

# Fumantes que abandonam o tabagismo tornam-se menos ansiosos

*Autores da tradução:*

*Pablo Gonzáles Blasco<sup>I</sup>, Marcelo Rozenfeld Levites<sup>II</sup>, Cauê Monaco<sup>III</sup>*

Sociedade Brasileira de Medicina de Família

## QUESTÃO CLÍNICA

O abandono do tabagismo aumenta a ansiedade em fumantes?

## CASUÍSTICA

Adultos atendidos em serviços de atenção primária para tratamento do tabagismo.

## RESUMO

Os resultados desse estudo<sup>1</sup> contradizem o senso comum de que o tabagismo é apaziguador do estresse psicológico e, portanto, de que a cessação aumenta a ansiedade. Os fumantes que foram capazes de parar tiveram redução significativa nos escores médios de ansiedade em seis meses, enquanto os que tiveram recidivas da dependência tiveram pontuações aumentadas. Isso pode ter implicações sobre campanhas contra o tabagismo e sobre a maneira como nós, médicos, orientamos nossos pacientes.

## DISCUSSÃO

Nesse estudo de coorte,<sup>1</sup> os pesquisadores avaliaram a ansiedade em 491 pacientes recrutados em serviços de atenção primária que receberam terapia comportamental, orientações e reposição de nicotina durante oito semanas como auxílio para abandonar o tabagismo. Aproximadamente 18% dos pacientes relataram que fumavam principalmente “para enfrentar a vida”, enquanto cerca de 22% relataram fumar principalmente “por prazer” e o restante relatou “ambos”, como as suas motivações para o hábito. A ansiedade foi medida com o uso do Spielberger State-Trait Anxiety Inventory (STAI-6). O *status* de tabagismo após seis meses foi determinado com base na autoavaliação e na validação bioquímica (dosagem de cotinina salivar) e 14% dos pacientes estavam em abstinência prolongada. Em uma escala de 60 pontos, após ajustes para

## DESENHO DO ESTUDO

Estudo de coorte prospectivo.

Nível de evidência: 2b.<sup>2</sup>

<sup>I</sup>Médico de família, doutor em Medicina, diretor científico e membro-fundador da Sociedade Brasileira de Medicina de Família (Sobramfa).

<sup>II</sup>Médico de família e diretor da Sociedade Brasileira de Medicina de Família (Sobramfa).

<sup>III</sup>Médico de família, professor do curso de Medicina do Centro Universitário São Camilo, membro ativo da Sociedade Brasileira de Medicina de Família (Sobramfa).

Editores responsáveis por esta seção:

Pablo Gonzáles Blasco. Médico de família, doutor em Medicina, diretor científico e membro-fundador da Sociedade Brasileira de Medicina de Família (Sobramfa).

Marcelo Rozenfeld Levites. Médico de família e diretor da Sociedade Brasileira de Medicina de Família (Sobramfa).

Cauê Mônaco. Médico de família, membro ativo da Sociedade Brasileira de Medicina de Família (Sobramfa).

Tradução e adaptação:

Sobramfa (Sociedade Brasileira de Medicina de Família) – Rua Sílvia, 56 – Bela Vista – São Paulo (SP) – CEP 01331-000

Tel. (11) 3253-7251/3285-3126

E-mail: sobramfa@sobramfa.com.br – <http://www.sobramfa.com.br>

Entrada: 3 de novembro de 2013 – Última modificação: 3 de novembro de 2013 – Aceite: 19 de novembro de 2013

idade, grau de dependência, consumo de cigarros e reposição de nicotina, as pontuações de ansiedade aferidas nesse momento foram 11,8 pontos menores nos pacientes que tinham parado de fumar em comparação com aqueles que haviam recaído (intervalo de confiança, IC, de 95%: 7,7-16,0). Ao início do estudo, os 14,7% dos pacientes que acabaram por

abandonar o tabagismo ao sinal foram designados como tendo “alta ansiedade” e essa percentagem diminuiu para 10,3% após seis meses. Já entre os pacientes que não permaneceram abstinentes, 23,7% haviam sido classificados como altamente ansiosos ao início e essa percentagem aumentou para 31,0% ao final do estudo ( $P = 0,009$ ).

## REFERÊNCIAS

1. McDermott MS, Marteau TM, Hollands GJ, Hankins M, Aveyard P. Change in anxiety following successful and unsuccessful attempts at smoking cessation: cohort study. *Br J Psychiatry*. 2013;202(1):62-7.
2. Centre for Evidence Based Medicine. Oxford Centre for Evidence-based Medicine - Levels of Evidence (March 2009). Disponível em: <http://www.cebm.net/index.aspx?o=1025>. Acessado em 2013 (5 nov).

## COMENTÁRIO

Como ocorre em qualquer estudo observacional, esse não é capaz de estabelecer relação de causalidade entre o *status* de tabagismo e a ansiedade. Uma hipótese que se pode levantar para explicar seus achados é a de que os pacientes que são bem sucedidos em interromper esse hábito talvez sejam aqueles mais capazes de desenvolver competências para o controle da ansiedade.

Esse estudo tem algumas limitações, como a alocação da amostra não descrita, a perda de acompanhamento maior que 20% e o número relativamente pequeno de participantes que permaneceram abstinentes, o que reduz a força de associação. Mas pode ser relevante para os pacientes a informação de que, ao contrário do que eles percebem, o cigarro provavelmente está aumentando seus níveis de ansiedade.

RESPONSÁVEL PELA EDIÇÃO DESTA SEÇÃO: SOBRAMFA

