

OS DESAFIOS FRENTE AO TABAGISMO DIANTE DA CRESCENTE DISSEMINAÇÃO E NORMALIZAÇÃO DO USO DE CIGARROS ELETRÔNICOS

Eixo IV – Cigarros eletrônicos e dispositivos eletrônicos para fumar

Isadora Barth¹, Claudiane Santos², Débora Eliana Teichmann³, Ariella Luisa Coavilla⁴.

¹ Discente do Curso de Enfermagem da Unidade Central de Educação FAI Faculdades- UCEFF/Itapiranga, SC, Brasil.

² Discente do Curso de Psicologia da Unidade Central de Educação FAI Faculdades- UCEFF/ Itapiranga, SC, Brasil.

³ Docente do Curso de Enfermagem da Unidade Central de Educação FAI Faculdades- UCEFF/ Itapiranga, SC, Brasil.

⁴ Docente do Curso de Psicologia da Unidade Central de Educação FAI Faculdades- UCEFF/Itapiranga, SC, Brasil.

RESUMO

Introdução:

O uso de cigarros eletrônicos (CE), também denominados dispositivos eletrônicos para fumar (DEF), constitui um importante desafio contemporâneo para a saúde pública, especialmente diante de sua disseminação entre adolescentes e jovens adultos. Características como variedade de sabores, formatos discretos, facilidade de uso e diferentes concentrações de nicotina contribuem para sua atratividade e para a percepção reduzida dos riscos. A literatura aponta que o consumo nessa população envolve fatores individuais, sociais e ambientais, exigindo estratégias de prevenção e cessação adaptadas ao contexto juvenil (RUSSELL; SHISHANI; HURST, 2025; DICASMIRRO et al., 2025).

Apesar da percepção de menor nocividade em relação ao cigarro convencional, os CE não são isentos de riscos e podem favorecer a dependência de nicotina. Além dos efeitos físicos, uma

revisão sistemática identificou associações entre vaping e diferentes indicadores de saúde mental em adolescentes e jovens adultos, incluindo sintomas internalizantes, estresse percebido e outros problemas psicológicos, embora as evidências disponíveis não permitam estabelecer causalidade de forma isolada (BECKER et al., 2021).

No Brasil, os dispositivos eletrônicos para fumar permanecem proibidos. A Resolução RDC nº 855/2024 mantém a proibição de fabricação, importação, comercialização, distribuição, armazenamento, transporte e propaganda desses dispositivos. Dados oficiais também mostram que a prevalência de uso atual entre adultos permaneceu relativamente estável entre 2019 e 2023, reforçando a necessidade de articular regulação, vigilância, prevenção e cuidado (BRASIL, 2024; INCA, 2026).

Nesse cenário, o enfrentamento do tabagismo eletrônico demanda perspectiva interdisciplinar. A Enfermagem apresenta potencial para identificação do consumo, educação em saúde, prevenção e encaminhamento para cessação, enquanto a Psicologia pode contribuir para a compreensão e intervenção sobre aspectos cognitivos, emocionais e comportamentais envolvidos na manutenção da dependência (RUSSELL; SHISHANI; HURST, 2025; BECK, 2013).

Objetivo:

Analisar os impactos biopsicossociais relacionados ao uso de cigarros eletrônicos e discutir as contribuições da Enfermagem para a prevenção e promoção da saúde e da Psicologia, especialmente da Terapia Cognitivo-Comportamental (TCC), para a compreensão e o tratamento da dependência de nicotina.

Método:

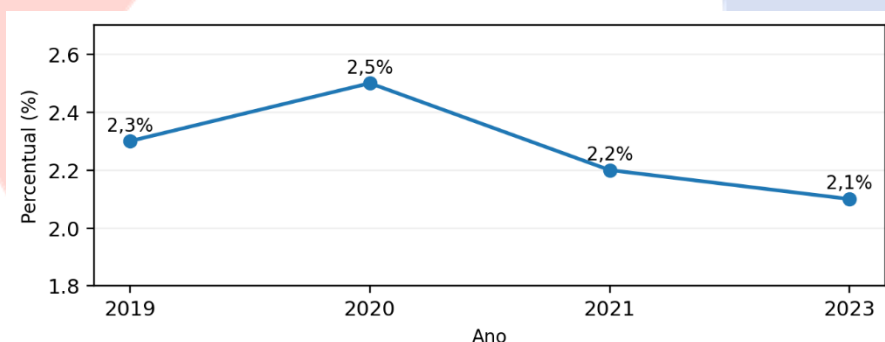
Trata-se de uma revisão narrativa da literatura, de abordagem qualitativa, realizada a partir de publicações científicas entre 2021 e 2026, consultadas nas bases PubMed/MEDLINE, SciELO, LILACS e Biblioteca Virtual em Saúde (BVS). Foram utilizados descritores relacionados a cigarro eletrônico, vaping, nicotina, dependência, saúde mental, terapia cognitivo-comportamental, cessação e prevenção. Foram priorizados artigos revisados por pares relacionados aos aspectos clínicos, psicológicos e comportamentais do uso de CE e às estratégias de prevenção e cessação, complementados por documentos oficiais brasileiros pertinentes ao tema.

Resultados e Discussão:

A literatura evidencia que o uso de cigarros eletrônicos constitui um fenômeno multifatorial, envolvendo aspectos biológicos, psicológicos, sociais e comportamentais. Entre adolescentes e jovens adultos, a prevenção precisa considerar não apenas informações sobre riscos, mas também atitudes, crenças, contextos escolares e formas de comunicação em saúde. Revisões recentes identificam intervenções escolares, campanhas de educação e comunicação de risco e políticas públicas como estratégias relevantes para prevenção do vaping (DICASMIRRO et al., 2025; RUSSELL; SHISHANI; HURST, 2025).

No Brasil, dados do Vigitel demonstram que a prevalência de adultos que referiram uso diário ou ocasional de cigarros eletrônicos permaneceu relativamente estável entre 2019 e 2023, passando de 2,3% em 2019 para 2,1% em 2023, sem variação estatisticamente significativa no período. Embora esses resultados não indiquem crescimento da prevalência na população adulta geral, evidenciam a permanência do consumo; entre adultos de 18 a 24 anos, as prevalências foram mais elevadas, passando de 7,4% em 2019 para 6,1% em 2023 (INCA, 2026).

Gráfico 1 – Percentual de adultos (≥ 18 anos) que usam cigarro eletrônico diariamente ou ocasionalmente, no conjunto das capitais brasileiras e Distrito Federal. Vigitel, 2019–2023.



Fonte: Brasil. Vigitel/2019–2023. Adaptado de INCA (2026).

Além dos potenciais prejuízos físicos associados à exposição à nicotina e a outras substâncias presentes nos dispositivos, estudos apontam relações entre o uso de cigarros eletrônicos e indicadores de saúde mental. Becker et al. (2021), em revisão sistemática de 40 estudos, identificaram associações com transtornos e sintomas internalizantes, comportamentos externalizantes e conceitos transdiagnósticos, como impulsividade e estresse percebido. Os autores ressaltam, contudo, limitações metodológicas que impedem inferir causalidade direta (BECKER et al., 2021).

Sob a perspectiva da Enfermagem, esses achados reforçam a importância da identificação precoce do consumo e do desenvolvimento de ações de educação, prevenção e promoção da

saúde. Uma revisão de escopo sobre a atuação de enfermeiros escolares identificou oportunidades tanto em educação preventiva universal quanto em programas direcionados à cessação, destacando o papel de liderança da Enfermagem em diferentes domínios da prática (RUSSELL; SHISHANI; HURST, 2025).

As estratégias preventivas também precisam ultrapassar a simples transmissão de informações. DiCasmirro et al. (2025), em revisão de escopo com 38 estudos, identificaram três grupos principais de intervenções: ações escolares, campanhas de educação/comunicação de risco e políticas públicas. Entre os conteúdos mais frequentes estavam riscos e danos do vaping, conhecimentos, atitudes e crenças, reforçando a importância de intervenções estruturadas e adequadas às características dos adolescentes (DICASMIRRO et al., 2025).

Na perspectiva da Psicologia, a Terapia Cognitivo-Comportamental permite compreender o consumo a partir da interação entre pensamentos, emoções e comportamentos. Segundo Beck (2013), pensamentos automáticos e crenças influenciam a interpretação das situações e as respostas emocionais e comportamentais. Aplicada à dependência de nicotina, essa perspectiva auxilia na compreensão de crenças que podem favorecer a manutenção do consumo, como a expectativa de alívio emocional, a percepção de menor risco ou a crença de controle sobre o uso (BECK, 2013).

A intervenção cognitivo-comportamental pode envolver psicoeducação, automonitoramento, identificação de gatilhos e situações de risco, reestruturação de pensamentos e crenças disfuncionais, desenvolvimento de estratégias de enfrentamento, manejo da fissura, resolução de problemas, fortalecimento da autoeficácia e prevenção de recaídas. Esses recursos permitem trabalhar não apenas a interrupção do comportamento, mas também os processos que favorecem sua manutenção e retorno (BECK, 2013).

Evidências contemporâneas demonstram ainda a possibilidade de adaptar componentes comportamentais à cessação do vaping. Graham et al. (2021), em ensaio clínico randomizado com 2.588 jovens adultos, avaliaram uma intervenção digital por mensagens de texto direcionada à cessação e observaram abstinência de 24,1% no grupo intervenção e 18,6% no grupo controle aos sete meses, indicando o potencial de estratégias comportamentais escaláveis e adaptadas aos meios digitais utilizados pela população jovem (GRAHAM et al., 2021).

Os achados reforçam, portanto, a necessidade de uma abordagem interdisciplinar. Enquanto a Enfermagem possui importante papel na identificação do consumo, educação, prevenção e promoção da saúde, a Psicologia pode contribuir para a compreensão e modificação dos

processos cognitivos, emocionais e comportamentais relacionados à dependência. A articulação entre diferentes áreas amplia as possibilidades de prevenção, cessação e cuidado diante da complexidade do vaping (RUSSELL; SHISHANI; HURST, 2025; GRAHAM et al., 2021).

Considerações finais:

Os cigarros eletrônicos configuram um desafio contemporâneo para a saúde pública que ultrapassa os efeitos fisiológicos da exposição à nicotina e envolve fatores psicológicos, comportamentais e sociais. A atratividade desses dispositivos, marcada pela diversidade de sabores, pela facilidade de acesso e pelo apelo tecnológico, contribui para a percepção equivocada de que se trata de uma alternativa menos nociva ao cigarro convencional. Essa percepção, amplamente disseminada entre adolescentes e jovens adultos, reforça a necessidade de estratégias educativas que desmistifiquem tais crenças e promovam uma compreensão crítica sobre os riscos associados ao consumo.

Os dados brasileiros não demonstram crescimento significativo do uso atual na população adulta entre 2019 e 2023, mas evidenciam sua permanência e prevalências mais elevadas entre adultos jovens, sustentando a necessidade de ações contínuas de prevenção, vigilância e educação em saúde (INCA, 2026). A estabilidade dos índices não deve ser interpretada como ausência de risco, mas sim como um alerta para a persistência de um comportamento que, mesmo em patamares relativamente baixos, pode gerar impactos relevantes em termos de morbidade, mortalidade e custos sociais. Além disso, a maior prevalência entre jovens adultos sugere que o fenômeno está fortemente associado a fatores geracionais e culturais, exigindo abordagens específicas para esse público.

A atuação interdisciplinar entre Enfermagem e Psicologia mostra-se relevante nesse cenário. A Enfermagem contribui para identificação precoce, prevenção, orientação e promoção da saúde, enquanto a Psicologia, por meio da TCC, dispõe de recursos para trabalhar pensamentos, crenças, gatilhos e comportamentos associados ao consumo, bem como estratégias de enfrentamento e prevenção de recaídas (RUSSELL; SHISHANI; HURST, 2025; BECK, 2013). Essa integração entre áreas permite uma abordagem mais completa, que considera tanto os aspectos clínicos e preventivos quanto os processos cognitivos e emocionais que sustentam a dependência.

Conclui-se que o enfrentamento do tabagismo eletrônico demanda ações educativas, terapêuticas e regulatórias integradas e sustentadas por evidências científicas. A combinação de estratégias preventivas, intervenções comportamentais e atuação interdisciplinar pode ampliar

as possibilidades de cuidado e contribuir para reduzir os impactos biopsicossociais associados ao consumo de cigarros eletrônicos (DICASMIRRO et al., 2025; GRAHAM et al., 2021). Nesse sentido, é fundamental reconhecer que a simples proibição legal, embora necessária, não é suficiente para conter o avanço do fenômeno. É preciso investir em políticas públicas que articulem regulação, fiscalização e educação, além de fomentar pesquisas que aprofundem a compreensão sobre os efeitos do vaping e sobre as melhores práticas de intervenção.

Além disso, é importante destacar que o enfrentamento do tabagismo eletrônico não deve se restringir ao âmbito individual, mas considerar também os determinantes sociais e ambientais que influenciam o comportamento. Fatores como pressão dos pares, marketing direcionado, disponibilidade de produtos e ausência de regulamentação efetiva em alguns contextos internacionais contribuem para a manutenção do consumo. Nesse cenário, a atuação interdisciplinar deve ser complementada por políticas públicas robustas, capazes de limitar a exposição dos jovens a estímulos favoráveis ao vaping e de promover ambientes saudáveis que desencorajam o uso.

Do ponto de vista da saúde mental, os achados que relacionam o uso de cigarros eletrônicos a sintomas internalizantes e externalizantes reforçam a necessidade de uma abordagem integrada que considere não apenas a dependência química, mas também os aspectos emocionais e psicológicos envolvidos. A TCC, ao trabalhar crenças disfuncionais e estratégias de enfrentamento, pode contribuir significativamente para reduzir o risco de recaídas e para promover maior autonomia dos indivíduos em relação ao consumo. A Enfermagem, por sua vez, pode atuar na identificação precoce de sinais de sofrimento psíquico e no encaminhamento para acompanhamento especializado, fortalecendo a rede de cuidado.

Dessa forma, o enfrentamento do tabagismo eletrônico exige uma visão ampliada que reconheça sua complexidade e que articule diferentes áreas do conhecimento e da prática profissional. A integração entre a Enfermagem e Psicologia, aliada a políticas públicas consistentes e a estratégias educativas inovadoras, constitui um caminho promissor para reduzir os impactos biopsicossociais do vaping e para promover uma cultura de saúde mais consciente e responsável. O desafio é grande, mas a combinação de esforços interdisciplinares, evidências científicas e compromisso social pode gerar avanços significativos na proteção da saúde das atuais e futuras gerações.

Descritores: Cigarros eletrônicos; Nicotina; Terapia Cognitivo- Comportamental; Saúde Mental.

Referências

BECK, J. S. *Terapia Cognitivo-Comportamental: teoria e prática*. 2. ed. Porto Alegre: Artmed, 2013.

BECKER, T. D.; ARNOLD, M. K.; RO, V.; MARTIN, L.; RICE, T. R. Systematic review of electronic cigarette use (vaping) and mental health comorbidity among adolescents and young adults. *Nicotine & Tobacco Research*, v. 23, n. 3, p. 415–425, 2021. DOI: 10.1093/ntr/ntaa171. Disponível em: <<https://pubmed.ncbi.nlm.nih.gov/32905589/>>. Acesso em: 22 de agosto de 2026.

BRASIL. Agência Nacional de Vigilância Sanitária. Resolução da Diretoria Colegiada – RDC nº 855, de 23 de abril de 2024. *Dispõe sobre os dispositivos eletrônicos para fumar*. Brasília, DF: Anvisa, 2024. Disponível em: <<https://www.gov.br/anvisa/en/rules-and-regulations/arquivos>>. Acesso em: 22 de agosto de 2026.

DICASMIRRO, J. et al. Public health interventions targeting the prevention of adolescent vaping: a scoping review. *Public Health Nursing*, v. 42, n. 1, p. 604–614, 2025. DOI: 10.1111/phn.13464. Disponível em: <<https://pubmed.ncbi.nlm.nih.gov/39449246/>>. Acesso em: 22 de agosto de 2026.

GRAHAM, A. L.; AMATO, M. S.; CHA, S.; JACOBS, M. A.; BOTTCHEER, M. M.; PAPANDONATOS, G. D. Effectiveness of a vaping cessation text message program among young adult e-cigarette users: a randomized clinical trial. *JAMA Internal Medicine*, v. 181, n. 7, p. 923–930, 2021. DOI: 10.1001/jamainternmed.2021.1793. Disponível em: <<https://pubmed.ncbi.nlm.nih.gov/33999133/>>. Acesso em: 22 de agosto de 2026.

INSTITUTO NACIONAL DE CÂNCER (INCA). *Dispositivos Eletrônicos para Fumar (DEF): dados e números*. Rio de Janeiro: INCA, 2026. Atualizado em 3 jul. 2026. Disponível em: <<https://www.gov.br/inca/pt-br/assuntos/gestor-e-profissional-de-saude/observatorio-da-politica-nacional-de-controle-do-tabaco/dados-e-numeros-do-tabagismo/def-dados-e-numeros>>. Acesso em: 22 de agosto de 2026.

RUSSELL, A. J.; SHISHANI, K.; HURST, S. The role of the school nurse in e-cigarette prevention and cessation: a scoping review. *The Journal of School Nursing*, v. 41, n. 1, p. 121–129, 2025. DOI: 10.1177/10598405231225976. Disponível em: <<https://pubmed.ncbi.nlm.nih.gov/38233367/>>. Acesso em: 22 de agosto de 2026.