

# Dependência Química

## Nicotina e Cigarros Eletrônicos

Esta apresentação aborda os impactos do uso de substâncias químicas, como os cigarros eletrônicos, e discute as consequências para a saúde física, mental e social.



# O que é dependência química?

De acordo com a definição da Organização Mundial da Saúde (OMS), a dependência química é uma doença caracterizada pelo uso descontrolado de uma ou mais substâncias psicoativas, nocivas ao organismo e que causam mudanças no estado mental da pessoa. Elas podem ser tanto lícitas, como o álcool e a nicotina, quanto ilícitas, como a maconha, a cocaína e o crack, por exemplo.

É importante destacar que não se trata de uma escolha, mas sim de uma doença complexa e quando se estabelece, fica crônica, não tem cura, tem controle, é fatal, podendo levar à morte. Além disso, a dependência também é considerada um tipo de transtorno mental, pois o uso excessivo e descontrolado de drogas altera a percepção do dependente químico, que muitas vezes não tem consciência da sua situação.



# Nicotina

O que é a Nicotina?

A nicotina é uma substância química, líquida, de cor amarela e de propriedades psicoativas, que está presente em todos os derivados do tabaco: Cigarro, Charuto, Cigarro de palha, Tabaco aquecido. A nicotina é considerada uma droga, pois altera o sistema nervoso central, o que pode levar ao abuso e à dependência. Ela é responsável pela dependência do tabaco. É justamente essa substância que desencadeia as **reações que causam vícios nos fumantes**, tal como ocorre com outras drogas, como a heroína ou a cocaína, por exemplo. A nicotina é absorvida pelo organismo por via oral ou pulmonar, e chega ao cérebro em segundos. Ela estimula a liberação de dopamina e outros neurotransmissores, o que ativa o sistema de recompensa do cérebro.

A nicotina também é encontrada em alguns produtos medicamentosos para ajudar as pessoas a parar de fumar.

Além da nicotina, a fumaça do tabaco contém milhares de produtos químicos nocivos ao organismo. Os fumantes têm taxas mais elevadas de doenças cardíacas, derrames, câncer e problemas respiratórios



# Como a nicotina atua no nosso corpo?

À medida que uma pessoa vai fumando algum produto que tenha essa substância como componente, o próprio organismo vai criando uma certa “tolerância” à ela.

Assim, para compensar, o organismo irá requerer doses maiores de nicotina, fazendo com que o indivíduo fume cada vez mais.

Além disso, por chegar tão rápido ao cérebro – 9 segundos, aproximadamente – **a nicotina acaba gerando sensações de bem-estar e prazer à pessoa.**

Porém, essa sensação é passageira e, como dito anteriormente, quanto mais a pessoa fuma, mais ela vai querer para conseguir manter essa sensação por mais tempo.

Por conta disso, aliás, é que muitas pessoas sofrem com as famosas e desconfortáveis “**síndromes de abstinência**”.



# Quais são os efeitos da nicotina?

A curto prazo, a nicotina libera hormônios de prazer e bem-estar na corrente sanguínea, os quais são eliminados de forma rápida e desconfortável após algumas horas.

Porém, não se engane! **Esses efeitos são ilusórios e passam muito rápido.** Na verdade, para que eles sejam possíveis, são necessárias doses maiores de nicotina. A longo prazo, por sua vez, o uso crônico do fumo pode desencadear quadros graves de doenças respiratórias, cardiovasculares e contribuir para o desenvolvimento de diversos tipos de cânceres.

Além disso, há um possível aumento da pressão arterial, aumento da frequência cardíaca e respiratória, desenvolvimento de quadros de bronquite crônica e asma, diminuição do apetite etc.



# Câncer de Pulmão: Causas, Sintomas e Prevenção

**1**

## Causas

O tabagismo é o principal fator de risco, devido às substâncias cancerígenas presentes no cigarro.

**2**

## Sintomas

Tosse persistente, sangramento, falta de ar e dor no peito são alguns dos principais sintomas.

**3**

## Prevenção

Parar de fumar, evitar exposição à fumaça e realizar exames de rotina são essenciais, internação para tratar a dependência.



# Asma Agravada pelo Tabagismo: Desafios e

## Controle



### Inflamação

O tabagismo agrava a inflamação das vias aéreas, característico da asma.



### Agravamento

Os sintomas da asma, como chiados e falta de ar, tendem a piorar.



### Tratamento

Medicamentos, evitar fumo e controlar fatores desencadeantes são essenciais.



# Dados Importantes

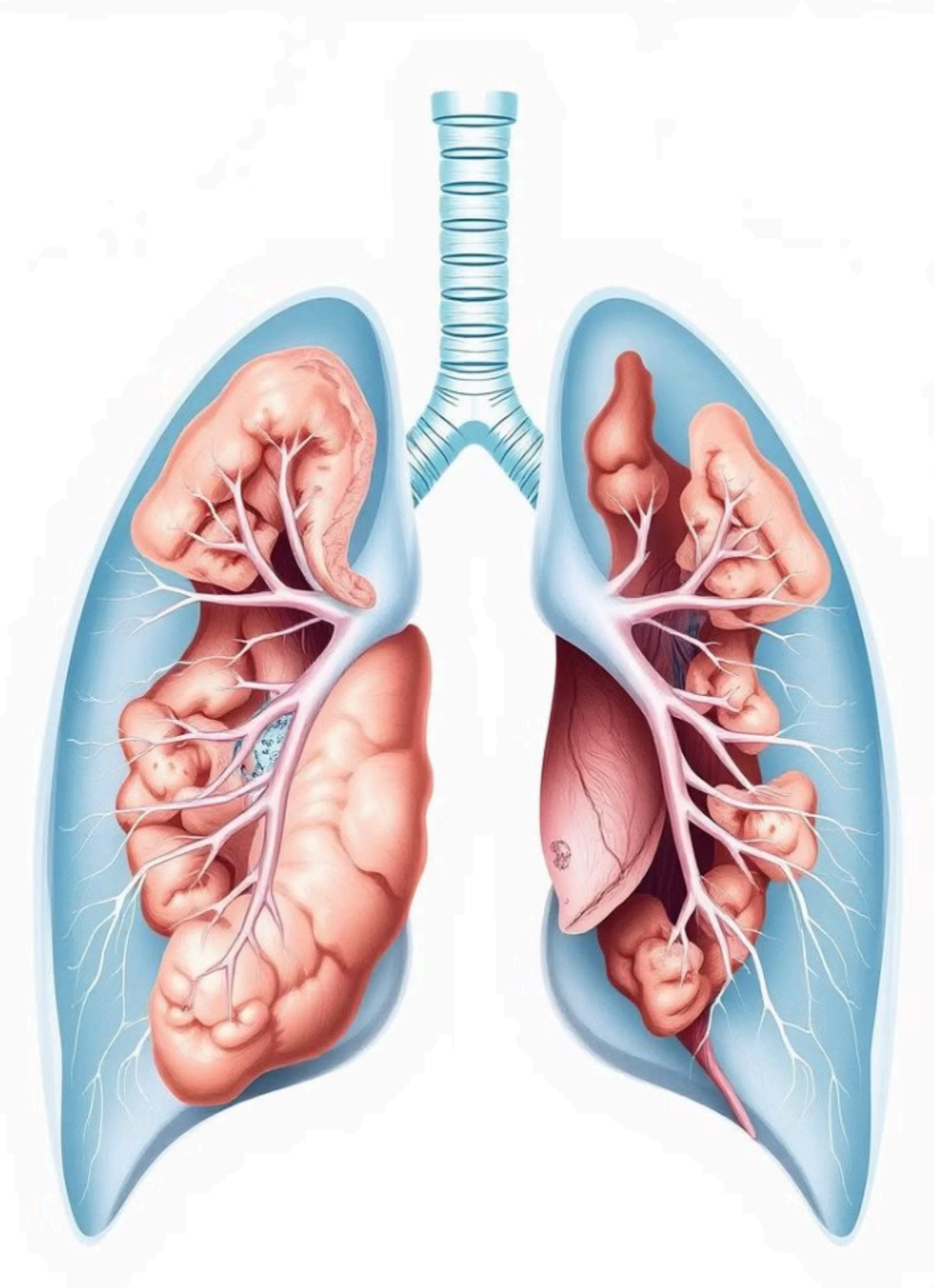
o Instituto Nacional de Câncer (INCA, 2021) apresentou dados expressivos quanto ao índice de mortalidade pelo ato de fumar, alcançando uma marca de 161.853 mortes anuais somente no território brasileiro, representando cerca de 443 mortes diárias, posicionando o tabagismo no pódio de terceiro maior fator de risco de morte, consoante aos anos de vida perdidos convencionados por incapacidade.





# Dados Importantes

Atualmente há 1 bilhão e 300 mil usuários de tabaco no mundo, o que representa cerca de 18% da população mundial . Os cigarros representam cerca de 90% dos produtos de tabaco/nicotina consumidos atualmente. Nos EUA, 22% das pessoas são ex-fumantes e 21% são atuais fumantes, sendo que destes, 80% fumam diariamente . Nos países em desenvolvimento a taxa de tabagismo é maior do que nos países desenvolvidos, mas segundo um estudo da Organização Mundial da Saúde (OMS), o uso de tabaco é alto em todas as regiões do globo: com exceção do menor uso na Nigéria (17% da população), praticamente todos os outros países avaliados mostraram taxas ao redor de 50% para uso de tabaco ao longo da vida, sendo que nos EUA essa taxa chega a 73% . Em muitos países em desenvolvimento, a prevalência do tabagismo é muito maior em homens do que em mulheres.



# É possível largar o cigarro sem usar medicamentos de nicotina?

Em alguns casos de dependência química – principalmente os mais graves – a intervenção medicamentosa pode ser necessária. No entanto, apenas o médico devidamente habilitado poderá estabelecer a melhor conduta e o melhor tratamento para cada caso, especificamente.

Por conta disso, um dos primeiros passos para abandonar o hábito de fumar é procurar ajuda médica e psicológica.



# Motivos para parar de fumar Hoje

A exposição aos componentes tóxicos do tabaco está relacionada à cerca de 50 doenças, em especial às doenças cardiovasculares, respiratórias e às neoplasias malignas, e seu uso durante a gestação está relacionado a uma série de complicações perinatais. A exposição passiva à fumaça do tabaco (“second-hand smoking”) está associada a um aumento de 30% no risco de câncer de pulmão e de doença cardíaca, além de maior risco de DPOC, AVC, câncer de mama, asma. Além disso, as seguintes doenças estão relacionadas aos efeitos do tabagismo passivo à saúde na infância: infecções respiratórias do trato inferior, asma, otite média aguda, baixo peso ao nascer, prematuridade, síndrome da morte súbita infantil, leucemia e câncer cerebral, déficits de aprendizagem.



# OMS coloca epidemia do tabagismo entre as maiores ameaças à saúde pública que a humanidade já enfrentou

Um relatório da **Organização Mundial da Saúde (OMS)** colocou a **epidemia do tabagismo** entre as maiores ameaças à saúde pública que a humanidade já enfrentou.

No mundo, os fumantes hoje são **1,3 bilhão de pessoas**, e o tabaco mata mais de **8 milhões** de pessoas por ano. Desses, cerca de **1,3 milhão** são vítimas do **fumo passivo**. Ou seja, da fumaça que lota restaurantes, escritórios, residências ou outros espaços fechados. Não existe um nível seguro de exposição. O **fumo passivo** causa doenças cardiovasculares e respiratórias graves, incluindo doenças coronárias e câncer de pulmão.

Também os **cigarros eletrônicos** fazem mal à saúde. Mesmo alguns que afirmam ser livres de nicotina podem conter essa e outras muitas substâncias tóxicas.

De acordo com a Organização Mundial da Saúde (OMS), em 2024, há 1,25 bilhão de adultos fumantes no mundo. Em 2020, 22,3% da população mundial adulta usava tabaco, sendo 36,7% homens e 7,8% mulheres.

No Brasil, o número de fumantes tem diminuído nos últimos anos:

Em 2006, 15,7% dos brasileiros com 18 anos ou mais fumavam.

Em 2021, esse número tinha descido para menos de 10%.

A OMS considera o Brasil um dos países que melhor adotam práticas anti-tabaco no mundo. Algumas das razões para a redução do tabagismo no Brasil são:

A divulgação das conseqüências negativas do consumo de cigarros para a saúde.

As políticas públicas.

A OMS considera a epidemia do tabagismo uma das maiores ameaças à saúde pública. O tabaco mata mais de 8 milhões de pessoas por ano, sendo que cerca de 1,3 milhão são vítimas do fumo passivo.



# vapes e cigarros eletrônicos



# Efeitos do uso de vapes e cigarros eletrônicos

## Riscos de Saúde

Problemas respiratórios, aumento do risco cardiovascular, irritação na boca e garganta, dependência de nicotina e potencial exposição a substâncias cancerígenas.

## Fatos Importantes

Os cigarros eletrônicos não são seguros, apesar de conterem menos substâncias tóxicas que os cigarros convencionais.



# Consequências sociais e psicológicas

## Bem-estar Mental

A dependência de nicotina pode aumentar sintomas de ansiedade e depressão.

## Consequências Sociais

Isolamento social, dificuldade em relacionamentos pessoais e desempenho acadêmico ou profissional prejudicado.





# Como prevenir e tratar a dependência?

## 1 Prevenção

Educação sobre os riscos desde cedo, campanhas de conscientização nas escolas e reforço de habilidades sociais para resistir à pressão do grupo.

## 2 Tratamento

Buscar apoio profissional, terapia cognitivo-comportamental, uso de medicamentos sob orientação médica e grupos de apoio.



# O que é um cigarro eletrônico?

Dispositivo alimentado por bateria

O líquido é aquecido para criar um aerossol

Usa um "e-líquido" geralmente contendo nicotina

Conhecido por diferentes nomes, como vapes, vaporizadores, canetas vape, canetas de narguilé, cigarros eletrônicos, e-cigs e tubos eletrônicos





# Riscos de Vaping

1

## Vício em Nicotina

A maioria dos cigarros eletrônicos contém nicotina, o que pode levar ao vício.

2

## Exposição à Nicotina

Dez puffs de Juul podem entregar a mesma quantidade de nicotina que fumar um cigarro.

3

## Risco de Fumar

Adolescentes que usam vape são mais propensos a começar a fumar cigarros.



# Riscos de Vaping



## Prejuízo ao Cérebro

A nicotina pode prejudicar o cérebro em desenvolvimento, especialmente em adolescentes.



## Vício em Nicotina

A nicotina pode religar o cérebro para desejar mais nicotina, o que torna mais fácil para os jovens se tornarem viciados.



## Efeitos a Longo Prazo

A exposição à nicotina durante a adolescência pode ter efeitos a longo prazo em partes do cérebro responsáveis pela atenção, aprendizado e memória.



# Riscos de Vaping

1

## Danos aos Pulmões

O aerossol vape pode conter formaldeído e acroleína, que são conhecidos por causar danos irreversíveis ao pulmão.

2

## Partículas Metálicas

O aerossol vape pode conter partículas metálicas microscópicas como níquel, estanho e chumbo, que podem ser inaladas profundamente nos pulmões.

3

## Danos ao DNA

Alguns produtos químicos encontrados em aerossóis de cigarro eletrônico podem causar danos ao DNA.



# Percepções erradas

"É só vapor de água". Mas não é. O vaping pode expor seus pulmões a produtos químicos nocivos como formaldeído, acetaldeído e acroleína, que são conhecidos por causar danos irreversíveis ao pulmão.

"Meu vape diz que é livre de nicotina. Não há nenhuma maneira que eu vou ficar viciado".

FATO: Alguns vapes que afirmam que são livres de nicotina, mas não são.

"Nicotina não é ruim para adolescente. Apenas um cigarrinho não é nocivo".

FATO: A exposição à nicotina durante a adolescência pode interromper o desenvolvimento cerebral normal.



Os diretores da Agência Nacional de Vigilância Sanitária ([Anvisa](#)) decidiram por unanimidade, em reunião nesta sexta-feira (19 de abril de 2024), **manter proibida a comercialização no Brasil dos cigarros eletrônicos**, também conhecidos como vapes. **Desde 2009, esses dispositivos não podem ser vendidos no país.**

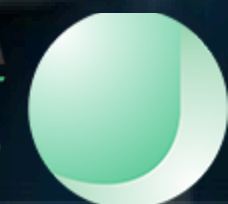
[Apesar disso, são facilmente encontrados no comércio ou online.](#)

Fonte:

<https://g1.globo.com/saude/noticia/2024/04/19/anvisa-cigarro-eletronico-no-brasil.html>



CLÍNICA  
JORGE  
JABER



Para embasar a discussão, a agência elaborou um relatório que avaliou o impacto no país da proibição nos últimos anos, além da situação em outros países em que a comercialização foi liberada. O documento faz as seguintes considerações:

**Aumento do fumo entre os jovens:** nos países em que foram liberados, como [Estados Unidos](#) e [Reino Unido](#), houve um aumento do fumo entre adolescentes e crianças, o que tem gerado uma crise de saúde e um movimento a favor da revisão da liberação.

**Potencial de dependência:** um dos argumentos da indústria é o de que o cigarro eletrônico seria menos viciante e, por isso, uma alternativa ao tabagismo. No entanto, as pesquisas recentes apontam que não é fato. Os vapes podem entregar até 20 vezes mais nicotina que o cigarro comum.

**Ausência de estudos no longo prazo:** Não há estudos que mostrem os riscos e efeitos no longo prazo. Um dos pontos de preocupação é a lesão pulmonar que pode levar à morte em um curto espaço de tempo e é causada pelas substâncias presentes nos cigarros eletrônicos. Nos EUA, foram ao menos 70 casos de morte pela doença.

**Impactos na política de controle do tabaco:** o Brasil é referência no combate ao tabagismo, doença descrita para quem tem a dependência de cigarro. Um dos riscos analisados pela agência foi o aumento do consumo de tabaco no país com os cigarros eletrônicos.

<https://g1.globo.com/saude/noticia/2024/04/19/anvisa-cigarro-eletronico-no-brasil.ghtml>

co de vape negro saiu do meu nariz e  
'a', diz mulher que viu seus pulmões  
apsarem com o cigarro eletrônico



Os cigarros eletrônicos sem nicotina podem causar irritação no sistema respiratório, morte celular, inflamação e danos aos vasos sanguíneos. Isso porque os e-líquidos livres de nicotina contêm substâncias químicas tóxicas, como líquidos base e agentes flavorizantes.

Fonte:

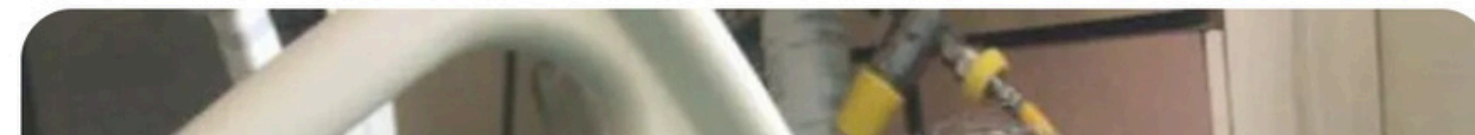
<https://g1.globo.com/saude/noticia/2023/11/30/paciente-relata-graxa-no-pulmao-por-uso-de-vape-diz-que-aparelho-mata-e-que-legalizacao-nao-deve-ser-debatida.ghtml>

15:37

VoLTE 4G+ 75%

🩺 Em menos de duas décadas dos dispositivos no mercado, ele já deu origem a uma doença específica, com **estragos devastadores**, mesmo entre aqueles que fumam vape há pouco tempo. Uma lesão pulmonar que pode levar à morte em um curto espaço de tempo: **a avali.**

Só nos EUA, foram cerca de 70 mortes, segundo o CDC (Centers for Disease Control and Prevention), órgão de saúde norte-americano.



Por uma vida sem Nicotina e sem Vapes!



# Bibliografia

<https://www.health.harvard.edu/blog/vaping-its-hard-to-quit-but-help-is-available-2019110118248>

<https://g1.globo.com/saude/noticia/2023/11/30/paciente-relata-graxa-no-pulmao-por-uso-de-vape-diz-que-aparelho-mata-e-que-legalizacao-nao-deve-ser-debatida.ghtml>

<https://g1.globo.com/jornal-nacional/noticia/2023/07/31/oms-coloca-epidemia-do-tabagismo-entre-as-maiores-ameacas-a-saude-publica-que-a-humanidade-ja-enfrentou.ghtml>

<https://g1.globo.com/saude/noticia/2024/04/19/anvisa-cigarro-eletronico-no-brasil.ghtml>

[https://edisciplinas.usp.br/pluginfile.php/4169748/mod\\_resource/content/2/TRANSTORNO%20POR%20USO%20DE%20TABACO\\_FINAL.pdf](https://edisciplinas.usp.br/pluginfile.php/4169748/mod_resource/content/2/TRANSTORNO%20POR%20USO%20DE%20TABACO_FINAL.pdf)

<https://www.paho.org/pt/noticias/5-5-2023-perguntas-e-respostas-vape-e-outros-cigarros-eletronicos>

<https://www.cancer.ie/cancer-information-and-support/cancer-prevention/smoking/secondhand-smoke>

<https://www.health.harvard.edu/blog/vaping-its-hard-to-quit-but-help-is-available-2019110118248>

<https://www.health.harvard.edu/heart-health/what-a-drag-the-dangers-of-a-daily-cigarette>

<https://www.health.harvard.edu/staying-healthy/smoking-linked-to-mental-illness>

<https://drauziovarella.uol.com.br/drogas-licitas-e-ilicitas/dependencia-de-nicotina-artigo/>