



PREVENÇÃO E PROMOÇÃO À SAÚDE: O USO DE CIGARROS ELETRÔNICOS NA POPULAÇÃO JOVEM

Luana Farias Pereira
Fernanda Gaberline de Ferrante
Mayalu Tilara Isa de Oliveira
Elen Pinheiro Matte

Resumo

Este trabalho consiste em um relato de experiência sobre um projeto de extensão que buscou realizar a conscientização de jovens e adolescentes acerca do uso de cigarros eletrônicos, destacando fatores sociais que influenciam o primeiro contato com esses dispositivos. A prática foi conduzida utilizando como público-alvo jovens de 13 a 25 anos em Curitiba/PR, por meio de rodas de conversa e atividades reflexivas. Foram também distribuídos panfletos informativos sobre os riscos dos DEFs (Dispositivos Eletrônicos de Fumar), incluindo os efeitos para fumantes passivos. As ações ocorreram principalmente em um parque público da cidade. Ao todo, cerca de 99 pessoas participaram, sendo que muitos afirmaram já terem usado algum tipo de cigarro eletrônico. A iniciativa promoveu conscientização sobre os riscos do uso, contribuindo para estratégias preventivas e educativas em saúde mental e coletiva, além de revelar achados relevantes sobre os fatores que influenciam esse comportamento.

Palavras chave: jovens; adolescentes; cigarros eletrônicos; dependência; influência social; saúde.

Abstract

This work consists of an experience report on an extension project that sought to raise awareness among young people and adolescents about the use of electronic cigarettes, highlighting social factors that influence their first contact with these devices. The practice was conducted using young people aged 13 to 25 in Curitiba/PR as the target audience, through conversation circles and reflective activities. Informative pamphlets were also distributed on the risks of DEFs (Electronic Smoking Devices), including the effects on passive smokers. The actions took place mainly in a public park in the city. In total, around 99 people participated, with many saying they had already used some type of electronic cigarette. The initiative promoted awareness about the risks of use, contributing to preventive and educational strategies in mental and collective health, in addition to revealing relevant findings about the factors that influence this behavior.

Keywords: youth; adolescents; electronic cigarettes; dependency; social influence; health.

INTRODUÇÃO

O presente trabalho consiste em um relato de experiência referente ao projeto de extensão (PROEX) desenvolvido junto à comunidade, realizado no Centro Universitário Unibrasil, como componente curricular da formação em Psicologia. O tema abordado refere-se ao uso de cigarros eletrônicos entre adolescentes e jovens, com faixa etária de 13 a 25 anos. O projeto foi estruturado a partir de duas frentes complementares: a pesquisa bibliográfica, que permitiu fundamentar teoricamente os impactos e riscos associados ao uso desses dispositivos, e a aplicação prática, que envolveu a conscientização junto ao público-alvo, possibilitando observar comportamentos, percepções e hábitos relacionados ao consumo de cigarros eletrônicos.

Tendo em vista que os cigarros eletrônicos podem causar danos significativos à saúde, bem como considerando a crescente popularização desses dispositivos entre o público jovem, pergunta-se: quais são os fatores que têm influenciado o aumento do uso de cigarros eletrônicos entre adolescentes e jovens nos últimos anos?

A partir disso, o projeto buscou integrar a pesquisa bibliográfica sobre o tema à aplicação de uma intervenção prática junto à comunidade, com o objetivo promover a conscientização do público-alvo, fornecendo informações claras sobre os riscos associados ao consumo desses dispositivos e incentivando reflexões críticas que contribuam para escolhas mais saudáveis, alinhando educação e prevenção de forma efetiva.

A problemática trata de um fenômeno multifatorial influenciado por aspectos sociais, culturais e tecnológicos do uso de cigarros eletrônicos na adolescência possui diversos fatores e características que o influenciam. A causa de uma doença ou condição pode ser um evento, “uma característica ou conjunto de fatores, desempenhando papel fundamental na determinação da doença” (FABBRO, 2022).

Segundo Goedert (2022), a iniciação ao consumo está relacionada à influência de pares, à exposição constante às redes sociais e à facilidade de

acesso aos dispositivos, seja pela internet ou por relações interpessoais, também refletem uma busca por aceitação social, curiosidade e o modismo que impulsionam o consumo, agravado pela falta de informação sobre os riscos à saúde. O ambiente digital contribui para a normalização do uso, especialmente por meio da publicidade e da atuação de figuras influentes (ARAÚJO, 2010). O design moderno, os sabores atrativos e a percepção de que os cigarros eletrônicos são uma alternativa “mais limpa” aos convencionais tornam esses dispositivos socialmente mais aceitáveis entre os jovens (MENEZES, 2023).

Apesar das políticas públicas voltadas à redução do tabagismo convencional desde a década de 1950, a lacuna regulatória em relação aos cigarros eletrônicos impede a implementação de estratégias preventivas adequadas, contribuindo para o crescimento contínuo do consumo entre adolescentes (BARRADAS, 2021).

Na iniciativa apresentada neste artigo, todos esses fatores estiveram presentes em algum momento. Foi também observado que a maioria dos participantes têm ciência dos riscos que os dispositivos apresentam, mas em sua maioria, acabam por seguir com o uso devido fatores comportamentais, sociais e simbólicos.

A ONU (Organização das Nações Unidas) e os países participantes têm trabalhado para atingir os Objetivos de Desenvolvimento Sustentável (ODS), até a agenda de 2030. Contendo hoje 17 objetivos propostos e inter relacionados.

Pode-se relacionar com o problema de pesquisa proposto, o terceiro objetivo, que diz respeito à “Saúde e Bem Estar”, pois o uso de cigarros eletrônicos por jovens e adolescentes impacta na saúde física e bem estar dos mesmos, principalmente do sistema respiratório. Também ligado a isto, está o quarto objetivo proposto, “Educação de Qualidade”, visto que o estudo diz respeito também a pessoas menores de idade, e que, consequentemente, estariam em idade escolar, onde a educação e acesso à informação podem auxiliar na prevenção do uso.

A partir do problema levantado, e a pesquisa bibliográfica realizada, cria-se a hipótese de que fatores como: influência social, facilidade de acesso, falta

de informação, curiosidade e atratividade tem forte peso para que os adolescentes optem pelo uso dos famosos “pods”

MATERIAL E MÉTODO

O presente trabalho constitui-se em um relato de experiência, desenvolvido a partir da articulação entre pesquisa bibliográfica sobre o uso de cigarros eletrônicos entre jovens e adolescentes e uma ação prática realizada por meio do Programa de Extensão Universitária (PROEX), na cidade de Curitiba.

A etapa de aplicação prática do projeto ocorreu em um final de semana em uma praça pública de Curitiba, tendo como público-alvo jovens e adolescentes com idades entre 14 e 25 anos. O projeto foi realizado nesse espaço pois entendeu-se que esse é o momento em que esse público comumente frequenta o ambiente, como momento de lazer. Com isso, as autoras buscaram realizar um bate papo com os indivíduos que se dispusessem a participar, a fim de levar informações acerca do uso dos DEFs (Dispositivos eletrônicos para fumar), e seus possíveis malefícios à saúde.

Nesse bate papo, foi questionado aos participantes, se sabiam os possíveis efeitos do uso dos cigarros eletrônicos, além de questionar o que os motivou a iniciar e manter o uso.

Além disso, também foram confeccionados panfletos informativos sobre tais dispositivos, para que a conversa ficasse mais visual e para que os participantes pudessem levar consigo e compartilhar com outras pessoas.

A atividade teve duração de 10 horas, sendo divididas em dois dias, com total de 5 horas em cada. Contou com a presença das autoras para realizar a aplicação do projeto. Antes de iniciar o bate papo, todos os participantes foram informados sobre os objetivos da atividade e convidados a consentir com sua participação. Nos casos em que o consentimento não foi concedido, a conversa não foi iniciada, sendo critério de exclusão.

RESULTADOS E DISCUSSÃO

A ação realizada nos dias 04 e 05 de outubro de 2025 alcançou cerca de 99 pessoas. Cinco dessas pessoas não consentiram que a resposta do bate papo fosse utilizada em nosso trabalho acadêmico, sendo assim, as informações fornecidas foram desconsideradas. Ao chegarmos no lugar escolhido para a aplicação, percebemos uma grande concentração de pessoas que se enquadram como nosso público alvo, ao serem abordadas muitas demonstraram certa indiferença ao tema, explicaram que sabiam que o cigarro eletrônico era prejudicial, porém, que não enxergavam isso como vício, porque fumavam apenas ocasionalmente.

Foi percebido que o público mais novo, entre 14 e 17, não demonstrou tanto engajamento com a abordagem, apresentando um certo desinteresse, porém todos aceitaram receber nosso panfleto informativo, informando que “iriam dar uma olhada mais tarde” (fala dos mesmos). Os indivíduos entre 18 e 25 anos demonstraram uma receptividade maior, fazendo perguntas e tecendo comentários diversos.

Alguns informaram que não sabiam que os dispositivos eletrônicos para fumar eram prejudiciais, apresentando falas como: “Mas isso faz mal? Eu sempre achei que era uma alternativa melhor do que o cigarro”, “Eu não fumo, mas tenho muitos amigos que fazem uso, e todos me dizem que é algo tranquilo, que não faz mal nenhum, “Achei que era só fumaça”. Após nossa explicação sobre os efeitos a curto e longo prazo, este homem que abordamos agradeceu pela nossa intervenção e falou que ia levar a informação a seus amigos.

Dois jovens entrevistados estavam fazendo uso naquele exato momento. Perguntamos se podíamos falar um pouco com eles sobre os problemas atrelados ao uso dos dispositivos, eles aceitaram e apresentaram uma postura bem interessada durante nosso discurso. Assim que finalizamos, um deles comentou: “Eu não concordo, adoro vape, mas vou ler sim o material, obrigado!”. A fala do rapaz foi importante para nossa experiência pois demonstrou que ele já apresentava uma opinião contrária previamente, porém

manteve-se aberto para compreender um pouco mais sobre o assunto, contribuindo para o trabalho informativo que estávamos buscando realizar.

A maior parte dos participantes se mostrou aberta à discussão, muitos ainda possuíam dúvidas acerca da diferença do cigarro eletrônico para o convencional, e à medida que conversávamos com um grupo, outras pessoas se aproximavam voluntariamente para conversar e realizar uma espécie de entrevista informal.

A faixa etária mais expressiva possuía entre 18 à 25 anos, considerando, dessa forma, que o público alvo foi atingido de forma satisfatória.

Entre todos os participantes, a maior parte informou que já havia experimentado algum tipo de cigarro eletrônico anteriormente, sendo um número bem expressivo, ainda que uma parte deles apontou para a não continuidade no uso. Foi exposto ainda que as motivações para terem experimentado foram os mais diversos, como a curiosidade, aliada à oferta, o fácil acesso e também a pressão social, já que grande parte dos entrevistados responderam que estavam com amigos durante o uso.

Vale ressaltar a preocupação com o número expressivo de pessoas que afirmam já terem utilizado esse dispositivo na escola ou na faculdade, pois a presença crescente desses dispositivos em ambientes educacionais levanta sérias questões sobre seu impacto no comportamento dos alunos, no clima escolar, nos hábitos de saúde ao uso prolongado e aos impactos alarmantes do uso durante a fase de desenvolvimento.

No que toca às motivações para dar continuidade ao uso, o resultado é ainda mais preocupante, algumas pessoas se mostraram bem sinceras ao responder que o uso começa a atingir proporções para além da curiosidade e atração pelo sabor e passam a ter um viés psicológico e social voltados à questões de dependência, funcionando como “válvula de escape” para ansiedade, estresse, pressão, inadequação social, busca por prazer, sensação de bem estar ou por simples hábito.

As pessoas que responderam a essa questão, informaram dificuldade de parar o uso, utilizando para evitar sintomas de abstinência. Outra parcela diz

sentir que tem controle sobre o uso, possuindo a percepção de que o cigarro eletrônico é menos prejudicial que o cigarro convencional.

Participantes que se mostraram bastante engajados em ouvir as informações e contribuir com o bate papo falam: “Acredito que uma das coisas que faz as pessoas usarem mais o cigarro eletrônico é a falta de aviso sobre os efeitos prejudiciais” e “Acredito que precisamos de mais propagandas anti fumo, contendo pessoas, vítimas, usuários reais. Talvez possamos mudar o futuro de muitas pessoas”. Com estes comentários, é possível notar a importância da existência de medidas informativas acerca do uso de tais dispositivos eletrônicos, pois mesmo que a venda e propaganda sejam proibidas, o uso tem se popularizado entre o público jovem, e a ausência de medidas de conscientização contribui para a banalização e desinformação a respeito de seus efeitos nocivos à saúde (BRASIL, 2025).

Durante a aplicação do projeto, foi possível observar na prática algo amplamente teorizado ao longo do semestre e da pesquisa bibliográfica. A ausência de uma regulamentação clara e de um monitoramento efetivo em relação ao uso e à comercialização dos cigarros eletrônicos demonstra um desafio significativo para as políticas públicas de saúde. Essa lacuna normativa acaba dificultando a implementação de estratégias eficazes de prevenção e conscientização, permitindo que o consumo desses dispositivos siga em expansão, especialmente entre os jovens, sem as devidas limitações legais ou alertas adequados sobre seus potenciais riscos à saúde (BRASIL, 2025).

Além disso, percebe-se que a falta de campanhas educativas e informativas voltadas especificamente para o público adolescente contribui para a banalização do uso, muitas vezes associado à modernidade ou à ideia equivocada de ser uma alternativa mais segura ao cigarro tradicional. Dessa forma, a observação prática reforça a importância de medidas mais rigorosas de fiscalização e de ações educativas que promovam uma reflexão crítica sobre os impactos do uso desses dispositivos no bem-estar físico e psicológico da população (BARRADAS, 2021).

Fica claro, durante as conversas, que a maioria das pessoas possuem ciência de que os cigarros eletrônicos causam mal à saúde, mas se tornam, de

certa forma, dependentes dessa prática. Isso ocorre, porque o ato de fumar está associado não apenas às substâncias psicoativas presentes nos dispositivos, mas também a aspectos comportamentais e simbólicos relacionados ao vício. Desse modo deve-se considerar que o vício se apresenta não apenas de modo orgânico, mas também afetivo, social e psíquico (BARRADAS, 2021).

CONSIDERAÇÕES FINAIS

A partir da revisão de literatura e das respostas discutidas, foi possível alcançar o objetivo de conscientização do público alvo, e discutir acerca dos fatores que contribuíram para o aumento do consumo desses dispositivos segundo os próprios usuários. Com isso, foi possível refletir sobre os diversos riscos associados ao uso desses dispositivos, como problemas respiratórios, dependência à nicotina, e os impactos físicos e psicológicos ainda pouco estudados a longo prazo.

O que mais se destacou ao longo da aplicação prática, foi a percepção equivocada dos jovens participantes, de que os cigarros eletrônicos são uma boa alternativa ao convencional, além do uso crescente em ambientes escolares e de trabalho, e ainda os sintomas já aparentes de dependência.

É importante reconhecermos algumas limitações deste estudo, como à escassez de pesquisas de longo prazo sobre os efeitos do uso contínuo desses dispositivos, dado que se trata de um fenômeno relativamente recente, a rápida evolução do mercado e a diversidade de produtos que dificultam a padronização de dados e conclusões mais amplas em saúde, e ainda a popularização de algo considerado modismo na população jovem, dificultando as formas de conscientização efetivas que sobressaíam às pressões sociais.

Com isso, torna-se essencial o aprofundamento de pesquisas que unam a revisão da literatura à realização de estudos empíricos, a fim de compreender de maneira mais ampla os impactos do uso de cigarros eletrônicos na saúde mental e física ao longo do tempo. Investigações e intervenções dessa natureza podem contribuir para identificar não apenas os efeitos imediatos, mas também as consequências cumulativas do uso contínuo desses dispositivos.

Além disso, seria de grande relevância a realização de estudos voltados à análise da eficácia de campanhas educativas, programas de conscientização e políticas públicas que visem à prevenção e à redução do consumo entre os jovens. A partir desses resultados, seria possível propor intervenções mais assertivas, com base em evidências científicas, que promovam a educação em saúde, desestimulem o uso de produtos derivados do tabaco e fortaleçam o papel das instituições escolares, familiares e governamentais na formação de hábitos saudáveis e na mitigação dos riscos associadas ao uso do cigarro eletrônico.

REFERÊNCIAS

- AGÊNCIA NACIONAL DE VIGILÂNCIA SANITÁRIA (Anvisa). Cigarro eletrônico. Brasília, 2016 (atualizado a cada processo regulatório). Disponível em: BRASIL.
- Agência Nacional de Vigilância Sanitária – Anvisa. Cigarro eletrônico – dispositivos eletrônicos para fumar (DEFs). Disponível em: <https://www.gov.br/anvisa/pt-br/assuntos/tabaco/cigarro-eletronico>. Acesso em: 24 out. 2025.
- ARAÚJO, Alberto José de. Tabagismo na adolescência: por que os jovens ainda fumam?. *Jornal Brasileiro de Pneumologia*, v. 36, p. 671-673, 2010.
- BARRADAS, Ariel da Silva Machado et al. Os riscos do uso do cigarro eletrônico entre os jovens. *Global Clinical Research Journal*, v. 1, n. 1, p. e8-e8, 2021.
- BARUFALDI, Laura Augusta et al. Risco de iniciação ao tabagismo com o uso de cigarros eletrônicos: revisão sistemática e meta-análise. *Ciência & Saúde Coletiva*, v. 26, n. 12, p. 6089-6103, 2021.
- BRASIL. Câmara dos Deputados. Comissão aprova projeto que torna lei a proibição a cigarros eletrônicos no Brasil. Brasília, DF, 20 jan. 2025. Disponível em: <https://www.camara.leg.br/noticias/1127233-comissao-aprova-projeto-que-torna-lei-a-proibicao-a-cigarros-eletronicos-no-brasil/>. Acesso em: 15 jun. 2025.
- DA SILVA, João Paulo Lopes et al. Influência dos determinantes sociais do tabagismo na adolescência. *Revista Saúde & Ciência*, v. 2, n. 1, p. 67-74, 2011.
- FUNDAÇÃO OSWALDO CRUZ (Brasil). Comunidade de Práticas - Controle do Tabaco. Rio de Janeiro. FIOCRUZ, 2017.
- FABBRO, Amaury Lelis Dal. Causalidade em Epidemiologia. In: FRANCO, Laércio Joel; PASSOS, Afonso Dinis Costa. *Fundamentos de epidemiologia*. São Paulo: Manoele, 2022, pg 232 - 240.

GOEDERT, Gabriel Ribeiro et al. Cigarro Eletrônico Entre os Jovens: Consumo, Influência Midiática e Políticas Públicas. *InterAção Práticas Extensionistas*, 2022. Disponível em: <https://capela.unisagrado.edu.br/index.php/interacao/article/view/326>. Acesso em: 21 mar. 2025.

MENEZES, Ana Maria Baptista et al. Uso de cigarro eletrônico e narguilé no Brasil: um cenário novo e emergente. O estudo Covitel, 2022. *Jornal Brasileiro de Pneumologia*, v. 49, p. e20220290, 2023.

RODRIGUES, Gustavo Fernandes et al. Fatores de dependência dos cigarros eletrônicos. *Brazilian Journal of Health Review*, v. 7, n. 5, p. e73924-e73924, 2024.

ROCHA, Anne Karoline Pinto. Representações sociais acerca do uso do cigarro convencional e do cigarro eletrônico: uma análise comparativa. Repositório Institucional da UFPB, 2022. Disponível em: <https://repositorio.ufpb.br/jspui/handle/123456789/28166>. Acesso em: 21 mar. 2025.