



PASTORAL DA CRIANÇA

Para que todas as crianças tenham vida e a tenham em abundância (Jo 10,10)

Entrevista com Doutora Ana Lea Clementino - Cigarro eletrônico faz mal? Entenda os riscos do “vape”.

Colorido, discreto, com aparência moderna e sabores adocicados: à primeira vista, o cigarro eletrônico pode parecer inofensivo. É justamente essa imagem que tem aproximado adolescentes e jovens dos chamados vapes.

Os dados acendem um alerta. Segundo a Pesquisa Nacional de Saúde do Escolar (PeNSE) 2024, **29,6% dos [estudantes brasileiros de 13 a 17 anos já haviam experimentado cigarro eletrônico](#)**. Em 2019, eram 16,8%. Isso significa que, hoje, quase três em cada dez adolescentes pesquisados já tiveram contato com esses dispositivos.

Vape não é apenas vapor de água

A [Organização Mundial da Saúde](#) (OMS) alerta que o aerossol produzido pelo cigarro eletrônico não é apenas vapor de água. Ele pode conter **nicotina, metais pesados, partículas ultrafinas e outras substâncias tóxicas** capazes de prejudicar o organismo.

A nicotina causa dependência e é especialmente prejudicial para crianças, adolescentes e jovens, cujo cérebro ainda está em desenvolvimento. Mesmo sem produzir a mesma fumaça do cigarro convencional, o vape não é inofensivo e também pode expor outras pessoas às substâncias liberadas no ambiente.

No Brasil, a Resolução [RDC nº 855/2024](#) da Anvisa mantém proibidas a fabricação, a importação, a comercialização, a distribuição e a propaganda dos dispositivos eletrônicos para fumar.

Informação também é uma forma de proteção

A aparência, os sabores e a facilidade de esconder o dispositivo podem dificultar a percepção do risco dentro das famílias. Por isso, conversar sobre o assunto com clareza, sem ameaças ou julgamentos, é uma forma importante de

prevenção.

Para a Pastoral da Criança, cuidar da vida também significa ajudar as famílias a reconhecer riscos e tomar decisões mais seguras. Ao abrir espaço para esse debate, a instituição reforça a importância da informação e do diálogo na proteção de crianças e adolescentes.

Neste conteúdo, a médica pediatra da Pastoral da Criança, Dra. Ana Lea Clementino, explica por que o cigarro eletrônico causa dependência, quais danos pode provocar, se ele realmente ajuda a parar de fumar e quais são os riscos para os não fumantes e para o meio ambiente.

Você pode ler o conteúdo completo abaixo ou ouvir a entrevista no player de áudio desta página.

Neste conteúdo você encontrará:

- O que são os cigarros eletrônicos ou vapes?
- O que é a nicotina e como ela age no organismo?
- Por que os cigarros eletrônicos não são liberados no Brasil?
- O cigarro eletrônico também vicia, causa dependência?
- Os cigarros eletrônicos fazem menos mal do que os cigarros convencionais?
- O que o cigarro eletrônico causa no pulmão?
- Ele ajuda mesmo a pessoa que já fuma a parar de fumar o cigarro convencional?
- O cigarro eletrônico é perigoso para os não fumantes?
- Que riscos esses cigarros eletrônicos trazem para o meio ambiente?

ENTREVISTA COM: Doutora Ana Lea Clementino, médica pediatra. Ela atua também como líder da Pastoral da Criança em Londrina, Paraná.

Dra. Ana Lea, para começar, o que são os cigarros eletrônicos ou vapes?

DRA. ANA LEA:

Os cigarros eletrônicos, que também são conhecidos como vapes, são aparelhos movidos por bateria que aquecem um líquido e produzem um aerossol que é inalado pelo usuário. Esse líquido geralmente tem nicotina, aromatizantes e diversas outras substâncias químicas. Ao contrário do que muitas pessoas pensam, não é somente vapor de água. O aerossol contém partículas muito finas,



metais pesados e compostos tóxicos que podem sim causar danos ao organismo. Muitos modelos ainda permitem altas concentrações de nicotina, favorecendo mais ainda a dependência. Além disso, os sabores e a aparência moderna acabam atraindo principalmente adolescentes e jovens. Por isso, os especialistas alertam que esses produtos representam sim um importante problema de saúde pública e não devem ser considerados uma alternativa segura ao cigarro comum.

**A nicotina é o principal componente do cigarro eletrônico.
Dra. Ana Lea, o que é a nicotina e como ela age no organismo? Fale um pouco sobre isso.**

DRA. ANA LEA:

A nicotina é uma substância altamente viciante, presente no tabaco e também na maioria dos cigarros eletrônicos. Quando ela é inalada, chega ao cérebro em poucos segundos, estimulando a liberação de dopamina, que é um neurotransmissor relacionado à sensação de prazer. Esse efeito faz com que a pessoa queira usar o produto repetidamente, levando à dependência. Então, em crianças, adolescentes e gestantes, os riscos são ainda maiores, porque o cérebro continua em desenvolvimento até cerca dos 25 anos e a nicotina pode prejudicar a memória, a atenção, o aprendizado e o controle das emoções. Ela também aumenta a frequência cardíaca, a pressão arterial, favorecendo doenças cardiovasculares. Então, por isso, a nicotina é considerada uma das substâncias que mais causam dependência no mundo.

Por que os cigarros eletrônicos não são liberados no Brasil?

DRA. ANA LEA:

No Brasil, a venda, a importação e a propaganda dos cigarros eletrônicos continuam proibidas pela Anvisa. Essa decisão foi mantida porque existem muitas evidências de que esses produtos fazem mal à saúde e ainda não demonstraram segurança, nem benefícios suficientes para a população. Então, estudos mostram que eles aumentam o risco de dependência da nicotina, podem causar doenças pulmonares e cardiovasculares, além de favorecer o início do tabagismo entre adolescentes. Outro problema é que muitos produtos vendidos ilegalmente apresentam composição desconhecida e sem controle de qualidade. Então, a proibição busca proteger principalmente crianças e jovens, reduzindo a exposição a um produto que oferece riscos importantes à saúde.

O cigarro eletrônico também vicia, causa dependência?

DRA. ANA LEA:

Sim, o cigarro eletrônico pode causar dependência tanto quanto ou até mais que o cigarro convencional. Muitos dispositivos usam sais de nicotina que permitem concentrações muito elevadas dessa substância e facilitam a sua absorção pelo nosso corpo. Além disso, como o vape costuma produzir menos irritação na garganta e tem sabores agradáveis, muitas pessoas acabam usando o aparelho durante todo dia sem perceber a quantidade de nicotina que estão consumindo. Então, com o tempo, surgem sintomas de abstinência, como irritabilidade, ansiedade e dificuldade de concentração, quando a pessoa tenta parar. Por isso, o cigarro eletrônico não deve ser visto como um produto inofensivo, mas como uma importante fonte de dependência química.

Dra. Ana Lea, os cigarros eletrônicos fazem menos mal do que os cigarros convencionais?

DRA. ANA LEA:

Não existe evidência de que os cigarros eletrônicos sejam seguros. Embora alguns estudos indiquem que eles possam produzir menos substâncias tóxicas do que o cigarro convencional, isso não significa que eles sejam inofensivos. Eles expõem o pulmão a diversos compostos químicos capazes de provocar inflamação, irritação das vias respiratórias, piora da asma, aumento do risco de infecções respiratórias.

Dra. Ana Lea, o que o cigarro eletrônico causa no pulmão?

DRA. ANA LEA:

Já foram descritos casos de lesões pulmonares conhecidas como EVALI, que é uma sigla em inglês para descrever especificamente a lesão pulmonar associada ao uso de cigarros eletrônicos ou vapes, que pode levar à internação e até à morte. A EVALI é uma inflamação pulmonar aguda que pode ser grave. Nesses casos, a pessoa pode apresentar tosse, falta de ar, dor no peito, febre, calafrios, cansaço, náuseas, vômitos, diarreia, dor abdominal e alterações importantes no raio-x ou na tomografia de tórax. Portanto, trocar o cigarro convencional pelo eletrônico não elimina os riscos à saúde pulmonar.

Muita gente usa o cigarro eletrônico para combater o vício de fumar. Ele ajuda mesmo a pessoa que já fuma a parar de fumar o cigarro convencional?

DRA. ANA LEA:

Em situações muito específicas, algumas pesquisas mostram benefícios quando são utilizados produtos regulamentados com acompanhamento profissional e apoio comportamental. Mas a segurança a longo prazo ainda não é conhecida.

Então, os resultados dessas pesquisas não justificam o seu uso por jovens, gestantes ou não fumantes, ou a recomendação do uso desses cigarros como forma de parar de fumar. Na prática, muitas pessoas acabam usando os dois produtos ao mesmo tempo, mantendo a dependência do vape. Então, o tratamento com melhores resultados continua sendo acompanhamento profissional, associado a medicamentos aprovados, quando são indicados, e apoio comportamental. Por isso, atualmente o Ministério da Saúde, a Sociedade Brasileira de Pneumologia e a Anvisa não recomendam o cigarro eletrônico como tratamento para parar de fumar. Quem deseja abandonar o cigarro, deve procurar uma unidade de saúde, porque o SUS oferece tratamento gratuito para a cessação do tabagismo em vários municípios do Brasil.

Dra. Ana Lea, de que maneira o cigarro eletrônico é perigoso para os não fumantes?

DRA. ANA LEA:

Bom, mesmo quem não fuma pode ser prejudicado. O aerossol liberado pelo cigarro eletrônico tem nicotina, partículas ultrafinas e outras substâncias químicas que ficam no ambiente e podem ser inaladas por pessoas próximas. Crianças, gestantes, idosos e pessoas com doenças respiratórias são especialmente vulneráveis. Além disso, quando o uso se torna comum em ambientes sociais, aumenta a curiosidade e a experimentação entre os adolescentes, favorecendo o início da dependência. Então, assim como acontece com o cigarro convencional, o ideal é manter ambientes totalmente livres da fumaça e do aerossol produzido pelos dispositivos eletrônicos.

Dra. Ana Lea, que riscos esses cigarros eletrônicos trazem para o meio ambiente?

DRA. ANA LEA:

Os cigarros eletrônicos também causam impactos ambientais muito importantes. Muitos são descartáveis e têm plástico, baterias de lítio, metais pesados e componentes eletrônicos que contaminam o solo e a água quando são descartados de forma inadequada. Os cartuchos ainda podem conter resíduos de nicotina e outras substâncias tóxicas. Além disso, o aumento do consumo gera mais lixo eletrônico, que é difícil de reciclar. Então, além dos prejuízos para a saúde das pessoas, os cigarros eletrônicos representam um sério problema para o meio ambiente.

(MENSAGEM) Maria Inês Monteiro de Freitas, Coordenadora Nacional da Pastoral da Criança. Maria Inês, o que você gostaria de comentar sobre o tema do programa de hoje?

MARIA INÊS:



O uso do cigarro eletrônico é um desafio crescente, especialmente entre os jovens, muitas vezes apresentado como uma alternativa “menos prejudicial” do que o fumo de cigarro normal. Para muita gente, ele é visto como algo moderno, inofensivo e até socialmente aceitável. No entanto, essa é uma ideia completamente falsa. O cigarro eletrônico também contém substâncias nocivas, pode causar dependência e traz riscos reais à saúde. Um dos grandes problemas é justamente a forma como ele é divulgado: sabores atrativos, design tecnológico e a ideia de menor dano acabam atraindo adolescentes e jovens que, muitas vezes, iniciam o uso sem plena consciência das consequências, o que pode gerar dependência. A prevenção vem de diálogo e informação. Os líderes da Pastoral da Criança conversam com as famílias e comunidades sobre o tema, especialmente com as gestantes, sobre os

perigos do fumo. Cuidar da própria saúde é um ato de responsabilidade e também de amor à vida.

(TESTEMUNHO) Maria José Pereira de Melo, Líder da Pastoral da Criança, da Paróquia Nossa Senhora Mãe dos Homens, de João Câmara, Rio Grande do Norte.

Maria José, que orientações os líderes da Pastoral da Criança dão para as famílias, mães e gestantes sobre os perigos de fumar?

MARIA JOSÉ:

Os nossos líderes orientam que o fumo é prejudicial para quem fuma e também para as pessoas que convivem no mesmo ambiente com o fumante, principalmente as crianças, que correm o grande risco de ter infecções de ouvido, complicações respiratórias, principalmente pneumonia. A orientação para a gestante é que ela deve evitar fumar, pois aumenta o risco de aborto, deslocamento de placenta, parto prematuro e baixo peso do bebê ao nascer.

**(MENSAGEM) Dom Frei Severino Clasen,
Arcebispo de Maringá, Paraná e
Presidente da Pastoral da Criança.
DOM FREI SEVERINO:**

A luz da fé, somos chamados a cuidar da vida como um dom precioso. É o que diz Jesus no evangelho: Eu vim para que todos tenham vida e uma vida saudável, não uma vida viciada. Por isso, tudo aquilo que prejudica a saúde, que cria dependência, precisa ser questionado. A verdadeira liberdade não está em experimentar tudo, mas em escolher aquilo que promove a vida. Diante disso, somos convidados a fazer escolhas mais conscientes, valorizando a saúde, a dignidade e o bem-estar. Evangelizar, anunciar a Boa Nova é dar garantias para que ninguém viva dos vícios, mas seja uma pessoa positiva, inteira, completa, feliz.



Esta entrevista é parte do Programa de Rádio Viva a Vida da Pastoral da Criança.
Programa de Rádio 1822 - 24/08/2026 - Cigarro eletrônico também faz mal