

Versão Online ISBN 978-85-8015-079-7
Cadernos PDE

VOLUME II

OS DESAFIOS DA ESCOLA PÚBLICA PARANAENSE
NA PERSPECTIVA DO PROFESSOR PDE
Produções Didático-Pedagógicas

2014

Ficha para identificação da Produção Didático-pedagógica – Turma 2013

Título: Estratégias de ação para conscientização sobre as consequências do narguilé no ambiente escolar	
Autor: Sueli Faneli Meneguete	
Disciplina/Área:	Ciências
Escola de Implementação do Projeto e sua localização:	Colégio Estadual Engenheiro José Faria Saldanha - EFM
Município da escola:	Munhoz de Mello
Núcleo Regional de Educação:	Maringá
Professor Orientador:	Celso Ivam Conegero
Instituição de Ensino Superior:	Universidade Estadual de Maringá - UEM
Relação Interdisciplinar:	Português
Resumo:	Atualmente verifica-se um aumento no consumo de narguilé entre os escolares, o que é motivo de preocupação entre os e educadores. Considerando a falta de conhecimento entre os jovens a respeito das consequências causadas pelo uso do narguilé, entendemos que se faz necessário a elaboração de um material de apoio com noções gerais sobre o tabagismo com ênfase na temática narguilé. Para a realização deste trabalho foi feito uma revisão da literatura junto aos bancos de dados existentes em bibliotecas e meios eletrônicos, visando a produção de um Caderno Temático, que servirá de apoio para a realizações de trabalhos futuros entre os escolares, como parte do Projeto de intervenção Pedagógica na Escola. Esperamos que a realização de trabalhos de prevenção relacionados ao uso do narguilé, apresente resultados significativos no controle do uso do mesmo.
Palavras-chave:	Tabagismo. Adolescência. Drogas
Formato do Material Didático:	Unidade didática
Público:	Alunos do 9º ano do ensino fundamental

APRESENTAÇÃO

Esta unidade didática se delimita à temática de promover ações com os discentes do 9º ano do Colégio Estadual Engenheiro José Faria Saldanha – EFM, do município de Munhoz de Mello, no ano letivo de 2015, para a implantação de um projeto de prevenção ao tabagismo, afim de minimizar e esclarecer sobre as consequências do narguilé, já que é um problema que todos devemos tentar nos unir para reduzir o seu uso.

Por mais orientação que os alunos tenham sobre os malefícios do uso do narguilé, é necessário que a escola tenha um projeto para que seja colocado em prática o conhecimento sobre as consequências do uso deste tipo de substância, pois a escola tem o dever de orientar os alunos que o tabaco é prejudicial à saúde, e evitando seu uso, é possível preservar e cuidar da saúde. Segundo os Parâmetros Curriculares Nacionais, (1998, p. 259) afirma que “[...] a escola ainda é a instituição que, privilegiadamente, pode se transformar num espaço genuíno de promoção da saúde. [...]”.

Segundo a Organização Mundial da Saúde (OMS), o tabagismo é a principal causa de morte evitável em todo o planeta. Seis milhões de pessoas morrem no mundo por ano devido ao uso do cigarro, e somente no Brasil, 75% dos fumantes começam a fumar antes dos 18 anos. Adolescentes fumantes possuem alta probabilidade de se tornarem adultos fumantes. Quanto mais cedo você entra na dependência do tabaco, maior o risco de contrair câncer e outras doenças crônicas não transmissíveis (MINISTÉRIO DA SAÚDE, 2013).

O uso do narguilé, assim como outras cidades, também está presente em Munhoz de Mello, e diante desta confirmação, este projeto virá de encontro com o problema, afim de esclarecer aos alunos participantes, o quanto o uso desta substância poderá influenciar e prejudicar sua vida.

Na modernidade, há necessidade de trabalho pronto, junto ao jovem no sentido de adequá-lo frente à pós-modernidade, visando um futuro equilibrado. Neste sentido, torna-se imprescindível ser trabalhado sobre esta temática, tendo em vista um protagonismo juvenil longe das drogas.

Como a área de Ciências dá suporte a este conteúdo, para se falar sobre as doenças respiratórias, efeitos nocivos sobre o feto, drogas lícitas e ilícitas, e tendo como pressuposto esta transformação social, este projeto terá o propósito de reduzir

o uso deste artifício. Como a experimentação do tabagismo em jovens ainda é um grande dificultador para o controle desta epidemia, e tendo em mente os efeitos nocivos e do potencial de dependência que o uso do narguilé promove, delineou-se este estudo.

MATERIAL DIDÁTICO

TEXTO BASE TEÓRICO

1. INTRODUÇÃO



A sociedade, de forma hostil, forçou transformações importantes nos costumes, na família, na religião, na cultura, nas tradições, etc., e como consequência dessas mudanças, houve um enfraquecimento nos diversos âmbitos sociais. A adolescência, época de ajuste na personalidade, está sofrendo influência marcantes, por vezes, insinuantes ao uso de drogas. O uso de drogas é considerado um problema epidemiológico mundial, e estando cada vez mais acessível, os jovens se apropriam desta substância cada vez mais precoce.

O consumo do tabaco, através do narguilé está acompanhado de uma crença disseminada na população de ser menos prejudicial que fumar cigarros, além disso, o fumante tem a percepção de que esta forma possui menor poder aditivo (MAZIAK, 2008; PRIMACK et al. 2008). O narguilé é vendido como peça de decoração e usado por jovens e adultos em festas e eventos sociais. Parece inocente, mas o que muitos não sabem é que ele causa dependência, e, em longo prazo, câncer de pulmão, boca e bexiga, aterosclerose e doenças respiratórias e coronarianas. Além disso, ao compartilhar o narguilé com outros usuários, você se expõe à herpes e outras doenças da boca, hepatite C e tuberculose (MINISTÉRIO DA SAÚDE, 2013).

O uso frequente dos produtos derivados do tabaco causa também problemas de fôlego, mal hálito, amarelamento da pele e envelhecimento precoce, mesmo em usuários adolescentes e jovens. O fumante passa a ter dificuldades de praticar esportes e outras atividades saudáveis de que gosta. E o que quase ninguém sabe, é que em uma sessão de uma hora de uso do narguilé, você inala o equivalente à fumaça de 100 à 200 cigarros. O narguilé não tem nada de inofensivo, pois o mesmo é prejudicial à saúde, sendo a porta de entrada para a dependência do tabaco e de outras drogas (MINISTÉRIO DA SAÚDE, 2013).

Sabemos que a adolescência é uma fase da vida marcada por transformações físicas e psíquicas, tida como fase da “aborrescência” pois estas crianças fazem de tudo para contrariar os pais e professores dentre outras pessoas e que tudo aquilo que é proibido é exatamente aquilo que eles vão fazer.

E entre estas atitudes está o uso do narguilé, a qual eles acham bonito e se reúnem a fim de fazerem uso da substância. Diante desta prática crescente no município de Munhoz de Mello, foi tomado a iniciativa de realizar junto ao Colégio Saldanha, um trabalho para minimizar e esclarecer sobre as consequências do narguilé, já que é um problema que todos devemos tentar nos unir para reduzir o seu uso.

2. NARGUILÉ: SEU USO NO BRASIL E NO MUNDO

O cachimbo d'água, utilizado para o fumo de tabaco foi inventado na Índia durante o reinado do imperador Akbar (1556-1605) por um médico chamado Hakim Abul Fath, que sugeriu que se o fumo do tabaco passasse por um pequeno recipiente com água antes de ser inalado, teria menos efeitos nocivos à saúde humana. Esse relato histórico pode ser responsável pela crença atual de que tal cachimbo d'água (mais conhecido como narguilé) é uma forma menos prejudicial de se fumar tabaco (MARTINS et al. 2014).

VEIGAS (2008) ressalta que cerca de mais ou menos 100 milhões de pessoas, utilizam o narguilé diariamente, sendo mais utilizado do que o cigarro em algumas partes do mundo. O uso do narguilé é bastante variável nas diferentes regiões. No Líbano cerca de 15% dos adultos, 25% das grávidas e 32% dos jovens utilizam regularmente. Na Síria entre os universitários 62,6% dos homens e 29,8% das mulheres já haviam fumado narguilé uma vez na vida e que 25,5% dos homens e 4,9% das mulheres fazem uso de forma habitual.

O narguilé ressurgiu em alguns países europeus, assim como no Brasil. No Brasil, passam de 300 mil consumidores de narguilé como revela a pesquisa especial sobre tabagismo, realizada em 2008, pelo IBGE em parceria com o INCA.

De acordo com as informações da pesquisa vigilância de tabagismo em escolares (Vigescola), do Ministério da Saúde (MS), a prevalência do consumo de narguilé em São Paulo, se destaca: 93,3% dos entrevistados que consomem outros produtos do tabaco fumado, além do cigarro industrializado, declararam usar o

narguilé com maior frequência. Em Campo Grande (MS), 87,3% dos estudantes entrevistados disseram preferir o cachimbo oriental. Em Vitória, o percentual ficou em 66,6%.

O uso crescente do narguilé, em especialmente aos jovens, é atrativo por ter uma imagem positiva na população, por ter uma representação exótica do Oriente e as relações com aromas e perfumes associados às agradáveis práticas de fumar em grupos de pessoas em ambientes de socialização.

Décadas acreditou-se que o narguilé é menos prejudicial do que o cigarro. Por achar que os componentes do fumo, solúvel a água ficava retido ou filtrado. Já se sabe que a água não tem tempo de filtrar, por isso o narguilé é prejudicial e viciante tanto quanto o cigarro.

Salienta-se que a água usada no Narguile absorve pouco da nicotina (cerca de 5%) fazendo com que os fumantes sejam expostos a quantidades suficientes para que a droga cause dependência (NEERGAARD, 2007, apud VIEGAS, 2008). Como a quantidade de nicotina inalada é um importante regulador da quantidade de tabaco fumado, resulta que os fumantes precisam inalar maiores quantidades de fumaça, ficando assim expostos a maiores quantidades de substâncias cancerígenas e gases nocivos (SHAFAGOJ, 2002, apud VIEGAS, 2008). Isto faz com que os fumantes de narguilé e seus fumantes passivos estejam em risco para as mesmas doenças causadas pelo ato de fumar cigarros, como câncer, doenças cardíacas, doenças respiratórias e efeitos adversos durante a gravidez (NUWAYHID, 2007, apud VIEGAS, 2008).

Essa crença da fumaça ser menos prejudicial por passar pela água é reforçada por práticas de marketing irresponsáveis, como por exemplo, o rótulo de uma marca popular de narguilé disponível no sudoeste da Ásia e na América do Norte afirma que o produto teria “0% de alcatrão e 0,5% de nicotina” (WORD HEALTH ORGANIZATION, 2005, apud MARTINS et al. 2014). Além da falsa sensação de segurança, as razões para a propagação mundial do uso de narguilés podem incluir um aumento da consciência dos efeitos negativos do tabagismo (cigarros) sobre a saúde e a interação social agradável que vem com sessões de uso de narguilé.

No entanto segundo o mesmo autor, fumantes de narguilé geralmente compartilham o mesmo bocal, onde passam de pessoa para pessoa, facilitando a propagação de doenças transmissíveis, como resfriados, infecções respiratórias,

tuberculose, hepatite e herpes. Há relatos de tuberculose resistente a medicamentos transmitida via narguilés.

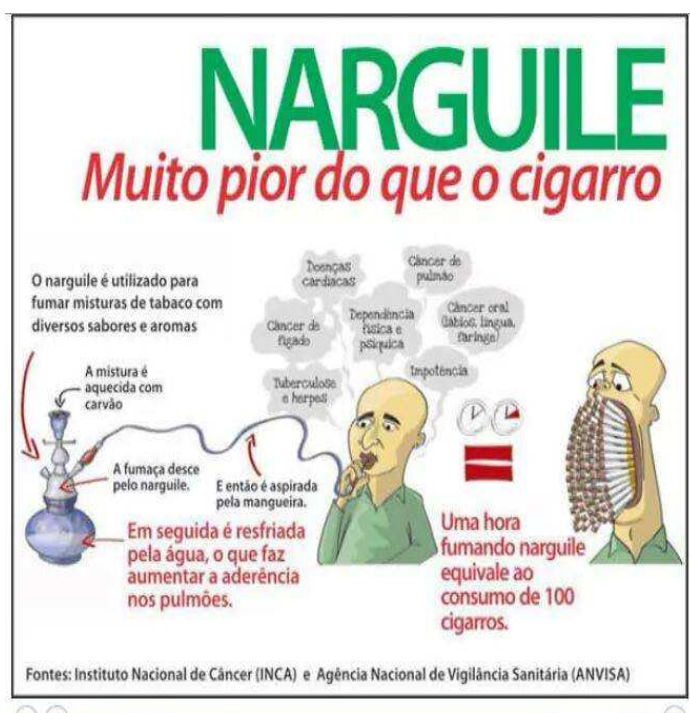
3. NARGUILÉ: COMPOSIÇÃO QUÍMICA

Segundo Research for International Tobacco Control, (2006, apud Martins et al., 2014), devido ao uso de carvão de rápido acendimento no uso de narguilé, a razão média entre monóxido de carbono e nicotina na fumaça de narguilé é de 50:1, em comparação com 16:1 na fumaça do cigarro. A verdade é que os fumantes de narguilé estão expostos a muitas substâncias perigosas.

A composição do tabaco usado para esta modalidade de consumo não é padronizada e seu conteúdo de nicotina é estimado entre 2% e 4%, em comparação com 1-3% do tabaco usado para cigarros. De forma semelhante, o monóxido de carbono está presente em maior percentual na fumaça do narguilé do que na do cigarro, inclusive acrescido também pela queima do carvão usado naquela modalidade. Em uma análise da fumaça originária da corrente primária do narguilé, encontraram-se quantidades significativas de nicotina, alcatrão e metais pesados, além de arsênio, benzopireno, níquel, cobalto, berílio, cromo e chumbo, em quantidades maiores do que na fumaça de cigarro (SHIHADDEH, SALEH, 2005 apud VIEGAS, 2008).

Em 2010, Akl et al. (2010, apud MARTINS et al., 2014), realizaram uma revisão sistemática de 24 estudos sobre os efeitos do uso de narguilé na saúde. Através deste estudo, descobriu-se que o uso de narguilé foi significativamente associado com câncer de pulmão (OR = 2,12; IC95%: 1,32-3,42) e doenças respiratórias (OR = 2,3; IC95%: 1,1-5,1).

Um ponto crítico é que a comunidade de controle do tabagismo precisará contrariar o argumento



errôneo atual de que o uso de narguilé tem menos efeitos nocivos sobre a saúde humana do que o tabagismo.

Os narguilés são utilizados com um tipo especial de tabaco que é umedecido, e existem vários sabores e aromas disponíveis, tais como maçã, hortelã, cereja, chocolate, coco, alcaçuz, cappuccino e melancia (MARTINS et. al., 2014) Para Research for International Tobacco Control, (2006) e American Lung Association (2007) (apud MARTINS et I, 2014), esses aditivos químicos são utilizados pelos fabricantes de tabaco para alterar o sabor, e alguns deles reduzem o grau de irritação da garganta, tornando a fumaça mais suave. Isso tem um grande apelo que incentiva a experimentação por parte dos jovens, a população alvo do marketing da indústria do tabaco.

4. NARGUILÉ: CONSEQUÊNCIAS PARA A SAÚDE

Assim, nos últimos anos, tem-se observado um verdadeiro renascimento de seu uso, principalmente entre jovens, inclusive em países ocidentais. Segundo Albandar (2000, apud VIEGAS, 2008), acredita-se que atualmente no mundo mais de 100 milhões de pessoas usem narguilé diariamente, sendo inclusive mais prevalente que o uso de cigarros em algumas partes do mundo. De acordo com os autores, alguns países europeus, assim como no Brasil, também tem havido um ressurgimento do uso do narguilé. Nos Estados Unidos já existem diversos bares especializados em seu consumo, especialmente em Nova York e Los Angeles.

Outro dado que deve ser lembrado é que uma sessão de narguilé expõe o fumante a mais fumaça por um período mais longo do que ocorre quando se fuma cigarros. Os fumantes de um cigarro habitualmente inalam entre 8 e 12 baforadas de fumaça com 40-75 mL cada, em 5-7 min, inalando de 0,5-0,6 L de fumaça por cigarro. Por outro lado, uma sessão de narguilé habitualmente dura 20-80 minutos ou mais, durante a qual o fumante inala 50-200 baforadas num total de 0,5-1,0 L de fumaça. Desta forma, o fumante de narguilé deve inalar, em uma sessão, a mesma quantidade de fumaça que um fumante de cigarros inalaria se consumisse 100 ou mais cigarros (DJORDJEVIC et al. 2000, apud VIEGAS, 2008).

Através do exposto acima, considera-se o tabagismo como um importante problema de saúde pública em razão da alta prevalência de fumantes e da morbimortalidade das doenças relacionadas ao uso do tabaco (SOCIEDADE

BRASILEIRA DE PNEUMOLOGIA E TISIOLOGIA; et al. 2010), Apesar da queda da prevalência do tabagismo, principalmente em razão das políticas públicas implementadas nos últimos anos, uma grande quantidade de jovens ainda experimenta diversas formas de uso do tabaco, tornando-se vulneráveis à iniciação e, conseqüentemente, à dependência tabágica (LEVY et al., 2012; GODOY, 2010).

Como o tabagismo também pode ser considerado uma doença pediátrica, o adolescente torna-se o principal alvo de intervenções educacionais e preventivas que visam interromper o processo de iniciação. Nesse sentido, a escola representa um espaço privilegiado para o estudo desta doença, pois permite identificar as tendências da prevalência do tabagismo, produzindo dados que ajudam a compreender este universo e, a partir daí, fomentar as políticas de saúde preventivas mais eficazes para o controle do tabagismo (CDC - CENTERS FOR DISEASE CONTROL AND PREVENTION, 2012).



O uso do tabaco aumenta a probabilidade de ocorrência de algumas doenças como:

Pneumonia: é uma infecção das vias respiratórias, facilitada pelo enfraquecimento do sistema imunológico. As pessoas não sabem identificar os

principais sintomas da doença, muitas vezes parecidos com os sintomas da gripe. E isso acaba retardando o tratamento. Sem medicação adequada quando a doença surge, a chance de complicações é maior.

A fumaça do cigarro afeta as vias respiratórias e isso facilita a entrada de agentes maléficos aos pulmões. Os danos são causados nos cílios pulmonares, pequenos pelos que forram as vias aéreas e agem como barreiras para destruir a entrada de germes. O movimento destes cílios reduz por causa do efeito do fumo.

Câncer de pulmão: como salienta Dr. Dráuzio Varella, é a mais temível complicação associada ao cigarro. Em 90% dos casos, são uma doença que acomete os fumantes e, em apenas 10%, pessoas que nunca fumaram. Atualmente, é o câncer que mais mata homens e mulheres, já que elas também são suscetíveis desde que se tornaram dependentes dessa droga nefasta.

A fumaça do cigarro contém mais de quatro mil substâncias nocivas ao organismo. Entra pelos brônquios e se distribui no interior dos pulmões até alcançar os alvéolos onde fica presa a sujeira que carrega e não há o que a tire dali. Por isso, os pulmões de um fumante adquire esse aspecto negro. No entanto, o pior de tudo não é a dificuldade para respirar nem o aspecto físico do pulmão. No cigarro, há substâncias cancerígenas que, no decorrer dos anos, provocam o aparecimento de tumores malignos especialmente nos pulmões.

Os sintomas geralmente surgem quando o câncer já está em estágio avançado e inclui tosse ou mudança no padrão da tosse do fumante, dispneia (falta de ar), dor torácica, perda de peso, cansaço e presença de sangue no escarro.

Câncer de laringe: Não se iluda. Rouquidão que não regride por mais de duas ou três semanas, especialmente nos fumantes e usuários habituais de álcool, pode ser sinal de alterações na laringe, que merecem avaliação, diagnóstico e acompanhamento médico. Fique longe do cigarro. O tabaco é o principal responsável pelo câncer de laringe especialmente quando associado ao consumo de bebidas alcoólicas.

Câncer de boca: O câncer da boca basicamente incide sobre a população masculina, na proporção de três homens para cada mulher. Por isso, o cuidado maior deve recair sobre os homens na quarta década de vida e tabagistas. Neles, toda a lesão branca ou vermelha que surgir na boca precisa ser vista e acompanhada por um médico. O termo científico para tais lesões é leucoplasias com eritoplasias. São placas brancas, bem delimitadas, com aspecto mais ou menos

característico. Aparecem na mucosa da bochecha, na língua ou no assoalho da boca e todo o fumante que notar sua presença deve procurar auxílio médico o mais depressa possível. No mínimo, uma vez por ano, de preferência a cada seis meses, o fumante deve submeter-se a exames rigorosos da cavidade oral.

Cânceres de faringe, esôfago, estômago, cervix, entre outros: Muitas substâncias não estão no tabaco. São compostas e decompostas na boca do fumante. A temperatura, que pode variar entre 900 e 1200 graus, conforme a força tragada, é responsável pela formação de muitas substâncias cancerígenas. Sendo o tabaco o responsável pela alteração no ciclo celular a resposta auto imune e alterações endócrinas, atingindo a faringe, esôfago, estômago, cervix, entre outros órgãos, como partes do corpo principalmente respiratório e digestório.

Arteriosclerose principalmente das coronárias e dos membros inferiores, infarto do miocárdio, anginas pectorais: arteriosclerose doença ligada à elevação do colesterol que provoca entupimento nas artérias e veias, ou seja, gera redução de luz no interior das artérias e, conseqüentemente, diminuição do fluxo sanguíneo. A arteriosclerose é causa, por exemplo, de ataques cardíacos como infarto do miocárdio e angina (o principal sintoma é dor intensa no peito) de intervenções como pontes de safena e angioplastias e é causa também de acidentes vasculares cerebrais. Portanto, estamos falando de uma patologia, a arteriosclerose, que tem como um dos fatores desencadeantes o colesterol aumentado.

Bronquite crônica: São uma inflamação dos brônquios, canais que conduzem o ar inalado até os alvéolos pulmonares. Ela se instala quando os minúsculos cílios que revestem o interior dos brônquios param de eliminar o muco presente nas vias respiratórias. Esse acúmulo de secreção faz com que eles fiquem permanentemente inflamados e contraídos. O tabaco é um dos responsáveis pela bronquite crônica tente parar de fumar, se não conseguir, fume menos e evite local onde haja pessoas fumando.

Enfisema pulmonar: Corresponde à destruição das paredes alveolares que conduz a alargamento permanente dos espaços aéreos respiratórios distais. A maior causa é o tabaco que condiciona oxidação crônica e como resposta do organismo, há acúmulos dos macrófagos nos interstícios septo alveolares, onde desencadeiam a destruição enfisematosa.

Derrame cerebral e trombose: A falta de circulação numa área do cérebro provocada por obstrução de uma ou mais artérias por ateromas, trombose ou

embolia, Ocorre, em geral, em pessoas mais velhas, com diabetes, colesterol elevado, hipertensão arterial, problemas vasculares e fumantes. Não fume. Está provado que o cigarro é um fator de alto risco para acidentes vasculares e trombozes.

Úlcera digestiva: É uma ferida que pode ocorrer em diversas partes do organismo, como na pele e no colón (colite ulcerativa), por exemplo. Quando se fala em úlcera, porém, quase sempre as pessoas se referem às úlceras pépticas, isto é, as úlceras gástricas que surgem no estômago, às úlceras do duodeno, na junção do estomago com o intestino delgado e mesmo às do esôfago que são mais raras. Não fume. Fumantes estão mais propensos a desenvolver úlceras.

Impotência sexual: A nicotina é a principal responsável pelo processo de estreitamento dos vasos sanguíneos do pênis. Assim o fluxo de sangue diminui no local prejudicando ou impedindo a ereção.

Fertilidade masculina: O fumo faz com que os espermatozoides apresentem sua mobilidade diminuída, além de terem alterações qualitativas e quantitativas. Isso deve prejudicar em muito a capacidade reprodutiva do homem.

Rugas: Com a diminuição do fluxo sanguíneo na derme ocorre deterioração do colágeno, o que deixa a pele mais seca, dura e quebradiça, isso favorece o processo de rugas no fumante, e estas se diferem das rugas naturais.

Os efeitos na saúde das mulheres podem acarretar:

Menopausa precoce: A nicotina do cigarro causa alteração hormonal o que leva a menopausa precoce e acelera o processo de envelhecimento.

Osteoporose: A densidade óssea, em fumantes fica prejudicada em decorrência do metabolismo de cálcio, devido às alterações hormonais.

Infertilidade: A nicotina e outros tóxicos do cigarro atuam nos folículos ovarianos, levando a infertilidade.

Gestação: O uso de nicotina provoca no feto: aumento no batimento cardíaco, redução de peso, menor estatura (retarda o desenvolvimento fetal e na infância) e alterações neurológicas. O risco de aborto espontâneo e outras complicações durante a gravidez é maior nas gestantes que fazem uso do tabaco. Durante a amamentação, as substâncias tóxicas do tabaco são transmitidas para o bebê através de leite materno.

Outros problemas: Em decorrência dos agentes carcinogênicos do cigarro que circulam pelo sangue e chegam a praticamente todas as partes do corpo, a

chances da mulher desenvolver as seguintes doenças são muito grande: câncer de colo de útero, câncer de mama, câncer de pulmão, câncer de vulva, câncer de endométrio, câncer de ovário.

Filhos de pais usuários de tabaco: Tem incidência de três vezes maior de doenças de infecções respiratórias (bronquite, pneumonia, sinusite) do que pais que não utilizam o tabaco.

Em usuários de narguilé: Pelo compartilhamento de mangueiras ocorrem doenças virais, pela falta de higiene pode ocorrer herpes, tuberculose, gripe, inclusive a influenza H1N1.



DISQUE SAÚDE
136
Central de Atendimento ao Cidadão
www.saude.gov.br

PARECE INOFENSIVO, MAS FUMAR NARGUILÉ É COMO FUMAR 100 CIGARROS.

O narguilé tem um cheiro que você até pode achar bom. Tem um sabor que até pode agradar. Mas lá dentro, é outra história. O uso do narguilé pode causar câncer, doenças respiratórias, doença de boca, tuberculose e hepatites virais. Além disso, em uma hora de narguilé, você inala o equivalente à fumaça de 100 a 200 cigarros.

É prejudicial à saúde. E pode ser a porta de entrada para a dependência do cigarro.

29 DE AGOSTO, DIA NACIONAL DE COMBATE AO FUMO.

Melhorar sua vida, nosso compromisso.

INCA SUS Ministério da Saúde GOVERNO FEDERAL **BRASIL** PAÍS RICO E PAÍS SEM POBREZA

Mais informações, disque 136. [@minsaude](https://twitter.com/minsaude) [/minsaude](https://facebook.com/minsaude)

At_Narguilé_420x200mm.indd 1 08/10 7:18 PM

DESENVOLVIMENTO

O trabalho proposto pretende abordar o tema tabagismo – uso do narguilé, de forma que os alunos recebam informações e pesquisem sobre o assunto, se conscientizando de maneira satisfatória sobre o narguilé. Esse trabalho se desenvolverá da seguinte forma:

Atividade 1 – Livro didático e cruzadinha

Neste primeiro encontro, será realizada a leitura do texto do livro didático sobre o sistema respiratório. O livro deve ser usado como um instrumento didático, em que o aluno possa estabelecer relações entre os conteúdos e o seu cotidiano. Ler com a turma o conteúdo, interpretar e entender o texto lido, identificando as informações pertinentes ao texto.

“Fumo e saúde”

Mais de 4 mil substâncias químicas diferentes estão presentes na fumaça do cigarro. Algumas podem provocar câncer nos pulmões, na boca, na laringe, no esôfago, no estômago, nos rins, na bexiga, e no pâncreas. Isso ocorre porque muitas dessas substâncias passam para o sangue, de onde podem atingir vários órgãos.

O câncer pode aparecer quando determinados genes da célula são alterados. Essa alteração pode ser causada, por exemplo, por algumas substâncias químicas que se encontram na fumaça do cigarro. A célula alterada passa a se reproduzir de forma descontrolada e compromete o funcionamento normal do órgão. Em alguns casos, essas células caem no sangue e passam a se reproduzir em outras partes do corpo – é chamada metástase.

O cigarro destrói muitos cílios e células encarregados da limpeza do sistema respiratório e provoca inflamações em brônquios e bronquíolos. Em consequência disso, o fumante produz muito muco, o que dificulta a passagem de ar e provoca tosse. O fumante também contrai infecções com mais facilidade. Além da inflamação dos brônquios, ou bronquite, que pode ocorrer a destruição progressiva dos alvéolos pulmonares, doença conhecida como enfisema. Com isso, cada vez menos oxigênio é absorvido pelos pulmões, e a pessoa sente mais e mais falta de ar, respirando com dificuldade. Na doença pulmonar obstrutiva crônica há ocorrência simultânea de bronquite e enfisema.

A nicotina provoca ainda a contração das artérias, o aumento do batimento cardíaco e da pressão arterial e eleva o risco de se formarem placas de gordura que “entopem” as artérias. Por isso entre os fumantes, o índice de problemas cardíacos é maior que entre os não fumantes.

Além dos problemas já mencionados, a nicotina causa dependência: quando tenta largar o cigarro, o fumante se sente (tem dor de cabeça, irritação, insônia, etc.) e assim, fica difícil abandonar o hábito. Há medicamentos que ajudam a parar de fumar. Porém, eles devem ser usados apenas para orientação médica.

Na fumaça do cigarro há também o gás monóxido de carbono (CO), que segue dos pulmões para o sangue. No sangue, o monóxido de carbono combina-se mais fortemente com a hemoglobina, do que o oxigênio, reduzindo a capacidade do sangue de levar oxigênio para as células. O monóxido de carbono forma-se também na queima dos combustíveis fósseis, como na queima da gasolina dos automóveis e outros veículos.

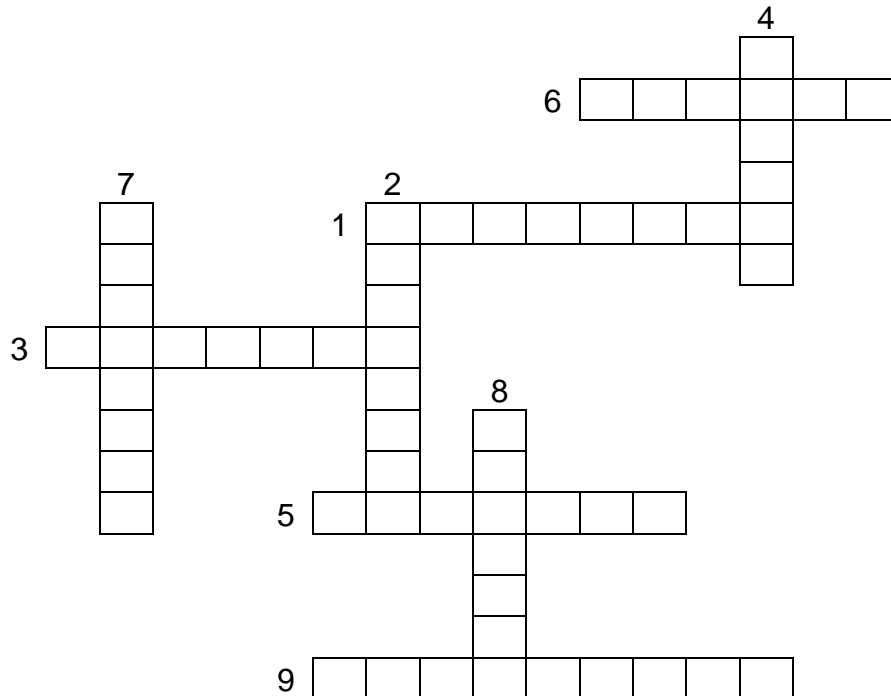
Os efeitos desse gás dependem das quantidade absorvida e do conseqüente grau de deficiência de oxigênio dos tecidos. É importante saber, porém, que se trata de um gás bastante tóxico – pode causar a perda da consciência e até a morte por asfixia, que ocorre quando as células deixam de receber oxigênio.

Objetivo: Verificar o nível de conhecimento sobre os efeitos nocivos do fumo.

CRUZADINHA – Fumo e Saúde

1. Cachimbo de origem árabe, de diferentes formas e maneiras de funcionamento, usado para a queima do tabaco.
2. Substância tóxica presente na fumaça do cigarro.
3. Destrói muitos cílios e células encarregadas da limpeza do sistema respiratório e provoca inflamações em brônquios e bronquíolos.
4. Doença grave que pode ser provocada pelo uso do cigarro.
5. Tipo de fumante que convive com pessoas que fumam.
6. Nessa substância há o gás monóxido de carbono (CO), que segue dos pulmões para o sangue.
7. Inflamação dos brônquios que pode ocorrer a destruição progressiva dos alvéolos pulmonares.
8. Sintoma causado pela abstinência do cigarro.

9. Quando as células cancerígenas caem na corrente sanguínea e passam a se reproduzir em outras partes do corpo.



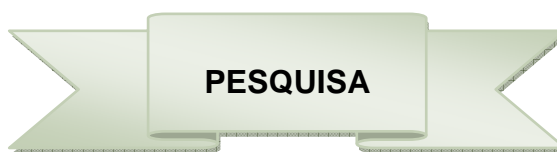
Atividade 2 – Questionário Individual sobre o uso do narguilé entre os alunos

A professora PDE fará uma explanação da problematização, a necessidade de um trabalho que busque a prevenção do tabagismo, uma vez que os jovens começam a fumar muito cedo, até mesmo para serem bem aceitos em grupos de amigos. Ismael afirma (2001, p.684) que “[...] O adolescente por estar em uma fase de transição, passa por situações de estresse, de insegurança, de sentir-se estranho pelas modificações em seu corpo, por sentir-se incompreendido e rejeitado pelos pais.[...]” É uma idade de vulnerabilidade em que eles se acham adultos e adotam comportamentos dos quais eles se destacam no meio em que está inserido, podendo adotar vícios que causam dependência.

Esse projeto é interessante porque leva o aluno a conhecer as conseqüências da prática do tabagismo e a dificuldade que as pessoas dependentes do cigarro têm

em largar o vício, uma vez que um dos componentes, a nicotina, causa dependência, segundo Nunes (2006, p.227) “[...] a nicotina – substância com propriedades psicoativas, com elevada capacidade para induzir dependência física e psicológica, por processos semelhantes aos da heroína ou da cocaína. [...]”

Esta atividade tem o objetivo de investigar, através de um questionário, o conhecimento dos alunos sobre os efeitos nocivos do cigarro. O questionário será individual, onde não haverá necessidade de identificação, para saber o quanto o alunado conhece sobre os efeitos nocivos do cigarro. Esse questionário se faz necessário para saber as abordagens que serão realizadas durante o projeto.



PESQUISA

Turma:		
Sexo:		
Idade:.....		
1- Você conhece o narguilé?	() sim	() não
2- Você já experimentou o narguilé?	() sim	() não
3 - Já fez uso do narguilé?	() sim	() não
4 - Em sua opinião quem é mais prejudicial o narguilé ou o cigarro?	() sim	() não
5 - Você acredita que doenças contagiosas, tais como a herpes e outras doenças da boca, hepatite C e tuberculose podem ser transmitidas por meio do uso do narguilé?	() sim	() não
6 - Você tem conhecimento que uma hora fumando narguilé equivale ao consumo de 100 cigarros comuns?	() sim	() não
7 - Você sabia que o narguilé é a porta de entrada para o hábito de fumar cigarros?	() sim	() não
8 - Você conhece a legislação sobre o uso do narguilé?	() sim	() não
9 – Você acha importante proibir o uso do narguilé para os menores de 18 anos?	() sim	() não
10 - Você tem conhecimento que o narguilé é uma forma diferenciada do uso do tabaco?	() sim	() não

Atividade 3 - Grupo GETA

É notório no Brasil o crescente uso de drogas lícitas e ilícitas entre as crianças e os adolescentes. O município de Munhoz de Mello não foge desta triste realidade brasileira, e diante da necessidade de prevenir o uso e abuso de álcool e outras drogas, surgiu o **GRUPO GETA – Grupo de Estudo para o Tratamento do Alcoolismo**, que propõem intervenções no nível preventivo. Apesar do alcoolismo ter sido primeiramente o principal tema de estudo, este grupo atua também na prevenção das demais drogas. Este grupo é composto por cinco profissionais de três secretarias municipais, sendo portanto, um grupo Intersetorial : Secretaria de Saúde (2 enfermeiros e 1 psicóloga), Secretaria de Educação (1 psicóloga), Secretaria de Assistência Social (1 Assistente Social).

Segundo Moreira; Silveira (2006) a aplicação da abordagem preventiva no âmbito escolar resulta no conceito de “escola promotora de saúde”. Esta pode ser definida como a escola com políticas, procedimentos, atividades e estrutura que resultem na proteção e promoção à saúde e ao bem-estar de todos os membros da comunidade escolar.

Ainda segundo estes autores, a proposta da "redução de danos", pensada como estratégia de prevenção pode ser incorporada a escola e ganha status de promoção de saúde. Esta ação se fortalece a medida que incentiva parcerias intersetoriais, promove ações inclusivas, estimula a autonomia dos alunos e propõe ações de saúde considerando o indivíduo em toda sua complexidade.

Este grupo portanto, pretende neste encontro discutir e refletir, dentro do contexto escolar, o uso abusivo de substâncias nocivas por parte dos adolescentes, focando no narguilé, na tentativa de promover uma mudança de pensamento e postura dos alunos referente à esta substância.

Atividade 4 – cartazes/ júri-simulado/ paródia/ peça teatral

Tendo em mente o que foi discutido no encontro com o grupo GETA, os alunos deverão formar 04 equipes por sala, com o objetivo de realizar pesquisas sobre as conseqüências do uso do narguilé. Para tanto, via sorteio, cada equipe irá organizar as informações obtidas na pesquisa através de:

Cartazes:

O grupo deverá refletir e conversar entre os integrantes sobre o que foi pesquisado, elaborando frases referente ao uso do narguilé e suas principais conseqüências. Após a pesquisa, discussão e elaborações das frases, os alunos deverão colocar o resultado em cartazes, no formato de um painel expositivo.

Júri simulado:

- a) Um aluno do grupo faz o papel do “réu” que possui hábitos que se caracterizam como fatores de risco (faz uso do narguilé);
- b) Proponha a situação problema que será discutida, como por exemplo, o réu possui um câncer que poderia ter sido evitado através de hábitos saudáveis;
- c) Outros alunos são escolhidos para serem o advogado de defesa, o de acusação e o juiz;
- d) Componha o júri e defina as regras: o tempo para cada fala, o número de réplicas e o tempo para a decisão do júri.

Paródias:

Relacionado ao assunto discutido anteriormente, o grupo de alunos irão compor letras sobre o conteúdo estudado, combinando-as com os recursos musicais necessários para composição de uma paródia, como por exemplo, aparelho de som, de midi ou playback, instrumentos musicais, microfones, caixas de som etc.

Escolhida a música, dentro do conteúdo proposto, os alunos usarão seu vocabulário para fazer as composições. Antes de apresentá-las, o professor deverá ter conhecimento das palavras usadas, para preservar a ética, a moral etc. (censura)

Posteriormente, os farão a apresentação na sala de aula para os demais colegas de classe, para depois, apresentar para a comunidade escolar.

Peça teatral:

Propor à este grupo de alunos que representem situações-problemas referentes à temática trabalhada, utilizando-se das informações das atividades anteriores. Depois de organizado as falas, cenário e demais componentes de uma peça teatral, os alunos apresentarão para os colegas da turma e posteriormente, para a comunidade escolar.

Atividade 5 – Demonstração dos trabalhos para a comunidade local

Depois de efetuarem a pesquisa, com os trabalho já realizados na aula anterior, será organizado um evento no ambiente escolar para a demonstração dos trabalhos para toda a comunidade da escola, inclusive com a participação da comunidade local que será convidada para tal finalidade.

Para isto, os alunos deverão preparar uma apresentação em sala de aula com uso da TV Pendrive, data show ou outros recursos de preferência das equipes. Posteriormente será apresentado para a comunidade escolar. Os cartazes produzidos serão fixados no mural do colégio após o evento.

Atividade 6 – Vinheta com a paródia através da rádio local

Os alunos desenvolverão vinhetas com a paródia criada na atividade 4, demonstrando as consequências do uso do narguilé. A veiculação das vinhetas será promovida através de um intercâmbio entre os alunos do 9º ano e a rádio local Munhoz FM.

REFERÊNCIAS

BRASIL. Secretaria de Educação Fundamental. **Parâmetros Curriculares Nacionais**: Terceiro e Quarto Ciclos: apresentação dos Temas Transversais. Brasília: MEC/SEF, 1998. p 259.

CENTERS FOR DISEASE CONTROL AND PREVENTION (CDC). **Preventing tobacco use among youth and young adults**. 2012 [acessado em 4 Abr 2014]. Disponível em: www.cdc.gov/tobacco.

GEWANDSZNAJDER, Fernando. **Projeto Teláris**: Ciências.1. ed. São Paulo: Ática, 2012.

GODOY I. **Prevalência de tabagismo no Brasil**: medidas adicionais para o controle da doença devem ser priorizadas no Ano do Pulmão. J Bras Pneumol. 2010.

ISMAEL, Sílvia Maria Cury. **Tabagismo e o Adolescente**. Revista Pediatria Moderna. São Paulo: SP, Ed. Moreira Jr., v. 37, n. 12, p. 683-686, 2001. (ISSN 0031-3920).

LEVY D., ALMEIDA L. M.; SZKL O A. **The Brazil SimSmoke policy simulation model**: the effect of strong tobacco control policies on smoking prevalence and smoking-attributable deaths in a middle income nation. PLoS Med. 2012.

MARTINS, R. M.; PACELI, R. B.; BUSSACOS, M. A.; FERNANDES, L. A.; PRADO, G. F.; LOMBARDI, E. M. S.; TERRA-FILHO, M.; SANTOS, U. P. **Experimentação e conhecimento sobre narguilé entre estudantes de medicina de uma importante universidade do Brasil**. Jornal Brasileiro de Pneumologia. Universidade de Brasília, 2014.

MINISTÉRIO DA SAÚDE. Em: <http://portalsaude.saude.gov.br/> Acesso em 20 jul 2014.

NUNES, Emília. **Consumo de tabaco**. Efeitos na saúde. Disponível em: <http://www.dgs.pt/upload/membro.id/ficheiros/i008045.pdf>. Acesso em 01/09/2014.

Sociedade Brasileira de Pneumologia e Tisiologia; Sociedade Brasileira de Cardiologia; Associação Brasileira de Psiquiatria; Federação Brasileira das Sociedades de Ginecologia e Obstetrícia; Sociedade Brasileira de Anestesiologia; Associação Brasileira de Medicina Intensiva; et al. **Smoking**: Part I. Rev. Assoc. Med. Bras. 2010.

VARELLA, Dráuzio, <http://drauziovarella.com.br/> disponível no correio eletrônico em 12 de Outubro de 2012.

VIEGAS, Carlos, A. de A. **Formas não habituais de uso do tabaco**. Jornal Brasileiro de Pneumologia. Universidade de Brasília, 2008