



O USO DO TABACO ENTRE OS UNIVERSITÁRIOS DE ENFERMAGEM DA UNIVERSIDADE DO ESTADO DO RIO DE JANEIRO (UERJ)

Karen dos Santos Matsumoto¹; Mariana Freire Craveiro²; Patrícia Rodrigues da Rocha³; Gertrudes Teixeira Lopes⁴

Resumo

O estudo refere-se ao hábito de fumar entre alunos de Graduação em Enfermagem da Universidade do Estado do Rio de Janeiro e tem como objetivos identificar os fatores que estimulam o uso de tabaco e verificar a sua incidência entre esses alunos. Trata-se de estudo descritivo quantitativo que investigou 213 estudantes do 1º ao 9º período, de abril a dezembro de 2004, mediante aplicação de um questionário. Os resultados demonstraram que 42% dos alunos experimentou o fumo alguma vez na vida, porém, a maioria desses (73%) não continuou o uso. Dos que continuaram (26%), 65% iniciou entre 16 e 20 anos de idade, e 53% desenvolveu o hábito por curiosidade e desejo de fumar.

Palavras-chave: enfermagem, estudantes de graduação, hábito de fumar

THE USE OF TOBACCO AMONG UNDERGRADUATE STUDENTS OF NURSING AT UNIVERSIDADE DO ESTADO DO RIO DE JANEIRO

Abstract

The research analyzes smoking habits among undergraduate nursing students at Universidade do Estado do Rio de Janeiro and aims to identify the factors that stimulate tobacco use and verify the incidence among these students. A descriptive quantitative study investigated 213 students between April and December 2004, applying a questionnaire. The results demonstrated that 42% of the students had tried smoking once, but most of them (73%) did not continue tobacco use. 65% of those who continued (26%) started when they were between 16 and 20 years old and 53% developed the habit out of curiosity and desire to smoke.

Key Words: nursing, undergraduate students, smoking habit

EL USO DE TABACO ENTRE LOS UNIVERSITARIOS DE ENFERMERÍA DE LA UERJ

Resumen

El estudio se refiere al hábito de fumar entre los estudiantes de la Facultad de Enfermería de la Universidade do Estado do Rio de Janeiro y tiene como objetivos identificar los factores que estimulan el uso del tabaco y verificar la incidencia de jóvenes que fuman, entre estudiantes de pregrado. Se trata de un estudio descriptivo cuantitativo que investigó a 213 estudiantes del 1º al 4º año, de abril a diciembre de 2004, mediante la aplicación de una encuesta. Los resultados demostraron que el 42% de los estudiantes ya probó el tabaco en algún momento de su vida, pero que la mayoría de éstos (73%) no continuó el uso. El 65% de los que continuaron (26%) empezó entre los 16 y 20 años de edad, y el 53% desarrolló el hábito por curiosidad y deseo de fumar.

Palabras clave: enfermería, estudiantes de pregrado, hábito de fumar

¹ Aluna de graduação do 5º período de enfermagem da Universidade do Estado do Rio de Janeiro. karenmatsumoto@gmail.com

² Aluna de graduação do 5º período de enfermagem da Universidade do Estado do Rio de Janeiro, bolsista do Projeto de Extensão Aprendendo e Ensinando com o Alto Simão. marianacraveiro@yahoo.com.br

³ Aluna de graduação do 5º período de enfermagem da Universidade do Estado do Rio de Janeiro, bolsista de iniciação científica do PIBIC-UERJ. E-mail: patriciarodrigues0@yahoo.com.br

⁴ Professora Titular da FENF/UERJ, Doutora e Livre Docente em Enfermagem. Pesquisadora do CNPq e FAPERJ. Procientista da UERJ. Coordenadora do Programa de Mestrado da FENF/UERJ. Membro do NUPHEBRAS. gelopes@uerj.br

INTRODUÇÃO

O tabaco, cujo nome científico é *Nicotiana Tabacum*, surgiu 1000 anos a.C. e começou a ser utilizado nas sociedades indígenas da América Central, em rituais mágico-religiosos que tinham como objetivo contemplar, proteger, purificar e fortalecer os guerreiros. Acreditavam, ainda, que através do uso da planta poderiam prever o futuro⁽¹⁾.

Sabe-se, atualmente, que há aumento significativo da inserção de empresas multinacionais de tabaco em países em desenvolvimento, como o Brasil. Elas utilizam a publicidade para seduzir o público, abrindo novos mercados, os quais têm resultados satisfatórios, através de pressões políticas e comerciais⁽²⁾.

Além disso, os tributos cobrados na venda de cigarros correspondem a cerca de 73% de seu preço final, o que é uma grande fonte de arrecadação para o Governo, mas a sua produção não é inviabilizada. Por outro lado, 80 mil brasileiros morrem anualmente devido ao hábito de fumar, sendo 90% por câncer de pulmão e o restante está distribuído entre as doenças coronarianas e pulmonares obstrutivas crônicas, de acordo com o Instituto Nacional do Câncer (INCA)⁽³⁾.

O hábito de fumar é uma prática disseminada entre os jovens que são estimulados continuamente pelos veículos de comunicação em massa como a televisão, o cinema, *out - doors*, que estrategicamente adotam campanhas sedutoras para o uso do tabaco⁽⁴⁾.

Sabe-se que o cigarro tem efeitos nocivos ao organismo humano tais como:

Câncer de pulmão, enfisema pulmonar, cardiopatias, doença coronária, úlceras gástricas e duodenais, infecções nas gengivas, cáries dentárias, perda de dentes, câncer de pulmão, infarto do miocárdio, insuficiência respiratória, dentre outros⁽⁴⁻⁵⁾.

Em pesquisa nacional sobre saúde e nutrição, realizada em 1989, em uma amostra de 63 mil domicílios, cobrindo praticamente todo o Brasil, a prevalência do hábito de fumar na

população, a partir de 15 anos de idade, foi de 32,6%, ou seja, de cada três adultos, um era fumante ⁽¹⁾.

Anteriormente, fumava-se mais no campo que na cidade e os homens mais do que as mulheres, assim, para cada três fumantes do sexo masculino havia dois do sexo feminino. No entanto, hoje, os jovens abaixo de 30 anos e as mulheres vêm fumando cada vez mais, o que tende a diminuir a diferença de frequência de fumantes entre os dois sexos ⁽¹⁾.

Tal fato pode ser decorrente da participação cada vez maior das mulheres no mercado de trabalho, possibilitando aumento de poder tanto aquisitivo, quanto de decisão dessa na sociedade. Devido a tais mudanças, a mulher tornou-se o alvo predileto para as indústrias de tabaco que passaram a divulgar o cigarro como símbolo de emancipação e independência ⁽⁶⁾.

De acordo com a Organização Mundial de Saúde (OMS), três milhões de fumantes morrem por ano de doenças relacionadas ao tabaco – essa é a maior causa de mortalidade em muitos países. Embora 70% dos fumantes desejem parar de fumar, apenas 5% desses conseguem fazê-lo por si mesmos. Isso ocorre porque o hábito de fumar leva à dependência da nicotina, além de causar doenças ⁽⁷⁾.

Uma das principais razões para a nicotina viciar, mesmo para aqueles que fumam pouco e irregularmente, está no fato de ser absorvida rapidamente e chegar ao cérebro em altas concentrações em poucos segundos. Ela afeta o sistema nervoso central, induzindo várias mudanças de humor, inclusive o relaxamento, diminuição da tensão e excitação. Por isso, poucos fumantes conseguem deixar o vício sozinhos; a grande maioria necessita de tratamento ⁽⁸⁾.

Quando uma pessoa pára de fumar, a falta de nicotina provoca sintomas de abstinência, como inquietação, irritabilidade, dor de cabeça, incapacidade de concentração e tontura. Além disso, os fumantes precisam superar hábitos de comportamento construídos

durante anos, como fumar após as refeições, ou durante um período de estresse. Por isso, 70 a 90% dos fumantes querem parar, mas somente 5% conseguem fazê-lo por si só ⁽⁸⁾.

A dependência física, e especialmente a abstinência da nicotina, é uma das razões importantes porquê muitos fumantes não conseguem parar. A abstinência é desagradável e melhora (temporariamente) quando se fuma um cigarro. Assim é muito tentador fumar para reduzir os sintomas da abstinência, porém prolonga os mesmos. Alguns fumantes dizem que apreciam o gosto de um cigarro. Embora o gosto do cigarro varie dependendo dos aditivos de cada marca, estudos mostram que, quando a nicotina é removida do cigarro, os fumantes não apreciam mais seu gosto. Assim, também o sabor está relacionado com a dependência à nicotina ⁽⁹⁾.

A ampla divulgação dos males do fumo para a saúde humana e as providências tomadas em função desse conhecimento têm levado à diminuição do consumo de cigarros em países desenvolvidos. A rápida perda de mercado nesses países é compensada por um avanço da indústria do fumo nas nações menos desenvolvidas ⁽¹⁾.

Mas, com o aumento da expectativa de vida nos países do Terceiro Mundo, é de se prever enorme incremento das taxas de incidência dos padecimentos induzidos pelo fumo, entre os quais as doenças cardíacas, pulmonares e o câncer ⁽¹⁾.

Sabe-se que o tabagismo também prejudica terceiros, ou seja, os fumantes considerados passivos. Foi pesquisado pela Agência Internacional para Pesquisa em Câncer (IARC) que a exposição involuntária ou ambiental à fumaça de produtos derivados do tabaco é carcinogênica, assim como traz malefícios para o desenvolvimento do feto ⁽¹⁰⁾.

Dessa forma, parar de fumar é bom não apenas para quem fuma, mas também para os que estão ao redor do fumante, pois esses absorvem todas as substâncias perigosas da fumaça do cigarro. Logo, é importante que se pense duas vezes antes de acender o primeiro cigarro, pois esse pode significar a vida de inúmeras pessoas.

Preocupados com a questão, optou-se pela realização deste estudo, tendo como **objeto** o hábito de fumar entre os alunos da Faculdade de Enfermagem da Universidade do Estado do Rio de Janeiro (UERJ). Os **objetivos** foram identificar os fatores que estimulam o uso de tabaco entre alunos de Graduação em Enfermagem e verificar a sua incidência entre esses alunos.

Este estudo, contudo, pretende contribuir para a reflexão e a discussão acerca do uso/abuso do tabaco entre os estudantes de Enfermagem da UERJ, assim como para divulgar no meio científico a importante questão das drogas consumidas por jovens e colocar em pauta a discussão sobre o assunto.

METODOLOGIA

O estudo utilizou a abordagem quantitativa descritiva, com emprego da técnica de investigação social. O cenário do estudo foi a Faculdade de Enfermagem da UERJ. A população do estudo foi composta por aproximadamente 350 alunos do 1º ao 9º períodos acadêmicos, e a amostra constituída por 213 estudantes de todos os períodos.

Selecionou-se como variável independente: o hábito de fumar dos alunos de enfermagem e, como variáveis dependentes: o início do hábito de fumar, o motivo que desencadeou esse hábito, a quantidade de cigarros fumados por dia e o tipo de fumo.

Utilizou-se um questionário composto por questões fechadas para a coleta de dados, sendo esse testado no período de janeiro a março de 2004 em 30 alunos universitários de diferentes Cursos de Graduações que se dispuseram a respondê-lo, e os mesmos disseram ser o instrumento objetivo e de fácil compreensão.

A pesquisa foi submetida e aprovada pelo Comitê de Ética do Hospital Universitário Pedro Ernesto. A Direção da Faculdade de Enfermagem da UERJ também autorizou a aplicação dos questionários. O Termo de Consentimento Livre e Esclarecido foi assinado

pelos respondentes, conforme o Parecer 196/96 do Conselho Nacional de Saúde (Brasil, 1996)⁽¹¹⁾.

Os dados foram coletados de abril a dezembro de 2004. Aplicou-se questionários aos alunos de enfermagem, fumantes e não-fumantes, que se dispuseram a respondê-los. O mesmo foi aplicado em sala de aula com a permissão do professor que ministrava aula no momento.

Para o tratamento dos dados foi produzido um Banco de Dados no programa Microsoft Excel. Utilizou-se a estatística descritiva com emprego da frequência absoluta e percentual para análise das informações. Os resultados foram interpretados com o apoio da literatura e apresentados sob forma de tabelas e quadro.

ANÁLISES E DISCUSSÕES DOS RESULTADOS

Os resultados obtidos neste estudo permitem vislumbrar, de forma sucinta, a problemática do uso do tabaco pelos jovens estudantes de enfermagem, conforme será apresentada a seguir.

Tabela 1 - Experiência dos alunos quanto ao uso do fumo alguma vez. Rio de Janeiro, 2005

Uso do Fumo	Fi	F%
Sim	90	42
Não	123	58
Total	213	100

Entre os alunos investigados, 90 (42%) experimentaram o fumo alguma vez na vida. Entretanto, 123 (58%) nunca o fizeram. Pela literatura ⁽⁹⁾, percebe-se que a nicotina vicia até mesmo aqueles que fumam pouco, ou irregularmente, pois ela é absorvida rapidamente e chega ao cérebro em altas concentrações, em poucos segundos. Sendo assim, aqueles que experimentaram o fumo alguma vez na vida correm o risco de não conseguirem parar de fumar, desenvolvendo o hábito, principalmente porque a nicotina afeta o sistema nervoso central, induzindo a várias mudanças de humor, inclusive o relaxamento, diminuição da tensão e excitação.

Tabela 2 - Continuação do uso do fumo por alunos após experimentá-lo. Rio de Janeiro, 2005

Continuação do Uso	Fi	F%
Sim	23	26
Não	66	73
Não respondeu	1	1
Total	90	100

A análise dos alunos investigados que continuaram com o uso do fumo após experimentá-lo evidencia que a maioria desses não continuou (66 alunos-73%) e, apenas 23 (26%) continuou com o uso.

De acordo com a literatura ⁽⁹⁾, há mais de dois séculos, suspeitava-se de problemas de saúde relacionados ao fumo, mas foi só a partir de 1950 que o tema “fumo e doença” passou a ser sistematicamente investigado. A ampla divulgação dos males do fumo para a saúde humana e as providências tomadas em função desse conhecimento têm feito baixar o consumo de cigarros.

Em nossa sociedade moderna, porém vive-se uma ambivalência de situações em relação a determinados vícios. De um lado, são aceitos. Há a geração de emprego para muitos e o Governo auferir vantagens, pois recebe uma enorme quantidade de recursos provenientes dos impostos sobre as vendas do produto. De outro lado, combate-se esses mesmos vícios. O Governo e a Sociedade, de maneira geral, gastam uma quantidade enorme de dinheiro para tratar os malefícios do cigarro ⁽¹⁾.

Tabela 3 - Motivos que levaram os alunos a desenvolverem o hábito de fumar. Rio de Janeiro, 2005

Motivos	Fi	F%
Influência do grupo familiar	-	-
Influência do grupo extrafamiliar	7	22
Sentir-se adulto	-	-
Ajuda a aliviar as tensões e estudos	7	22
Curiosidade e desejo de fumar	17	53
Dá <i>status</i>	-	-
Desconhecimento dos prejuízos à saúde	-	-
Não respondeu	1	3
Total	32	100

A análise dos 23 alunos investigados, segundo os motivos que levaram a desenvolver o hábito de fumar, mostra que a maior parte dos alunos desenvolveu tal hábito devido à curiosidade e desejo de fumar, respectivamente, 17 (53%), seguido da influência do grupo extrafamiliar e ajuda a aliviar as tensões e estudos, 7 (22%), sendo que apenas 1 (3%) não respondeu a questão.

Na literatura, encontrou-se que a utilização de publicidade agressiva vem contribuindo para o aumento do consumo de tabaco pela população, uma vez que estimulam o desejo e a curiosidade. Além disso, a imagem do fumo ainda está associada com o vigor, o sucesso e a beleza. Isso contribui para que o Brasil seja o 6º maior mercado de cigarros no mundo ⁽¹⁾.

Tecnicamente, a nicotina é um estimulante leve. Por exemplo, ela aumenta a frequência do pulso e a pressão sangüínea. Os fumantes dizem que quando estão cansados, ou aborrecidos, um cigarro pode recuperá-los. Mas, surpreendentemente, os fumantes também dizem que quando estão tensos ou ansiosos fumar os acalma. Não se compreende totalmente como a nicotina provoca esses dois efeitos. Provavelmente o ato de fumar em si mesmo (acender um cigarro, tragar profundamente) provoca alguns dos efeitos calmantes ⁽¹⁾.

Tabela 4 - Idade que iniciou o uso do tabaco. Rio de Janeiro, 2005

Idade	Fi	F%
Antes dos 10 anos	-	-
10 a 15 anos	4	17
16 a 20 anos	15	65
21 a 26 anos	4	17
Mais de 27 anos	-	-
Total	23	100

A análise dos 23 alunos investigados e que continuaram o hábito de fumar, segundo a idade que iniciou esse hábito, indica que a maior parte começou na faixa dos 16 aos 20 anos (65%); 4 (17%) entre 10 e 15 anos e entre 21 e 26 anos, respectivamente.

Pesquisa realizada pelo INCA demonstrou que, entre 1989 e 2002, o percentual de fumantes no Estado do Rio de Janeiro caiu de 29,8% para 21,4%. Segundo esse estudo, tudo indica que essa será a tendência nacional. Se isso realmente acontecer, significa que a cada dia menos jovens irão adquirir o hábito de fumar. O fato pode ser comprovado com os resultados esta pesquisa, o que leva a inferir que, na atualidade, o jovem não está preocupado com a obtenção de *status* e respeito no seu grupo e também com a influência dos amigos ⁽¹²⁾.

O combate ao hábito de fumar propõe o controle nas escolas ⁽¹³⁾ com o objetivo de mostrar à criança e ao adolescente todos os riscos de uma primeira tragada. Mas, para isso,, percebeu-se que somente palestras não dariam certo, pois era preciso algo que chamasse a atenção das crianças e dos adolescentes para o problema. Dessa forma, professores foram treinados para introduzir o tema em suas disciplinas, buscando sempre uma maneira de focalizar os malefícios do cigarro dentro das matérias e assim despertar naquele público o sentimento de rejeição ao fumo.

Tabela 5 - Quantidade de cigarros fumados por dia. Rio de Janeiro, 2005

Quantidade	Fi	F%
1 a 5	15	65
6 a 10	-	-
11 a 15	3	13
16 a 20	1	4
21 a 25	-	-
26 a 30	-	-
Mais de 30	-	-
Não respondeu	4	17
Total	23	100

A análise da quantidade de cigarros fumados por dia evidencia que 15 (65%) fumam de 1 a 5 cigarros, 3 (13%) fumam de 11 a 15 cigarros, 1 (4%) fuma de 16 a 20 cigarros por dia e 4 (17%) não responderam a essa questão.

Os resultados evidenciados na literatura ⁽⁹⁾ contrapõem os dados descritos na tabela acima. Quando o organismo acostuma-se aos efeitos da nicotina, ele os sente cada vez menos e se passa a fumar mais para superar tal tolerância. Sendo assim, os alunos não estão tolerantes à nicotina, já que não houve aumento na quantidade de cigarros fumados por dia.

Além disso, alguns fumantes aumentam a quantidade de cigarros por dia como forma de controlar seu estado emocional, isto é, quando estão tensos, deprimidos, zangados, ansiosos, tediosos, ou estressados. Assim, em qualquer momento de estresse, automaticamente recorrem ao cigarro. Às vezes, só o ato de acender um cigarro funciona como um calmante ⁽⁸⁾.

Pesquisa mostra que um fumante médio (consumo de um maço/dia), que começou a fumar aos 16 anos, se, ao invés de gastar o dinheiro na compra de cigarros, ele tivesse aplicado o montante numa caderneta de poupança, aos 50 anos de idade teria acumulado aproximadamente R\$ 350.000,00 em dinheiro ⁽⁹⁾.

Tabela 6 - Tipo de fumo freqüentemente consumido. Rio de Janeiro, 2005

Tipo de Fumo	Fi	F%
Cachimbo	-	-
Charuto	-	-
Cigarro	14	61
Cigarro de Balli	9	39
Total	23	100

A análise do tipo de fumo mais freqüentemente consumido pelos estudantes evidencia que 14 (61%) fumam cigarro e 9 (39%) fumam cigarro de Balli.

O tabaco inicialmente era picado e enrolado de forma manual. Em 1850, a operação torna-se mecanizada, e essa produção industrial tornou os cigarros cada vez mais baratos, além de surgirem novos tipos. Uma propaganda bem dirigida foi associando o fumo com vigor, sucesso, beleza, o que induziu à “glamourização” do hábito⁽²⁾.

Quadro 1 - Distribuição dos 23 alunos fumantes quanto à interrupção do hábito de fumar. Rio de Janeiro, 2005

Interrupção	Fi	F%
Tentativa de parar de fumar	14	61
Pararam de fumar	9	64
Método utilizado: “força de vontade”	4	45

A análise da tentativa dos 23 alunos fumantes de pararem de fumar revela que 14 (61%) já tentaram alguma vez. Dentre os 14, a maioria obteve êxito, 9 (64%) e 5 (36%) não conseguiram. Em relação ao método utilizado para interromper o hábito evidencia que a força de vontade foi o principal método utilizado, sendo mencionada por 4 (45%) e o uso de adesivos ou filtros foi mencionada por 1 (20%).

Apesar do fato da nicotina ser altamente viciante é possível parar de fumar com sucesso. Isso pode ser feito e todos têm um potencial de eventualmente vencer, mesmo que várias tentativas sejam necessárias ⁽¹⁴⁾. Os resultados se contrapõem à literatura, quando diz que aqueles que se apóiam unicamente na força de vontade tendem a fracassar, o que não se observa no presente estudo.

CONCLUSÕES

Foi o século XX que assistiu à popularização do hábito de fumar. A produção industrial tornou os cigarros cada vez mais baratos. Uma propaganda bem dirigida foi orquestrada, associando o fumo com o vigor, o sucesso e a beleza, mediante diversas técnicas, entre as quais o uso da imagem dos artistas de cinema, o que induziu à “glamourização” do hábito ⁽¹⁾.

Atualmente, essa publicidade é limitada. Segundo a Constituição da República Federativa do Brasil (05 de outubro de 1988), a publicidade do tabaco estará sujeita a restrições legais e conterà advertência sobre os malefícios decorrentes do seu uso, e a Portaria Interministerial nº. 477/95 recomenda às emissoras de televisão que evitem a transmissão de imagens em que apareçam personalidades conhecidas do público fumando ⁽¹⁵⁾.

A Medida Provisória nº 2.134-30/01 também determina que o material de propaganda e as embalagens de produtos fumígenos, derivados do tabaco, exceto as destinadas à exportação, contenham advertências acompanhadas de imagens que ilustrem o seu sentido ⁽¹⁵⁾.

Tais restrições à indústria do tabaco têm produzido efeito sobre a população, como se pode visualizar neste presente estudo, onde, apesar do hábito de fumar ser uma prática disseminada entre os jovens, a ocorrência de fumantes na Faculdade de Enfermagem da UERJ é bem pequena – apenas 23 alunos (26%) de um total de 90 que experimentou o fumo alguma vez na vida.

Os principais fatores que levaram os alunos a adquirirem esse hábito foram a curiosidade e o desejo de fumar, em primeiro lugar, seguida da influência do grupo extrafamiliar e da ajuda para aliviar as tensões e estudos. Outro dado importante que esta pesquisa mostrou foi que a maioria dos que tentaram interromper o hábito de fumar tiveram êxito, o que se considera uma atitude altamente positiva.

Esses resultados contrariam a indústria do tabaco que, além de interferir na saúde pública e no bem-estar das populações, gera perda mundial de 200 bilhões de dólares por ano, onde a metade ocorre em países em desenvolvimento. Essa perda decorre do tratamento de doenças relacionadas ao tabaco, morte de cidadãos em idade produtiva, maior índice de aposentadorias precoces, aumento do índice de faltas no trabalho e menor rendimento da produção ⁽⁶⁾.

Deseja-se, portanto, com o presente estudo, levar em pauta o tema uso/abuso do tabaco entre os estudantes de enfermagem, principalmente entre os jovens, buscando contribuir para a reflexão e a discussão acerca desse hábito, uma vez que, ao incentivar o não uso do fumo e a aconselhar quem o faz, será possível prevenir futuros riscos e mudar a realidade brasileira, onde o câncer de pulmão é considerado a complicação de maior magnitude.

REFERÊNCIAS BIBLIOGRÁFICAS

1. Pereira, Maurício Gomes. Os médicos e o fumo. Disponível em: <<http://www.ambr.com.br/revista/Revista/36/69.pdf>>. Acessado em: 08 de fevereiro 2004.
2. Campana, Carlos Luiz. Tabaco - o grande intocável. Medicina, janeiro 1972; v.22, n.1, p. 12-3.
3. Centro de tratamento e pesquisa Hospital do Câncer A.C . Camargo. [homepage na internet]. São Paulo: HCanc; C 1997-2005 [acessado em 14 fev. 2004]. Neusa Oliveira. A luta do Brasil no combate ao hábito de fumar; [1 tela]. Disponível em: <http://www.hcan.org.br/outrasinfos/datas/fumo.html> .
4. Willard Need. Tabaco: o último suspiro.A Saúde do mundo, janeiro/fevereiro 1986; p.18-23.
5. Silva AC Pacheco. Fumo: veneno ignorado. Medicina, janeiro 1972; v.22, n.1,p.12-3.
6. Rosemberg. Tabagismo e sua nocividade para a saúde- excesso de mortalidade nos fumantes. **Medicina**, fevereiro 1978; v.34, n.2,p.24-36.
7. Laboratórios Pfizer: [homepage na Internet]. C 2004. [acessado em fev 2004]. Ajude o seu paciente a parar de fumar; [1 tela]. Disponível em: <http://www.nicoritte.com.br>
8. Projeto Viver Bem UNESP. [homepage na Internet]. Botucatu. UNESP; C 2004. [acessado em 08 fev 2004]. LIVRETO 1: Uma visão geral; [1 tela]. Disponível em <http://www.viverbem.fmb.unesp.br/panfletos.html#tcscco>
9. Por que parar?[Acessado em 08 fevereiro 2004]. Disponível em: <<http://www.compreemcasa.com.br>>.
10. Tabagismo e Saúde nos Países em Desenvolvimento, 2003. [Acessado em 08 fevereiro 2004]. Disponível em: <<http://www.who.com>>.
11. Ministério da Saúde/(BR). Fiocruz. Diretrizes e Normas Regulamentadoras de pesquisas envolvendo seres humanos. Resolução 196/96 do Conselho Nacional de Saúde. Brasília: Ministério da Saúde/Fiocruz 1998.
12. Motivos para deixar de fumar.[Acessado em 08 fevereiro 2004]. Disponível em: <http://www.lincx.com.br/lincx/comentario/isual_2.asp?id=162>.
13. Azevedo, Adélia. Fumo: um vício que mata. [Acessado em: 08 fevereiro 2004]. Disponível em: <<http://www.uol.com.br/omossoeroense/2503/diaadia.htm>>.
14. D' Ângelo, Jose Carlos. Como parar de fumar? [Acessado em: 14 fevereiro 2004]. Disponível em: <http://www.saudenainternet.com.Br/noticias/noticias_195.shtml>.
15. Legislação Federal sobre o Tabaco no Brasil. [Acessado em: 14 fevereiro 2004]. Disponível em: <<http://www.inca.gov.br/tabagismo>>.