Academia da Saúde promove ações de combate ao tabagismo no bairro Vila Serrana

Date : 27-02-2019

A dependência física e psicológica do consumo da nicotina é responsável por vítimas todos os

dias. Segundo o Instituto Nacional do Câncer, estima-se que no Brasil cerca de 290 mil mortes por ano são decorrentes do tabagismo. É preciso que haja cada vez mais uma mobilização por parte das políticas públicas no combate ao uso dessa substância. Além das contraditórias mensagens dos maços, as redes sociais e os grupos de apoio exercem papéis fundamentais no combate ao cigarro.

Após intenso trabalho de grupo, a Academia da Saúde do bairro Vila Serrana anunciou a conclusão de um ciclo movido por muita determinação e força de vontade. O grupo antitabagismo conta com reuniões semanais com moradores do bairro que estão dispostos a largar a dependência do cigarro. A primeira turma encerrou nesta segunda-feira (25) com a sensação de missão comprida. Foram seis encontros e muitas histórias inspiradoras. A turma começou com doze inscritos e apenas quatro pessoas desistiram. Importante salientar que, em decorrência do resultado satisfatório, o grupo antitabagismo vai continuar, a partir do dia 11 de março, com uma nova formação.

Maria do Carmo foi convidada pelo agente de saúde do seu bairro. Ela lamentava durante as visitas sobre o quanto a sua saúde estava sendo prejudicada pelo uso do cigarro: ‘’Quando ele falou que um grupo de ajuda iria começar aqui no bairro, fiquei com muita vontade de participar, mesmo desacreditada. Eu falava pra ele sobre a bronquite causada por cigarro, a rinite alérgica provocada por 35 anos fumando e ele foi super amigo. Tem 15 dias que não encosto o cigarro na boca e para quem não conseguia ficar nem um segundo, é uma vitória muito grande’’, afirma Maria.

Para Railda Aparecida, participar do grupo foi principalmente contar a sua história e perceber que ela não está sozinha, tem muita gente nessa luta diária que é abandonar um vício: "Uma sabendo do esforço da outra, da dificuldade, ajuda muito porque você percebe que alguém te entende, entende a sua ansiedade. Eu só tenho a agradecer por essa oportunidade, eu recebi adesivos e tem me ajudado demais. Em apenas vinte árduos dias sem cigarro a minha unha já clareou, já ganhei peso, eu sentia muita dormência nos pés e não sinto mais, então eu sou eternamente grata por este grupo, se não fossem estes encontros eu não conseguiria'', pontua Railda.

Alessandra Tavares é enfermeira e uma das organizadoras do grupo. Para ela, chegar na última reunião com um resultado tão positivo é motivo de muita comemoração e certeza de sucesso na próximas turmas: ''O retorno que tive deste grupo é muito gratificante, são mulheres determinadas e é um grupo pelo qual já tenho muito amor. A gente começa fazendo

uma entrevista individual no primeiro encontro e a partir daí vamos avaliando o grau de dependência de cada pessoa e então seguimos o protocolo do ministério da saúde na distribuição dos adesivos'', conclui Alessandra.