

PERIGO DOS CIGARROS ELETRÔNICOS: RELATO DE EXPERIÊNCIA DE UMA AÇÃO EDUCATIVA REALIZADA EM UMA ESCOLA PROFISSIONALIZANTE DO INTERIOR DO CEARÁ

Cigarros Eletrônicos; Adolescentes; Educação em Saúde

Introdução

O uso de cigarros eletrônicos, popularmente conhecidos como “vapes”, tem aumentado entre adolescentes e jovens adultos, impulsionado pela ampla divulgação nas redes sociais, diversidade de sabores e falsa percepção de que são menos nocivos que os cigarros convencionais. Além dos riscos biológicos, fatores psicossociais, como a busca por aceitação entre os pares, influenciam a experimentação desses dispositivos. Evidências científicas demonstram que os cigarros eletrônicos contêm nicotina e outras substâncias tóxicas capazes de provocar dependência, alterações respiratórias, cardiovasculares e prejuízos ao desenvolvimento cerebral. Nesse contexto, ações de educação em saúde no ambiente escolar constituem importante estratégia de promoção da saúde e prevenção ao uso dessas substâncias. O objetivo deste trabalho é relatar a experiência de uma ação educativa sobre os riscos associados ao uso de cigarros eletrônicos, desenvolvida com estudantes de uma escola profissionalizante localizada em um município do interior do Ceará.

Métodos

Trata-se de um relato de experiência de uma atividade de educação em saúde realizada por dentistas residentes em uma escola profissionalizante do interior do Ceará. A ação, direcionada a estudantes do ensino médio, teve duração aproximada de uma hora. Inicialmente, realizou-se uma abordagem dialogada para identificar o conhecimento prévio dos participantes acerca dos cigarros eletrônicos. Em seguida, foram apresentados os principais riscos associados ao uso desses dispositivos, incluindo dependência por nicotina e prejuízos à saúde. Durante a discussão, observou-se que muitos adolescentes relacionam o uso dos vapes ao desejo de pertencimento aos grupos sociais. Diversos estudantes relataram que muitos jovens utilizam esses dispositivos por receio de serem excluídos ou considerados diferentes por não acompanharem a tendência do momento. A atividade também abordou mitos e verdades sobre os cigarros eletrônicos, promovendo esclarecimento de dúvidas com base em evidências científicas.

Resultados / Discussão

A experiência evidenciou que muitos estudantes possuíam informações superficiais sobre os cigarros eletrônicos, influenciadas principalmente pelas mídias digitais e pelo convívio social. Destacou-se a pressão exercida pelos pares como importante fator relacionado à experimentação desses dispositivos. O medo da exclusão social, aliado ao desejo de pertencimento, mostrou-se um fator de vulnerabilidade entre os adolescentes, reforçando que o consumo ultrapassa a dimensão individual e envolve aspectos emocionais, culturais e sociais. A participação ativa dos estudantes favoreceu a desconstrução de falsas crenças e estimulou reflexões sobre escolhas mais conscientes.

Considerações Finais

A ação educativa demonstrou a importância da educação em saúde na prevenção do uso de cigarros eletrônicos entre adolescentes. A experiência ampliou o conhecimento dos estudantes sobre os riscos desses dispositivos e estimulou a reflexão crítica acerca da influência da pressão social nas escolhas individuais. Reforça-se, portanto, a necessidade de ações contínuas e intersetoriais entre saúde e educação para promover autonomia, prevenção e hábitos de vida mais saudáveis.

Referência Bibliográfica

COCHRANE TOBACCO ADDICTION GROUP. What are the most effective ways to prevent children and adolescents from using electronic cigarettes? Cochrane Database of Systematic Reviews, 2025; LIEU, T. A.; BIBBINS-DOMINGO, K. E-Cigarette Use in Adolescents and Adults—A JAMA Collection. JAMA, 2024. DOI: 10.1001/jama.2024.15912; REASONS FOR VAPING AMONG U.S. ADOLESCENTS. Pediatrics, 2024. DOI: 10.1542/peds.2024-067856;