

Open in app ↗

 Medium

Sem fumaça, e prejudicial como o cigarro

Por trás do design 'tech' e dos sabores adocicados, os cigarros eletrônicos ofertam nicotina em doses altas no cérebro em desenvolvimento dos adolescentes

6 min read · Nov 12, 2025



Luana de Almeida Angelo



Share



More

A cena se repete em frente a escolas, em baladas e até em ambientes de estudos: jovens inalando com desenvoltura a fumaça perfumada que sai de um discreto “pen drivezinho”. O cigarro eletrônico, ou vape, conquistou a juventude com uma promessa de modernidade e inofensividade que desmorona diante das evidências científicas. O vapor não é inócuo. Esses dispositivos estão se tornando o vetor de uma crise de saúde pública, introduzindo o vício em nicotina de forma precoce e expondo os usuários a uma complexa mistura de toxinas e a danos à saúde, conforme alertam os especialistas em toxicologia, pneumologia e psiquiatria ouvidos.

A indústria, a mesma do cigarro convencional, mirou um novo alvo, e ele está respondendo em massa. Uma pesquisa da Universidade Federal de São Paulo (Unifesp) divulgada em junho de 2025 apontou que 1 em cada 9 adolescentes brasileiros usa cigarro eletrônico. O estudo ouviu cerca de 16 mil pessoas de 14 anos ou mais, de todas as regiões do país. A quantidade de usuários jovens que usam cigarro eletrônico é cinco vezes o total daqueles que fumam o cigarro tradicional. A pesquisa utilizou dados de 2022 a 2024 do Terceiro Levantamento Nacional de Álcool e Drogas (Lenad 3). É a primeira vez que cigarros eletrônicos entram no levantamento. O fascínio do vape está em sua embalagem colorida e seus sabores atrativos, que vão de menta a “creme brûlée”. Essa estratégia, que retoma táticas da indústria do tabaco no século passado, tem se mostrado eficaz para atingir um público que nunca usou o cigarro tradicional.

O risco central e imediato do vape é a dependência química instalada pela nicotina, uma substância psicoativa extraída da planta do tabaco (*Nicotiana tabacum*). O psiquiatra Ricardo Zimmer, que possui experiência no tratamento de dependências químicas, explica que a nicotina atua no cérebro ativando a via mesolímbica, o centro neural do prazer e da satisfação. Essa ativação contínua hipersensibiliza a via, reforçando o comportamento de uso e tornando o vape mais viciante do que a versão tradicional, dada a maior concentração da nicotina na maioria dos líquidos. A experiência descrita é confirmada pelo usuário *Fred, de 23 anos, que relatou que o seu uso era motivado pela “sensação que a nicotina trazia” e pela socialização em festas.

Para a saúde mental, o impacto é profundo. Zimmer observa que o uso da nicotina é, frequentemente, a “ponta do iceberg” de um quadro psicológico enfraquecido, como transtornos de humor não tratados ou diagnosticados incorretamente. O uso do vape pode ser uma tentativa de lidar com a ansiedade, mas o ciclo é perigoso: o cigarro acalma porque trata a abstinência da nicotina que ele mesmo causou, mantendo a ansiedade em um nível mais alto, se comparado com não fumantes.

Psiquiatra explica a relação do uso de cigarro e a saúde mental



O início do uso na adolescência é especialmente crítico, pois o lobo frontal, responsável pelo controle de impulsos e planejamento de ações, só atinge a maturidade completa por volta dos 26 a 28 anos. Inserir uma substância altamente viciante nessa fase pode resultar em menos habilidades cognitivas, pior controle de impulsos e uma piora do nível de funcionamento em diversas áreas da vida, explica

o psiquiatra. Além disso, o uso de álcool e nicotina tem um sinergismo, em que uma substância induz ao consumo da outra, padrão confirmado pelos usuários que preferiram não se identificar.

A toxicidade da composição do vape também agrava os riscos à saúde física. A pneumologista Manuela Truiti, que atende diariamente pacientes tabagistas, aponta que a percepção do vape como um problema de saúde se tornou evidente com o aumento de pacientes jovens com queixas respiratórias ou problemas pulmonares graves em sua prática clínica.

O que antes era preocupação teórica hoje se traduz em diagnósticos de doenças respiratórias agudas (desde infecções, inflamações como asma, bronquites, e pneumonias lipoídicas), além de danos cardiovasculares, como infarto agudo do miocárdio, trombozes e acidente vascular cerebral. Manuela destaca que “o aquecimento do líquido a quase 200 graus gera a formação de mais de 2.000 substâncias tóxicas, muitas delas desconhecidas para a ciência, que podem produzir efeitos ainda incertos”. A enfermeira e especialista em saúde pública que atua na ACT Promoção de Saúde, Mariana Pinho, detalha os malefícios desses componentes:

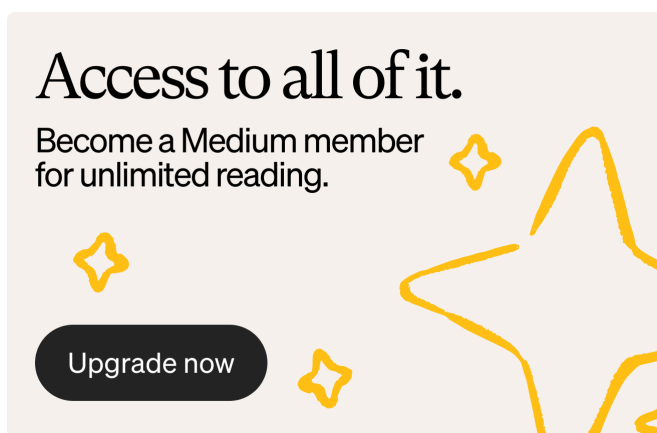
Mariana aponta substâncias presentes nos vapes



Além dos riscos já mencionados, Mariana destaca o surgimento da EVALI (*E-cigarette, or Vaping, Product Use-Associated Lung Injury*), uma condição pulmonar grave e potencialmente fatal associada ao uso de cigarros eletrônicos. A doença, que

se manifesta com sintomas como tosse, falta de ar, dor no peito, náuseas, vômitos, diarreia, fadiga, febre e perda de peso, é uma das manifestações mais alarmantes dos danos que os vapes podem causar. A EVALI foi inicialmente identificada nos Estados Unidos e, desde então, tem sido observada globalmente, reforçando a necessidade de conscientização sobre os perigos inerentes a esses dispositivos e uma atuação firme no combate a venda.

Apesar de ser proibido, a falta de fiscalização eficiente faz com que o produto circule livremente. Essa circulação é agravada pela percepção de que o vape “não tem cheiro”. Manuela destaca que o uso em ambientes fechados (como baladas, bares ou até espaços universitários), é proibido por lei e expõe terceiros ao tabagismo passivo e até terciário. O vapor lançado é um aerossol, uma partícula fina que fica suspensa no ar por mais tempo, e as substâncias tóxicas podem se depositar em superfícies. Pessoas que moram com usuários de vape têm maior incidência de sintomas respiratórios e doenças crônicas como asma, de acordo com a médica. Estudos mostram que em bebês que engatinham, já foram encontrados resquícios de substâncias, como a cotinina (metabólito da nicotina), em amostras de urina, devido ao tabagismo terciário.



A dentista especialista em patologia bucal Grasieli Ramos complementa que, do ponto de vista da odontologia, há relatos de usuários de vapes com alteração de cor de restaurações, feridas com difícil cicatrização e aumento de infecções fúngicas e virais, muitas vezes devido ao hábito de compartilhar o bocal do cigarro eletrônico. Ela se preocupa com a incidência de câncer de boca, que tem como principal fator de risco o tabagismo.

[Luana de Almeida](#)

Dentista trata da relação do cigarro e cânc...



Compartilhar

[Privacy policy](#)

5

Neste sentido, a universidade pública tem um papel importantíssimo em produzir pesquisas de alto nível de evidência científica e em desmascarar o viés comercial presente em alguns estudos financiados pela indústria do tabaco. Grasieli, que também é professora universitária na Unoesc, destaca que a prevenção é o melhor remédio, e a informação de qualidade é fundamental. Para ela, a academia precisa encontrar formas mais eficazes de levar essa informação à população, sugerindo campanhas mais focadas e utilizando mídias digitais. Em 2024, a professora ministrou uma [webpalestra para o Saúde Digital UFSC](#) abordando a temática dos cigarros eletrônicos e suas implicações na saúde.

[Luana de Almeida](#)

Professora comenta como as universidade...



Compartilhar

[Privacy policy](#)

3

Para preencher essa lacuna, a universidade pública revela-se como protagonista. Um exemplo disso é a pesquisa de mestrado do Laboratório de Pesquisas Toxicológicas da UFSC, desenvolvida por Bruna Espíndola sob coordenação da professora Camila Marchioni, que inovou ao criar um método de “química mais verde” utilizando a fibra de coco para capturar o vapor diretamente dos cigarros eletrônicos. O objetivo é detectar e quantificar canabinoides (THC e CBD) e determinar o risco desses compostos combinados à saúde. Os resultados das análises de laboratório são alarmantes: em parceria com a Polícia Científica de Santa Catarina, foi identificada a presença de anfetamina (ou metanfetamina) em amostras apreendidas. A professora detalha os achados:



Luana de Almeida

Professora expõe os impactos na saúde do...

SOUNDCLOUD

Compartilhar

Privacy policy

5



As pesquisadoras da UFSC Camila e Bruna buscam entender o que é inalado por usuários de cigarros eletrônicos. Fotos: Luana de Almeida

Aos usuários, o psiquiatra Ricardo Zimmer deixa uma reflexão sobre a indústria:

“Bom negócio é quando o trouxa encontra o esperto. Eles estão sendo trouxas de acreditar que alguém inventou uma coisa boa para ser vendida”.

Fred é um nome fictício. O rapaz preferiu não se identificar

Siga para a próxima reportagem: [“Promessa tóxica: câncer por cigarro eletrônico”](#)



Edit profile

Written by Luana de Almeida Angelo

0 followers · 0 following