca de 70% dos adolescentes que experimentam cigarro tornam-se dependentes do tabaco e 80% dos fumantes querem deixar de fumar, mas apenas 3% alcançam êxito nesse esforço (INCA, 2003). Dessa maneira, a prevenção do consumo de tabaco na adolescência, maior grupo de risco para o início da dependência do fumo, torna-se uma estratégia valiosa para o controle e prevenção do tabagismo.

Para que os alunos do ensino médio pudessem visualizar a diferença de um pulmão de uma pessoa saudável e de um tabagista, foram levadas peças anatômicas, destinadas ao ensino e aprendizagem. Os alunos interessaram muito por essa prática e ficaram impactados com a aparência escura do pulmão de um tabagista. Um aluno se expressou “Eu não quero esse pulmão!”, e outro “Olha como está o pulmão da sua avó!”, podendo fortalecer de que esta prática foi importante durante essa intervenção. Em consonância, foi feita explanação de como órgãos de não fumantes são mais saudáveis, como por exemplo, apresentando-se maior resistência para esportes quando comparados aos fumantes.

334

De acordo com a literatura científica, uma das maiores preocupações dos adolescentes é com a aparência física. Por isso, é importante frisar que as pessoas que não fumam têm a pele mais bonita (com menos espinhas, cor mais atraente e menos rugas). Além disso, no caso das meninas, por exemplo, não fumar significa ter seios mais firmes, pois o cigarro acelera a destruição do tecido elástico responsável pela sustentação destas e de outras estruturas do corpo. Quando essas informações foram expostas, foi possível ver a atenção das meninas da sala e alguns olhares risonhos ou de aflição. Algumas até se tocaram neste momento. Foi possível ver o quanto essa informação as impactou. Reações semelhantes foram observadas com os alunos do sexo masculino, quando foi informado sobre a possibilidade de impotência sexual masculina diante ao tabagismo e alguns alunos fizeram piadas entre eles, de forma a demonstrarem o interesse de que não acontecesse com eles. Para esse tema também foram apresentadas imagens de fotos impressas dos gêmeos monozigóticos, sendo um tabagista e outro não, para demonstrar a interferência que o tabaco pode fazer com a fisionomia dos usuários.



Também foi interessante falar sobre aspectos como o odor que o cigarro produz e que fica no corpo do tabagista e o hálito de cigarro, que podem inclusive, prejudicar o relacionamento interpessoal dos adolescentes.

O fumo entre adolescentes pode ser uma forma de rebeldia ou um modo de se sentir parte de um determinado grupo de amigos. Alguns adolescentes acendem o cigarro na tentativa de perder peso ou de se sentir melhor consigo mesmos. Outros fumam para parecer modernos, descolados ou independentes (EAT, 2018). Foi questionado aos alunos como ele(a) se sentia sobre o tabagismo e se algum de seus amigos fumavam. As boas escolhas foram reconhecidas e foi conversado sobre as consequências das más escolhas. Também foi discutido como as empresas de tabaco tentam influenciar o modo como o tabagismo é visto, como por exemplo mostrando o fumo em filmes de forma atraente ou glamourosa, para criar a percepção de que fumar seria fascinante.

Fumar não é glamouroso. Foi enfatizado que fumar é sujo e malcheiroso. Fumar causa mau hálito e rugas. Faz as roupas e cabelo ficarem cheirando a cigarro, e os dentes ficam amarelados. Fumar pode provocar uma tosse crônica e menos energia para praticar esportes e outras atividades agradáveis.

A maioria dos adolescentes acreditam que podem parar de fumar a qualquer hora. No entanto, 335  
adolescentes podem tornar-se tão dependentes do tabaco quanto os adultos – muitas vezes rapidamente e com doses relativamente baixas de nicotina. Uma vez dependente, é difícil parar de fumar (EAT, 2018).

Um adolescente que abandona ou deixa de iniciar o uso do fumo simboliza, a longo prazo, um adulto com chances extremamente menores de doenças neoplásicas, respiratórias e cardiovasculares, um adulto com menores taxas de infecções de vias aéreas superiores e menores taxas de tantas outras condições que aumentam de forma significativa tanto o absenteísmo e acidentes no trabalho quanto a quantidade de consultas e procedimentos médico-laboratoriais necessários para uma vida saudável (PAZ *et al.*, 2018). Assim, um adolescente que abandona o fumo simboliza um adulto com mais qualidade de vida, mais rendimento laboral e menos custos para o sistema de saúde público e privado.

Para finalizar a explanação, foi requisitado que dois alunos de manifestassem para utilizarmos o aplicativo *Smokerface* para poder demonstrar como ele seria após 1, 6, 10 ou 15 anos de uso de tabaco. Essa prática gerou muitas risadas e medos estampados nos adolescentes, que se

expressaram dizendo que não gostaram da aparência física gerada pelo aplicativo e que não desejavam que isso ocorresse com eles.

Quando a intervenção terminou mais cedo, os extensionistas abriam para perguntas e também falaram sobre o vestibular e de como é a Escola de Medicina caso houvesse bastante tempo livre. Ao receberem uma pergunta, questionavam o nome do adolescente e respondiam utilizando-o para facilitar a comunicação a ser mais empático, eficaz e reduzir o distanciamento entre extensionista/aluno.

Ao final da intervenção, nosso objetivo era que cada aluno pudesse entender por que não-fumantes são mais saudáveis e atraentes, além de se sentirem mais livres para tomar decisões em suas vidas. Essa liberdade se dá pelo fato de que os não fumantes não serem dependentes do tabaco e dos seus produtos, e por isso, além de estarem livres dessa adicção/dependência química (vício), também economizam dinheiro que seria utilizado para comprar esses produtos e pode ser investido em lazer, formação profissional etc.

Durante a explanação dos malefícios sistêmicos e dos diversos produtos do cigarro (com o uso de projeções), houve o despertar de inúmeras curiosidades por partes dos alunos e dúvidas foram sanadas didaticamente pelos acadêmicos devidamente treinados. Além disso, os alunos apresentaram impressões, relatos e questionamentos sobre experiências com o tabaco, e destacaram-se pela interatividade, principalmente com a exposição das peças anatômicas e uso do aplicativo *Smokerface*. O aplicativo foi uma ferramenta tecnológica de alto impacto, possibilitando a simulação do efeito de anos como tabagista, causando um despertar negativo dos jovens, ou seja, puderam visualizar a consequência prejudicial à aparência física de um fumante ampliando o conhecimento e se mostrando contrários ao início e manutenção do fumo.

E por fim, é importante deixamos umas palavras sobre nossa experiência:

Isabella Nonato: “Minha participação neste projeto de extensão foi extremamente enriquecedora para vida pessoal, acadêmica e profissional. Ver a realidade dos adolescentes de hoje em dia com relação ao conhecimento e uso pessoal e/ou familiar de tabaco e seus derivados foi surpreendente. Descobri uma realidade desconhecida. O tabaco tem início precoce na vida desses estudantes. Com as intervenções realizadas, foi possível perceber que os alunos ficaram em dúvida sobre continuidade no uso do tabaco e principalmente, aspecto de repulsa por aqueles que ainda não fizeram o uso. Dessa forma, pude ver que os métodos e técnicas utilizadas pelo Programa EAT são realmente eficazes para o combate ao tabagismo. Aprender a didática para

exposição dos conceitos e prejuízos do tabaco junto à jovens contribuiu para minha futura formação, como médica mais compreensiva, empática e humana”.

Priscila Nicolau: “No Decorrer do ano de 2022 tive a oportunidade de visitar escolas para falar sobre o uso nocivo do tabaco. Ao entrar na sala, vi rostos curiosos e atentos, prontos para absorver informações importantes. Compartilhamos dados e estatísticas impactantes sobre os efeitos prejudiciais do tabagismo na saúde, histórias reais de pessoas afetadas e os riscos associados ao cigarro. Enquanto falávamos, percebi olhares de surpresa e compreensão se espalhando pela sala. Os alunos começaram a fazer perguntas perspicazes, demonstrando interesse genuíno no assunto. Concluíamos a apresentação enfatizando a importância de tomar decisões saudáveis e de resistir à pressão social para experimentar o tabaco. Os alunos viveram a experiência de se ver no futuro, através do uso do aplicativo *smokerface*, mostrando aspectos de pele, ocular, respiratórios caso fossem fumantes ininterruptos! Fiquei impressionada com o compartilhamento de experiências dos alunos, a receptividade e a vontade de se informar sobre um assunto tão crucial para a saúde. Senti que minha participação nessa intervenção teve um impacto positivo e que despertei reflexões importantes sobre o uso do tabaco naquelas comunidades escolares”.

## CONCLUSÃO

Em acordo com o exposto, é importante ressaltar a importância da conscientização dos malefícios do tabaco com indivíduos que ainda não iniciaram o uso para que possam ter mais conhecimento para tomada de decisão. O Programa de Educação em Saúde do EAT gera reflexão e mudanças comportamentais em relação ao tabagismo, proporcionando um ambiente acolhedor para compartilhamento de vivências em relação ao uso de produtos do tabaco. Desta forma, o projeto propiciou um diálogo entre acadêmicos de medicina e comunidade acadêmica, onde as escolas aderiram à intervenção com importante compartilhamento de ideias e formação construtiva dos alunos quanto aos riscos do tabagismo e benefício em parar de fumar e/ou não iniciar.

Observar as mudanças positivas nas vidas dos jovens estudantes e o aumento da conscientização sobre os riscos do tabaco reforça o compromisso com a promoção da saúde e a prevenção do tabagismo. Portanto, pesquisas e programas de extensão universitária da temática são importantes para aumentar a visibilidade dos Programas de Prevenção ao Tabagismo e

auxiliar no combate deste e promoção de saúde e qualidade de vida para a população alvo como uma ferramenta valiosa na luta contra o tabagismo e na criação de comunidades mais saudáveis.

## REFERÊNCIAS

BRASIL. Ministério da Saúde. Secretaria de Atenção Especializada à Saúde. Secretaria de Ciência, Tecnologia, Inovação e Insumos Estratégicos em Saúde. **Portaria Conjunta Nº 10, de 16 de abril de 2020:** Aprova o Protocolo Clínico e Diretrizes Terapêuticas do Tabagismo. Brasília, DF: Ministério da Saúde, 2020.

BRASIL. Ministério da Saúde. Secretaria de Ciência, Tecnologia e Insumos Estratégicos. Departamento de Gestão e Incorporação de Tecnologias em Saúde. **Diretrizes metodológicas:** Elaboração de diretrizes clínicas. Brasília, DF: Ministério da Saúde, 2016. 96 p. il.

CORRÊA, P.C.R.P.; PEREIRA, R.M.D.O.S.; TEMPORÃO, J.G.; CAVALCANTE, T.M.; LISBOA, O.C.; AZEVEDO, L.G.D.; BERNARDES-SOUZA, B. EAT-Brazil Award for Tobacco Control: a brief description of its first edition. **Revista da Associação Médica Brasileira**, v. 65, p. 775-778, 2019.

EDUCATION AGAINST TOBACCO - EAT. **Orientações para fundação do EAT em sua escola de medicina.** 2018.

INSTITUTO BRASILEIRO DE GEOGRAFIA E ESTATÍSTICA - IBGE. **Censo 2010.** Rio de Janeiro: IBGE; v. 23, 2010. Disponível em: <http://www.censo2010.ibge.gov.br/>. Acesso em: 24 nov 2023.

INSTITUTO BRASILEIRO DE GEOGRAFIA E ESTATÍSTICA - IBGE. **Pesquisa nacional de saúde do escolar:** 2019. Rio de Janeiro: IBGE; 2021.

INSTITUTO NACIONAL DE CÂNCER - INCA. **Programa Nacional de Controle do Tabagismo e Outros Fatores de risco de Câncer:** modelo logico e avaliação. 2. ed. Rio de Janeiro, RJ: Ministério da Saúde, 2003.

PAZ, F.M.; TEIXEIRA, V.A.; PINTO, R.O.; ANDERSEN, C.S.; FONTOURA, L.P.; CASTRO, L.C.D.; HORTA, R.L. Promoção de saúde escolar e uso de drogas em escolares no Sul do Brasil. **Revista de Saúde Pública**, v. 52, p. 58, 2018.

PINTO, M.T.; PICHON-RIVIERE, A.; BARDACH, A. Estimativa da carga do tabagismo no Brasil: mortalidade, morbidade e custos. **Cadernos de Saúde Pública**, v. 31, n. 6, p. 1283-1297, jun. 2015.

VASCONCELOS, E.M. Redefinindo as práticas de saúde a partir de experiências de Educação Popular nos serviços de saúde. **Interface-Comunicação, Saúde, Educação**, v. 5, p. 121-126, 2001.