

CESSAÇÃO DO TABAGISMO EM IDOSOS: EFETIVIDADE DA INTERVENÇÃO PSICOLÓGICA

Brunna Hatsune Kihara¹; Maria Eduarda Cordeiro da Silva²; Isabela Assis Duarte³; Gabriela Cunha Fialho Cantarelli Bastos⁴.

RESUMO

DOI: 10.47094/978-65-6036-445-5/61

INTRODUÇÃO: O tabagismo é um problema de saúde pública mundial, sendo considerado importante causa de morte evitável, câncer, doenças do aparelho respiratório e cardiovasculares. Os fumantes idosos, pelo maior tempo de exposição, geralmente apresentam maior carga tabágica do que os mais jovens, registrando um maior número de complicações. Visando o manejo não farmacológico adjuvante para a cessação do tabagismo em idosos, tem-se a terapia cognitivo comportamental (TCC) como notável recurso. Assim, depreende-se a importância do desenvolvimento e aprimoramento de estudos que abordem a aplicabilidade da TCC de modo isolado e/ou associada a outras formas de tratamento frente à intervenção na cessação do tabagismo em idosos. **OBJETIVOS:** Analisar a efetividade da TCC diante da cessação do tabagismo em pessoas idosas. **MÉTODOS:** Realizou-se uma revisão sistemática de literatura pelo PubMed, Scielo e Lilacs com os descritores: “Cognitive Behavioral Therapy” AND “Smoking Cessation”, com o filtro de idade acima de 65 anos e publicados nos últimos 10 anos. Encontraram-se 52 artigos e após a análise foram selecionados 18 artigos. Foram incluídos artigos em português, inglês e espanhol coerentes com o tema. Artigos duplicados, indisponíveis e que não abordavam idosos foram excluídos. **RESULTADOS:** Os estudos apontaram TCC como uma das mais bem sucedidas intervenções psicológicas para cessação do tabagismo, apresentando alta eficiência na prevenção de recaídas. Sua eficácia baseia-se em metas específicas e de curto prazo com foco nas possíveis soluções, com elevados benefícios combinados à farmacoterapia. A maioria dos estudos abordou amplas faixas etárias, uma vez que estudos específicos sobre a população idosa são mais raros. Um estudo, com 61 indivíduos, demonstrou que a TCC juntamente com o uso de antidepressivo ao final de 6 semanas de intervenção atingiu 93,5% de cessação, e ao final de seis meses, 57,4% ainda estavam abstinentes. Em outro estudo, com 109 pacientes avaliados por 2 anos, com TCC associada à terapia farmacológica, alcançou uma cessação de 83,5% com baixas taxas de recaídas ao longo do tempo. Uma pesquisa, com 145 indivíduos, sendo sua maioria mulheres, após acompanhamento de 1 ano, mostrou taxas de sucesso de 62,42% após implementação de procedimentos durante os encontros de TCC para intensificação da cessação, como a participação de ex-tabagistas. Uma outra pesquisa (n=1.014) comparou o sucesso da terapia de homens e mulheres e constatou que as mulheres tiveram níveis significativamente mais elevados de sucesso (36,6% vs. 29,7%) em relação aos homens através da TCC combinada à terapia adjuvante. **CONCLUSÃO:** A TCC apresenta efetiva ação adjuvante na cessação ao tabagismo e manutenção da abstinência, com potencialização da sua eficácia com a combinação de tratamentos farmacológicos, evidenciando a importância da implementação de programas públicos para tratamento do tabagismo.

PALAVRAS-CHAVE: Abandono do Hábito de Fumar. Assistência a Idosos. Terapia Cognitivo-Comportamental.