

CESSAÇÃO DO TABAGISMO COMO PILAR NO MANEJO DA DPOC: REVISÃO DE EVIDÊNCIAS CLÍNICAS E EDUCACIONAIS

CESSATION OF SMOKING AS A PILLAR IN THE MANAGEMENT OF COPD: REVIEW OF CLINICAL AND EDUCATIONAL EVIDENCE

CESE DE FUMAR COMO PILAR EN LA GESTIÓN DE LA EPOC: REVISIÓN DE EVIDENCIA CLÍNICA Y EDUCATIVA

Isabela Morais Gomes¹
Ana Isabela Lima Martins²
Laura Oppelt Costa³
Lucas Gomes Rodrigues⁴
Maria Laura Reis Barros⁵
Ramon Fraga de Souza Lima⁶

RESUMO: O presente estudo tem como finalidade realizar uma revisão de literatura acerca da relevância da cessação do tabagismo em indivíduos portadores de DPOC, com ênfase na melhoria da qualidade de vida. A pesquisa baseou-se na análise de artigos científicos publicados nos últimos anos nas bases PubMed e BVS. Foram selecionados estudos que abordaram a associação entre tabagismo e progressão da DPOC, bem como os benefícios decorrentes da interrupção do hábito tabágico. A literatura analisada demonstra que a cessação do tabagismo reduz a velocidade de progressão da DPOC, diminui a incidência de exacerbações e melhora os sintomas respiratórios. Desse modo, estratégias como terapia cognitivo-comportamental, farmacoterapia e suporte motivacional apresentam eficácia comprovada no processo de interrupção do tabagismo. A interrupção do tabagismo constitui elemento fundamental na abordagem clínica da DPOC, configurando-se como estratégia indispensável para retardar a evolução da enfermidade, minimizar complicações e favorecer a melhora da qualidade de vida dos pacientes.

2480

Palavras-chave: DPOC. Tabagismo. Cessação. Intervenção. Benefício.

ABSTRACT: This study aims to conduct a literature review on the relevance of smoking cessation in individuals with COPD, with an emphasis on improving quality of life. The research was based on the analysis of scientific articles published in recent years in the PubMed and BVS databases. Studies that addressed the association between smoking and COPD progression, as well as the benefits of quitting, were selected. The literature analyzed demonstrates that smoking cessation reduces the rate of COPD progression, reduces the incidence of exacerbations, and improves respiratory symptoms. Therefore, strategies such as cognitive-behavioral therapy, pharmacotherapy, and motivational support have proven effective in the smoking cessation process. Smoking cessation is a fundamental element in the clinical management of COPD, representing an indispensable strategy for slowing the progression of the disease, minimizing complications, and improving patients' quality of life.

Keywords: COPD. Smoking. Cessation. Intervention. Benefit.

¹Discente, Universidade de Vassouras.

²Discente, Universidade de Vassouras.

³Discente, Universidade de Vassouras.

⁴Discente, Universidade de Vassouras.

⁵Discente, Universidade de Vassouras.

⁶Docente, Universidade de Vassouras.

RESUMEN: El presente estudio tiene como objetivo llevar a cabo una revisión de la literatura sobre la relevancia de dejar de fumar en individuos con EPOC, con énfasis en mejorar la calidad de vida. La investigación se basó en el análisis de artículos científicos publicados en los últimos años en las bases publicadas y BVS. Se han seleccionado estudios que abordaron la asociación entre fumar y la progresión de la EPOC, así como los beneficios derivados de la interrupción del hábito de la tabogia. La literatura analizada demuestra que dejar de fumar reduce la velocidad de la progresión de la EPOC, disminuye la incidencia de exacerbaciones y mejora los síntomas respiratorios. Por lo tanto, estrategias como la terapia cognitiva conductual, la farmacoterapia y el apoyo motivacional han demostrado una efectividad en el proceso de interrupción del tabaquismo. La interrupción de fumar es un elemento fundamental en el enfoque clínico de la EPOC, que constituye una estrategia indispensable para retrasar la evolución de la enfermedad, minimizar las complicaciones y favorecer la mejora de la calidad de vida de los pacientes.

Palabras clave: EPOC. Fumar. Cesse. Intervención. Beneficio.

INTRODUÇÃO

O tabagismo assumiu diferentes significados ao longo da história. Durante o processo de colonização do continente americano, foi inicialmente considerado um exotismo que despertava a curiosidade dos europeus. Nos séculos seguintes, especialmente com a popularização do cinema norte-americano, foi frequentemente retratado em personagens como sinal de seu estilo de vida sofisticado. Na atualidade, entretanto, o hábito de fumar tornou-se alvo de intensas campanhas de saúde pública e de disputas judiciais, em virtude de seus efeitos comprovadamente nocivos à saúde.

2481

De acordo com o Instituto Nacional de Câncer (2021), as substâncias do cigarro alcançam a circulação sistêmica em poucos segundos, atingindo o cérebro entre 7 e 19 segundos após a inalação. A nicotina, principal responsável pela dependência, soma-se à ação do monóxido de carbono, que se liga à hemoglobina e prejudica a oxigenação, e do alcatrão, que contém diversos agentes carcinogênicos, como chumbo e arsênio. Essa combinação tóxica contribui para o surgimento de múltiplas doenças e complicações.

Nesse sentido, entre as principais condições associadas ao tabagismo de longa duração destaca-se a Doença Pulmonar Obstrutiva Crônica (DPOC). Essa comorbidade é caracterizada por sintomas respiratórios persistentes, como dispneia, tosse e expectoração, além de limitação crônica ao fluxo aéreo, decorrente de anormalidades nas vias aéreas e/ou nos alvéolos (Yuan *et al.*, 2024).

Além disso, os benefícios da cessação do tabagismo manifestam-se de forma precoce. Vinte minutos após a interrupção do hábito, observa-se redução da frequência cardíaca e em doze horas, os níveis de monóxido de carbono no sangue retornam à normalidade. No contexto da DPOC, a interrupção do tabagismo retarda o declínio do volume expiratório forçado no

primeiro segundo, reduz sintomas clínicos e diminui o risco de exacerbações agudas (Yuan *et al.*, 2024).

Dessa forma, apesar do reconhecimento dos malefícios associados ao tabagismo e dos benefícios comprovados da cessação, muitos fumantes enfrentam barreiras significativas para abandonar o hábito. Atualmente, diversas estratégias terapêuticas têm sido empregadas, como a terapia cognitivo-comportamental, intervenções farmacológicas, terapia de reposição de nicotina e abordagens combinadas. Nesse cenário, destaca-se a relevância da atuação dos profissionais de saúde na orientação e implementação de medidas que favoreçam a interrupção do tabagismo (Qin *et al.*, 2021).

Diante do exposto, o presente estudo propõe-se a realizar uma revisão de literatura acerca da importância do abandono deste hábito, com ênfase na melhoria da qualidade de vida dos pacientes portadores de DPOC.

MÉTODOS

A presente investigação trata-se de uma revisão de literatura sistematizada. Para sua elaboração, foi realizada uma busca criteriosa de artigos científicos indexados nas bases de dados descritas a seguir. O objetivo central consistiu em identificar estudos que, em seus resumos, abordassem intervenções voltadas à cessação do tabagismo em indivíduos diagnosticados com Doença Pulmonar Obstrutiva Crônica.

2482

Foram selecionadas as seguintes palavras-chave, em inglês e em suas respectivas traduções para o português: “Smoking Cessation” (cessação do tabagismo), “COPD” (DPOC), “Intervention” (intervenção) e “Therapy” (terapia). A busca contemplou publicações entre 2015 e 2025, restringindo-se a artigos redigidos em inglês, espanhol ou português, de acesso gratuito e integral, e classificados como ensaios clínicos ou revisões sistemáticas.

As principais bases de dados utilizadas foram o PubMed e a Biblioteca Virtual em Saúde (BVS). A triagem dos estudos foi conduzida por cinco pesquisadores, que os classificaram em três categorias: “incluídos”, “excluídos” ou “incertos”, de acordo com os critérios de seleção previamente definidos. O processo de exclusão foi realizado em etapas sequenciais: primeiro pela leitura do título; em seguida, pela análise do resumo; e, por fim, pela avaliação integral do artigo, sendo todos os motivos de exclusão devidamente registrados.

Os artigos selecionados foram documentados contendo informações referentes ao título, autores e um resumo conciso de seu conteúdo.

CRITÉRIOS DE INCLUSÃO

Foram incluídos estudos publicados nos últimos dez anos que apresentassem evidências acerca de métodos eficazes para a cessação do tabagismo em pacientes com DPOC. A seleção foi orientada pela seguinte pergunta norteadora: “Quais estratégias de cessação do tabagismo são mais eficazes para reduzir a dependência nicotínica e melhorar a evolução clínica de pacientes com DPOC?” Foram contemplados trabalhos cujo objetivo principal fosse a análise de estratégias de cessação do tabagismo, independentemente do cenário em que a intervenção foi realizada, seja em ambiente ambulatorial, hospitalar ou comunitário, desde que a população avaliada fosse composta por indivíduos com DPOC. Ademais, os estudos elegíveis abordaram aspectos como a prevalência da dificuldade em abandonar o tabagismo, os efeitos da dependência nicotínica e da abstinência, bem como o impacto do hábito de fumar na progressão da doença e os benefícios resultantes das intervenções propostas.

CRITÉRIOS DE EXCLUSÃO

Foram excluídas publicações cujo foco não estivesse diretamente relacionado às estratégias de cessação do tabagismo. Assim, foram descartados estudos voltados a riscos cardiovasculares, neoplasias, infarto agudo do miocárdio, ou mesmo pesquisas sobre DPOC que não apresentassem relação direta com o abandono do tabagismo. Também foram eliminados artigos cujos títulos e/ou resumos não demonstrassem aderência ao objetivo central desta revisão.

2483

RESULTADOS E DISCUSSÃO

Os resultados da busca realizada no PubMed, com filtros aplicados e palavras-chave já citados, resultaram em 51 artigos. Destes, 20 foram excluídos pelo título e 13 pelo resumo, foram selecionados 18 artigos que estavam de acordo com os critérios de inclusão, exclusão e objetivos descritos para este presente trabalho, com a leitura dos textos completos, foram excluídos 7 artigos e 9 incluídos no estudo. Já na plataforma BVS a busca por artigos dentro dos critérios escolhidos obteve um total de 36 resultados, 15 foram descartados pelo título ou resumo, 21 artigos foram lidos por completo e 8 incluídos no estudo. Somando as 2 bases de dados, foram selecionados 17 artigos utilizados para embasar o artigo

Figura 1. Fluxo de seleção dos estudos segundo o modelo PRISMA. Fonte: Elaborado pelos autores (2025).

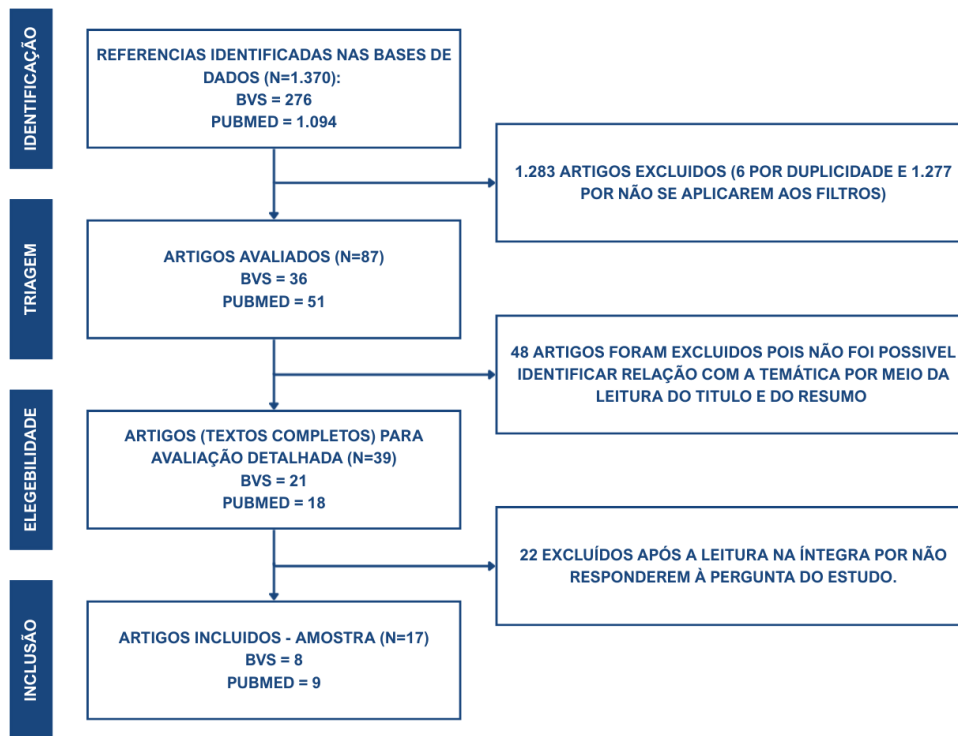


Tabela 1. Identificação e análise das principais obras mais relevantes

2484

TÍTULO E FONTE	AUTOR PRINCIPAL E ANO DE PUBLICAÇÃO	RESUMO
Barreiras e facilitadores da adesão às intervenções terapêuticas para DPOC entre indivíduos de minorias étnicas: Meta-etnografia - PUBMED	ALAMER, S. <i>et al.</i> , 2025	“Estudo qualitativo que investiga as barreiras e facilitadores para a adesão ao tratamento em indivíduos com DPOC em minorias étnicas.”
Cessação farmacológica do tabagismo em adultos de 30 a 50 anos com DPOC - BVS	ANDELIUS, D. K. <i>et al.</i> , 2022	“Avalia a eficácia da intervenção farmacológica para cessação do tabagismo em adultos com DPOC na faixa etária de 30 a 50 anos.”
Terapias cognitivas para cessação do tabagismo: uma revisão sistemática - PUBMED	DENISON, E. <i>et al.</i> , 2017	“Revisão sistemática que analisa a eficácia das terapias cognitivas na promoção da interrupção do uso do tabaco.”
Efeito da terapia prolongada de reposição de nicotina versus métodos padrão de cessação para fumantes com doença pulmonar crônica - PUBMED	ELLERBECK, E. F. <i>et al.</i> , 2018	“Compara a eficácia da terapia prolongada de reposição de nicotina com os métodos tradicionais em fumantes com doença pulmonar crônica.”

Infográfico personalizado de avaliação de risco biomédico para pessoas que fumam com DPOC: um estudo qualitativo - PUBMED

GUPTA, S. *et al.*, 2022

“Estudo qualitativo sobre o uso de infográficos personalizados para melhorar a compreensão dos riscos e incentivar a cessação do tabagismo em DPOC.”

A eficácia das intervenções para cessação do tabagismo baseadas na teoria em pacientes com doença pulmonar obstrutiva crônica: uma meta-análise - PUBMED

Han *et al.*, 2023

"A cessação do tabagismo tem demonstrado eficácia na redução da mortalidade, na melhora dos sintomas respiratórios e na diminuição da frequência de exacerbações agudas em pacientes com Doença Pulmonar Obstrutiva Crônica (DPOC)."

Uma revisão de escopo dos fatores que influenciam a cessação do tabagismo em pacientes com doença pulmonar obstrutiva crônica. - BVS

HUIMIN *et al.*, 2024

"Apresenta uma revisão de escopo dos estudos que investigam os fatores determinantes da cessação do tabagismo em pacientes com Doença Pulmonar Obstrutiva Crônica (DPOC)."

Doença pulmonar obstrutiva crônica em doenças mentais graves: um diagnóstico oportuno para acelerar o processo de parar de fumar - PUBMED

JAEN-MORENO, M. J. *et al.* 2021

"O objetivo principal deste estudo é descrever a prevalência de DPOC não diagnosticada em uma amostra clínica de fumantes com transtornos mentais graves."

Efeito do início precoce da vareniclina na cessação do tabagismo em pacientes com DPOC internados por exacerbação: o ensaio clínico randomizado - BVS

LE MAO, R. *et al.* 2019

“Em pacientes com DPOC fumantes ativos em fase de exacerbação, o uso de vareniclina por 12 semanas, associado a aconselhamento intensivo para cessação, mostrou-se mais eficaz que o placebo ao aumentar as taxas de abstinência contínua.”

Cessação do tabagismo em pacientes com DPOC - BVS

LEONARDO, C.; PESSÔA, C. (sem data)

“Revisão que aborda estratégias e desafios no processo de cessação do tabagismo em pacientes com Doença Pulmonar Obstrutiva Crônica.”

Efeito de estratégias e técnicas cognitivo-comportamentais no tratamento do tabagismo - BVS

LOPES, F. M.; SILVEIRA, K. M., 2020

“Analisa o impacto das intervenções cognitivo-comportamentais na promoção da abstinência do tabagismo.”

Utilização e determinantes do uso de intervenções não farmacológicas em DPOC: resultados da coorte COSYCONET - BVS

LUTTER, J. I. *et al.*, 2020

“Estudo observacional sobre fatores que influenciam o uso de intervenções não farmacológicas em pacientes com DPOC.”

Abordagens terapêuticas na cessação do tabagismo - BVS

MAZZOCCHI, L. *et al.* (sem data)

“Discussão sobre as diversas abordagens terapêuticas disponíveis para auxiliar na cessação do tabagismo, com foco clínico.”

Efeitos da terapia com vareniclina associada a suporte comportamental avançado na cessação do tabagismo e qualidade de vida em pacientes hospitalizados com exacerbação aguda de DPOC - PUBMED

POLITIS, A. *et al.*, 2018

“Ensaio clínico demonstram a eficácia da vareniclina combinada ao suporte comportamental para melhorar a cessação do tabagismo em pacientes hospitalizados.”

Adesão e eficácia do tratamento para cessação do tabagismo entre pacientes com DPOC na China - PUBMED

Qin *et al.*, 2021

"O estudo identificou que uma adesão adequada ao tratamento de cessação do tabagismo aumenta significativamente sua eficácia, sendo também avaliados os fatores preditores dessa adesão."

Eficácia e segurança da intervenção farmacológica para cessação do tabagismo em fumantes com doenças: revisão sistemática e meta-análise - BVS

XING, X. *et al.*, 2023

"Avaliação ampla da eficácia e segurança das intervenções farmacológicas para cessação do tabagismo em pacientes com comorbidades crônicas."

Fonte: Elaborado pelos autores (2025).

Neste estudo, foram avaliados artigos que abordam a cessação do tabagismo em pacientes com DPOC, com o objetivo de analisar a relação entre o abandono do cigarro e a progressão da doença, evidenciando os benefícios clínicos desta decisão.

Historicamente, fumar foi considerado um estilo de vida, entretanto, atualmente o tabagismo é reconhecido como um grave problema de saúde pública é uma doença crônica causada pela dependência à nicotina. O cigarro contém mais de 4.700 substâncias tóxicas, entre elas nicotina, monóxido de carbono, metais pesados, amônia, formol, naftalina, acetona, fósforo, pesticidas (como o DDT) e até compostos radioativos. O monóxido de carbono, por exemplo, reduz a qualidade do oxigênio transportado pelo sangue, o que pode ocasionar infarto agudo do miocárdio e danos fetais durante a gestação. Já a nicotina, por sua vez, é responsável pela dependência química, promove vasoconstrição, dificultando a circulação e estimula o sistema nervoso central, podendo aumentar a ansiedade. Em poucos segundos após a inalação, a nicotina atinge o cérebro e ativa receptores neuronais, desencadeando a liberação de neurotransmissores como dopamina e noradrenalina, que participam do sistema de recompensa cerebral e estão associados a motivação, prazer e regulação do humor (Pires *et al.*, 2025).

Dessa forma, a DPOC caracteriza-se por sintomas respiratórios persistentes e pela limitação do fluxo aéreo decorrente de alterações nas vias aéreas e/ou nos alvéolos. Assim, a cessação do tabagismo constitui a estratégia mais eficaz e custo-efetiva para prevenir e tratar a doença crônica, além de reduzir a mortalidade por câncer, doenças cardiovasculares e outras condições relacionadas ao uso do tabaco. No entanto, evidências indicam que pacientes com DPOC apresentam maior dificuldade para abandonar o tabagismo, devido ao elevado grau de dependência e à alta taxa de recaídas, o que torna o processo mais complexo em comparação aos fumantes sem a enfermidade (Mao *et al.*, 2020).

Sendo assim, diversas estratégias têm sido propostas para auxiliar o abandono do tabagismo. Em um estudo realizado no Unity Health – St. Michael’s Hospital (Toronto, Canadá), foram avaliados pacientes com DPOC crônica submetidos a intervenções educativas. Ficou estabelecido que a utilização de infográficos personalizados, que exibiam imagens das próprias placas ateroscleróticas dos pacientes e apresentavam a “idade pulmonar” calculada por espirometria, mostrou eficácia em aumentar as taxas de cessação tanto em curto quanto em longo prazo. Essa abordagem, que combina recursos visuais e textuais, demonstrou melhorar a compreensão das informações em saúde e favorecer mudanças de comportamento (Gupta *et al.*, 2022).

METODOLOGIA DO ESTUDO COM INFOGRÁFICOS

Foram incluídos pacientes com idade mínima de 35 anos, histórico de tabagismo ≥ 10 anos, relação VEF_1/CVF pós broncodilatador $< 0,7$, $VEF_1 \leq 30\%$ do previsto, além da capacidade de ler, escrever e falar inglês. Ex-fumantes também foram incluídos no estudo. A amostra incluiu pneumologistas recrutados por amostragem internacional, visando garantir heterogeneidade quanto ao sexo e à experiência clínica (Gupta *et al.*, 2022).

A principal mensagem transmitida pelo material foi a diferença no declínio do VEF_1 ao longo de 15 anos com e sem a cessação do tabagismo. Para isso, elaborou-se um gráfico de linhas de fácil interpretação, baseado na classificação da Iniciativa Global para a Doença Pulmonar Obstrutiva Crônica (GOLD). O recurso demonstrou que a interrupção do tabagismo retarda a progressão dos estágios GOLD. (Gupta *et al.*, 2022).

2487

O estudo de Gupta *et al.* (2022) evidencia que recursos visuais simples, como infográficos, podem contribuir significativamente para a compreensão de informações em saúde, sobretudo entre indivíduos com baixo nível de alfabetização ou que não dominam o inglês.

Logo, a pesquisa reforça a relevância da cessação do tabagismo na preservação da função pulmonar, especialmente em pacientes com histórico prolongado de exposição ao cigarro. A inclusão de ex-fumantes e a heterogeneidade da amostra, composta por pneumologistas de diferentes contextos, conferiu maior abrangência e representatividade aos resultados (Gupta *et al.*, 2022).

Entre os principais achados, destaca-se a diferença no declínio do VEF_1 ao longo de 15 anos entre os participantes que cessaram o tabagismo e aqueles que mantiveram o hábito. A

utilização do sistema GOLD como parâmetro para classificação da função pulmonar permitiu demonstrar de forma clara que a interrupção do tabagismo retarda a progressão da DPOC. Ademais, 78% dos participantes relataram que o infográfico os auxiliaria no processo de cessação, evidenciando o potencial desse recurso como ferramenta educativa e motivacional.

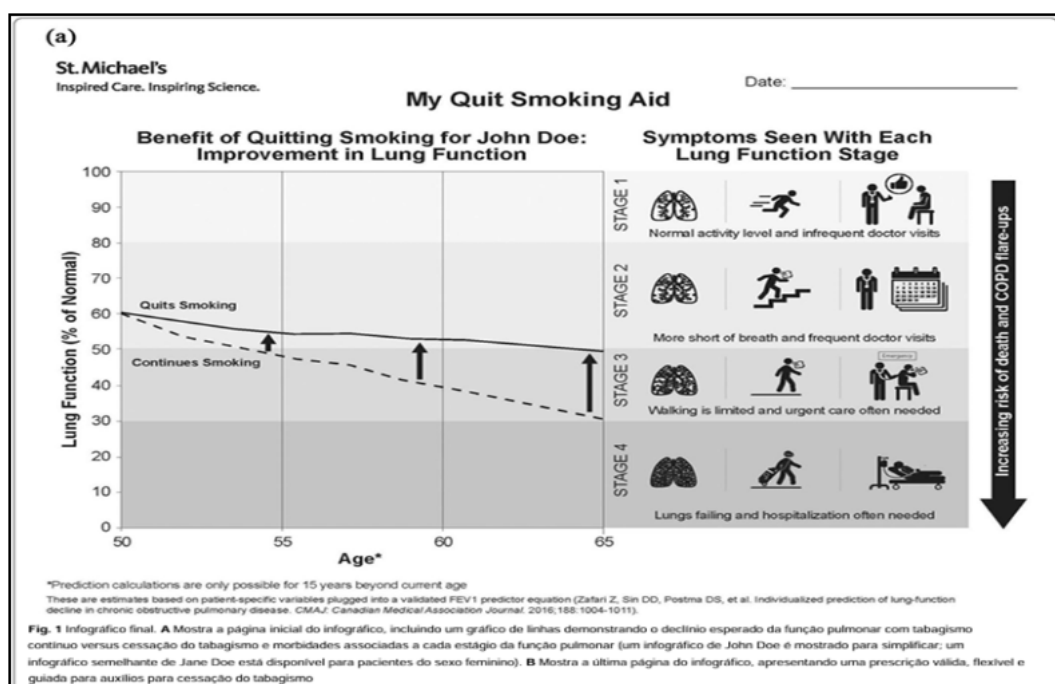


Figura 2. Infográfico desenvolvido. Fonte: Gupta *et al.*, 2022

Esses resultados ressaltam a importância de estratégias visuais e educativas no combate ao tabagismo, especialmente em populações vulneráveis. A combinação de dados clínicos com representações visuais pode ser uma abordagem poderosa para aumentar a conscientização sobre os riscos do tabagismo e incentivar a adoção de comportamentos saudáveis. Portanto, a inclusão de infográficos e outras ferramentas visuais em programas de cessação do tabagismo pode ser uma estratégia eficaz para melhorar os resultados de saúde pública.

Embora incurável, a progressão da DPOC pode ser retardada quando o paciente para de fumar. Desse modo, pode-se destacar que pacientes portadores da doença poderiam alcançar a cessação de longo prazo usando uma combinação de intervenções farmacológicas e psicossociais. Até o momento, o tratamento para cessação do tabagismo inclui principalmente intervenção psicológica, suporte comportamental e farmacoterapia. No entanto, apesar das diferentes intervenções para cessação do tabagismo, a chance de fumantes com DPOC parar definitivamente de fumar ainda é baixa no mundo real (Quin *et al.*, 2021).

A vista disso, para ajudar os pacientes a cessar o tabagismo, medidas iniciais logo na chegada do consultório podem ser implementadas, como cartazes proibindo o fumo, assim como retiradas de cinzeiros. Além disso, pode ser feito a distribuição de folhetos estimulando a cessação e mostrando como o abandono ao tabagismo é importante no tratamento (Quin *et al.*, 2021).

MOTIVAÇÃO INDIVIDUAL DO PACIENTE

O reconhecimento dos estágios de motivação para a cessação do tabagismo em que o paciente se encontra é fundamental para determinar a abordagem terapêutica adequada. Compreender o momento específico pelo qual o paciente está passando ajuda a evitar intervenções desnecessárias, que podem ter efeitos adversos e afastar o paciente do tratamento. O modelo teórico de *Prochaska e Di Clemente*, amplamente utilizado na terapia de adições, descreve estágios que não seguem uma progressão linear, mas sim uma flutuação entre eles, o que representa um desafio adicional para a terapia.

1. Pré-contemplação: Neste estágio, o paciente não tem a intenção de parar de fumar e não reconhece o conflito relacionado ao seu comportamento.

2. Contemplação: O paciente começa a perceber que fumar é um problema, mas ainda apresenta ambivalência em relação à mudança. 2489

3. Preparação: O paciente está ciente da necessidade de mudança e deve ser encorajado a assumir compromissos. É um bom momento para sugerir a definição de uma data para parar ou uma redução gradual do consumo.

4. Ação: Este estágio ocorre quando o paciente escolhe uma estratégia para realizar a mudança e enfrenta a abstinência. Geralmente, é necessário suporte, tanto por meio de terapia cognitivo-comportamental quanto farmacológica.

5. Manutenção: Aqui, o foco é na prevenção de recaídas e na consolidação dos ganhos obtidos durante a fase de ação.

6. Recaída: É crucial que tanto o paciente quanto o profissional compreendam a recaída, pois a frustração pode afetar ambos. É importante distinguir entre recaída e lapso; enquanto a recaída envolve o retorno ao hábito de fumar, o lapso refere-se a um episódio isolado, onde o paciente fuma um ou dois cigarros em uma situação ocasional, geralmente desencadeada por algum evento específico.

Esses estágios ajudam a guiar a intervenção e a personalizar o tratamento, aumentando as chances de sucesso na cessação do tabagismo. A compreensão desse modelo pode facilitar a comunicação entre o paciente e o profissional de saúde, promovendo um ambiente de apoio e compreensão durante o processo de mudança (Mazzocchi *et al.*, 2015).

Dentre as abordagens disponíveis para a cessação do tabagismo, destaca-se a Terapia Cognitivo-Comportamental (TCC), que tem como foco educar o fumante e ensiná-lo técnicas ou estratégias que contribuam para a modificação de comportamentos e hábitos relacionados ao uso do tabaco. Embora bastante utilizada, essa abordagem é parte de um conjunto mais amplo de intervenções possíveis no tratamento do tabagismo. No que diz respeito à abordagem farmacológica, o uso de medicamentos pode atuar como recurso complementar, especialmente em casos de maior dependência à nicotina, nos quais a intervenção psicoterapêutica isolada pode não ser suficiente. Os medicamentos de primeira linha, com eficácia reconhecida, dividem-se em duas categorias: nicotínicos e não-nicotínicos (Mazzocchi *et al.*, 2015).

A Terapia de Reposição de Nicotina (TRN) é uma opção eficaz para ajudar a parar de fumar, podendo quase dobrar a taxa de sucesso a longo prazo em comparação ao placebo. Ela está disponível em formas de liberação lenta, como adesivos, e de liberação rápida, como goma de mascar, pastilhas e inaladores nasais. As formas de liberação rápida são especialmente úteis para lidar com a vontade de fumar, mas seu uso deve ser controlado para evitar dependência. Os adesivos, por outro lado, são mais indicados para um tratamento prolongado, pois permitem ajustes nas dosagens conforme as necessidades do paciente, tornando a TRN uma opção terapêutica segura e eficaz (Mazzocchi *et al.*, 2015).

2490

Destarte, apesar das melhorias nas taxas de cessação, ainda não está totalmente claro o grau de eficácia dessas combinações no tratamento. As combinações que possuem comprovação de eficácia incluem: Uso prolongado de adesivos de nicotina (mais de 14 semanas) combinado com outra forma de terapia de substituição de nicotina, como goma ou spray; adesivos de nicotina associados a inaladores de nicotina; adesivos de nicotina com bupropiona, medicamento aprovado pelo FDA (Mazzocchi *et al.*, 2015).

CONCLUSÃO

A cessação do tabagismo representa a intervenção mais efetiva para retardar a progressão da DPOC, reduzir a mortalidade e promover melhora significativa na qualidade de vida dos pacientes. Nesse viés, os achados deste estudo demonstram que, apesar dos benefícios

amplamente documentados da interrupção do hábito de fumar, indivíduos com DPOC enfrentam barreiras substanciais para alcançar a abstinência, em virtude do elevado grau de dependência nicotínica e da vulnerabilidade física e emocional associada à doença.

Verificou-se que intervenções combinadas, terapias comportamentais, farmacológicas e recursos educativos, apresentam maior eficácia em comparação a estratégias isoladas. Dessa maneira, o uso de ferramentas visuais, como infográficos personalizados, mostrou-se promissor ao ampliar a compreensão dos pacientes sobre os riscos do tabagismo e incentivar mudanças de comportamento, especialmente em grupos socialmente vulneráveis.

Conclui-se, portanto, que a cessação do tabagismo deve ser conduzida de forma multidisciplinar, contínua e individualizada, considerando as necessidades específicas de cada paciente. O engajamento ativo dos profissionais de saúde é determinante tanto na abordagem inicial quanto no acompanhamento a longo prazo. Ademais, políticas públicas integradas e programas educacionais voltados à prevenção e ao tratamento do tabagismo configuram estratégias indispensáveis para o controle da DPOC e para a obtenção de melhores desfechos clínicos e sociais.

REFERÊNCIAS

2491

1. ALAMER S, et al. Barriers and facilitators of adherence to treatment interventions for COPD amongst individuals from minority ethnic communities: Meta-ethnography. PLoS ONE, 2025; 20(2): e0318709.
2. ANDELIUS DK, et al. Pharmacological smoking cessation of adults aged 30–50 years with COPD. npj Primary Care Respiratory Medicine, 2022; 32(1): 1–7.
3. DENISON E, et al. Cognitive therapies for smoking cessation: a systematic review. Knowledge Centre for the Health Services at The Norwegian Institute of Public Health, Oslo, 2017.
4. ELLERBECK EF, et al. Effect of long-term nicotine replacement therapy vs standard smoking cessation for smokers with chronic lung disease. JAMA Network Open, 2018; 1(5): e181843.
5. GUPTA S, et al. A personalized biomedical risk assessment infographic for people who smoke with COPD: a qualitative study. Addiction Science & Clinical Practice, 2022; 17(1): 1.
6. HAN MK, et al. The effectiveness of theory-based smoking cessation interventions in patients with chronic obstructive pulmonary disease: a meta-analysis. BMC Public Health, 2023; 23(1): 9.

7. HUIMIN T, et al. A scoping review of factors influencing smoking cessation in patients with chronic obstructive pulmonary disease. *COPD: Journal of Chronic Obstructive Pulmonary Disease*, 2024; 21(1): 1-12.
8. INSTITUTO NACIONAL DE CÂNCER (INCA). *Tabagismo*. Rio de Janeiro: INCA, 2021.
9. JAEN-MORENO MJ, et al. Chronic obstructive pulmonary disease in severe mental illness: a timely diagnosis to advance the process of quitting smoking. *European Psychiatry*, 2021; 64(1): e12.
10. LE MAO R, et al. Effect of early initiation of varenicline on smoking cessation in COPD patients admitted for exacerbation: the Save randomized clinical trial. *COPD: Journal of Chronic Obstructive Pulmonary Disease*, 2019; 17(1): 7-14.
11. LEONARDO C, PESSÔA C. Cessação do tabagismo em pacientes com DPOC. *Rev Saúde [periódico eletrônico]*, [s.d.]; 1(1): 1-10.
12. LOPES FM, SILVEIRA KM. Efeito de estratégias e técnicas cognitivo-comportamentais no tratamento do tabagismo. *Revista Brasileira de Terapias Cognitivas*, 2020; 16(1): 59-66.
13. LUTTER JI, et al. Utilization and determinants of use of non-pharmacological interventions in COPD: results of the COSYCONET cohort. *Respiratory Medicine*, 2020; 171: 106087.
14. MAZZOCCHI L, et al. Abordagens terapêuticas na cessação do tabagismo. *Rev Pneumol [s.l.]*, 2015; 21(2): 55-61.
15. PIRES R. *Tabagismo*. Hospital de Força Aérea do Galeão (HFAG), Rio de Janeiro, 2025.
16. POLITIS A, et al. Effects of varenicline therapy in combination with advanced behavioral support on smoking cessation and quality of life in inpatients with acute exacerbation of COPD. *Chronic Respiratory Disease*, 2018; 15(2): 146-156.
17. QIN R, et al. Adherence and efficacy of smoking cessation treatment among patients with COPD in China. *International Journal of Chronic Obstructive Pulmonary Disease*, 2021; 16: 1203-1214.
18. WORLD HEALTH ORGANIZATION (WHO). *Chronic obstructive pulmonary disease (COPD)*. Geneva: WHO, 2023.
19. XING X, et al. Efficacy and safety of pharmacological intervention for smoking cessation in smokers with diseases: a systematic review and network meta-analysis. *Journal of Evidence-Based Medicine*, 2023; 16(4): 520-533.