



USO DE CIGARROS ELETRÔNICOS, ESTRESSE PERCEBIDO E PERFIL SOCIODEMOGRÁFICO EM ATLETAS UNIVERSITÁRIOS

Autor(res)

Karina Couto Furlanetto
Natielly Beatriz Soares Correia
Heloiza Poncetti Zegalo
Maria Isadora Camacho Castorino
Anderson Brandão Dos Santos

Categoria do Trabalho

Pesquisa

Instituição

UNOPAR / ANHANGUERA - PIZA

Introdução

Nos últimos anos, observou-se um aumento expressivo no uso de cigarros eletrônicos (CE) entre jovens adultos, incluindo grupos tradicionalmente associados a estilos de vida saudáveis, como os atletas amadores de campeonatos universitários. Introduzidos no mercado em 2003, os CE foram inicialmente propostos como dispositivos para administração de nicotina, com a finalidade de reduzir os riscos e danos associados ao tabagismo convencional.

A ampla disponibilidade, o apelo tecnológico e a percepção equivocada de menor risco à saúde têm contribuído para a crescente adesão a esses dispositivos, inclusive entre estudantes de cursos da área da saúde, que teoricamente detêm maior conhecimento sobre os malefícios do tabaco (Barbosa et al., 2024).

Entretanto, a popularização do cigarro eletrônico levanta questionamentos relevantes sobre seus possíveis impactos na função pulmonar de atletas. Evidências recentes têm associado o uso desses dispositivos a diversas alterações fisiopatológicas, incluindo pneumonia eosinofílica aguda, pneumonite de hipersensibilidade e hemorragia alveolar difusa, com achados radiológicos característicos (Winnicka & Shenoy, 2020).

Adicionalmente, o contexto acadêmico-esportivo impõe aos estudantes atletas uma série de exigências físicas, emocionais e cognitivas, o que pode contribuir para o aumento do estresse percebido (Jardim; Castro; Ferreira-Rodrigues, 2020). Nessa conjuntura, o uso de cigarros eletrônicos pode emergir como uma estratégia disfuncional de enfrentamento emocional. A relação entre prática esportiva e consumo de substâncias potencialmente nocivas à saúde, embora paradoxal, tem se tornado cada vez mais evidente entre jovens universitários.

Objetivo

Objetivo descrever o perfil sociodemográfico e as características de saúde de atletas universitários, identificar a prevalência e os principais motivos relacionados ao uso de cigarros eletrônicos, além de analisar a possível associação entre o uso desses dispositivos e os níveis de estresse percebido.

Material e Métodos



Este estudo caracteriza-se como uma pesquisa observacional de delineamento transversal, aprovada pelo Comitê de Ética em Pesquisa com Seres Humanos sob o parecer registrado no CAAE: 83781824.3.0000.0092. A amostra foi composta por 131 atletas universitários amadores, vinculados a diferentes cursos e semestres de uma instituição de ensino superior. Os participantes foram selecionados por conveniência e incluídos mediante aceite voluntário e assinatura do Termo de Consentimento Livre e Esclarecido (TCLE)

Os critérios de inclusão adotados foram: ter idade igual ou superior a 18 anos, estar regularmente matriculado em curso de graduação e praticar regularmente uma modalidade esportiva universitária. Foram excluídos participantes que não completaram o questionário ou apresentaram inconsistências nas respostas.

A coleta de dados foi realizada por meio de um questionário estruturado, disponibilizado em formato digital (Google Formulários). O instrumento contemplou variáveis sociodemográficas (sexo, idade, curso, semestre, renda familiar e recebimento de bolsa acadêmica), clínicas e de saúde (peso, altura, histórico de tabagismo, uso atual de cigarro eletrônico, presença ou ausência de nicotina, tempo de uso e consumo de álcool), além dos motivos relatados para o uso de cigarros eletrônicos.

O estresse percebido foi avaliado por meio da escala de percepção de estresse-10 (EPS-10) composto por 10 itens, com escores variando de 0 a 40 pontos, refletindo diferentes níveis de tensão percebida.

As questões foram predominantemente fechadas, com algumas opções abertas, garantindo a coleta padronizada dos dados. O anonimato e a confidencialidade das informações foram assegurados conforme as diretrizes éticas de proteção de dados dos participantes. Os dados coletados foram tabulados em planilhas e submetidos à análise estatística descritiva por meio do software IBM SPSS, versão 25.0, com apresentação de frequências absolutas e relativas, médias e desvios-padrão.

Resultados e Discussão

Dos 131 participantes, 57,3% eram do sexo feminino. A maioria (87,8%) cursava áreas da saúde e estava entre o 3º e 4º semestre (65,6%). Em relação à renda, 38,9% declararam receber entre 3 a 4 salários mínimos, e 22,1% afirmaram ter bolsa acadêmica.

Os dados antropométricos mostraram peso médio de 115,4 kg (DP = 151,9) e altura média de 170,6 cm (DP = 9,5). A média do escore de estresse percebido foi de 13,6 (DP = 5,06), com variação entre 0 e 24 pontos, indicando níveis moderados.

O uso de cigarros eletrônicos foi relatado por 18,3% dos atletas, sendo 14,5% usuários de dispositivos com nicotina e 3,8% sem nicotina. Os principais motivos mencionados foram, redução do estresse (12,2%), socialização (3,1%) e prazer (2,3%). Os usuários de cigarro eletrônico apresentaram escores médios de estresse mais elevados em comparação aos não usuários.

Os resultados revelaram a presença significativa do uso de cigarros eletrônicos (dispositivos eletrônicos de vaporização – DEVs) mesmo entre participantes da área da saúde, o que sugere uma dissociação entre o conhecimento teórico sobre os riscos à saúde e a prática cotidiana. Esse paradoxo evidencia que o saber técnico não é, por si só, suficiente para prevenir comportamentos de risco, especialmente quando motivados por fatores emocionais, como o estresse, principal motivo relatado para o uso.

A percepção de que os DEVs são menos nocivos que os cigarros convencionais continua sendo um dos principais catalisadores para sua experimentação e posterior uso habitual. Estudos como o de Liu et al. (2015) demonstram que essa crença de menor risco, somada à atratividade estética e sensorial dos dispositivos, impulsiona sua popularização entre jovens adultos. Essa dinâmica é amplificada por contextos sociais e culturais que reforçam normas permissivas ao uso, mesmo em ambientes onde se espera comportamento saudável, como entre estudantes da área da saúde e atletas universitários.



A análise sociodemográfica indicou variabilidade econômica (renda familiar média = $2,22 \pm 0,801$), fator que pode influenciar adesão ao uso. Limitações econômicas afetam o acesso a informações de qualidade e reforçam desigualdades em saúde, como já descrito em estudos que relacionam menor escolaridade a maior risco de tabagismo e vaping.

A prática esportiva, geralmente associada à promoção da saúde, mostrou-se insuficiente como proteção. Em ambientes competitivos, há relatos de uso de substâncias para controle de peso, desempenho ou enfrentamento do estresse, evidenciando que o envolvimento esportivo não garante estilo de vida saudável sem intervenções educativas.

Efeitos negativos do vaping em atletas são consistentes: redução do consumo máximo de oxigênio, aumento da fadiga e prejuízos musculoesqueléticos, com impacto na formação óssea e na resistência biomecânica. Isso representa ameaça real ao desempenho. Apesar de a prática esportiva ser fator protetor contra tabagismo tradicional, não exerce a mesma influência sobre os DEVs, provavelmente pela maior aceitação social e pela crença de inocuidade. Nesse cenário, treinadores e educadores físicos devem atuar como agentes de mudança.

O estresse relatado por atletas, relacionado a exigências acadêmicas e esportivas, mostrou-se um dos principais gatilhos para o uso. Estudos associam níveis elevados de estresse, ansiedade e depressão ao consumo de vaporizadores como forma de relaxar ou aliviar tensão. Esse padrão reforça o papel de fatores psicossociais — mais que fisiológicos — na adesão aos DEVs.

Assim, destacam-se a necessidade de abordagens interdisciplinares, integrando educação em saúde, suporte psicológico e práticas esportivas reflexivas. Campanhas devem ir além da exposição dos malefícios, incorporando estratégias de enfrentamento do estresse e formação de lideranças esportivas e acadêmicas como figuras de apoio.

Conclusão

Os resultados deste estudo evidenciam uma prevalência preocupante do uso de cigarros eletrônicos entre atletas universitários, mesmo entre aqueles vinculados à área da saúde. A principal motivação relatada para o uso foi a regulação emocional, particularmente o alívio do estresse, o que revela a vulnerabilidade dessa população a comportamentos de risco, mesmo em contextos tradicionalmente associados à promoção da saúde.

Agência de Fomento

CNPq-Conselho Nacional de Desenvolvimento Científico e Tecnológico

Referências

BARBOSA, Caio Sarmiento et al. Uso de cigarro eletrônico entre estudantes da área da saúde de uma instituição de ensino superior no município de Porto Velho. *Revista Eletrônica Acervo Saúde*, v. 24, n. 11, p. e18229-e18229, 2024.

BERG, Carla J. et al. Perceived harm, addictiveness, and social acceptability of tobacco products and marijuana among young adults: marijuana, hookah, and electronic cigarettes win. *Substance use & misuse*, v. 50, n. 1, p. 79-89, 2015.

CAMPOS, Jhonatan Gritten et al. Association of sports practice aspects with health risk behaviors in adolescents: a systematic review and meta-analysis. *Revista Paulista de Pediatria*, v. 43, p. e2024094, 2024.



JARDIM, Marília Guimarães Leal; CASTRO, Tathiane Silva; FERREIRA-RODRIGUES, Carla Fernanda. Sintomatologia depressiva, estresse e ansiedade em universitários. *Psico-usf*, v. 25, n. 4, p. 645-657, 2020.

KELLY, Amanda Weiss; HECHT, Suzanne. The female athlete triad. *Annals of Joint*, v. 7, p. 6, 2022.

KINNUNEN, Jaana M. et al. The role of health literacy in the association between academic performance and substance use. *European Journal of Public Health*, v. 32, n. 2, p. 182-187, 2022.

LEE, Donghee N.; KIM, Hye Min; STEVENS, Elise M. Association of Vaping Reasons with Stress, Anxiety, and Depression Among Young Adults Who Currently Vape. *Substance Use & Misuse*, v. 60, n. 2, p. 188-194, 2025.

LIU, Jessica et al. Perceptions of Harm and Addictiveness for Nicotine Products, THC e-Cigarettes, and e-Cigarettes with Other Ingredients Among Adolescents, Young Adults, and Adults. *Substance Use & Misuse*, v. 59, n. 14, p. 2126-2136, 2024.

MANTEY, Dale S. et al. E-cigarette marketing exposure is associated with e-cigarette use among US youth. *Journal of Adolescent Health*, v. 58, n. 6, p. 686-690, 2016.

MORGAN, Meagan et al. E-cigarette aerosol exposure effect on bone biomechanical properties in murine models. *Journal of biomechanics*, v. 162, p. 111879, 2024.