

DISSONÂNCIA COGNITIVA EM FUMADORES COM PATOLOGIA ONCOLÓGICA: UMA EMERGÊNCIA EM ONCOLOGIA

Esmeralda Barreira

merbarreira@gmail.com

Mestrado em Psicologia e Mestrado em Counselling
Clínica do Pulmão – Instituto Português de Oncologia-Porto

Fumar é o comportamento de risco para a saúde que persiste como sendo a principal e evitável causa de doença e morte prematura. No doente oncológico o conhecimento dos malefícios do tabaco e o facto de manterem hábito de fumar origina por vezes uma discordância de atitudes, que pode bem ser o reflexo de uma dissonância cognitiva. O Counselling, como arte de ajudar os outros a ajudarem-se a si próprios, pode ser desenvolvido para ajudar a pessoa a explorar as potencialidades e dificuldades para abandonar o hábito de fumar, orientando para uma visão positiva das capacidades da pessoa.

PALAVRAS-CHAVE: counselling; cessação tabágica; dissonância cognitiva.

ABSTRACT: Smoking is the health risk behavior that persists as the major avoidable cause of disease and premature death. For the oncologic patient, knowledge of the smoking risks and the persistence of smoking habits originate a dissenting attitude that could reflect a cognitive dissonance. Counseling as an instrument to help others helping themselves can be developed to help people explore the potentialities and difficulties of smoking cessation, guiding them towards a positive view of the individual capabilities.

KEYWORDS: counseling; smoking cessation; cognitive dissonance.

Introdução

Actualmente relaciona-se o tabaco com enfartes do miocárdio, arteriosclerose, trombose, cancro (80% de cancro do pulmão) e doenças pulmonares obstrutivas.

O conhecimento dos efeitos nefastos do tabaco levou muitas organizações a desenvolverem campanhas antitabágicas. Também as instituições de saúde têm organizado sessões de formação sobre tabagismo, de forma a sensibilizar profissionais e utentes. Em alguns casos de doentes oncológicos fumadores, parece haver evidência que a mensagem relativa às consequências do tabaco, para o indivíduo, tem sido interiorizada. O conhecimento sobre as consequências do fumar e o facto de manterem este hábito origina por vezes uma discordância de atitudes, que pode bem ser o reflexo de

uma dissonância cognitiva. Esta incongruência, aliada à dependência da nicotina, leva-os à procura de uma consulta de cessação tabágica, com o intuito de abandonar o hábito. O Counselling, como arte de ajudar os outros a ajudarem-se a si próprios, pode ser desenvolvido ao longo de todo o ciclo de vida adulta, quando a pessoa está vulnerável e/ou em sofrimento, a necessitar de ajuda psicológica. Ajudar a modificar comportamentos é um dos objectivos do aconselhamento. A pessoa pode ser ajudada em situações de crise, de luto, de doença, de integração, problemas de relacionamento, entre outros.

No presente caso foi utilizada esta metodologia em meio hospitalar, na consulta de cessação tabágica.