

# O PROCESSO DE CESSAÇÃO TABÁGICA

GONÇALVES, Clênia Maria Toledo de Santana  
LIMA, Rebecca Pessoa de Almeida  
MELLO, Alexandre Coutinho de  
SILVA, Élyman Patrícia da Silva  
GOMES, Izaíde Kelly Seabra

CCHLA/ DEPARTAMENTO DE PSICOLOGIA/ PROBEX 2013.

## RESUMO

O tabagismo se configura hoje como uma das doenças que consterna a humanidade tanto pela sua extensão planetária, como pelos inúmeros prejuízos que causa a saúde individual, seja ela de cunho físico ou psicológico. O reconhecimento da dependência do tabaco é fato consumado entre os estudiosos do assunto, como uma condição crônica que pode necessitar de repetidas intervenções. Diante deste quadro, sublinha-se a essencialidade de intervenções, sejam elas isoladas, em grupo ou aliadas ao tratamento farmacológico. Este estudo objetiva apresentar as dificuldades enfrentadas na dependência tabágica. O mesmo foi realizado a partir do projeto de extensão intitulado: A escuta do usuário tabagista na Clínica Escola de Psicologia da UFPB, contou com a participação de seis sujeitos do sexo com idades variando entre 17 e 43 anos. O instrumento utilizado foi a técnica da entrevista totalmente livre. A análise teve como referencial teórico a psicanálise. A escuta do tabagista contribuiu para a compreensão da posição que o tabaco ocupa na vida psíquica destes. Ficou evidenciado através do serviço de escuta que os usuários tabagistas apresentam resistência na adesão total ao processo de cessação tabágica.

**PALAVRAS-CHAVE:** Tabagismo, Avaliação Diagnóstica e Psicanálise.

## INTRODUÇÃO

### *Tabagismo*

Considerado um problema de saúde coletiva, no mundo contemporâneo o tabagismo é responsável por provocar inúmeras doenças, algumas limitantes, e outras fatais. Dados da Organização Mundial de Saúde tratam o mesmo como uma doença crônica, sendo a segunda maior causa de morte do mundo (WHO, 2008). O uso crescente de tabaco na sociedade ocorre cerca de 4,9 milhões de mortes anualmente no mundo decorrente do uso frequente de cigarros. Nos países em desenvolvimento 2,4 milhões de pessoas morrem, correspondendo a aproximadamente seis mortes a cada segundo. Já nos países desenvolvidos, o cigarro tem matado mais do que o somatório de causas de mortes decorrentes de casos como cocaína, heroína, álcool, incêndios, suicídios e AIDS (Araújo, 2004; Carvalho, 2000).

No Brasil, os percentuais de fumantes são elevados se comparados a outros países, principalmente com os da América Latina. Dados apontam que um terço da população adulta fuma, sendo 11,2 milhões de mulheres e 16,7 milhões de homens. Atualmente, existem no país 2,8 milhões de fumantes nessa faixa etária, e 90% dos fumantes iniciam a dependência à nicotina entre os cinco e os 19 anos de idade (INCA, 1998).

Assim, considerando-se as graves consequências do tabaco na vida das pessoas que fazem uso do mesmo, bem como os altos custos que isso acaba por gerar para a sociedade, necessita-se de ações e investimentos não apenas no âmbito social, mas em nível individual, uma vez que envolve, implicitamente, riscos acentuados para a saúde, e o bem-estar da sociedade como um todo.

Porém, por mais que se criem documentos governamentais e deflagrem campanhas de conscientização na mídia, advertindo-se acerca dos problemas e prejuízos à vida humana, é possível observar que a dependência ao tabagismo permanece aprisionando pessoas.

Em meio a esse contexto surgem questões como: O que leva o sujeito a fazer uso do tabaco? A que ele serve? Na clínica psicanalítica, busca-se o entendimento acerca desse fenômeno debruçando-se sobre o *pathos* psíquico, cuja constituição remete a uma energia psíquica que comove a alma, a paixões e afetos, e que geralmente não é imediatamente dado a ver (Berlinck, 2009).

A partir desta perspectiva e ao se estudar o comportamento irracional ou compulsivo, cujo objeto a ser consumida, uma substância adictiva, leva a uma ação prejudicial e dolorosa para si além de adquirir uma caráter de escravidão deste indivíduo. Para além do tóxico, o sujeito traz uma verdade interior que reflete um sofrimento psíquico vivenciado pelo sujeito (Bento, 2006).

### ***Dependência nicotínica***

A nicotina presente no tabaco é a responsável pela dependência fisiológica do tabagismo. Com isso, ocorre uma perda de controle quanto ao consumo do tabaco, mesmo o indivíduo estando consciente dos riscos envolvidos no hábito (Rocha, Guerra, & Maciel, 2010). Os efeitos neuroquímicos da nicotina no cérebro são reforçadores para o comportamento de fumar tabaco, uma vez que resultam em sensação de bem estar ou prazer (Rocha et al. 2010).

A dependência nicotínica provocada pelo uso de cigarros já se configura como um grande complicador na vida dos fumantes, uma vez que, abrange uma tríade fatorial: a *dependência física*, que é o grande causador da “síndrome de abstinência” que acontece ao se interromper o hábito de fumar; a *dependência psicológica*, responsável pela sensação de ter no cigarro um apoio a ser utilizado para o alívio do stress nos momentos de tensão, de ameaça, um amigo na solidão, entre outros; e o *condicionamento*, atribuído às frequentes associações do ato de fumar, como por exemplo, fumar-beber café; fumar-trabalhar; fumar-dirigir; fumar após as refeições (Silva et al, 2008).

Como Pinho e Oliva (2007) afirmam, muitos dependentes percebem a si mesmos como incapazes de lidar com situações sociais de conflito, subestimam a si próprios como agentes eficazes de resolver confrontos e buscam saídas idealizadas ou irreais para tais conflitos. Eles encontram no uso de substâncias psicoativas uma saída, se não ideal, mas a que se configura possível para diminuir ansiedade e dificuldades.

Porém, verifica-se que a dependência tabágica vai além de uma dependência física e configura-se também como uma dependência psicológica em que o sujeito busca o cigarro para aliviar suas tensões, configurando este como um aliado ou amigo inseparável, seja nos momentos de alegria ou dor.

### ***O processo psicodiagnóstico no tabagismo***

Ao se estudar o sofrimento psíquico de um sujeito a partir do processo psicodiagnóstico é preciso ter conhecimento de três pressupostos indispensáveis para uma boa compreensão deste. Primeiro, entender que não se parte da hipótese do processo saúde-doença se apresentar como dois modos de funcionamento mental, isto é, que nestes existe uma dicotomia entre ser “normal” e ser patológico, um que apresenta uma falha no funcionamento do aparelho mental, um distúrbio orgânico e/ou psicopatológico e outro que não apresenta. Um sujeito que apresente déficit de atenção, baixo nível de intelectualidade, esquizofrenia, depressão e outro que não apresente essas “anormalidades”.

Desta forma, os métodos e as técnicas projetivas têm por objetivo compreender aspectos não visíveis, latentes ou inconscientes da personalidade. Tal compreensão é feita pela análise da percepção, interpretação e ação do indivíduo perante o teste, pois tais ações (mentais, emocionais e comportamentais) serão reflexos de seu funcionamento psicológico (Amaral e Silva, 2006).

O interesse em desenvolver este trabalho não se situa na ideia de dicotomizar entre “normal” e “anormal”, para a utilização de um processo de avaliação psicológica, ou enquadrar o sujeito numa nosologia psiquiátrica, mas encontrar a dinâmica que jaz no funcionamento em que o sujeito se encontra. Permitindo com isto uma compreensão numa perspectiva intersubjetiva do que vai mal, mas também do que poderia ir bem a cada indivíduo.

Desse modo, o uso de uma metodologia projetiva, oferta ao sujeito tabagista um espaço para elaborar suas dificuldades psíquicas.

## **METODOLOGIA**

Este estudo foi realizado na Clínica-Escola de Psicologia da Universidade Federal da Paraíba. O mesmo é de cunho qualitativo e utilizou-se do aporte teórico da Psicanálise, contando com a participação de seis sujeitos do sexo masculino e feminino, com idades variando entre 17 e 43 anos. Como instrumentos, utilizou-se a técnica da entrevista totalmente livre buscando aprofundar questões relacionadas ao contexto sócio-cultural dos indivíduos e do uso do tabaco na vida dos mesmos.

## **RESULTADOS**

Nas entrevistas os tabagistas trouxeram o tabaco como objeto que supri alguma necessidade de suas vidas, seja falta de amor familiar, necessidade de amigos, etc. Além disso relatam que a função ocupada pelo tabaco em suas vidas é para reduzir a angústia e ansiedade.

O desejo da cessação também se mostrou presente o que pôde ser constatado a partir da demanda pessoal e adesão ao projeto, além das falas dos sujeitos e de suas elaborações, perpassada por fragilidade emocional diante do hábito do tóxico, conforme as interlocuções descritas logo abaixo:

*“Estou muito desesperada, sinto-me angustiada por não conseguir deixar de fumar, estou procurando um jeito, mas não consigo...”* (feminino, 43 anos)

*“Meu marido e minhas filhas reclamam muito... queria que eles me apoiassem mais”* (feminino, 43 anos)

*“Quero muito parar, mas sem ajuda é mais difícil... Estou desesperada, queria arrumar tempo só assim melhorava o clima lá de casa, até pelas minhas filhas.”* (feminino, 39 anos)

*“O cigarro preenche o vazio que sinto algumas vezes...”* (masculino, 17 anos)

Assim verifica-se que para os fumantes a dependência vai para além do tóxico e reflete uma verdade interior vivenciada por eles, a qual está relacionada a um frequente mal-estar psíquico e busca de equilíbrio interno tentando assim, suprir algo que falta para eles, tornando o cigarro um aliado e amigo presente nos momentos de aflição ou mesmo de felicidade.

## **CONCLUSÃO**

A escuta do tabagista contribuiu para a compreensão da posição que o tabaco ocupa na vida psíquica destes bem como o caráter de escravidão que a substância aditiva provoca. Ficou evidenciado através do serviço de escuta que os usuários tabagistas apresentam resistência na adesão total ao processo de cessação tabágica.

## **REFERÊNCIAS**

- ARAÚJO, A. J. et al. Diretrizes para cessação do tabagismo. *J. bras. pneumol.* 30 (2), 1-76, 2004.
- BENTO, V. E. S. Tóxico e adicção comparados a paixão e toxicomania: etimologia e psicanálise. [Versão eletrônica]. *Psicologia USP*, 17(1), 181-206, 2006.
- BERLINCK, M. T. O método clínico: Fundamentos da psicopatologia. *Rev. Latinoam. Psicopat. Fund.*, 12 ( 3), 441- 444, 2009.
- CARVALHO, J. T. C. O tabagismo visto sob vários aspectos. *Bol. Pneumol. Sanit.* 8 (1), 60-69, 2000.
- MINISTÉRIO DA SAÚDE. Instituto Nacional do Câncer (INCA). CONTAPP (Eds). *Falando sobre o tabagismo.* 3ª Ed. Rio de Janeiro: INCA, 1998.
- ROCHA, V., GUERRA, M.P., & MACIEL, M.J. Dependência tabágica, assertividade e alexitimia em doentes cardíacos. *Paidéia*, 20, 155-164. 2010.
- SILVA, A.O.; et al. Tabaco e saúde no olhar de estudantes universitários. *Revista Brasileira de Enfermagem*, v. 61, n. 4, p. 423-427, 2008.
- World Health Organization, WHO report on the tobacco epidemic, 2008.