



Por: Rafaelly Carneiro

Minha vida mudou depois que deixei de fumar, até a autoestima aumentou, agora sou outra pessoa. Fumei 45 anos e agora me libertei da dependência”, afirma aliviada Heliane Alves, 61 anos, usuária do Centro de Apoio Psicossocial em Álcool e outras Drogas (CAPS-AD) Dr. Antônio Carlos Escobar. Ela faz parte do grupo de pacientes, que participa de palestras e recebe orientações para largar o vício. A ex-fumante aproveitou o encontro promovido nesta quarta-feira (31.05), Dia Mundial contra o Tabagismo, no CAPS-AD para trocar experiências sobre a temática.

Na ocasião, o público presente acompanhou uma palestra ministrada pela

psicóloga Elisângela Liberato acerca das formas de vencer a vontade de fumar e os malefícios provocados à saúde por causa do consumo do cigarro. Quem compareceu ao CAPS-AD também teve a oportunidade de interagir com o psiquiatra David Pinheiro. O médico costuma promover exercícios de respiração com os dependentes do fumo.

As pessoas interessadas em se livrar do cigarro podem procurar o CAPS-AD para se tratar. Elas recebem um kit de tabagismo com comprimidos, goma de mascar e adesivos para aplicar no corpo e continuar o tratamento em casa. O CAPS-AD ou o Centro de Atenção Psicossocial (CAPS) Nise da Silveira.

### **SERVIÇO:**

#### **CAPS-AD Dr. Antônio Carlos Escobar**

Rua Pereira Simões, nº 155, Bairro novo, Olinda.

Fone: 9.8458-0844

**CAPS: Nise da Silveira:** Rua Trinta e Oito, s/n -IV Etapa - Rio Doce  
CEP: 53080-380 - Olinda

Fone: 3492-4566

**TABAGISMO** - O mal é considerado pela Organização Mundial da Saúde (OMS) a principal causa de morte evitável em todo o mundo. A OMS estima que 40% da população mundial adulta, isto é, 2,8 bilhões de pessoas (entre as quais 200 milhões de mulheres), sejam fumantes. Pesquisas comprovam que aproximadamente 47% de toda a população masculina e 12% da população feminina no mundo fumam. No Brasil, morrem cerca de 156 mil pessoas por ano, segundo o Instituto Fernandes Figueira, da Fiocruz.