

## **ATUAÇÃO NA CESSAÇÃO TABÁGICA EM CONTEXTO DE SAÚDE OCUPACIONAL: UMA REVISÃO INTEGRATIVA DA LITERATURA**

SOFIA FEITOR<sup>1</sup>, MARIA JOSÉ PEIXOTO<sup>2</sup>, FERNANDA BASTOS<sup>3</sup>

<sup>1</sup>*Escola Superior de Enfermagem do Porto, sophiefeitor@gmail.com*

<sup>2</sup>*Escola Superior de Enfermagem do Porto, mariajose@esenf.pt*

<sup>3</sup>*Escola Superior de Enfermagem do Porto, fbastos@esenf.pt*

### **Introdução**

O tabagismo é uma das principais causas evitáveis de doenças não transmissíveis (DGS, 2020). Atuar face à cessação tabágica no local de trabalho torna-se um cenário propício ao sucesso, na medida em que uma intervenção pode abranger um elevado número de pessoas, num local onde permanecem muito tempo, podendo recorrer ao apoio de pares. Estas intervenções podem ser até três vezes mais eficazes do que aplicadas noutros contextos da comunidade, proporcionando vantagens para trabalhadores e empregadores (Cahill & Lancaster, 2014).

### **Objetivos**

O objetivo desta revisão foi identificar programas de cessação tabágica no local de trabalho, estratégias e intervenções utilizadas, bem como a sua eficácia.

### **Metodologia**

Realizou-se uma revisão integrativa da literatura, em dezembro de 2021, no agregador EBSCO (com todas as bases de dados selecionadas) e na base de dados Scopus. A frase booleana de pesquisa foi AB (“Smoking cessation” OR “Smoking cessation interventions” OR “Quit smoking” OR “Stop smoking”) AND AB (Workplace OR “Occupational health”). Identificaram-se 622 artigos, tendo sido selecionados apenas 17 que cumpriam os critérios de inclusão (estudos focados na temática escolhida, publicados entre 2010 e 2021 e disponíveis em texto completo).

### **Resultados e Discussão**

A maioria dos programas tiveram a colaboração de um enfermeiro e/ou psicólogo; duraram entre 1 e 3 meses, tendo um *follow-up* até 1 ano; as estratégias mais utilizadas foram o aconselhamento individual, dinâmicas de grupo e terapias farmacológicas; os conteúdos mais frequentes foram o planeamento da tentativa de deixar de fumar, estratégias para lidar com a recaída/abstinência e malefícios do tabaco; a forma de avaliação predominante foi questionário de auto-preenchimento, sendo que a maioria obteve resultados positivos (imediatos e a longo prazo). Estes resultados vão de encontro à revisão de Cahill e Lancaster (2014) e são corroborados pela DGS (2020).

### **Conclusões**

Os programas demonstraram eficácia na cessação tabágica dos trabalhadores, recorrendo a aconselhamento individual, dinâmicas de grupo e terapias farmacológicas. É necessário olhar o uso de tabaco no local de trabalho como um problema de saúde pública, pois prejudica a saúde dos fumadores mas, também os que são expostos à exposição passiva. Atuar neste âmbito em saúde ocupacional gerará ganhos em saúde individual e coletivamente e, conseqüentemente, benefícios organizacionais (WHO, 2018).

Palavras-Chave: saúde ocupacional; cessação tabágica; programas; local de trabalho.

Keywords: occupational health; smoking cessation; programs; workplace.

---

### Referências Bibliográficas

- Cahill, K., & Lancaster, T. (2014). *Workplace interventions for smoking cessation: a review*. <https://www.cochranelibrary.com/cdsr/doi/10.1002/14651858.CD003440.pub4/full>
- Direção Geral de Saúde. (2020). *Programa Nacional Nacional para a Prevenção e Controlo do Tabagismo*. <https://www.dgs.pt/pns-e-programas/programas-de-saude-prioritarios/controlo-do-tabagismo.aspx>
- World Health Organization. (2018). *Revolution smoke-free toolkit: we can make our workplaces safe and smoke-free*. <https://apps.who.int/iris/handle/10665/328705>