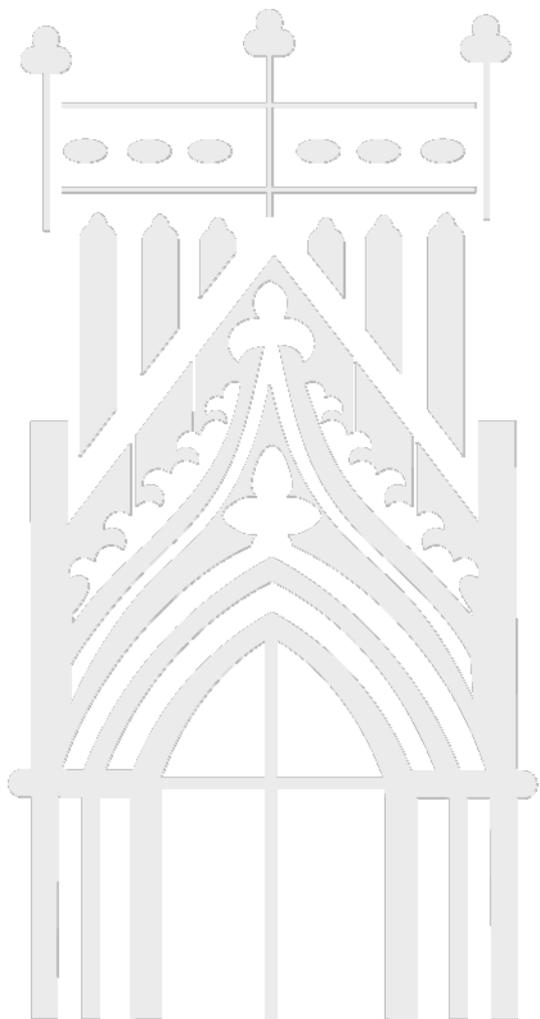


Mestrado em Enfermagem Comunitária

Hábitos Tabágicos dos Estudantes do Ensino Superior

Bruno Manuel Ramos

janeiro | 2022



Escola Superior
de Saúde



Escola Superior de Saúde
Instituto Politécnico da Guarda
Mestrado em Enfermagem Comunitária

Hábitos Tabágicos dos Estudantes do Ensino Superior

Bruno Manuel Ramos

Guarda

2022



Escola Superior de Saúde
Instituto Politécnico da Guarda
Mestrado em Enfermagem Comunitária

Hábitos Tabágicos dos Estudantes do Ensino Superior

Trabalho elaborado para a obtenção do Grau de Mestre em Enfermagem Comunitária
no âmbito da Unidade Curricular Relatório

Autor

Bruno Manuel Ramos

Orientador

Professora Doutora Agostinha Esteves de Melo Corte

Coorientador

Professora Doutora Cecília Maria Fernandes Fonseca

Guarda

2022

LISTA DE SIGLAS/ ACRÓNIMOS

ACSS – Administração Central do Sistema de Saúde

ARS – Administração Regional de Saúde

CID-10 – 10.^a Classificação Internacional das Doenças

CSP – Cuidados de Saúde Primários

DGS – Direção-Geral da Saúde

IC – Intervalos de confiança

INE – Instituto Nacional de Estatística

MPOWER – *Monitor, Protect, Offer, Warn, Enforce, Raise*

OCDE – Organização para a Cooperação e Desenvolvimento Económico

OE – Ordem dos Enfermeiros

OMS – Organização Mundial de Saúde

ONDR – Observatório Nacional das Doenças Respiratórias

PNPCT – Programa Nacional para a Prevenção e Controlo do Tabagismo

PNS – Plano Nacional de Saúde

PNSE – Programa Nacional de Saúde Escolar

SICAD – Serviço de Intervenção nos Comportamentos Aditivos e nas Dependências

SNS – Sistema Nacional de Saúde

SPSS – *Statistical Package for the Social Sciences*

AGRADECIMENTO

Em primeiro lugar quero agradecer à professora orientadora e coorientadora, pela disponibilidade, paciência, incentivo e saberes partilhados.

Aos estudantes que participaram, pois sem eles não teria sido possível realizar o presente estudo.

Por último, mas não menos importante, à minha esposa e ao meu filho, pelo tempo que abdiquei de estar com eles para realizar esta dissertação.

... a todos a minha gratidão.

PENSAMENTO

“Aprender é a única coisa de que a mente nunca se cansa, nunca tem medo e nunca se arrepende.”

(Leonardo da Vinci)

RESUMO

O tabagismo é atualmente um problema de saúde pública de dimensão global, que afeta de forma direta ou indireta grande parte da população mundial. Muitos estudos apontam que a transição do ensino secundário para o ensino superior é uma altura crítica no que respeita ao início do consumo de tabaco. Neste período ocorre geralmente um afastamento físico da família e grupo amigos, o que leva a uma grande sensação de liberdade e autonomia. O estabelecimento de novas amizades e tentativa de afirmação em novos grupos pode levar ao início do consumo de tabaco.

Com este estudo, pretendeu-se caracterizar os hábitos tabágicos dos estudantes do ensino superior de uma instituição da região centro de Portugal, avaliar o grau de dependência à nicotina e a motivação para a cessação tabágica, analisar a influência das variáveis sociodemográficas e do contexto académico com o grau de dependência à nicotina e a motivação para a cessação tabágica e averiguar a influência das variáveis sociodemográficas e do contexto académico com ser ou não fumador.

Este estudo alicerçou-se numa metodologia não-experimental, quantitativa, descritiva e transversal. A população alvo foram todos os estudantes inscritos numa instituição de ensino superior da região centro de Portugal, no ano letivo 2020/2021. O protocolo de colheita de dados utilizado neste estudo foi disponibilizado *online* à população alvo, entre outubro de 2020 e janeiro de 2021, à qual se solicitou o seu preenchimento via correio eletrónico. Participaram 478 estudantes, que constituíram a amostra desta investigação, correspondendo a 15,4% da população.

De acordo com os resultados, 56,1% dos estudantes eram do sexo feminino e 43,9% do sexo masculino, a média de idade era de 23,3 anos, sendo que 58,8% afirmaram já ter fumado alguma vez. A proporção de fumadores do sexo masculino (55%) é superior ao sexo feminino (43,5%), com média de idade de consumo do primeiro cigarro de 15,6 anos.

A maioria dos estudantes fumadores tinham um grau de dependência à nicotina baixo e baixa motivação para a cessação tabágica. Concluiu-se que uma menor motivação para a cessação tabágica dos estudantes estava associada a um maior grau de dependência à nicotina. Constatou-se que os estudantes fumadores que praticavam desporto tinham maior motivação para a cessação tabágica e menor grau de dependência à nicotina. Os estudantes que foram influenciados por alguém a fumar o primeiro cigarro e que viviam com a família durante o período letivo revelaram um maior grau de dependência à nicotina. Os resultados obtidos indicaram, ainda, que os estudantes mais velhos e os que fumavam ou fumaram mais anos mostravam um maior grau de dependência à nicotina.

Esta investigação permitiu conhecer os hábitos tabágicos dos estudantes da instituição de ensino superior em estudo. Os resultados obtidos possibilitam propor e delinear estratégias que visem mitigar a problemática que o consumo de tabaco constitui, por forma a melhorar a qualidade de vida e saúde dos estudantes e comunidade, alcançando desta forma ganhos em saúde, o que está de acordo com as competências descritas pela OE para o Enfermeiro Especialista em Enfermagem Comunitária e de Saúde Pública.

Palavras-Chave: Estudantes do ensino superior; Hábitos tabágicos; Grau de dependência à nicotina; Motivação; Cessação tabágica; Enfermagem Comunitária.

ABSTRACT

Smoking is currently a global public health problem which directly or indirectly affects a large part of the world's population. Many studies reveal that the transition from secondary education to tertiary education is a critical time for the start of tobacco use. During this period, there is usually a physical distancing from family and friends, which leads to a feeling of greater freedom and independence. Establishing new friendships and trying to assert themselves in new groups can lead to the beginning of tobacco consumption.

The objective of this study was to characterise the smoking habits of higher education students at an institution in the central region of Portugal, assess the degree of nicotine dependence and the motivation for smoking cessation, analyse the influence of sociodemographic variables and academic context with the degree of nicotine dependence and the motivation for smoking cessation and determine the influence of sociodemographic variables and academic context with being or not being a smoker.

This study was based on a non-experimental, quantitative, descriptive and transversal methodology. The target population were all students enrolled in a higher education institution in the central region of Portugal during the 2020/2021 academic year. The data collection protocol used in this study was made available online to the target population between October 2020 and January 2021, who were asked to complete it via email. 478 students participated, which constituted the sample used in this research, corresponding to 15,4% of the population.

According to the results, 56,1% of the students were female and 43,9% male, the average age was 23,3 years, and 58,8% said they had smoked at some point. The proportion of male smokers (55%) is higher than that of females (43,5%), with an average age of first cigarette consumption of 15,6 years.

Most students who smoke had a low degree of nicotine dependence and low motivation to quit smoking. It was concluded that a lower motivation for smoking cessation among students was associated with a higher degree of nicotine dependence. It was found that students who smoke and practice sports were more motivated to quit smoking and less dependent on nicotine. Students who were influenced by someone to smoke their first cigarette and who lived with their family during the school term showed a greater degree of dependence on nicotine. The results obtained also indicated that older students and those who used to smoke or smoked for more years showed a greater degree of dependence on nicotine.

This research enabled the determination of smoking habits of students at the higher education institution in the study. The results obtained make it possible to propose and outline strategies which aim to mitigate the problem tobacco consumption constitutes and improve the quality of life and health of students and the community, thus achieving gains in health, which is in accordance with the competencies described by the OE (Portuguese Order of Nurses) for the Specialist Nurse in Community and Public Health Nursing.

Key words: Higher education students; Smoking habits; Degree of addiction to nicotine; Motivation; Smoking cessation; Community Nursing.