

PROGRAMA VIVA MAIS – ATENÇÃO AO TABAGISTA



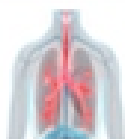
O tabagismo é um importante problema de saúde pública, sendo considerado a causa mais comum de morbimortalidade e empobrecimento populacional em todo o mundo, ocasionando cerca de 8 milhões de mortes por ano. É conhecido como uma doença crônica provocada pela dependência à nicotina e também um importante fator de risco para o desenvolvimento de problemas de saúde, como neoplasias de pulmão, doenças pulmonares obstrutivas, insuficiência respiratória, transtornos mentais e comportamentais.

Parar de fumar é um desafio, não é uma tarefa fácil para quem já adota a prática há algum tempo, mas sabe-se que reduzir ou cessar o tabagismo, traz muitos benefícios, sejam imediatos ou a longo prazo. Segundo a Organização Pan-Americana da Saúde (OPAS), ao reduzir ou interromper o uso, nota-se que:



Em 20 minutos a pressão e a frequência cardíaca diminuem;

Em até 9 meses os sintomas respiratórios como a tosse e a falta de ar diminuem;



Em até 12 semanas ocorre melhora na circulação sanguínea e aumento da função pulmonar;

Em 5 anos as chances de ter um Acidente Vascular Cerebral (AVC) diminuem;



Em 10 anos o risco de desenvolver câncer de pulmão, boca, garganta, esôfago, bexiga, colo do útero e pâncreas diminuem;

Em 15 anos o risco de desenvolver uma doença cardíaca é o mesmo de um não fumante;



Reduz as chances de desenvolver impotência sexual, partos prematuros, dificuldade para engravidar, aborto espontâneo e nascimento de bebês com baixo peso.

Pensando na promoção da saúde de seus clientes, o departamento de Atenção à Saúde da Unimed Costa Oeste, disponibiliza o Programa Viva Mais – Atenção ao Tabagista, com a finalidade de auxiliar os beneficiários interessados na redução ou na cessação do tabaco. Os encontros são realizados quinzenalmente a fim de que a equipe responsável possa acompanhar e ofertar o suporte necessário para todos que buscam obter mudanças de hábitos e melhora na qualidade de vida.

O programa oferece palestras educativas, avaliação médica individualizada, terapia medicamentosa, terapia em grupo e acompanhamento com uma equipe multiprofissional. Para participar, basta você ser beneficiário da Unimed Costa Oeste e ter interesse em cessar o uso do tabaco. Gostou do programa? Quer saber mais informações? Entre em contato pelo telefone 45 9148-1297. A equipe do departamento de Atenção à Saúde encontra-se à disposição para atendê-lo.

Referências:
 Organização Pan-Americana de Saúde – OPAS. Tabaco. 2019. Disponível em:
<https://www.paho.org/pt/topicos/tabaco>.



HGU – Hospital Geral Unimed

Atendimento completo e seguro aos nossos pacientes. Disponibilizamos o que há de melhor em termos de diagnóstico e tratamento de doenças.

**Plantão
Pediátrico
24 horas**

**Unidade de
Terapia
Intensiva
(UTI)**

**Parto
Humanizado**

**Plantão
Adulto
24 horas**

**Centro
Cirúrgico**