RUFANDO BOMB NEWS Notícias sem rodeios

Sábado, 21 de Novembro de 2026

Cigarro eletrônico: mocinho ou vilão?

SOLANGE DE MORAIS MONTANHA

Solange de Morais Montanha

Embora seja citado como um facilitador para quem deseja parar de fumar, tenha a fama de não fazer mal como o cigarro convencional, possua design moderno e aromas agradáveis, a realidade do cigarro eletrônico é bem diferente, ele vicia e é extremamente prejudicial à saúde. Tanto que os consultórios médicos estão lotados de usuários de “vape”.

Nos últimos anos, os Dispositivos Eletrônicos para Fumar (DEFs) ganharam muitos adeptos, especialmente entre os jovens, adolescentes e pré-adolescentes, muitos deles acreditam que a fumaça inalada é composta apenas por vapor de água.

Entretanto, nesses cartuchos há nicotina, que é o principal responsável pelo vício associado ao cigarro, e mais de 2.000 componentes químicos altamente tóxicos quando aquecidos e aspirados, conforme o artigo “O potencial tóxico de um cigarro eletrônico de quarta geração em linhas celulares de pulmão humano e explantes de tecidos”, divulgado pela J. Appl. Toxicol., em 2019.

Dentre as substâncias encontradas no e-cigarro estão THC, propilenoglicol, glicerina vegetal, álcool, aldeídos, acetonas, ácido acético, partículas ultrafinas, benzeno, lítio, estanho, alumínio, níquel, chumbo, entre outros elementos extremamente danosos à saúde.

Segundo pesquisas, os cigarros eletrônicos contêm nicotina derivada do tabaco, cuja concentração é muito superior à dos cigarros convencionais, o que significa que consumir um e-cigarro de 5ml com 5% de sal de nicotina, equivale a usar 250mg de nicotina, ou seja, fumar 250 cigarros convencionais.

Esses aparelhos mecânico-eletrônicos são alimentados por bateria e exalam um aerossol contendo elementos potencialmente nocivos que podem causar diversos tipos de câncer, a inflamação aguda no pulmão chamada EVALI (em português significa “injúria pulmonar aguda associada ao cigarro eletrônico ou vape”), asma, pneumonias, rinites, laringites, dermatites, doenças cardiovasculares, doenças neurológicas, entre outras.

E os malefícios em relação ao consumo do tabaco também podem se estender a parte reprodutiva no homem, que além de ter diversas doenças relacionadas, invalidez, ainda tem a diminuição do número e mobilidade dos espermatozoides, pode desenvolver impotência sexual e até se tornar infértil. Na mulher, a junção do tabagismo e o anticoncepcional oral aumenta o risco de Acidente Vascular Cerebral (AVC) e a chance de ter Infarto Agudo do Miocárdio (IAM).

Vale lembrar que quem respira essa fumaça, mesmo que passivamente, pode desenvolver os mesmos problemas de saúde que um fumante.

O crescente consumo do vape no Brasil é alarmante, apesar de ser proibida a comercialização, importação, propaganda, armazenamento, transporte e fabricação de cigarros eletrônicos, vedação que se aplica a acessórios, peças e refis. O ato proibitivo foi determinado pela Agência Nacional de Vigilância Sanitária (Anvisa), em 2009.

Porém, a preocupação em barrar o uso dos dispositivos para fumar é global. A Organização Mundial da Saúde (OMS) e a Organização das Nações Unidas (ONU) alertam que é necessário tomar medidas urgentes para proteger os menores de idade, os não fumantes e a população em geral dos efeitos lesivos dos cigarros eletrônicos na saúde.

Dados da Organização Pan-Americana de Saúde (Opas) mostram que o consumo de vape aumentou 600% nas Américas, nos últimos seis anos. Conforme a OMS, há 1,3 bilhão de tabagistas em todo o mundo.

O consumo de tabaco mata cerca de 8 milhões de pessoas ao ano, no planeta. Sendo que mais de 7 milhões são fumantes ativos e em torno de 1 milhão de fumantes passivos. Desse montante, 1 milhão de óbitos ocorrem nas Américas. No Brasil, o tabaco resulta no óbito de cerca de 162 mil fumantes por ano. A expectativa de vida dos fumantes é, pelo menos, 10 anos mais curta do que a dos não fumantes.

Ressaltando que o tabagismo é a primeira causa isolada, evitável, de mortes precoces em todo o mundo.

Em suma, o importante é ter a consciência de que o vício do cigarro convencional ou eletrônico traz sérias consequências à saúde. O ideal é não experimentar ou deixar de ser dependente de tabaco, fator que reduz o risco de doenças, estabiliza a capacidade pulmonar e melhora a qualidade de vida como um todo. Caso não consiga sozinho, o fumante deve buscar ajuda profissional.

Solange de Morais Montanha é *médica Pneumologista com doutorado em Saúde Pública, atende no Hospital São Mateus, em Cuiabá.*