

VARIÁVEIS SOCIAIS NA ASSOCIAÇÃO ENTRE O HÁBITO DE FUMAR E O CONSUMO DE CAFÉ: UMA REVISÃO DE LITERATURA

Maria Paula Maciel Bomtempo, Iasmim Gonçalves Almeida, Natália Amanda Borges de Souza, Vinícius Gonçalves Almeida

RESUMO

DOI: 10.47094/CESMED.2025/69

INTRODUÇÃO: O tabagismo é um grave problema de saúde pública, responsável por milhões de mortes anuais. Pesquisas têm abordado fatores que contribuem para o uso do tabaco, destacando o hábito de fumar e o consumo de café como comportamentos frequentemente associados. Evidências sugerem que a cafeína pode potencializar os efeitos da nicotina no sistema nervoso central, enquanto hábitos adquiridos ao longo do tempo reforçam a concomitância desses comportamentos. **OBJETIVO:** Investigar os fatores sociais que contribuem para a associação entre o hábito de fumar e o consumo de café. **MÉTODOS:** Realizou-se uma revisão sistemática de literatura, com pesquisa de artigos científicos na plataforma Pubmed, utilizando-se os descritores: “Coffee” AND “Tobacco” AND “Social factors” de 2015 a 2025. A princípio, foram encontrados 19 estudos em inglês. Destes, oito foram descartados por abordarem o uso individual de tabaco ou café, enquanto dois estudos estavam indisponíveis. Portanto, apenas nove artigos foram incluídos nesta revisão. **RESULTADOS:** Os jovens foram identificados como um grupo particularmente vulnerável à associação entre o hábito de fumar e o consumo de café, uma vez que a pressão social e a busca por pertencimento amplificam o risco de adoção desses hábitos. Outro fator significativo observado foi a presença de cafeterias como espaços de socialização e lazer, que estão frequentemente associados ao consumo de tabaco. A combinação dessas duas práticas cria uma ligação psicológica, em que o café passa a ser percebido como um gatilho para o desejo de fumar, reforçando o ciclo do tabagismo ao longo dos anos. O sedentarismo e a alimentação pouco saudável foram observados como mais comuns entre aqueles que mantêm esses dois hábitos. Ademais, em situações de estresse, muitas pessoas recorrem ao café e ao cigarro simultaneamente, como uma maneira de aumentar a concentração e reduzir a tensão. Estudos reforçam que associado a esses fatores, existem também influências genéticas que relacionam o uso de tabaco e café: o gene CYP1A2, responsável pela codificação de uma enzima chave no metabolismo da cafeína. Essa diferença na metabolização pode afetar a quantidade de cafeína consumida, uma vez que metabolizadores rápidos podem necessitar de uma ingestão maior para obter os mesmos efeitos estimulantes. **CONCLUSÃO:** Os achados revelam que a associação entre o tabagismo e o uso de café resulta de uma interação entre diversas condições. No âmbito

social, essa prática está enraizada em um comportamento de socialização e bem-estar, o que facilita a adoção de hábitos nocivos à saúde. Além disso, comportamentos prejudiciais à saúde, como a inatividade física e a dieta inadequada, associadas a tendências genéticas reforçam a necessidade de uma abordagem integrada no combate ao tabagismo. Logo, ao invés de tratar o tabagismo e o consumo de café como problemas isolados, é crucial abordar esses hábitos dentro de um contexto mais amplo de saúde e bem-estar.

PALAVRAS-CHAVES: Café. Fatores Sociais. Uso de Tabaco.