

“Na Mão... uma Maçã,  
Tabaco Não!” –  
Campanha de  
Promoção para a  
Saúde no HPV-CHLN

Gabinete de Comunicação e  
Relações Públicas

[gab.com@hsm.min-saude.pt](mailto:gab.com@hsm.min-saude.pt)

Lisboa/CHLN 01-07-2015

CENTRO HOSPITALAR  
LISBOA NORTE, EPE



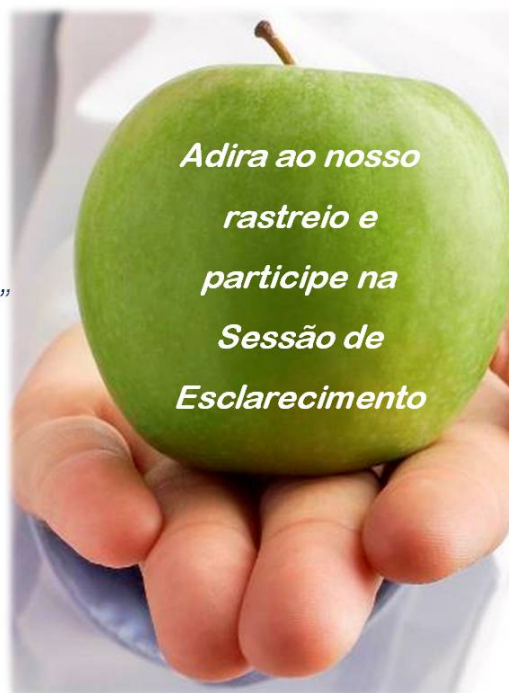
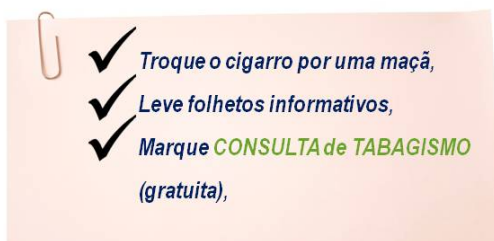
## “Na mão... uma maçã! Tabaco, não!!”

31.Maio \* DIA MUNDIAL SEM TABACO

*SE ainda fuma... não deixe para amanhã o que  
pode fazer HOJE*

### 10h30 - Sessão de Esclarecimento

*“Cigarro: Não diga só: Hoje não! Diga: Nunca mais!”*



... Esperamos por Si !

Sob o título “Na Mão... uma maçã! Tabaco, Não! ” decorreu uma Campanha de Promoção para a Saúde, para comemoração do Dia Mundial Sem Tabaco, levada a cabo pela equipa de enfermagem da Consulta Externa do Hospital Pulido Valente (HPV) em parceria com a responsável pela Consulta de Tabagismo (Dr<sup>a</sup> Paula Pamplona) do Centro Hospitalar Lisboa Norte, no passado dia 1 de junho.

A atividade em causa, que incluiu uma ação de rastreio para utentes e profissionais e uma sessão de esclarecimentos para todos os interessados, à semelhança de um programa de prós e contras visou, sobretudo, alertar de forma diferente e mais participativa, para os principais malefícios do tabaco.

Durante a atividade foram efetuados ensinamentos individualizados aos utentes, tendo por base a avaliação e leitura do monóxido de carbono de cada pessoa, foram distribuídos folhetos informativos sobre o tema, e foi ainda oferecida uma maçã a quem deixasse o cigarro, na hora, numa taça de vidro.

A sessão de esclarecimento que se seguiu colocou frente-a-frente ex-fumadores, fumadores e profissionais de saúde, tentando desmistificar inúmeros factos relacionados com o tabaco.

Este tipo de abordagem permitiu a participação dos assistentes, que puderam interagir quer nos testemunhos que foram prestados (de fumadores, ex-fumadores e não fumadores), quer no esclarecimento de dúvidas sobre o tema da efeméride.

A campanha de promoção para a saúde teve um balanço francamente positivo, que reverteu numa maior procura das consultas de tabagismo disponibilizadas pela Instituição.

### Momentos Fotográficos

