

EDUCATION AGAINST TOBACCO – UNIVERSIDADE FEDERAL DE LAVRAS (EAT/UFLA): PREVENÇÃO DO TABAGISMO NA ADOLESCÊNCIA REALIZADA POR GRADUANDOS EM MEDICINA

Daiana Carolina Godoy

Universidade Federal De Lavras
Departamento de Ciências da Saúde
Lavras - Minas Gerais

Isabela Lima Cortez

Universidade Federal De Lavras
Departamento de Ciências da Saúde
Lavras - Minas Gerais

Gabriela Campbell Rocha

Universidade Federal De Lavras
Departamento de Ciências da Saúde
Lavras - Minas Gerais

Raquel Castro Ribeiro

Universidade Federal De Lavras
Departamento de Ciências da Saúde
Lavras - Minas Gerais

Tatielle Pedrosa Novais

Universidade Federal De Lavras
Departamento de Ciências da Saúde
Lavras - Minas Gerais

Rodrigo Adriano Paralovo

Universidade Federal De Lavras
Departamento de Ciências da Saúde
Lavras - Minas Gerais

Vitor Luís Tenório Mati

Universidade Federal De Lavras
Departamento de Ciências da Saúde
Lavras - Minas Gerais

RESUMO: O tabagismo é considerado a principal causa de morte evitável no mundo segundo a Organização Mundial da Saúde (OMS) e, gradualmente, a idade inicial para o uso do tabaco torna-se mais precoce, levando ao aumento do número de óbitos. Sabe-se que a maioria dos fumantes adultos tiveram o primeiro contato com produtos derivados do tabaco quando adolescentes e que são os jovens os mais influenciáveis ao início do tabagismo. Nesse contexto, o EAT – Education Against Tobacco - é uma rede multinacional formada por estudantes de medicina que atua na prevenção do tabagismo em adolescentes de 12 a 17 anos. As ações do EAT, com alvo nessa população, seguem um currículo aprovado e padronizado, o qual inclui uma metodologia lúdica e elaborada para uma prevenção eficaz e está sendo aplicado em escolas distribuídas pelo mundo todo. Esse capítulo apresenta a rede internacional EAT e uma de suas unidades, o EAT/UFLA, composta por estudantes de medicina da Universidade Federal de Lavras, Minas Gerais, Brasil, da qual os autores são membros.

PALAVRAS-CHAVE: prevenção, tabagismo, adolescentes, saúde, educação.

ABSTRACT: Smoking is the major cause of preventable death according to World Health Organization (WHO) and, gradually, the starting

age for tobacco use becomes earlier, increasing the number of deaths. It is known that the majority of adult smokers had their first contact with tobacco products when adolescents and young people are the most influenced to start smoking. In this context, EAT – Education Against Tobacco - is a multi-national network formed by students of medicine that acts in the prevention of smoking in adolescents 12 to 17 years. The actions of the EAT, targeting this population, follow an approved and standardized curriculum. Its methodology is playful and elaborate for effective prevention. Furthermore, it has been implemented in schools distributed all over the world. This chapter introduces the international network of EAT, and one of its units, the EAT/UFLA, composed of medical students from the Federal University of Lavras, Minas Gerais, Brazil.

KEYWORDS: prevention, smoking, teenagers, health, education.

1 | INTRODUÇÃO

O EAT – Education Against Tobacco - é uma rede multinacional formada por estudantes de medicina de todo o mundo. Esse projeto foi criado em 2012 pelo alemão Titus Brinker e, desde então, tem expandido sua atuação. Hoje a rede EAT está implementada em mais de 80 escolas médicas de 14 países. O EAT recebe o apoio de renomadas instituições como Brigham and Women’s Hospital e Harvard Medical School.

No Brasil, o EAT/Brasil foi implementado em 2016 e três anos após a sua fundação, o programa já está estabelecido em 15 faculdades de medicina, algumas delas Universidade Federal de Ouro Preto (UFOP), Universidade Federal de Juiz de Fora (UFJF), Universidade Federal do Triângulo Mineiro (UFTM), Universidade de Itaúna (UIT), Faculdade de Medicina de Itajubá (FMIT); totalizando mais de 200 estudantes se voluntariando para educar mais de 8.000 adolescentes brasileiros, por ano.

A equipe do EAT/BRAZIL está sempre à frente e ativa, organizando eventos e/ou concursos, como o concurso de redação chamado “Prêmio EAT-Brasil de Controle do Tabagismo” para reconhecer as melhores ideias, a fim de melhorar o controle do tabagismo no Brasil. Desde então, o EAT tem trabalhado muito em prol da prevenção do tabagismo em adolescentes, para levar melhoria na qualidade de vida desses jovens.

Segundo a nova pesquisa realizada pelo EAT/BRAZIL, publicada em 21 de fevereiro de 2019, (LISBOA et al., 2019) cerca de 667 adolescentes brasileiros por ano, ou pararam de fumar ou não começaram a fumar devido a nossas ações. Isso mostra a relevância da ação do programa no Brasil e como é importante que estudantes de medicina continuem motivados a participarem desse programa visando a sua expansão e a prevenção do tabagismo.

O tabagismo é considerado, pela Organização Mundial da Saúde (OMS), a

principal causa de morte evitável no mundo. Dessa forma, o EAT consiste em um conjunto de estudantes de medicina pelo mundo todo, que visa à promoção da saúde no âmbito preventivo de se evitar novos casos de tabagismo e, com isso, novos casos de infartos, de cânceres, Acidentes Vasculares Encefálicos (AVEs), Doenças Pulmonares Obstrutiva Crônicas (DPOCs), enfisemas pulmonares, tabagismo passivo, dentre outras enfermidades decorrentes do tabagismo ativo. Ao prevenir o fumo na adolescência, o EAT/Brasil previne mortes e melhora a qualidade de vida de muitas pessoas.

Esse projeto trabalha de maneira lúdica, profissional e técnica, a fim de despertar o interesse dos adolescentes e fazer com que eles percebam o quão prejudicial o tabagismo é para a saúde. Além de prevenir o uso do cigarro, o EAT também aborda a prevenção do uso de outros instrumentos que utilizam o tabaco, como o narguilé, o cigarro eletrônico, rapé, charuto, cachimbo e cigarro de palha, que muitas vezes se passam por inofensivos, mas que são extremamente prejudiciais à saúde, até mais que o cigarro de papel. Dessa forma, o programa antitabagista aborda essa questão tirando muitas dúvidas dos alunos sobre esses instrumentos, aconselhando-os para que tenham noções mínimas e básicas sobre o tema.

Embora o EAT seja uma rede que visa ajudar os adolescentes, tendo os mesmos como público alvo, o programa auxilia também os estudantes de medicina que participam do projeto, visto que os acadêmicos ficam melhores informados sobre as doenças ocasionadas pelo tabagismo, sobre os fatores biopsicossociais que o envolve e, também, sobre as diversas formas de se utilizar o tabaco. Além disso, como profissionais de saúde em formação, é importante a percepção destes quanto a realidade do ensino fundamental e médio no Brasil. Isso inclui entender a visão desses adolescentes sobre o tema e aprender como discutir com mais confiança sobre o tabagismo, de forma que esse assunto não seja um tabu ou um empecilho. O tema é sempre tratado de forma natural, dinâmica, lúdica e com uma abordagem médica.

Tendo isso em vista, neste capítulo descreve-se como o EAT age na comunidade, como ele pode ser útil na formação complementar dos estudantes de medicina, sendo discutida sua relevância para toda a sociedade.

1.1 Atuação do Education Against Tobacco (EAT/UFLA)

O tabagismo consiste na principal causa de morte evitável no século XXI, além de ser também a principal causa de enfermidades evitáveis, como o enfisema pulmonar e bronquite crônica. Em 2015, o tabagismo foi responsável por 156.216 mortes no Brasil (LISBOA et. al, 2019).

Cada vez mais a idade inicial para o uso do tabaco se torna mais precoce. Isso é devido ao fato de que os adolescentes estão expostos a diversos fatores de risco para o tabagismo, como a influência social do meio, influência midiática e a necessidade de se tornar parte de um grupo.

Sendo assim, notou-se a necessidade de tomar medidas preventivas para o

controle do tabagismo, agindo na faixa etária onde há a maior apresentação ao tabaco, ou seja, alunos do 6º ano do ensino fundamental ao 3º ano de ensino médio. A rede Education Against Tobacco vem justamente com esse propósito. É um programa que conta com mais de 3500 estudantes de medicina e médicos em 14 países, que se voluntariaram para atuarem em instituições escolares e realizarem ações que auxiliam na prevenção ao tabagismo (LISBOA et al., 2019).

As ações do EAT seguem o currículo aprovado e padronizado EAT para a prevenção do tabagismo nas escolas pelo mundo todo. Nesse currículo padrão EAT, é observado várias atividades lúdicas com os jovens, trabalhando sempre com adolescentes da faixa etária de 12 a 17 anos de idade. Essa é a idade de maior chance de experimentação do tabaco. Segundo pesquisa realizada em 2015 (BRINKER e SEEGER, 2015), um dos fatores que justificam a grande efetividade do programa EAT são atividades lúdicas, acessíveis e apropriadas para o público jovem que atingem justamente a faixa etária estratégica. Essas atividades, propostas pelo currículo EAT, conseguem despertar a atenção do aluno e incentivá-lo a não iniciar o uso do tabaco.

Exemplos dessas atividades são: observar características de um pulmão saudável; escrever sobre os principais problemas de saúde decorrentes do tabagismo em folha padronizada e ilustrada; comparar fotos de gêmeos univitelinos, sendo um fumante e o outro não; estudar os acometimentos estéticos e dermatológicos do cigarro no fumante; dinâmicas de atividade física para simular o respirar do tabagista; realização de experimentos que simulam uma “máquina de fumar”; amostragem de equipamentos de uso de tabaco em suas variadas formas, como narguilé, charuto, rapé, entre outros; uso de softwares desenvolvidos pela Rede EAT para realização de selfies e observação dos acometimentos no rosto. Enfim, dentre outras diversas atividades que trabalham as vantagens de ser um não fumante, principalmente, sempre estudando todos os possíveis acometimentos do tabagismo na vida da pessoa como um todo.

Um exemplo de uma estratégia utilizada pela rede EAT é a dinâmica da atividade física, que sempre é bem recebida entre os jovens e conscientiza-os. É uma atividade bem simples que simula a respiração de um fumante. Ela funciona da seguinte maneira: os jovens fazem um minuto de exercícios físicos variados, como polichinelos e corrida no mesmo lugar; logo após, eles prendem o nariz e devem respirar apenas pelo canudo que está em suas bocas. Dessa forma, eles conseguem notar como é a respiração de um tabagista e repensam o uso do cigarro.

Essa variedade de atividades auxilia no aconselhamento efetivo e já comprovado por estudos realizados pelos grupos EATs ao redor do mundo.

O EAT/UFLA, unidade do EAT composta por estudantes da Universidade Federal de Lavras, Minas Gerais, Brasil, também utiliza essa metodologia e currículo EAT, e já atendeu mais de 900 estudantes das redes estadual, municipal e particular em apenas um ano e meio de vigência do programa nesta Escola Médica. O EAT/UFLA, foi fundado pela estudante de medicina Daiana Carolina Godoy em meados de 2017

e a meta esperada no momento de sua criação era o atendimento de cerca de 400 adolescentes por ano. Contudo essa meta foi ultrapassada e o grupo tem atendido, em média, 600 jovens por ano, conseguindo chegar em mais de 40 turmas - de cerca de 30 alunos em cada – por ano. Isso mostra a grande demanda pelo EAT e por suas intervenções por parte da sociedade lavrense, que possui mais de 15421 jovens matriculados no ensino fundamental e médio segundo IBGE de 2010.

As diferentes instituições escolares pelas quais o EAT/UFLA já passou, apresentaram muitas queixas sobre o uso do tabaco muito precocemente pelos jovens. Esse uso seria maior na forma do cigarro de palha do que do cigarro de papel e expressa-se como uma forte influência social da atualidade, sendo o cigarro ainda visto como fator de inclusão social. Além disso, também há relatos sobre a utilização do cigarro eletrônico, tão disseminado entre os adolescentes dos EUA, febre mundial e, também, já presente no Brasil. Assim, as intervenções EAT foram e são de grande importância para essa realidade, que lida cada vez mais precocemente com o início da utilização do tabaco.

Ao longo das atividades e intervenções, percebe-se que os adolescentes atendidos possuem diferentes reações quanto às ações do EAT, variando seus níveis de compreensão de acordo com suas idades – quanto mais novos, mais participativos - e que os professores que acompanharam diretamente essas intervenções, apresentaram observações e análises positivas a respeito das atividades desenvolvidas pelo EAT/UFLA. O professor da escola presente na sala de aula recebe uma folha com dados, onde é solicitado a indicação de sugestões, possibilidades de melhoria e avaliação da intervenção como um todo, avaliando-se também se a linguagem utilizada pelos extensionistas está acessível aos jovens e se os materiais estão adequados. Cerca de noventa e sete por cento dos professores lavrenses avaliaram as intervenções do EAT/UFLA como sendo ótimas e adequadas para o público-alvo, sendo de grande relevância o tema tratado pelo EAT/UFLA. Isso indica que esse grupo trabalha de forma séria e cautelosa, para que esteja sempre atento à receptividade das informações e dos conhecimentos por parte dos adolescentes e, assim, poder, realmente, fazer a diferença na vida desses jovens por meio dessas intervenções.

Outra contribuição do trabalho do EAT/UFLA diz respeito à conscientização dos adolescentes sobre o fumo passivo, muito desconhecido por eles. Segundo a AMB – Associação Médica Brasileira - o tabagismo passivo é considerado a 3ª causa de morte evitável no mundo, após o tabagismo ativo e o alcoolismo. Além da exposição de crianças à fumaça, fetos também são atingidos na vida intrauterina, quando a mulher grávida é fumante. No Brasil, também segundo a AMB, as estimativas indicam 9 a 12 milhões de crianças menores de 5 anos são expostas a essa poluição ambiental, das quais 43% vivem em domicílios com pelo menos um fumante. Isso mostra uma das fortes demandas da sociedade em relação ao tabagismo, o qual não atinge somente o fumante ativo, mas também o passivo, fato ainda muito desconhecido pela população, principalmente pelos jovens. Dessa forma, obtendo-se conhecimento sobre esse

assunto, há maior tendência por parte do jovem de não iniciar o uso do tabaco.

Ademais, as intervenções do EAT/UFLA podem ter gerado mais conhecimentos para os adolescentes atendidos e esses jovens, conseqüentemente, podem influenciar, positivamente, em seus ambientes domiciliares, levando mais informações para os pais e parentes, possíveis fumantes. Assim, as ações do EAT/UFLA podem contribuir para a redução de índices de tabagistas, principalmente a longo prazo e, assim, reduzir também possíveis gastos governamentais futuros no âmbito de recuperação em saúde, decorrentes dos danos provocados pelo tabagismo. Hoje já se sabe que esses gastos governamentais não são pequenos.

O custo por paciente tabagista chega a ser mais de R\$534,00 em programas implementados para estimular tabagistas a pararem de fumar (MENDES, 2016). De acordo com (UGÁ e PINTO, 2011), o custo do tratamento de um paciente com câncer de pulmão com histórico de tabagismo em um hospital especializado em câncer foi de R\$ 28.90. Outro estudo, mostra que o custo do tratamento de um paciente com câncer de pulmão do tipo não pequenas células (CPNPC) avançado no hospital Inca variou entre R\$101,71 e R\$90.861,72, sendo em média R\$8.929,82, à parte expressiva do custo individual médio relaciona-se ao cuidado ambulatorial da fase de manutenção, onde se concentram os custos com quimioterapia e radioterapia (KNUST et al, 2017).

Dessa forma, o EAT/UFLA pode contribuir em prol da redução desses tão onerosos valores, a longo prazo. Logo, o grupo pretende continuar atuando em mais instituições escolares, atingindo o maior número de estudantes possível e perpetuando esse trabalho tão relevante para a promoção da saúde na atenção primária.

Outro ponto relevante do EAT diz respeito aos ganhos para os alunos de medicina participantes do programa. Os acadêmicos aprendem a como se portar em público, adequar sua linguagem, ministrar explicações adequadas à cada faixa etária e a lidar com diferentes pessoas. O estudante desenvolve dinamismo e pro atividade durante as atividades do projeto, que contribuem para seu crescimento pessoal e garantem uma maior experiência para lidar com situações que ele deverá enfrentar em sua prática médica futura.

Ademais, cada membro do EAT fica responsável por umas das áreas a serem resolvidas, as coordenadorias. Os próprios estudantes gerenciam quais escolas serão visitadas, quais serão os horários de visitaçã, buscam patrocínios para auxiliar o programa, atentam-se para atualizações na literatura sobre o tema abordado, dentre outras funções, o que gera grande autonomia e desenvolvimento pessoal.

Além disso, o estudante de medicina amplia seus conhecimentos acerca dos efeitos do tabagismo no organismo e das doenças causadas e potencializadas pelo mesmo, aumentando assim seus conhecimentos sobre doenças extremamente prevalentes na sociedade atual, como a Doença Pulmonar Obstrutiva Crônica (DPOC). No Brasil, a DPOC, doença causada primariamente pelo tabagismo e que consiste na presença de obstrução crônica do fluxo aéreo, é a sexta maior causa de morte e responsável por um quarto de todas as hospitalizações no setor público, por problemas

respiratórios (BRASILEIRO, 2014).

Ademais, o programa também auxilia os futuros médicos, a abordar a temática do tabagismo em toda a sua complexidade, mantendo uma atualização constante. Este é um ponto essencial, pois desta forma, o futuro médico terá maior experiência prévia e conhecimento prático e teórico, além do aprendizado durante a graduação. O estudante saberá lidar com seus pacientes com esta condição no futuro, sabendo encaminhá-los para grupos de apoio, sabendo auxiliá-los no processo de parar de fumar e servindo de apoio neste momento que é tão delicado.

Nesse sentido, a rede EAT desenvolveu também o aplicativo software Smokerstop (Figura 1), que foi traduzido por nós EAT/Brazil. O Smokerstop tem como objetivo ajudar os tabagistas que desejam cessar o vício. O aplicativo apresenta quatro plataformas; a primeira com objetivos, que podem ser traçados pelo usuário; a segunda denominada mentor, que mostra informações sobre o tabagismo, como benefícios por cessar, ou malefícios por fumar, mostra questões financeiras e dicas como terapia em grupo e como lidar com o estresse; a terceira plataforma, mostra as vantagens de cessar o tabagismo a cada minuto no corpo humano, como “sua pressão sanguínea diminui”; e quarta plataforma, mostra o comportamento tabagístico de acordo com a quantidade de cigarros/dia, calculando a nicotina (mg), alcatrão (mg), monóxido de carbono (mg) e preço. Além disso, informa-se a data em que parou de fumar, e a partir disso, começa-se a contagem do fim do vício.

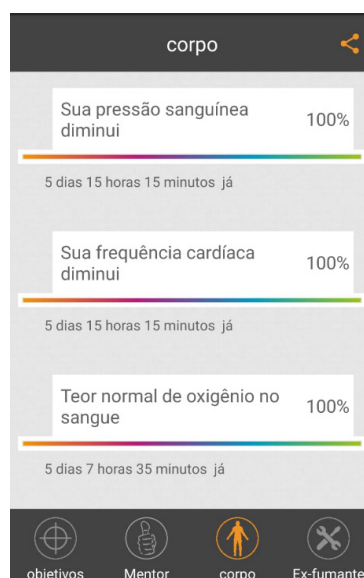


Figura 1 - Plataforma do Software SmokerStop - desenvolvido pela rede EAT - demonstrando os efeitos da cessação do tabagismo no corpo humano

Fonte: Brinker, 2015.

Outro software também desenvolvido pela Rede EAT é o Smokerface. Esse aplicativo, até mais utilizado pelos extensionistas em suas intervenções com os adolescentes, em que fazem selfies com os celulares, utilizando esse aplicativo. Essas fotos são projeções futuras de como seria a face da pessoa, caso ela fosse fumante

por vários anos, gerando, assim, um fotoenvelhecimento, tendo opções de tabagista (1 maço por dia) e não tabagista, além da opção para selecionar o período de anos (1, 3, 6, 9, 12, 15 anos). Por meio desse software, é possível identificar as alterações na pele, como presença de rugas, acnes, linhas faciais mais marcadas, dentes amarelados, olhar mais caído e triste, expressão de tristeza, pálpebras mais caídas, maior rapidez, menor elasticidade da pele, dentre outras características de uma pessoa fumante. Na Figura 2 é exemplificado o uso desse software, mostrando o “antes e depois” de uma pessoa não fumante para fumante, ressaltando as alterações na aparência. Nessa representação, a pessoa projetada no aplicativo também é capaz de tossir com maior frequência, espirrar e retirar mais muco do garganta, exemplificando de forma lúdica, aspectos característicos de um fumante.



Figura 2 - Uso do software SmokerFace desenvolvido pela rede EAT

Fonte: Do autor (2017).

O EAT/UFLA promove ainda atividades além das intervenções nas escolas com os adolescentes. O grupo já realizou o I Ciclo de Palestras Interativas do EAT/UFLA em abril de 2018 que ocorreu na UFLA. Neste evento estiveram presentes profissionais da área, como um médico da família e um pediatra os quais debateram, respectivamente, sobre a questão do tabagismo na atenção primária e sobre implicações do fumo na gestação e no desenvolvimento do feto. Além de um farmacêutico que finalizou o evento com uma abordagem sobre os avanços da farmacologia dentro desse tema. Neste evento pode-se também abrir discussão para uso de drogas ilícitas, o que proporcionou ricas discussões.

Além disso, o EAT/UFLA se mostra muito ativo também nos eventos que são tradição na UFLA: O UFLA portas abertas (Figura 3) e o UFLA faz extensão. O primeiro,

a universidade é aberta para estudantes de ensino médio, os quais conhecem o ambiente acadêmico, as atividades de cada curso e também ficam conhecendo o EAT. O segundo, a universidade é aberta para toda a comunidade lavrense, a qual conhece toda a UFLA, que fica exposta com seus grupos de estudos e de estudantes apresentando sobre as atividades do EAT. Essa grande gama de atividades feitas por esse grupo e todo o modo como o grupo se mantém à frente de seu tempo, sempre inovando, sempre ativo e participativo pode ser um dos motivos do sucesso do grupo EAT/UFLA e de seu potencial diferenciador.



Figura 3 – Extensionista do EAT/UFLA durante o evento “UFLA portas abertas”

Fonte: Do autor.

1.2 Recepção e demandas escolares

Os adolescentes são os mais susceptíveis ao tabagismo e à sua iniciação. Vários fatores foram indicados como fortes influenciadores dessa iniciação e manutenção, fatores sociodemográficos como idade, sexo, escolaridade e condição econômica, as relações sociais, o uso concomitante de álcool e propagandas do cigarro (CAMARGOS et al., 2017).

A partir desses fatores citados, percebe-se que as escolas, são locais adequados para a atuação do projeto Education Against Tobacco (EAT/UFLA), pois nos colégios são formados os vínculos e conhecimento, sendo a instituição constituída pela diversidade social. A educação escolar é essencial para formação humana e intelectual, para possibilitar o ser humano a viver em sociedade (OLIVEIRA et al., 2013).

Portanto, o EAT/UFLA chega à diretoria das escolas através de uma cartilha levada pessoalmente pelos membros do grupo, é discutido com os coordenadores, e

agenda-se as datas para as ações nas salas de aula. Sempre ocorrem boas recepções nas escolas. Os próprios supervisores dos colégios já avisam com antecedência para seus alunos sobre o agendamento das atividades do EAT, para que se evite, ao máximo, que alunos falem no dia de intervenção do grupo e, assim, atingir o máximo de adolescentes possível.

Nos dias de ação do programa dentro das salas de aula, as duplas encaminhadas pela diretoria do EAT são recepcionadas pelo professor na sala de aula, este acompanha toda a dinâmica e, na maioria das vezes, também participa.

Cada turma apresenta uma característica peculiar, o que as torna diversificadas. Cada turma tem seu aluno mais participativo, outro mais silencioso, mas os extremos resultam em um equilíbrio. Dessa forma, cada sala se transforma em um desafio para os membros do programa, e origina novos aprendizados.

No início de cada ação, ao perguntar se algum familiar ou amigo próximo fuma, a grande maioria da turma se manifesta respondendo que sim, o que abre a discussão para dois assuntos: o primeiro, sobre o relacionamento com os pais e amigos e a influência sobre o comportamento de fumar, principalmente levando em consideração que o ato de fumar está estreitamente relacionado à aceitação e à permanência do jovem em determinados grupos sociais (ABREU e CAIAFFA, 2011); segundo, o tabagismo passivo, considerado um importante problema de saúde pública, sendo indispensáveis ações e campanhas antitabagistas enfatizando este tema. As crianças fumantes passivas, além de sofrerem maior risco de contrair doenças respiratórias, parecem ser mais vulneráveis e imunologicamente mais deprimidas (COELHO et al., 2012).

Ao longo da conversa durante o período de uma aula (Figura 4), ou seja, cinquenta minutos, são levantadas várias dúvidas sobre temas mais polêmicos, a maioria deles se repetem em todas as salas. O EAT/UFLA passa assim, duas vezes em cada turma - duas vezes de cinquenta minutos cada - para completar suas atividades e aconselhamentos médicos sobre o tema.



Figura 4 – Atividades do grupo EAT/UFLA

O narguilé, um dos assuntos mais levantados pelos alunos, utiliza carvão de rápido acendimento, e a razão média entre monóxido de carbono e nicotina na fumaça de narguilé é 50:1, em comparação com 16:1 na fumaça do cigarro, assim, há relatos de intoxicação por monóxido de carbono, que se manifestam como dor de cabeça, tonturas, náuseas e fraqueza. Logo, fumar narguilé, também conhecido como cachimbo d'água por 20 a 60 minutos, equivalem a 100 cigarros (INCA, 2018). Além disso, os fumantes de narguilé geralmente compartilham o mesmo bocal (passando-o de pessoa para pessoa), o que pode facilitar a propagação de doenças transmissíveis, como resfriados, herpes, infecções respiratórias (MARTINS et al., 2014).

Os alunos também perguntam sobre cigarros eletrônicos, dispositivo eletrônico que fornece aos usuários doses de nicotina e outros aditivos em aerossol. A segurança desses dispositivos não foi demonstrada, e o risco potencial para a saúde do usuário ainda permanece indeterminado (KNORST et al., 2014).

Um dos temas mais polêmicos, é sobre a droga ilícita *Cannabis*, conhecida popularmente como maconha. Dentre as dúvidas frequentes, tem-se o questionamento sobre os malefícios da mesma comparados por cigarro. Os membros do programa deixam claro que há estudos que comprovam malefícios do uso da maconha, como um potencial maior para causar o câncer de pulmão comparado ao tabagismo (ALDINGTON et al., 2008), em contrapartida, há países em que o uso da *Cannabis* é legalizado sendo utilizada com objetivos terapêuticos, como em casos de dor crônica (BONFÁ et al., 2008), porém no Brasil, a maconha é ilícita.

Todos os temas citados, além do roteiro padronizado, são conversados com os alunos com um vocabulário adequado para o público, sem termos técnicos, de forma que eles possam entender e realizar perguntas em qualquer momento de dúvida.

1.3 Redes sociais

As redes sociais são palco de grandes manifestações e mobilizações. A velocidade da informação aumentou e, ao mesmo tempo, a amplitude de seu alcance para quem se utiliza dessas ferramentas de compartilhamento de informação (ANGELO, 2016).

Assim, o programa EAT busca, através das redes sociais, instagram (@eatbrazilufla) e facebook (@EATBRAZILUFLA), atrair e expandir o público alvo, até mesmo conseguir o contato de novas instituições escolares. São realizadas publicações para que os usuários das redes conheçam os membros e a ação do programa, além de publicações explicativas, como os benefícios de parar de fumar, e os malefícios do tabagismo, publicações comparativas entre cigarros industrializados, cigarros de palha, cigarrilhas, charuto, cachimbo, fumo de corda, narguilé, ou seja, as diversas formas do consumo do tabaco.

As redes sociais do programa também divulgam os aplicativos desenvolvidos pela rede EAT, Smokerface e Smokerstop, disponíveis gratuitamente para download e traduzidos, pelo EAT Brasil, para as línguas mais faladas em todo o mundo, incluindo

o Português.

O programa Education Against Tobacco (EAT/UFLA) também já foi convidado para estar presente em rádios e sites locais, com o objetivo de divulgação para os ouvintes e leitores sobre a ação do programa, como surgiu, e como contactar os membros do EAT.

Education Against Tobacco apresenta também um site oficial (info@educationtobacco.org) com todas as redes EAT, cerca de 80 escolas de medicina em 14 países com 2000 estudantes de medicina educando mais de 40000 alunos do ensino médio na classe configuração de sala por ano usando e otimizando aplicativos e estratégias (Education Against Tobacco International). Neste site está presente todas as informações do programa, os materiais utilizados, e os passos a serem seguidos para a fundação do EAT em uma escola médica.

2 | CONSIDERAÇÕES FINAIS

O EAT lida, assim, com um público estratégico, tornando-se uma importante ferramenta de conscientização do uso do tabaco. Esse programa é ferramenta também para a redução de incidências de tabagismo e, conseqüentemente, redução de onerosos custos governamentais, a longo prazo, no tratamento de tabagistas. Programas como esse são essenciais, visto que, estudantes das instituições escolares atendidas ainda, de acordo com suas faixas etárias, ainda estão em formação e esse ambiente escolar é determinante na qualidade das medidas preventivas antitabágicas.

Em pouco tempo, o EAT se expandiu para diversas escolas médicas no Brasil com resultados promissores. A expectativa é de continuar expandindo suas fronteiras para outras cidades e estados brasileiros, além de angariar membros em novas escolas médicas. Esse programa de extensão universitária tende a crescer cada vez mais, ganhando, por conseguinte, respaldo e apoio de instituições relevantes no Brasil. Por meio da utilização de softwares desenvolvidos pela Rede EAT, como o Smokerface, os jovens podem aprender sobre a temática do tabagismo de forma dinâmica e interativa, sem utilização de maçantes palestras. Assim, há a oportunidade, por parte desses jovens que recebem as intervenções EAT/UFLA de levar para os seus pais e/ou responsáveis um pouco do que eles aprenderam com a visita do EAT.

Ademais, ao abordar o conteúdo sobre tabagismo no programa, os estudantes de medicina complementam o que é visto durante a graduação, além de lidarem melhor com apresentações em público e com demandas referentes ao tabagismo. Dessa maneira, o EAT tem significativo impacto social ao fomentar reflexões e proporcionar aprendizados quanto ao malefício do tabaco.

Para a perpetuação e expansão do projeto, é importante que estudantes de medicina continuem interessados e se voluntariem em prol do combate ao fumo, se vinculando ao programa EAT e realizando as intervenções com afinco. Há muito trabalho a ser feito, a começar pela expansão dessa rede pelo Brasil. Concomitante,

às escolas médicas precisam se voltar mais para a temática tabagista, a fim de aprimorarem os seus futuros profissionais de saúde para o combate a essa patologia. O Education Against Tobacco tem mostrado a sua efetividade e, cada vez mais, conquistado o mundo acadêmico de medicina, fazendo uma diferença significativa na vida da população por ele atendida.

REFERÊNCIAS

- ABREU, M. N. S.; CAIAFFA, W. T. **Influência do entorno familiar e do grupo social no tabagismo entre jovens brasileiros de 15 a 24 anos.** Revista Panamericana de Salud Pública, Belo Horizonte, 2011. Disponível em: <<https://www.scielo.org/article/rpsp/2011.v30n1/22-30/>>. Acesso em: 19 mar. 2019.
- ALDINGTON, S. et al. **Cannabis use and risk of lung cancer: a case-control study.** European Respiratory Journal, 2008. Disponível em: <<https://erj.ersjournals.com/content/31/2/280.short>>. Acesso em: 19 mar. 2019.
- ASSOCIAÇÃO MÉDICA BRASILEIRA. **Tabagismo: maior causa de morte evitável do mundo e risco sócio econômico.** Disponível em: <<https://amb.org.br/noticias/amb/tabagismo-maior-caoa-de-morte-evitavel-do-mundo-e-risco-socio-economico/>>. Acesso em: 13 mar. 2019.
- ANGELO, E. **Redes sociais virtuais na sociedade da informação e do conhecimento: economia, poder e competência informacional.** Encontros Bibli: Revista Eletrônica de Biblioteconomia e Ciência da informação, 2016. Disponível em: <<https://periodicos.ufsc.br/index.php/eb/article/view/1518-2924.2016v21n46p7>>. Acesso em: 19 mar. 2019.
- BONFÁ, L. et al. **Uso de Canabinóides na Dor Crônica e em Cuidados Paliativos.** Revista Brasileira de Anestesiologia, 2008. Disponível em: <http://www.scielo.br/scielo.php?pid=S0034-70942008000300010&script=sci_abstract&tlng=pt>. Acesso em: 21 mar. 2019.
- BRASILEIRO, F. G. **Bogliolo: Patologia.** 8. ed. Rio de Janeiro: Guanabara Koogan, 2014.
- BRINKER, T. J.; SEEGER, W. **Photoaging Mobile Apps: A Novel Opportunity for Smoking Cessation?** Journal of Medical Internet Research, Giessen, 2015. Disponível em: <<https://asset.jmir.org/pub/assets/067fb268fb802e3526427ca345ee6a2.pdf>>. Acesso em: 13 mar. 2019.
- BRINKER, T. J. et al. **Education Against Tobacco (EAT): a quasi-experimental prospective evaluation of a multinational medicalstudent-delivered smoking prevention programme for secondary schools in German.** BMJ Open, 2015. Disponível em: <<https://bmjopen.bmj.com/content/5/9/e008093>>. Acesso em: 19 mar. 2019.
- BRINKER, T. J. **Smokerface: Quit Smoking.** Versão 2.2. Bünde, 2015. Aplicativo.
- BRINKER, T. J. **Smokerstop: Quit Smoking.** Versão 1.5.3. Bünde, 2015. Aplicativo.
- CAMARGOS, P. A. M. et al. **Tabagismo: O papel do pediatra.** Departamento Científico de Pneumologia, Sociedade Brasileira de Pediatria, nº 2, 2017.
- COELHO, S. A. et al. **Consequências do tabagismo passivo em crianças.** Ciência, Cuidado e Saúde, 2012. Disponível em: <<http://ojs.uem.br/ojs/index.php/CiencCuidSaude/article/download/10281/pdf>>. Acesso em: 15 mar. 2019.
- INSTITUTO BRASILEIRO DE GEOGRAFIA E ESTATÍSTICA. **Lavras.** Disponível em: <<https://cidades.ibge.gov.br/brasil/mg/lavras/panorama>>. Acesso em: 13 mar. 2019.

INSTITUTO NACIONAL DO CÂNCER. **Parece inofensivo, mas fumar narguilé é como fumar 100 cigarros**. 14 nov. 2018. Disponível em: <<https://www.inca.gov.br/campanhas/dia-nacional-de-combate-ao-fumo/2015/parece-inofensivo-mas-fumar-narguile-e-como-fumar-100>>. Acesso em: 19 mar. 2019.

KNUST R.E. et al. **Estimativa dos custos da assistência do câncer de pulmão avançado em hospital público de referência**. Revista de Saúde Pública, da Universidade de São Paulo (USP), em agosto de 2017. Disponível em: <http://www.scielo.br/pdf/rsp/v51/pt_0034-8910-rsp-S1518-87872017051006665.pdf> Acesso em: 21 mar. 2019.

KNORST, M. M. et al. **Cigarro eletrônico: o novo cigarro do século 21?** Jornal Brasileiro de Pneumologia, 2014. Disponível em: <http://www.scielo.br/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S1806-37132014000500564&lng=pt&nrm=iso&tlng=pt>. Acesso em: 19 mar. 2019.

LISBOA, O. et al. **A Smoking Prevention Program Delivered by Medical Students to Secondary Schools in Brazil Called “Education Against Tobacco”: Randomized Controlled Trial**. Journal of Medical Internet Research, 2019. Disponível em: <<https://www.jmir.org/2019/2/e12854/pdf>>. Acesso em: 13 mar. 2019.

MARTINS, S. R. et al. **Experimentação de e conhecimento sobre narguilé entre estudantes de medicina de uma importante universidade do Brasil**. Jornal Brasileiro de Pneumologia, Ribeirão Preto, 2014. Disponível em: <https://bdpi.usp.br/single.php?_id=002484216>. Acesso em: 19 mar. 2019.

MENDES, A. C. R. et al. **Custos do Programa de Tratamento do Tabagismo no Brasil**. Revista de Saúde Pública, 2016. Disponível em: <http://www.scielo.br/pdf/rsp/v50/pt_0034-8910-rsp-S1518-87872016050006303.pdf>. Acesso em: 13 mar. 2019.

OLIVEIRA, T. et al. **Escola, conhecimento e formação de pessoas: considerações históricas**. Políticas Educativas, Porto Alegre, 2013. Disponível em: <https://www.google.com/url?sa=t&source=web&rct=j&url=https://seer.ufrgs.br/Poled/article/viewFile/45662/28843&ved=2ahUKEwiO0vrYwY_hAhV_ILkGHVS1C-8QFjAAegQIBBAB&usg=AOvVa_w0G5wAmfBd9DHiEPNsv9gTo>. Acesso em: 19 mar. 2019.

UGÁ M.A.D., PINTO M. **Custo do tratamento de pacientes com histórico de tabagismo em hospital especializado em câncer**. Rev Saúde Pública, 2011. Disponível em: <<http://www6.ensp.fiocruz.br/repositorio/sites/default/files/arquivos/CustoTratamento.pdf>> Acesso em: 21 mar. 2019.