

Como o SUS ajuda fumantes da região a abandonar o cigarro

Com acompanhamento multiprofissional, medicamentos e rodas em grupo, pacientes têm acesso gratuito a tratamento nas unidades

GABRIEL GADELHA

gabrielgadelha@dgabc.com.br

Após mais de cinco décadas convivendo com o cigarro, a aposentada Sonia Maria Zaffallon, 71 anos, comemora uma conquista que parecia muito distante. Sem fumar há mais de um mês, ela participa do grupo de combate ao tabagismo da Clínica da Família Vila Guiomar, em Santo André, e já percebe mudanças na própria saúde.

A decisão de abandonar o vício veio após o diagnóstico de enfisema pulmonar. Fumante desde os 20 anos, ela conta que chegou a consumir até dois maços por dia (40 unidades) e, mais recentemente, mantinha uma média de 15 cigarros diariamente. O tratamento iniciado em fevereiro deste ano marcou uma nova fase em sua vida. "Hoje estou sem fumar. Não digo que é fácil. É difícil. Tem horas que dá vontade, principalmente por causa dos costumes que a gente cria ao longo dos anos. Mas eu não tenho mais aquela tosse que quem fuma costuma ter e já percebo benefícios", relata.

A aposentada conta que precisou mudar parte da rotina para enfrentar os momentos de maior vontade de fumar. Após o café da manhã, por exemplo, passou a substituir o antigo hábito por momentos de oração. Também adotou estratégias orientadas pela equipe de saúde, como

consumir alimentos que ajudam a controlar a ansiedade.

PILARES PARA MUDANÇA

Na unidade da Vila Guiomar, o médico da Estratégia Saúde da Família Caio Henrique Del Bianco Villari explica que o tratamento vai muito além da medicação. "Penso em três pilares: mudança de estilo de vida, medicação e apoio psicológico. O remédio é apenas um dos suportes. A troca de experiências entre os participantes e a mudança de hábitos são essenciais para o sucesso do tratamento", afirma.

A enfermeira da Estratégia Saúde da Família Suelen Savoldi, que acompanha os

pacientes durante todas as etapas do processo, destaca a importância do acolhimento e do vínculo criado nos grupos. "Quando eles param de fumar, passam por uma fase emocional muito delicada. Muitos acabam encontrando no grupo uma rede de acolhimento", conta.

Além do acompanhamento médico e de enfermagem, os participantes também recebem orientações de nutricionistas, psicólogos, dentistas, farmacêuticos e fisioterapeutas. O objetivo é auxiliar na mudança dos hábitos associados ao cigarro e oferecer um suporte integral durante todo o processo de abandono do tabaco.

Dados do Ministério da Saúde mostram que 2,5 milhões de brasileiros procuraram atendimento relacionado ao tabagismo nas UBSs (Unidades Básicas de Saúde) em 2025.

No Grande ABC, os municípios mantêm ações voltadas à cessação do tabagismo por meio da rede pública de saúde. Os programas incluem grupos de apoio, acompanhamento multiprofissional, orientações sobre mudanças na rotina e fornecimento gratuito de medicamentos e adesivos de nicotina para os participantes.

Em Santo André, são 240 pacientes em acompanhamento; em Mauá, 127. Diadema registrou aumento de 67 para 241 participantes entre 2024 e 2025. Em São Bernardo, a procura pelo serviço cresceu 27%, passando de 2.578 pacientes em 2024 para 3.276 em 2025.

Já São Caetano contabilizou 869 atendimentos relacionados ao tema em 2025.

Ribeirão Pires informou que está implantando seu programa municipal de combate ao tabagismo, enquanto Rio Grande da Serra afirmou que trabalha na reestruturação do serviço, com previsão de retomada dos grupos até o fim deste ano.



EQUIPE. Na Clínica da Família da Vila Guiomar, médico e enfermeira instruem a paciente Sonia Zaffallon

Veículo: Impresso -> Jornal -> Jornal Diário do Grande ABC

Seção: Setecidades Pagina: 3