

DOI: <https://doi.org/10.58871/conaeti.v4.48>

CESSAÇÃO DO TABAGISMO EM PACIENTES COM DPOC: IMPACTOS NA PROGRESSÃO DA DOENÇA E ABORDAGENS TERAPÊUTICAS

SMOKING CESSATION IN COPD PATIENTS: IMPACTS ON DISEASE PROGRESSION AND THERAPEUTIC APPROACHES

ISABELA MORAIS GOMES

Graduanda em Medicina pela Universidade de Vassouras¹

ANA CLARA FELIX FERREIRA DE SOUZA

Graduanda em Medicina pela Universidade de Vassouras¹

DOUGLAS REIS SANTOS

Graduando em Medicina pela Universidade de Vassouras¹

MANUELA DA COSTA AVELLAR

Graduanda em Medicina pela Universidade de Vassouras¹

MARIA LAURA REIS BARROS

Graduanda em Medicina pela Universidade de Vassouras¹

EUCIR RABELLO

Mestre em clínica médica pela Universidade Federal do Rio de Janeiro²

RESUMO

Objetivo: Esse estudo tem como objetivo realizar uma revisão literária acerca da importância da cessação do tabagismo frente a um paciente portador de DPOC, visando melhorias em sua qualidade de vida. **Metodologia:** O estudo foi realizado a partir da análise de artigos científicos publicados nos últimos anos nas plataformas PubMed e BVS, com foco na relação do tabagismo e sua influência na progressão da DPOC, além dos benefícios frente à interrupção desse hábito. **Resultados e discussão:** Estudos analisados demonstraram que a cessação do tabagismo traz benefícios significativos para pacientes com DPOC, reduzindo a progressão da enfermidade, a incidência de exacerbações e melhorando sintomas respiratórios. Desse modo, as intervenções como terapia cognitivo-comportamental, farmacoterapia e apoio motivacional, são maneiras eficazes na cessação do tabagismo. **Considerações Finais:** A cessação do tabagismo é fundamental para a eficácia na abordagem clínica e para evitar a progressão da doença em pacientes com DPOC, promovendo uma melhora na qualidade de vida e reduzindo a chance de complicações.

Palavras chave: DPOC, tabagismo; cessação; intervenção; benefício.

ABSTRACT

Objective: This study aims to conduct a literary review on the importance of smoking cessation for a patient with COPD, aiming at improving their quality of life. **Methodology:** The study was carried out based on the analysis of scientific articles published in recent years on the

PubMed and BVS platforms, focusing on the relationship between smoking and its influence on the progression of COPD, in addition to the benefits of stopping this habit. **Results and discussion:** The studies analyzed demonstrated that smoking cessation brings significant benefits to patients with COPD, reducing the progression of the disease, the incidence of exacerbations and improving respiratory symptoms. Thus, interventions such as cognitive-behavioral therapy, pharmacotherapy and motivational support are effective ways to quit smoking. **Final Considerations:** Smoking cessation is essential for effective clinical management and to prevent disease progression in patients with COPD, promoting an improvement in quality of life and reducing the chance of complications.

Keywords: COPD, smoking; cessation; intervention; benefit.

1 INTRODUÇÃO

O hábito de fumar teve diversas significações ao longo da história. No processo de descoberta do continente americano o hábito seria um exotismo apreciado pelos curiosos europeus. Séculos mais tarde, as películas dos primeiros filmes norte-americanos colocavam um pomposo cigarrinho na boca de suas damas e galãs como sinal de seu estilo de vida sofisticado. Atualmente, é alvo de grandes disputas judiciais e campanhas que combatem o hábito extremamente nocivo à saúde.

Segundo a publicação em 2021 do Instituto Nacional do Câncer (INCA), as substâncias do cigarro inaladas pelos pulmões se espalham quase tão rápido pelo corpo quanto soluções injetadas na veia. Ao chegar no pulmão, a nicotina é distribuída pelo sistema circulatório e leva apenas de 7 a 19 segundos para chegar no cérebro. Além da nicotina, o fumante também inala monóxido de carbono (CO). Essa substância se combina com a hemoglobina do sangue (responsável pelas trocas de oxigênio) e isso diminui a oxigenação. O terceiro elemento perigoso do cigarro, dentre vários, é o alcatrão. Ele agrega vários elementos cancerígenos, como o chumbo e o arsênio. Essa composição perigosa se torna fator de risco para inúmeras doenças e complicações.

Nesse viés, uma dessas complicações por consequência do tabagismo a longo prazo é a Doença Pulmonar Obstrutiva Crônica (DPOC). Essa comorbidade é caracterizada por sintomas respiratórios crônicos (dispneia, tosse e expectoração) e pela limitação persistente ao fluxo aéreo ligados a anormalidade nas vias aéreas e/ou alveolar (Yuan *et al.*, 2024).

Segundo publicação da Organização Mundial de Saúde em novembro de 2024, a DPOC representa um grave problema de saúde pública, sendo atualmente a quarta principal causa de morte no mundo. Em 2021, essa condição foi responsável por cerca de 3,5 milhões de óbitos, o que equivale a aproximadamente 5% de todas as mortes globais. Além de sua alta letalidade, a DPOC figura como a oitava principal causa de problemas de saúde em todo mundo.

Além disso, os benefícios de parar de fumar são quase imediatos. Em apenas 20 minutos após parar, a frequência cardíaca cai. Em 12 horas, o nível de monóxido de carbono no sangue volta ao normal. E ainda, a cessação do tabagismo retarda a taxa de declínio do VEF1 na DPOC, os pacientes podem reduzir sintomas clínicos abrangentes e também diminuir o risco de exacerbação aguda (Yuan *et al.*, 2024).

Dessa forma, apesar de reconhecer os malefícios de ser tabagista e entender os benefícios de cessar o vício, os fumantes enfrentam muitos desafios para abandonar o tabaco. Atualmente, diversas formas de tratamento são empregadas, como a Terapia Cognitivo-Comportamental, abordagem farmacológica, terapia de reposição de nicotina e as terapias combinadas. Nesse contexto, é de suma importância a abordagem de médicos e profissionais da saúde sobre as estratégias que auxiliam o combate ao vício (Qin *et al.*, 2021).

Sendo assim, visto a importância desta temática, este estudo consiste em uma revisão bibliográfica acerca da importância de cessar o tabagismo para melhorar a qualidade de vida de pacientes portadores da DPOC.

2 METODOLOGIA

A presente investigação configura-se como uma revisão de literatura sistematizada. Para sua elaboração, procedeu-se a uma busca criteriosa de artigos científicos indexados nas bases de dados descritas adiante. O objetivo foi identificar estudos que apresentassem, em seus resumos, intervenções voltadas à cessação do tabagismo em indivíduos diagnosticados com DPOC.

Foram selecionadas as seguintes palavras-chave, em inglês e suas respectivas traduções para o português: “*Smoking Cessation*” (cessação do tabagismo), “*COPD*” (DPOC), “*Intervention*” (intervenção) e “*Therapy*” (terapia). A busca contemplou o período de 2015 a 2025. Aplicaram-se filtros que restringiram os resultados a publicações redigidas em inglês, espanhol ou português, disponíveis integralmente de forma gratuita, classificadas como ensaios clínicos ou revisões sistemáticas.

As principais bases de dados utilizadas foram o *PubMed* e a *Biblioteca Virtual em Saúde (BVS)*. A triagem dos estudos foi realizada por cinco pesquisadores, que os categorizam como “incluídos”, “excluídos” ou “incertos”, com base nos critérios de seleção previamente estabelecidos. O processo de exclusão foi realizado de maneira sequencial: inicialmente, pelo título; em seguida, pelo conteúdo do resumo; e, por fim, pela leitura integral do artigo, sendo todos os motivos de exclusão devidamente registrados. Os artigos incluídos foram

documentados com informações relativas ao título, autores e um resumo conciso de seu conteúdo.

Critérios de Inclusão

Os critérios de inclusão buscaram contemplar estudos que, nos últimos dez anos, apresentassem evidências de métodos eficazes para a cessação do tabagismo em pacientes acometidos por DPOC. A seleção dos artigos foi guiada pela seguinte pergunta norteadora: “*O que pode contribuir para que pacientes com DPOC deixem de fumar?*” Foram incluídos trabalhos cujo objetivo principal ou primário fosse a análise de estratégias de cessação do tabagismo, independentemente do cenário em que a intervenção foi conduzida — seja em ambiente ambulatorial, hospitalar ou comunitário — desde que o foco permanecesse centrado na população com DPOC. Além disso, os estudos selecionados abordaram aspectos como a prevalência da dificuldade em abandonar o tabagismo, os efeitos da dependência nicotínica, da abstinência e do hábito de fumar na progressão da DPOC, bem como os impactos positivos das intervenções propostas.

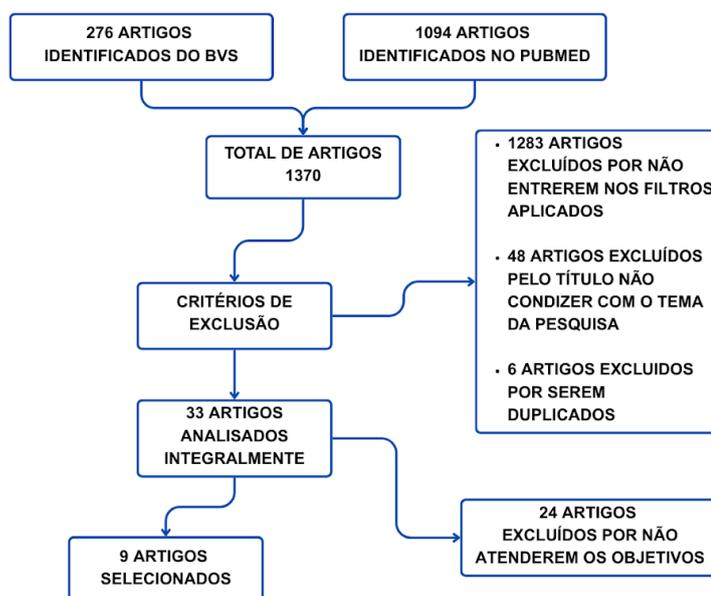
Critérios de Exclusão

Foram excluídas da análise as publicações cujo foco não estivesse diretamente relacionado a métodos de cessação do tabagismo, tais como estudos voltados a riscos cardiovasculares, neoplasias, infarto agudo do miocárdio, ou mesmo à DPOC sem associação direta com estratégias para abandono do cigarro. Adicionalmente, foram descartados artigos com títulos e/ou resumos que não demonstram aderência ao tema central desta revisão.

3 RESULTADOS E DISCUSSÃO

Os resultados da busca realizada no *PubMed*, com filtros aplicados e palavras-chave já citados, resultaram em 51 artigos. Destes, 20 foram excluídos pelo título e 13 pelo resumo, foram selecionados 33 artigos que estavam de acordo com os critérios de inclusão, exclusão e objetivos descritos para este presente trabalho, com a leitura dos textos completos, foram excluídos 28 artigos e 5 incluídos no estudo. Já na plataforma *BVS* a busca por artigos dentro dos critérios escolhidos obteve um total de 36 resultados, 15 foram descartados pelo título ou resumo, 21 artigos foram lidos por completo e 4 incluídos no estudo. Somando as 2 bases de dados, foram selecionados 9 artigos utilizados para embasar o artigo.

Imagem 1 - Caracterização dos artigos selecionados na revisão



Quadro 1: Identificação e análise das principais obras mais relevantes

TÍTULO E FONTE	AUTOR PRINCIPAL E ANO DE PUBLICAÇÃO	RESUMO
Uma revisão de escopo dos fatores que influenciam a cessação do tabagismo em pacientes com doença pulmonar obstrutiva crônica. - <i>BVS</i>	Huimin <i>et al.</i> , 2024	Fornecer uma revisão de escopo de estudos sobre fatores que afetam a cessação do tabagismo em pacientes com doença pulmonar obstrutiva crônica (DPOC).
Efeito do início precoce da vareniclina na cessação do tabagismo em pacientes com DPOC internados por exacerbação: o ensaio clínico randomizado - <i>BVS</i>	Mao <i>et al.</i> , 2020	Entre os pacientes com DPOC fumantes ativos com exacerbação, a vareniclina de 12 semanas associada a aconselhamento intensivo para cessação do tabagismo aumentou a taxa de abstinências contínuas em comparação ao placebo.
Efeito de estratégias e técnicas cognitivo - comportamentais no tratamento do tabagismo - <i>BVS</i>	Lopes <i>et al.</i> , 2020	O objetivo deste trabalho foi avaliar o efeito de estratégias e técnicas cognitivo-comportamentais na abstinência do tabaco.
Abordagens terapêuticas na cessação do tabagismo - <i>BVS</i>	Mazzocchi <i>et al.</i> , 2015	O objetivo do trabalho é mostrar a importância de profissionais de saúde conhecerem abordagens terapêuticas disponíveis, já que os desfechos da doença são desfavoráveis.
Adesão e eficácia do tratamento para cessação do tabagismo entre pacientes com DPOC na China - <i>PUBMED</i>	Qin <i>et al.</i> , 2021	Nosso estudo descobriu que uma boa adesão ao tratamento para cessação do tabagismo melhorou significativamente a eficácia da cessação do tabagismo, e os preditores de adesão foram avaliados.

Um infográfico personalizado de avaliação de risco biomédico para fumantes com DPOC: um estudo qualitativo <i>PUBMED</i>	Gupta <i>et al.</i> , 2022	Desenvolvemos um infográfico de avaliação de risco biomédico personalizado baseado na preferência do usuário para impulsionar a cessação do tabagismo em pacientes com DPOC.
Doença pulmonar obstrutiva crônica em doenças mentais graves: um diagnóstico oportuno para acelerar o processo de parar de fumar - <i>PUBMED</i>	Moreno <i>et al.</i> , 2021	O objetivo principal é descrever a prevalência da DPOC não detectada em uma amostra clínica de fumantes com doença mental grave.
Terapias cognitivas para cessação do tabagismo: uma revisão sistemática- <i>PUBMED</i>	Denison <i>et al.</i> , 2017	Avaliamos o efeito das terapias cognitivas na cessação do tabagismo. Incluímos 21 ensaios clínicos randomizados. Os estudos incluídos envolveram fumantes adultos, diferentes grupos de pacientes e pessoas com risco de doença cardíaca.
A eficácia das intervenções para cessação do tabagismo baseadas na teoria em pacientes com doença pulmonar obstrutiva crônica: uma meta-análise - <i>PUBMED</i>	Han <i>et al.</i> , 2023	A cessação do tabagismo pode efetivamente reduzir o risco de morte, aliviar os sintomas respiratórios e diminuir a frequência de exacerbações agudas em pacientes com doença pulmonar obstrutiva crônica (DPOC).

Fonte: Elaborado pelo autor (2025).

Neste estudo, foram avaliados artigos que tratam sobre a cessação do tabagismo em pacientes com DPOC.

Com objetivo de retratar a relação da cessação tabagismo com o avanço da doença obstrutiva crônica, explicitando os benefícios para os pacientes que decidem parar de fumar.

Em décadas passadas, fumar era considerado apenas um estilo de vida, mas hoje em dia, o tabagismo é visto como um grave problema de saúde pública, uma doença desencadeada pela nicotina que leva à dependência química. Ao tragar, o fumante ingere mais de 4.700 substâncias tóxicas, incluindo nicotina, monóxido de carbono, metais pesados, amônia, formol, naftalina, pólvora, acetona, fósforo, agrotóxicos (como o DDT) e até substâncias radioativas. O monóxido de carbono, por exemplo, prejudica a qualidade do oxigênio necessário para o funcionamento adequado do corpo, o que pode resultar em infarto do miocárdio e causar danos ao feto durante a gravidez. Já a nicotina cria dependência, reduz o diâmetro dos vasos sanguíneos e dificulta a circulação, além de estimular o sistema nervoso, o que pode aumentar a ansiedade. Estima-se que, poucos segundos após a primeira inalação, a nicotina comece a agir no cérebro, ativando receptores dos neurônios que liberam neurotransmissores como a dopamina e a noradrenalina (Pires *et al.*, 2025). Em vista disso, a dopamina está envolvida em funções como controle motor, cognição, prazer, humor e algumas funções endócrinas, enquanto a dopamina e a noradrenalina influenciam o sistema de recompensa do cérebro, que regula a motivação e as emoções.

Dessa forma, a DPOC, é caracterizada por sintomas respiratórios persistentes e limitação do fluxo aéreo causada por anormalidades das vias aéreas e/ou alveolares. Assim, a cessação do tabagismo é considerada a estratégia mais eficaz e econômica para prevenir e tratar a DPOC e está também associada a uma redução de mortes por câncer, doenças cardiovasculares e doenças relacionadas ao tabaco. Infelizmente, estudos mostraram que o processo de cessação do tabagismo em pacientes com DPOC é dificultado tanto por um elevado nível de dependência do tabaco como por uma alta frequência de recaídas. Como consequência, parar de fumar é mais difícil em fumantes com DPOC do que em fumantes sem a enfermidade (Mao *et al.*, 2020).

Sendo assim, são utilizadas diversas formas para auxiliar a cessação do tabagismo. Um estudo realizado no *Unity Health (Hospital St. Michael)*, um centro de cuidados quaternários em Toronto, Canadá com pacientes portadores de DPOC, mostrou a eficácia de aconselhamento sobre a cessação do tabagismo. Ficou estabelecido que infográficos mostrando fotos de suas próprias placas ateroscleróticas e fornecendo uma “idade pulmonar” espirométrica personalizada, melhoraram as taxas de cessação de curto e longo prazo. Outrossim, ficou evidente que infográficos combinando informações visuais e textuais podem melhorar a compreensão dos pacientes sobre informações de saúde, auxiliando na modificação dos comportamentos de bem-estar dos pacientes (Gupta *et al.*, 2022).

Como foi elaborado o infográfico

Foram incluídos na pesquisa os seguintes pacientes: idade de 35 anos, histórico de tabagismo de 10 anos, relação volume expiratório forçado em um segundo/capacidade vital forçada (VEF1/CVF) pós-broncodilatador < 0,7, VEF1 30% previsto e capacidade de ler, escrever e falar inglês. Também incluíram ex-fumantes no estudo. Ademais, participaram pneumologistas empregando amostragem internacional para atingir a heterogeneidade da amostra com relação ao sexo e experiência clínica (Gupta *et al.*, 2022).

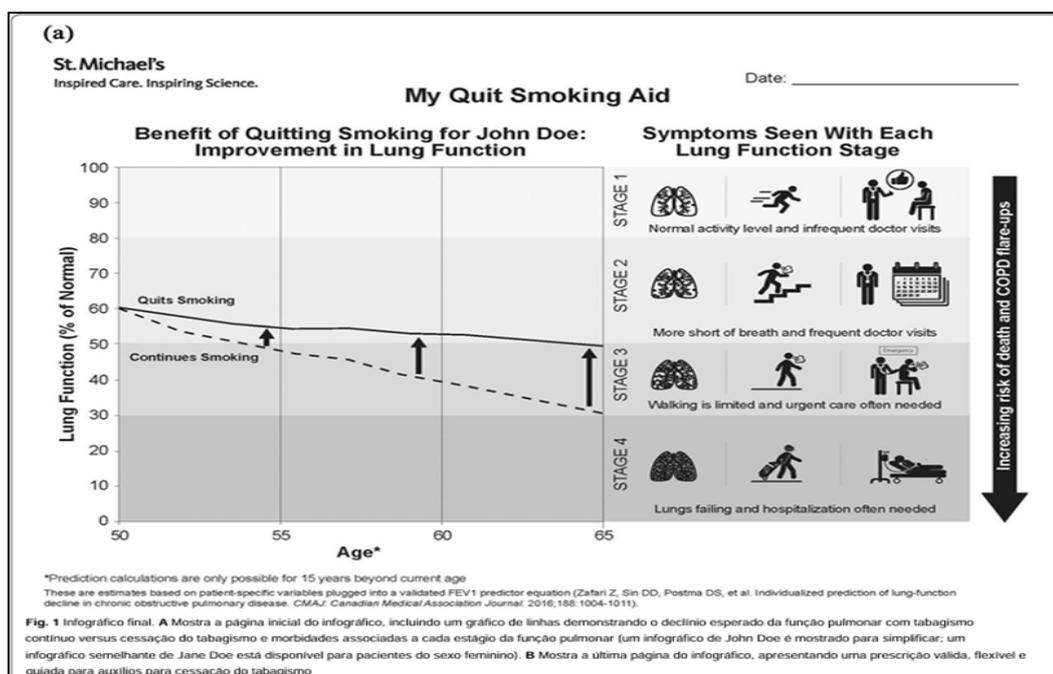
A principal mensagem foi a exibição da diferença no declínio do VEF1 nos próximos 15 anos com e sem a cessação do tabagismo. Foi desenvolvido um gráfico de linhas simples para maximizar o impacto visual dessa diferença a longo prazo. Foi utilizado o sistema Iniciativa Global para Doença Pulmonar Obstrutiva Crônica (GOLD) para classificar o comprometimento da função pulmonar no infográfico e foi evidenciado que quando o paciente para de fumar, ocorre um atraso na progressão do estágio GOLD. Além disso, o feedback sobre o uso do infográfico foi positivo com 78% dos pacientes afirmando que essa ferramenta ajudaria a cessar o hábito de fumar (Gupta *et al.*, 2022).

Ainda, um dos objetivos do infográfico era alcançar a simplicidade visual como um meio de melhorar a acessibilidade para populações com baixo nível de alfabetização e que não falam inglês (Gupta *et al.*, 2022).

Logo, a pesquisa realizada por GUPTA *et al.*, (2022) destaca a importância da cessação do tabagismo na preservação da função pulmonar, especialmente em pacientes com histórico de tabagismo significativo. A inclusão de ex-fumantes e a diversidade na amostra, com a participação de pneumologistas de diferentes contextos, garantiram uma análise mais abrangente e representativa.

Um dos principais achados do estudo foi a demonstração clara da diferença no declínio do VEF1 ao longo de 15 anos entre aqueles que pararam de fumar e os que continuaram. O uso do sistema GOLD para classificar o comprometimento da função pulmonar permitiu que os pesquisadores mostrassem que a cessação do tabagismo pode retardar a progressão da doença, conforme evidenciado no infográfico. O feedback positivo de 78% dos pacientes em relação ao infográfico indica que essa ferramenta visual pode ser um recurso valioso para motivar a cessação do tabagismo. Além disso, a simplicidade visual do infográfico foi intencionalmente projetada para torná-lo acessível a populações com baixo nível de alfabetização e que não falam inglês, ampliando assim o alcance e a eficácia da mensagem.

Imagem 2: Infográfico desenvolvido



Fonte: Gupta *et al.*, 2022

Esses resultados ressaltam a importância de estratégias visuais e educativas no combate ao tabagismo, especialmente em populações vulneráveis. A combinação de dados clínicos com

representações visuais pode ser uma abordagem poderosa para aumentar a conscientização sobre os riscos do tabagismo e incentivar a adoção de comportamentos saudáveis. Portanto, a inclusão de infográficos e outras ferramentas visuais em programas de cessação do tabagismo pode ser uma estratégia eficaz para melhorar os resultados de saúde pública.

Embora incurável, a progressão da DPOC pode ser retardada quando o paciente para de fumar. Desse modo, pode-se destacar que pacientes com DPOC poderiam alcançar a cessação de longo prazo usando uma combinação de intervenções farmacológicas e psicossociais. Até o momento, o tratamento para cessação do tabagismo inclui principalmente intervenção psicológica, suporte comportamental e farmacoterapia. No entanto, apesar das diferentes intervenções para cessação do tabagismo, a chance de fumantes com DPOC parar definitivamente de fumar ainda é baixa no mundo real (Quin *et al.*, 2021).

A vista disso, para ajudar os pacientes a cessar o tabagismo, medidas iniciais logo na chegada do consultório podem ser implementadas, como cartazes proibindo o fumo, assim como retiradas de cinzeiros. Além disso, pode ser feito a distribuição de folhetos estimulando a cessação e mostrando como o abandono ao tabagismo é importante no tratamento (Quin *et al.*, 2021).

Motivação individual do paciente

O reconhecimento dos estágios de motivação para a cessação do tabagismo em que o paciente se encontra é fundamental para determinar a abordagem terapêutica adequada. Compreender o momento específico pelo qual o paciente está passando ajuda a evitar intervenções desnecessárias, que podem ter efeitos adversos e afastar o paciente do tratamento. O modelo teórico de *Prochaska e Di Clemente*, amplamente utilizado na terapia de adições, descreve estágios que não seguem uma progressão linear, mas sim uma flutuação entre eles, o que representa um desafio adicional para a terapia.

1. Pré-contemplação: Neste estágio, o paciente não tem a intenção de parar de fumar e não reconhece o conflito relacionado ao seu comportamento.

2. Contemplação: O paciente começa a perceber que fumar é um problema, mas ainda apresenta ambivalência em relação à mudança.

3. Preparação: O paciente está ciente da necessidade de mudança e deve ser encorajado a assumir compromissos. É um bom momento para sugerir a definição de uma data para parar ou uma redução gradual do consumo.

4. Ação: Este estágio ocorre quando o paciente escolhe uma estratégia para realizar a mudança e enfrenta a abstinência. Geralmente, é necessário suporte, tanto por meio de terapia cognitivo-comportamental quanto farmacológica.

5. Manutenção: Aqui, o foco é na prevenção de recaídas e na consolidação dos ganhos obtidos durante a fase de ação.

6. Recaída: É crucial que tanto o paciente quanto o profissional compreendam a recaída, pois a frustração pode afetar ambos. É importante distinguir entre recaída e lapso; enquanto a recaída envolve o retorno ao hábito de fumar, o lapso refere-se a um episódio isolado, onde o paciente fuma um ou dois cigarros em uma situação ocasional, geralmente desencadeada por algum evento específico.

Esses estágios ajudam a guiar a intervenção e a personalizar o tratamento, aumentando as chances de sucesso na cessação do tabagismo. A compreensão desse modelo pode facilitar a comunicação entre o paciente e o profissional de saúde, promovendo um ambiente de apoio e compreensão durante o processo de mudança (Mazzocchi *et al.*, 2015).

Dentre as abordagens disponíveis para a cessação do tabagismo, destaca-se a Terapia Cognitivo-Comportamental (TCC), que tem como foco educar o fumante e ensiná-lo técnicas ou estratégias que contribuam para a modificação de comportamentos e hábitos relacionados ao uso do tabaco. Embora bastante utilizada, essa abordagem é parte de um conjunto mais amplo de intervenções possíveis no tratamento do tabagismo. No que diz respeito à abordagem farmacológica, o uso de medicamentos pode atuar como recurso complementar, especialmente em casos de maior dependência à nicotina, nos quais a intervenção psicoterapêutica isolada pode não ser suficiente. Os medicamentos de primeira linha, com eficácia reconhecida, dividem-se em duas categorias: nicotínicos e não-nicotínicos (Mazzocchi *et al.*, 2015).

A Terapia de Reposição de Nicotina (TRN) é uma opção eficaz para ajudar a parar de fumar, podendo quase dobrar a taxa de sucesso a longo prazo em comparação ao placebo. Ela está disponível em formas de liberação lenta, como adesivos, e de liberação rápida, como goma de mascar, pastilhas e inaladores nasais. As formas de liberação rápida são especialmente úteis para lidar com a vontade de fumar, mas seu uso deve ser controlado para evitar dependência. Os adesivos, por outro lado, são mais indicados para um tratamento prolongado, pois permitem ajustes nas dosagens conforme as necessidades do paciente, tornando a TRN uma opção terapêutica segura e eficaz (Mazzocchi *et al.*, 2015).

Destarte, apesar das melhorias nas taxas de cessação, ainda não está totalmente claro o grau de eficácia dessas combinações no tratamento. As combinações que possuem comprovação de eficácia incluem: Uso prolongado de adesivos de nicotina (mais de 14 semanas) combinado com outra forma de terapia de substituição de nicotina, como goma ou spray; adesivos de nicotina associados a inaladores de nicotina; adesivos de nicotina com bupropiona, medicamento aprovado pelo FDA (Mazzocchi *et al.*, 2015).

4 CONSIDERAÇÕES FINAIS

A cessação do tabagismo representa a principal estratégia para retardar a progressão da DPOC, contribuindo significativamente para a melhoria da qualidade de vida e redução da mortalidade entre os pacientes acometidos. Este estudo reforça que, apesar dos inúmeros benefícios da interrupção do hábito de fumar, muitos pacientes com DPOC enfrentam dificuldades significativas para abandonar o tabaco, principalmente devido à alta dependência nicotínica e à vulnerabilidade física e emocional associada à doença.

Este estudo evidenciou que intervenções combinadas — terapias comportamentais, farmacológicas e ferramentas educativas — são mais eficazes que abordagens isoladas. Além disso, recursos visuais educativos, como infográficos personalizados, podem aumentar a compreensão dos pacientes sobre os riscos do fumo e estimular mudanças comportamentais positivas, principalmente em populações vulneráveis.

Conclui-se, portanto, que a cessação do tabagismo deve ser abordada de forma multidisciplinar, contínua e adaptada às necessidades individuais. O papel ativo dos profissionais de saúde é essencial tanto na abordagem inicial quanto no suporte a longo prazo. Ademais, políticas públicas e estratégias educacionais voltadas à prevenção e ao tratamento do tabagismo são indispensáveis para o controle da DPOC e a promoção de melhores desfechos clínicos e sociais.

REFERÊNCIAS

A invenção do cigarro. Disponível em:

<<https://www.historiadomundo.com.br/curiosidades/a-invecao-do-cigarro.htm>>.

DENISON, E. et al. **Cognitive Therapies for Smoking Cessation: A Systematic Review.** Oslo, Norway: Knowledge Centre for the Health Services at The Norwegian Institute of Public Health (NIPH), 2017.

GUPTA, S. et al. A personalized biomedical risk assessment infographic for people who smoke with COPD: a qualitative study. **Addiction Science & Clinical Practice**, v. 17, n. 1, p. 1, 6 jan. 2022.

HAN, M. K. et al. The effectiveness of theory-based smoking cessation interventions in patients with chronic obstructive pulmonary disease: a meta-analysis. **BMC Public Health**, v. 23, n. 1, 9 ago. 2023.

HUIMIN, T. et al. A Scoping Review of Factors Influencing Smoking Cessation in Patients with Chronic Obstructive Pulmonary Disease. **COPD: Journal of Chronic Obstructive Pulmonary Disease**, v. 21, n. 1, 7 out. 2024.

Instituto Nacional de Câncer - INCA. Disponível em: <<https://www.gov.br/inca/pt-br>>.

JAEN-MORENO, M. J. et al. Chronic obstructive pulmonary disease in severe mental illness: A timely diagnosis to advance the process of quitting smoking. **European Psychiatry**, v. 64, n. 1, 2021.

LE MAO, R. et al. Effect of Early Initiation of Varenicline on Smoking Cessation in COPD Patients Admitted for Exacerbation: The Save Randomized Clinical Trial. **COPD: Journal of Chronic Obstructive Pulmonary Disease**, v. 17, n. 1, p. 7–14, 19 dez. 2019.

LOPES, F. M.; SILVEIRA, K. M. Efeito de estratégias e técnicas cognitivo- comportamentais no tratamento do tabagismo. **Revista Brasileira de Terapias Cognitivas**, v. 16, n. 1, p. 59–66, 1 jun. 2020.

MAZZOCCHI, L. et al. **ABORDAGENS TERAPÊUTICAS NA CESSAÇÃO DO TABAGISMO.** [s.l: s.n.]. Disponível em: <<https://docs.bvsalud.org/biblioref/2018/02/879521/abordagens-terapeuticas-na-cessacao-do-tabagismo-leonardo-mazzocchiok.pdf>>. Acesso em: 21 abr. 2025.

PIRES, R. **Tabagismo - HFAG.** Disponível em: <<https://www2.fab.mil.br/hfag/index.php/prevencao-de-doencas?id=192:tabagismo&catid=192:prevencao-doencas>>.

QIN, R. et al. Adherence and Efficacy of Smoking Cessation Treatment Among Patients with COPD in China. **International Journal of Chronic Obstructive Pulmonary Disease**, v. Volume 16, p. 1203–1214, abr. 2021.

WORLD HEALTH ORGANIZATION. **Chronic obstructive pulmonary disease (COPD).** Disponível em: <[https://www.who.int/news-room/fact-sheets/detail/chronic-obstructive-pulmonary-disease-\(copd\)](https://www.who.int/news-room/fact-sheets/detail/chronic-obstructive-pulmonary-disease-(copd))>.