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

Autor(res)

Karina Couto Furlanetto
Natielly Beatriz Soares Correia
Maria Isadora Camacho Castorino
Heloiza Poncetti Zegalo
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 detém 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 ± 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 Sarmento 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, Tathyane 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.