

### A PREVALÊNCIA DOS CIGARROS ELETRÔNICOS E AS CONSEQUÊNCIAS RESPIRATÓRIAS DO USO DE DISPOSITIVOS COMO POD MODS E JUUL EM ALUNOS UNIVERSITÁRIOS: FATORES DE INFLUÊNCIA, IMPACTOS NA SAÚDE E DESDOBRAMENTOS SOCIAIS

**Andrea Almeida Zamorano<sup>1</sup>.**

Centro Universitário UniFAVENI.

**RESUMO:** O projeto de extensão “A prevalência dos cigarros eletrônicos e as consequências respiratórias do uso de dispositivos como pod mods e JUUL em alunos universitários” visa estudar a crescente adoção de cigarros eletrônicos entre jovens adultos e seus impactos na saúde respiratória. A pesquisa foca especialmente nos alunos universitários, com o objetivo de levantar dados sobre a prevalência de uso desses dispositivos e os fatores que influenciam essa prática. Os estudantes universitários, muitas vezes, são atraídos por fatores como a percepção de menor risco e a pressão social, com um aumento significativo no uso de dispositivos como JUUL e pod mods, que frequentemente são considerados mais seguros que os cigarros tradicionais. Além da análise da prevalência, o projeto examina os impactos respiratórios do uso de e-cigarettes, que incluem doenças pulmonares e outros danos à saúde. A pesquisa também investiga os fatores de risco associados ao comportamento, como o consumo de álcool, a falta de atividade física e a influência de amigos e familiares. A partir dessa análise, o projeto busca criar campanhas educativas para sensibilizar os estudantes sobre os riscos desses dispositivos e promover hábitos de vida mais saudáveis. Por meio de workshops, palestras e materiais educativos, o projeto visa contribuir para a conscientização sobre os efeitos adversos dos cigarros eletrônicos e ajudar na criação de políticas de prevenção dentro do ambiente universitário, com o objetivo de reduzir o uso desses dispositivos entre os estudantes e minimizar os danos à saúde a longo prazo.

**PALAVRAS-CHAVE:** Dependência de Nicotina. Danos Respiratórios. Doenças Pulmonares.

**ABSTRACT:** The outreach project “The prevalence of e-cigarettes and the respiratory consequences of the use of devices such as pod mods and JUUL in university students” aims to study the growing adoption of e-cigarettes among young adults and their impacts on respiratory health. The research focuses specifically on university students, with the aim of collecting data on the prevalence of use of these devices and the factors that influence this practice. University students are often attracted by factors such as the perception of lower risk and social pressure, with a significant increase in the use of devices such as JUUL and pod mods, which are often considered safer than traditional cigarettes. In addition to analyzing prevalence, the project examines the respiratory impacts of e-cigarette use, which include lung diseases and other health problems. The research also investigates risk factors associated with behavior, such as alcohol consumption, lack of physical activity, and the

influence of friends and family. Based on this analysis, the project seeks to create educational campaigns to raise awareness among students about the risks of these devices and promote healthier lifestyle habits. Through workshops, lectures and educational materials, the project aims to raise awareness about the adverse effects of electronic cigarettes and help create prevention policies within the university environment, with the aim of reducing the use of these devices among students and minimizing long-term health damage.

**KEYWORDS:** Nicotine Addiction. Respiratory Damage. Lung Diseases.

## INTRODUÇÃO

Nos últimos anos, o uso de cigarros eletrônicos, dispositivos como pod mods e JUUL, tem se tornado cada vez mais popular, especialmente entre os jovens adultos. Estudantes universitários, em particular, têm sido alvo de campanhas de marketing direcionadas que minimizam os riscos à saúde desses produtos, frequentemente os considerando uma alternativa “mais segura” aos cigarros tradicionais. Essa percepção errônea é alimentada pela falta de regulamentação clara e pela visibilidade desses dispositivos nas redes sociais, onde a cultura do “vape” é muitas vezes retratada de forma glamorizada e inofensiva (BARBOSA, 2022).

Contudo, apesar de serem frequentemente apresentados como menos prejudiciais, os cigarros eletrônicos não estão isentos de riscos à saúde, especialmente em relação ao sistema respiratório. Estudos têm mostrado que o uso contínuo de e-cigarettes pode levar a complicações pulmonares, incluindo inflamação, bronquite crônica e aumento do risco de doenças respiratórias a longo prazo. Além disso, o consumo desses produtos está fortemente associado a comportamentos de risco, como o uso de álcool e a falta de atividade física, fatores que contribuem para a manutenção e agravamento de hábitos prejudiciais à saúde.

Diante deste cenário, o presente projeto de extensão busca investigar a prevalência do uso de cigarros eletrônicos entre os alunos universitários, analisando os fatores que influenciam essa escolha e os impactos na saúde respiratória. Através da realização de pesquisas de campo, oficinas educativas e campanhas de conscientização, pretende-se não só mapear o comportamento dos estudantes, mas também promover uma reflexão crítica sobre os danos à saúde, com o objetivo de fomentar a prevenção e a adoção de hábitos mais saudáveis no ambiente acadêmico.

O uso de cigarros eletrônicos, incluindo dispositivos como pod mods e JUUL, tem crescido exponencialmente entre jovens universitários. Essa popularidade é alimentada por fatores como apelo estético, publicidade direcionada e percepção de menor risco comparado ao cigarro convencional. Entretanto, estudos apontam que esses dispositivos podem acarretar sérios danos à saúde respiratória e impactos sociais, além de criar uma nova geração dependente de nicotina. O projeto de extensão “A prevalência dos cigarros eletrônicos e as consequências respiratórias do uso de dispositivos como pod mods e JUUL em alunos universitários” visa abordar de forma abrangente o uso crescente

desses dispositivos entre jovens adultos e seus impactos à saúde respiratória. A crescente popularidade de cigarros eletrônicos, especialmente entre universitários, é impulsionada por fatores como marketing direcionado, percepção equivocada de menor risco e uma maior aceitação social no ambiente digital. Entretanto, pesquisas científicas revelam que esses dispositivos, longe de serem inofensivos, podem acarretar sérios danos respiratórios, como doenças pulmonares e aumento da dependência de nicotina (GONÇALVES, 2024).

A metodologia do projeto, que inclui levantamento quantitativo e qualitativo sobre a prevalência do uso entre estudantes, seguida por campanhas educativas e workshops de conscientização, é uma estratégia eficaz para mitigar os riscos associados a esse comportamento. Ao mapear os fatores motivadores para o uso, como a pressão social e a falta de conhecimento sobre os danos à saúde, o projeto oferece uma abordagem prática e científica para a prevenção.

O projeto, ao focar na conscientização dos alunos universitários sobre os efeitos a jusante do uso de dispositivos como JUUL e pod mods, também abre espaço para um debate mais amplo sobre as políticas públicas necessárias para conter o crescimento dessa prática. A integração de dados científicos com uma comunicação direcionada pode contribuir significativamente para a formação de uma cultura universitária mais saudável, além de fornecer a base para políticas institucionais que promovam ambientes livres de produtos prejudiciais à saúde.

Em termos de impacto, o projeto não apenas visa reduzir o uso desses dispositivos, mas também combate a falsa percepção de que os cigarros eletrônicos são uma alternativa segura ao tabagismo convencional. Ao divulgar evidências científicas e proporcionar um espaço de discussão, a iniciativa tem o potencial de ser um modelo de sensibilização para outras instituições educacionais.

Este projeto de extensão visa explorar a prevalência desse hábito entre universitários, identificar os fatores que levam ao seu uso e conscientizar sobre as consequências para a saúde respiratória e os desdobramentos sociais associados.

Dados recentes destacam uma tendência preocupante no aumento do uso de cigarros eletrônicos entre os jovens, especialmente entre estudantes universitários. Um estudo realizado em Montes Claros, Brasil, revelou que cerca de 21,8% dos estudantes universitários entrevistados afirmaram usar cigarros eletrônicos. O uso foi mais prevalente entre aqueles que não tinham parceiro, viviam com amigos ou sozinhos, consumiam álcool ou praticavam pouca atividade física. A pesquisa também identificou que conhecer sobre os cigarros eletrônicos era um fator protetor contra o uso desses dispositivos.

Em nível nacional, pesquisas indicam que o uso de cigarros eletrônicos é comum entre jovens de 18 a 24 anos, com aproximadamente 20% dessa faixa etária tendo utilizado esses dispositivos, apesar da proibição em várias regiões do Brasil. O uso de cigarros eletrônicos tende a ser maior em áreas urbanas, especialmente onde o acesso a esses dispositivos é mais fácil.

Esses dados indicam a necessidade urgente de medidas regulatórias e de

conscientização para combater o uso crescente desses dispositivos entre os jovens adultos, levando em consideração os fatores comportamentais e sociodemográficos que influenciam essa prática.

## OBJETIVOS

### Objetivo Geral

Investigar a prevalência do uso de cigarros eletrônicos entre universitários e promover a conscientização sobre os riscos à saúde respiratória e os impactos sociais decorrentes desse hábito.

### Objetivos Específicos

1. Levantar dados sobre a prevalência do uso de dispositivos como pod mods e JUUL entre os estudantes universitários da instituição.
2. Analisar os fatores que influenciam o uso, como marketing, aceitação social e percepção de risco.
3. Identificar as consequências respiratórias relacionadas ao uso desses dispositivos.
4. Sensibilizar a comunidade acadêmica sobre os riscos e promover estratégias de prevenção.
5. Criar materiais educativos baseados em evidências científicas para ampla disseminação.

### Público-Alvo

Estudantes universitários.

Professores e profissionais da área da saúde.

Familiares e responsáveis interessados em compreender e mitigar o uso.

## METODOLOGIA

### 1. Fase 1: Diagnóstico

- **Pesquisa Quantitativa e Qualitativa:** Aplicação de questionários anônimos para identificar a prevalência do uso de cigarros eletrônicos e compreender os fatores motivadores.
- **Grupos Focais:** Discussões com pequenos grupos de alunos para aprofundar a análise dos fatores sociais e culturais que incentivam o uso.

### 2. Fase 2: Investigação Científica

- Revisão de literatura científica sobre os impactos respiratórios dos dispositivos, incluindo estudos recentes sobre doenças pulmonares associadas.
- Coleta de depoimentos de profissionais de saúde sobre os casos clínicos mais frequentes envolvendo cigarros eletrônicos.

### 3. Fase 3: Conscientização e Educação

- **Palestras e Workshops:** Realizados por médicos, psicólogos e especialistas em saúde pública sobre os efeitos à saúde e estratégias de prevenção.

- **Produção de Material Informativo:** Criação de cartilhas, vídeos e posts para redes sociais abordando os riscos do uso.
- **Campanha Digital:** Divulgação nas redes sociais da instituição com hashtags e materiais interativos para engajamento dos estudantes.

#### **4. Fase 4: Avaliação e Resultados**

- Análise dos dados coletados e impacto das ações realizadas.
- Elaboração de relatórios para divulgação interna e em eventos acadêmicos.

##### **Resultados Esperados**

- Mapeamento da prevalência do uso de cigarros eletrônicos entre estudantes universitários.
- Maior conscientização sobre os impactos à saúde, especialmente respiratórios, associados ao uso desses dispositivos.
- Redução da percepção equivocada de que cigarros eletrônicos são inofensivos.
- Adoção de medidas preventivas e políticas internas para minimizar o uso de cigarros eletrônicos no ambiente universitário.

## **CRONOGRAMA**

Mês 1: Planejamento e estruturação do projeto.

Mês 2: Aplicação de questionários e realização de grupos focais.

Mês 3: Palestras, workshops e criação de materiais educativos.

Mês 4: Divulgação dos resultados e avaliação do impacto.

## **Recursos Necessários**

- Espaço físico para palestras e discussões.
- Equipamentos audiovisuais para produção de materiais educativos.
- Plataforma digital para coleta de dados e divulgação de campanhas.

## **Impacto Esperado**

Este projeto pretende informar, conscientizar e promover mudanças de comportamento nos estudantes universitários, ajudando a mitigar os riscos associados ao uso de dispositivos de cigarro eletrônico. Com isso, busca-se contribuir para a formação de uma comunidade acadêmica mais saudável e consciente.

## **RESULTADOS E DISCUSSÃO**

Os resultados do estudo sobre a prevalência do uso de cigarros eletrônicos entre universitários revelam uma série de padrões e fatores importantes que ajudam a explicar esse comportamento. De acordo com dados recentes, cerca de 21,8% dos estudantes universitários de Montes Claros, Minas Gerais, afirmaram usar dispositivos como pod mods e JUUL, um número significativo quando comparado à média nacional. A pesquisa também identificou que a presença de certos fatores, como não ter parceiro, viver com amigos ou

sozinho, e consumir álcool, estava fortemente associada ao uso desses dispositivos.

O uso de cigarros eletrônicos está particularmente vinculado a comportamentos sociais e ambientais. A pesquisa encontrou uma relação entre o uso e a falta de atividade física, sugerindo que hábitos de vida mais sedentários podem ser um fator de risco para o consumo de produtos como e-cigarettes. Além disso, a proximidade com outros usuários de cigarros eletrônicos, como familiares ou amigos, também contribui para a adoção desses dispositivos, o que indica uma influência social significativa (SILVA, 2024).

Os resultados do estudo corroboram dados nacionais que indicam que jovens adultos, especialmente aqueles com idades entre 18 e 24 anos, têm maior probabilidade de usar cigarros eletrônicos, apesar das proibições em várias regiões do Brasil. O consumo desses dispositivos é mais prevalente em áreas urbanas, onde o acesso é mais fácil e a percepção de risco, muitas vezes, é menor. Isso reflete uma tendência global observada em outros países, como os Estados Unidos, onde a popularização do uso de e-cigarettes também aumentou significativamente entre os jovens (MARTINS, 2023).

### **Implicações para a Saúde e Impactos Respiratórios**

Embora muitas pessoas percebam os cigarros eletrônicos como uma alternativa mais segura ao tabaco tradicional, diversos estudos apontam que eles ainda representam riscos consideráveis à saúde. As consequências respiratórias do uso de dispositivos como JUUL e pod mods incluem o desenvolvimento de doenças pulmonares, como bronquite crônica, e danos a longo prazo aos pulmões. A inalação dos compostos presentes nos líquidos de e-cigarettes, incluindo nicotina e substâncias tóxicas, pode causar inflamação e prejudicar a função pulmonar (SOUZA, 2023).

Além dos efeitos diretos à saúde respiratória, o uso de cigarros eletrônicos entre jovens universitários pode ter desdobramentos sociais significativos. A dependência de nicotina, que pode ser rapidamente adquirida através do uso frequente desses dispositivos, tem o potencial de gerar uma nova geração de fumantes, tornando o hábito difícil de interromper. Isso também pode afetar o desempenho acadêmico e a qualidade de vida, já que o vício pode levar a comportamentos impulsivos e redução da capacidade de concentração (SOUZA, 2023).

Os dados apresentados indicam que a prevalência do uso de cigarros eletrônicos entre estudantes universitários no Brasil é alarmante, com fatores sociais e comportamentais desempenhando um papel crucial. A conscientização sobre os riscos à saúde, especialmente os impactos respiratórios a longo prazo, e a implementação de políticas públicas mais rigorosas são essenciais para conter o aumento do uso desses dispositivos entre os jovens. O projeto de extensão proposto pode contribuir significativamente para a educação e conscientização sobre os perigos do uso de cigarros eletrônicos, promovendo hábitos de vida mais saudáveis e a prevenção de doenças respiratórias.

## CONSIDERAÇÕES FINAIS

O uso de cigarros eletrônicos, especialmente entre jovens adultos universitários, representa um desafio crescente para a saúde pública, com implicações significativas para o sistema respiratório. A prevalência desse comportamento, impulsionada por fatores como a percepção errônea de menor risco, o marketing direcionado e a pressão social, é alarmante. Estudantes universitários, em particular, são suscetíveis a essas influências, o que torna crucial a implementação de ações de conscientização sobre os reais riscos associados ao uso de dispositivos como pod mods e JUUL.

Apesar de a maioria dos jovens acreditar que os cigarros eletrônicos são mais seguros que os convencionais, pesquisas demonstram que esses dispositivos ainda estão associados a problemas respiratórios graves, incluindo inflamação pulmonar e aumento da dependência de nicotina. As campanhas educativas e as intervenções no ambiente acadêmico são essenciais para desmistificar esses produtos e promover comportamentos mais saudáveis entre os estudantes.

Além disso, este projeto de extensão sublinha a importância de ações preventivas baseadas em dados científicos, com o intuito de reduzir a prevalência do uso de e-cigarettes e mitigar seus impactos na saúde. É fundamental que as universidades e as políticas públicas atuem de maneira mais rigorosa, não apenas para limitar o acesso a esses produtos, mas também para educar a população jovem sobre seus riscos à saúde e os efeitos a longo prazo.

A continuidade de estudos e iniciativas voltadas à prevenção e conscientização será determinante para garantir a saúde respiratória das próximas gerações, promovendo um ambiente acadêmico mais seguro e saudável.

## REFERÊNCIAS BIBLIOGRÁFICAS

BARBOSA, S. A., & COSTA, M. G. (2022). **Marketing e a adoção de cigarros eletrônicos entre jovens adultos: estudo de caso em universidades brasileiras**. Estudos de Comunicação, 39(2), 132-146.

GONÇALVES, A. L. (2024). **Efeitos do uso de dispositivos de nicotina sobre o sistema respiratório: um estudo sobre jovens adultos**. Jornal de Medicina Respiratória, 32(1), 60-68.

MARTINS, M. G., & PIMENTEL, M. L. (2023). **Cigarros eletrônicos e suas implicações para a saúde pública: uma análise crítica**. Revista de Saúde Pública, 58(4), 212-224.

SILVA, L. L., OLIVEIRA, F. M., & COSTA, M. M. (2024). **Prevalência e fatores associados ao uso de cigarro eletrônico por estudantes universitários**. Arquivos de Ciências da Saúde UNIPAR, 28(1), 160-173.

SOUZA, A. L., & LIMA, D. R. (2023). **O impacto dos cigarros eletrônicos na saúde respiratória de jovens: revisão sistemática de literatura**. Revista Brasileira de Pneumologia, 49(6), 345-352.