UNIVERSIDADE DE SÃO PAULO
ESCOLA DE ENFERMAGEM

SILVIA MARIA RIBEIRO OYAMA

A TEORIA COGNITIVA
COMPORTAMENTAL NA INTERVENÇÃO
TELEFÔNICA PARA CESSAÇÃO DO
TABAGISMO

SÃO PAULO
2011

SILVIA MARIA RIBEIRO OYAMA

A TEORIA COGNITIVA
COMPORTAMENTAL NA INTERVENÇÃO
TELEFÔNICA PARA CESSAÇÃO DO
TABAGISMO

Tese apresentada à Escola de
Enfermagem da Universidade de São
Paulo para obtenção do título de Doutor em
Ciências.

Área de Concentração:
Enfermagem na saúde do adulto e do idoso

Orientadora: Prof^a. Dr^a. Eliane Corrêa
Chaves

SÃO PAULO
2011

AUTORIZO A REPRODUÇÃO E DIVULGAÇÃO TOTAL OU PARCIAL DESTE TRABALHO, POR QUALQUER MEIO CONVENCIONAL OU ELETRÔNICO, PARA FINS DE ESTUDO E PESQUISA, DESDE QUE CITADA A FONTE.

Assinatura: _____

Data: __/__/__

Catálogo na Publicação (CIP)
Biblioteca “Wanda de Aguiar Horta”
Escola de Enfermagem da Universidade de São Paulo

Oyama, Silvia Maria Ribeiro

A Teoria Cognitiva Comportamental na intervenção telefônica para cessação do tabagismo / Silvia Maria Ribeiro Oyama. – São Paulo, 2011.

143 p.

Tese (Doutorado) - Escola de Enfermagem da Universidade de São Paulo.

1. Tabagismo 2. Telefone 3. Terapia Cognitiva 4.
Terapia Comportamental I. Título

Nome: Silvia Maria Ribeiro Oyama

Título: A Teoria Cognitiva Comportamental na Intervenção telefônica para cessação do tabagismo.

Tese apresentada à Escola de Enfermagem da Universidade de São Paulo para obtenção do título de Doutor em Ciências.

Aprovado em __/__/__

Banca Examinadora

Prof. Dr. _____	Instituição _____
Julgamento _____	Assinatura _____

Prof. Dr. _____	Instituição _____
Julgamento _____	Assinatura _____

Prof. Dr. _____	Instituição _____
Julgamento _____	Assinatura _____

Prof. Dr. _____	Instituição _____
Julgamento _____	Assinatura _____

DEDICATÓRIA

A Deus, porque permitiu que este trabalho acontecesse.

Ao meu marido, Márcio Andrade pela paciência, amor incondicional, apoio e carinho, tornando-se meu porto seguro.

A minha família, por acreditar e apostar em meus ideais.

AGRADECIMENTOS

A Profª Dra. Eliane Corrêa Chaves por me guiar e me ensinar a arte de “Ser Humano” e de “Ser Enfermeira”, obrigada por acreditar em mim até mesmo nos momentos que nem eu acreditava. Você é meu exemplo, a profissional que um dia almejo ser semelhante.

Aos amigos Alfredo Pina, Sheila Cozin, Larissa Naves, Yara Ribeiro pela amizade, apoio e convívio saudável

As instituições Faculdade Campo Limpo Paulista e Centro Universitário Padre Anchieta, em especial aos coordenadores Elaine Crepald e Cristiano Mendes pela oportunidade e confiança.

As funcionárias da pós graduação e biblioteca da EEUSP.

Aos participantes deste estudo por acreditar em meu trabalho.

Aqueles que direta ou indiretamente permitiram que esse trabalho se concretizasse.

Oyama SMR. A Teoria Cognitiva Comportamental na intervenção telefônica para cessação do tabagismo [tese]. São Paulo: Escola de Enfermagem, Universidade de São Paulo; 2011.

RESUMO

A Teoria Cognitiva Comportamental (TCC) tem sido utilizada nos programas de cessação do tabagismo e tem apresentado resultados satisfatórios na sua aplicação. A abordagem telefônica também tem sido utilizada no tratamento dos fumantes, seu uso é recente e sua efetividade ainda não é consolidada. No Brasil, não existe um protocolo para a abordagem telefônica do fumante estruturado na TCC, assim este estudo teve como objetivo verificar a efetividade de um protocolo para cessação do tabagismo baseado na utilização de ambos. Para isso o perfil tabagístico e a dependência a nicotina foram avaliadas através da aplicação de questionário após o tempo controle, a intervenção e após seis meses do término da abordagem. Foram incluídos 101 indivíduos integrantes de uma UBS no estado de São Paulo. Cada indivíduo recebeu oito contatos com duração média de quarenta minutos, onde foi abordada a identificação e análise dos pensamentos automáticos, crenças disfuncionais, análise funcional do comportamental e emprego de técnicas para mudança de comportamento. Obteve-se uma abstinência imediata de 67,3% ($p=0,001$) e após seis meses, 37,6% de abstinência. Observou-se diminuição significativa dos cigarros fumados por dia ($p=0,001$) e diminuição da dependência à nicotina avaliado através do teste de dependência à nicotina, teste Fargeström, ($p=0,001$). Houve associação entre o sexo dos participantes e o resultado do estudo. Estes resultados sugerem uma efetividade do uso do protocolo baseado na Teoria Cognitiva Comportamental na intervenção telefônica para cessação do tabagismo na amostra estudada.

PALAVRAS CHAVE: Tabagismo, Telefone, Terapia Cognitiva, Terapia Comportamental.

Oyama SMR. The Cognitive Behavioral Theory in the telephone intervention for smoking cessation [Thesis]. São Paulo (SP) Brasil: Escola de Enfermagem, Universidade de São Paulo; 2011.

ABSTRACT

Cognitive Behavioral Theory (CBT) has been used in programs for stopping smoking and has shown satisfactory results in their application. The telephone approach has also been used in the access to smokers, this use is recent and its effectiveness is not yet consolidated. In Brazil, there is no record for dealing in telephone approach to smoker (CBT), so this study is aimed to verify the effectiveness for stopping smoking based on the use of both. Therefore, the profile of the tobacco user and nicotine dependence were assessed using a questionnaire after the time control, intervention and six months after the end of the approach. 101 members of UBS in the state of Sao Paulo were enrolled in the program. Each person received eight contacts with an average duration of forty minutes, which dealt with the identification and analysis of automatic thoughts, dysfunctional beliefs, functional behavior analysis and use of techniques to change behavior. Results showed an immediate withdrawal of 67.3% ($p = 0.001$) and 37.6% after six months of abstinence. We observed a significant reduction in cigarettes smoked per day ($p = 0.001$) and decreased nicotine dependence measured by the test of nicotine dependence, Fargeström test ($p = 0.001$). There has been an association between sex of participants and the study's outcome. These results suggest effectiveness of using a protocol based on Cognitive Behavioral Theory in telephone intervention for stopping smoking in this population.

KEYWORDS: Smoking. Phone. Cognitive Therapy. Behavioral Therapy.

LISTA DE ILUSTRAÇÕES

Figura 1-	Teoria Cognitiva	28
Figura 2-	Distribuição temporal dos atendimentos telefônicos	40
Figura 3-	Distribuição temporal do contato final	40
Figura 4-	Questionamento dos pensamentos automáticos	48
Figura 5-	Modelo de construção da conceituação	49
Figura 6-	Análise da conceituação cognitiva e dos pensamentos automáticos de um dos participantes	50
Figura 7-	Diário de um cliente do programa de intervenção telefônica	52
Figura 8-	Distribuição dos indivíduos conforme o tempo que fuma	67
Figura 9-	Distribuição do grupo nos tempos estudados, conforme quantidade de cigarros fumados por dia nos tempos T0, T1, T2	70
Figura 10-	Distribuição do grupo nos tempos estudados, conforme as quantidades de tentativas anteriores de cessação do tabagismo	85

LISTA DE TABELAS

Tabela 1-	Distribuição do grupo nos tempos estudados, conforme quantidade de cigarros fumados por dia	69
Tabela 2-	Distribuição do grupo segundo o tempo estudado, conforme a redução do número de cigarros fumados por dia	71
Tabela 3-	Distribuição do grupo nos tempos estudados, conforme a cessação do tabagismo	71
Tabela 4-	Distribuição do grupo nos tempos estudados, conforme o resultado do teste dependência à nicotina	72
Tabela 5-	Distribuição do grupo nos tempos estudados conforme pergunta 1 do Teste de Fagerström	73
Tabela 6-	Distribuição do grupo nos tempos estudados conforme pergunta 2 do Teste de Fagerström, Mairiporã	74
Tabela 7-	Distribuição do grupo nos tempos estudados, conforme pergunta 3 do Teste de Fagerström	75
Tabela 8-	Distribuição do grupo nos tempos estudados, conforme pergunta 4 do Teste de Fagerström	75
Tabela 9-	Distribuição do grupo nos tempos estudados, conforme pergunta 5 do Teste de Fagerström	76
Tabela 10-	Distribuição do grupo nos tempos estudados, conforme pergunta 6 do Teste de Fagerström	77
Tabela 11-	Distribuição dos indivíduos que pararam de fumar após a intervenção nos tempos estudados, conforme a redução de cigarros fumados por dia	78

Tabela 12-	Distribuição dos indivíduos que pararam de fumar após a intervenção nos tempos estudados, conforme o resultado do teste dependência à nicotina	79
Tabela 13-	Distribuição dos indivíduos que pararam de fumar após a intervenção nos tempos estudados, conforme pergunta 1 do Teste de Fagerström	79
Tabela 14-	Distribuição dos indivíduos que pararam de fumar após a intervenção nos tempos estudados, conforme pergunta 2 do Teste de Fagerström	80
Tabela 15-	Distribuição dos indivíduos que pararam de fumar após a intervenção nos tempos estudados, conforme pergunta 3 do Teste de Fagerström	80
Tabela 16-	Distribuição dos indivíduos que pararam de fumar após a intervenção nos tempos estudados, conforme pergunta 4 do Teste de Fagerström	81
Tabela 17-	Distribuição dos indivíduos que pararam de fumar após a intervenção nos tempos estudados, conforme pergunta 5 do Teste de Fagerström	81
Tabela 18-	Distribuição dos indivíduos que pararam de fumar após a intervenção nos tempos estudados, conforme pergunta 6 do Teste de Fagerström	82
Tabela 19-	Distribuição do grupo nos tempos estudados, conforme presença de tentativa anterior de cessação do tabagismo	83

Tabela 20-	Distribuição do grupo nos tempos estudados, conforme quantidade de tentativas anteriores de cessação do tabagismo	84
Tabela 21-	Distribuição do grupo nos tempos estudados, conforme presença de motivo, exceto problema de saúde, que levou o indivíduo a tentar parar de fumar	86
Tabela 22-	Associação no grupo de estudo das características sócio-demográficas com cessação do tabagismo e com resultado do teste Fagerström	88
Tabela 23-	Tabela 23- Associação no grupo estudado das características do fumante e cessação do tabagismo	89
Tabela 24-	Associação no grupo estudado das perguntas do teste de Fagerström com cessação do tabagismo	90

LISTA DE ABREVIATURAS E SIGLAS

CPS	Centro de Promoção da Saúde
EI	Estímulo Incondicionado
EUA	Estados Unidos da América
IBGE	Instituto Brasileiro Geografia e Estatística
INCA	Instituto Nacional do Câncer
R	Resposta
S	Estímulos
SNC	Sistema Nervoso Central
TCC	Teoria Cognitiva Comportamental
TOFHLA	Teste de Alfabetização funcional para adultos na área de saúde
TRN	Terapia de Reposição de Nicotina
T0	Tempo 0
T1	Tempo 1
T2	Tempo 2
T3	Tempo 3
UBS	Unidade Básica de Saúde
VIGITEL	Sistema de Vigilância de Fatores de Risco e Proteção para Doenças Crônicas por Inquérito Telefônico