
Cigarros eletrônicos: a novidade que virou um perigo

Electronic cigarettes: the novelty that became a danger

Cigarrillos electrónicos: la novedad que se convirtió en un peligro

- 1 Francielle Carvalho  [ORCID](#) - [Lattes](#)
- 2 Natália Marcondes Ribas - [ORCID](#) - [Lattes](#)
- 3 Debora Zolet Boneta - [ORCID](#) - [Lattes](#)
- 4 Henrique da Silva Curto Mendonça - [ORCID](#) - [Lattes](#)
- 5 Isabella Patrícia Lando Dacroce - [ORCID](#) - [Lattes](#)
-

Filiação dos autores: 1-4 [Especializandos, Hospital Heidelberg, Curitiba, PR, Brasil]; 5 [Residente, Hospital Heidelberg, Curitiba, PR, Brasil]

Editor Chefe responsável pelo artigo: Leonardo Baldaçara

Contribuição dos autores segundo a [Taxonomia CRediT](#): Carvalho F, Ribas NM, Boneta DZ, Mendonça HSC, Dacroce IPL [1,12,13,14]

Conflito de interesses: declaram não haver

Fonte de financiamento: declaram não haver

Parecer CEP: não se aplica

Inteligência artificial: Durante a preparação deste trabalho, os autores usaram chatGPT para tradução dos resumos e palavras-chave em inglês e espanhol. Depois de usarem esta ferramenta/serviço, o(s) autor(es) revisaram e editaram o conteúdo conforme necessário e assumiram total responsabilidade pelo conteúdo da publicação.

Recebido em: 17/03/2025

Aprovado em: 19/03/2025

Publicado em: 25/03/2025

Como citar: Carvalho F, Ribas NM, Boneta DZ, Mendonça HSC, Dacroce IPL. Cigarros eletrônicos: a novidade que virou um perigo. Debates em Psiquiatria, Rio de Janeiro. 2025;15:1-5. <https://doi.org/10.25118/2763-9037.2025.v15.1444>

Resumo

Os dispositivos eletrônicos para fumar (DEF), como cigarro eletrônico, *vaper* e *pod*, têm se popularizado, especialmente entre adolescentes, devido ao seu formato compacto, variedade de essências e ausência de odor desagradável. Apesar de proibidos no Brasil, seu uso têm aumentado devido à facilidade de compra e à percepção de menor risco à saúde. No entanto, pesquisas mostram que esses dispositivos causam sérios problemas de saúde e distúrbios psiquiátricos, como ansiedade e depressão. A nicotina presente nos DEF é uma substância psicoativa que gera sensação de prazer e controle, o que aumenta o risco de dependência. Adolescentes e jovens adultos apresentam as maiores taxas de experimentação. A dependência de cigarro eletrônico é um problema de saúde pública frequentemente não diagnosticado. É importante estar atento aos sinais como o consumo excessivo ou sintomas de abstinência, e procurar ajuda médica para tratar o transtorno.

Palavras-chaves: cigarro eletrônico, dependência, *pod*, sistemas eletrônicos de liberação de nicotina, *e-pipe*, *e-cigar*, *vaper*

Abstract

Electronic smoking devices (ESDs), such as e-cigarettes, vapes, and pods, have become popular, especially among teenagers, due to their compact design, variety of flavors, and lack of unpleasant odor. Although they are prohibited in Brazil, their use has increased due to the ease of purchase and the perception of lower health risks. However, research shows that these devices cause serious health problems and psychiatric disorders, such as anxiety and depression. The nicotine found in ESDs is a psychoactive substance that generates feelings of pleasure and control, increasing the risk of addiction. Teenagers and young adults have the highest rates of experimentation. E-cigarette addiction is a public health issue that is often undiagnosed. It is important to be alert to signs such as excessive consumption or withdrawal symptoms and seek medical help to treat the disorder.

Keywords: electronic cigarettes, dependence, pod, electronic nicotine delivery systems, *e-pipe*, *e-cigar*, *vaper*

Resumen

Los dispositivos electrónicos para fumar (DEF), como los cigarrillos electrónicos, vapores y pods, se han popularizado, especialmente entre los

adolescentes, debido a su diseño compacto, la variedad de sabores y la ausencia de olor desagradable. A pesar de estar prohibidos en Brasil, su uso ha aumentado debido a la facilidad de compra y la percepción de menor riesgo para la salud. Sin embargo, las investigaciones muestran que estos dispositivos causan problemas graves de salud y trastornos psiquiátricos, como ansiedad y depresión. La nicotina presente en los DEF es una sustancia psicoactiva que genera sensación de placer y control, lo que aumenta el riesgo de dependencia. Los adolescentes y jóvenes adultos presentan las tasas más altas de experimentación. La dependencia del cigarro electrónico es un problema de salud pública que a menudo no se diagnostica. Es importante estar atento a señales como el consumo excesivo o síntomas de abstinencia y buscar ayuda médica para tratar el trastorno.

Palabras clave: cigarrillos eletrônicos, dependencia, pod, sistemas eletrônicos de liberación de nicotina, *e-pipe*, *e-cigar*, *vaper*

Prezados editores e leitores do periódico **Debates em Psiquiatria**

Cigarro eletrônico, *vaper*, *pod*, *e-pipe* e *e-cigar* são alguns dos nomes populares para os dispositivos eletrônicos para fumar (DEF), que estão cada vez mais sendo usados pela população, principalmente entre adolescentes [1].

Dispositivos com cores vibrantes, formato prático e compacto, variedades de essências, principalmente sabores adocicados, ajudaram a popularizar os DEF. São práticos, não geram bitucas, não possuem odor desagradável e são mais bem aceitos pela sociedade [2].

Apesar de seu uso proibido no Brasil, o abuso e dependência são muito frequentes, devido a facilidade de compra e uso, além da minimização dos riscos pelos usuários. Surgiram como uma alternativa ao cigarro comum com a premissa de que apresentariam menor risco à saúde dos tabagistas, mas pesquisas demonstram os efeitos devastadores: maior risco de acidente vascular cerebral, câncer de pulmão, infarto agudo do miocárdio, aumento de doenças gastrointestinais, potencialização da ansiedade, depressão e síndrome do pânico [3].

A nicotina encontrada nesses dispositivos é classificada como uma substância psicoativa, ou seja, um estimulante do sistema nervoso central.

O efeito é rápido, aproximadamente 15 segundos após a tragada, cerca de 25% da nicotina atinge o sistema de recompensa, produzindo sensação de prazer, maior controle sobre o estímulo e as emoções negativas, com diminuição da ansiedade e do apetite. Quanto mais rápido for o pico de ação de uma substância psicoativa, maior será o risco de dependência e mais difícil o seu tratamento [2].

Embora os indicadores de tabaco fumado estejam estáveis nos últimos anos, destacam-se as elevadas prevalências de experimentação de cigarro eletrônico nos adolescentes (16,8%), que chamam a atenção para a necessidade de novas medidas regulatórias. Os adultos jovens (18-24 anos) têm as maiores prevalências de experimentação de cigarro eletrônico (19,7%). O consumo é mais comum naqueles com alto nível de escolaridade [4].

A dependência em cigarro eletrônico é atualmente um problema de saúde pública, muitas vezes subdiagnosticada. Importante ficar atento aos sinais do transtorno por uso de tabaco. Se você ou algum conhecido apresentar sintomas como consumir grandes quantidades de tabaco por um tempo maior que o pretendido, necessidade de usar doses cada vez maiores de nicotina para obter o efeito desejado ou tiver sintomas de abstinência após cessar o uso, a orientação é procurar um médico psiquiatra para poder tratar adequadamente o transtorno e buscar uma vida livre da dependência da nicotina [5].

Referências

- ↑ 1. Agência Nacional de Vigilância Sanitária. Cigarro eletrônico - dispositivos eletrônicos para fumar (DEFs). Brasília: Agência Nacional de Vigilância Sanitária; [citado em 23 de fevereiro de 2025]. <https://www.gov.br/anvisa/pt-br/assuntos/tabaco/cigarro-eletronico>
- ↑ 2. Di Spagna J. Cigarro eletrônico: como surgiu e quais são os riscos à saúde. São Paulo: Guia do Estudante; 2022. <https://guiadoestudante.abril.com.br/atualidades/cigarro-eletronico-como-surgiram-e-quais-sao-os-riscos-a-saude>

- 3. Carvalho AM. Cigarros eletrônicos: o que sabemos? Estudo sobre a composição do vapor e danos à saúde, o papel na redução de danos e no tratamento da dependência de nicotina. Rev. Bras. Cancerol. 2018;64(4):587-9. <https://doi.org/10.32635/2176-9745.RBC.2018v64n4.210>
- 4. Malta DC, Gomes CS, Alves FTA, Oliveira PPV, Freitas PC, Andreazzi M. O uso de cigarro, narguilé, cigarro eletrônico e outros indicadores do tabaco entre escolares brasileiros: dados da Pesquisa Nacional de Saúde do Escolar 2019. Rev Bras Epidemiol. 2022;25:e220014. <https://doi.org/10.1590/1980-549720220014.2>
- 5. American Psychiatric Association. Diagnostic and statistical manual of mental disorders: DSM-5. 5th rev. ed. Washington: American Psychiatric Association; 2022. <https://doi.org/10.1176/appi.books.9780890425787>