

Vape não é inofensivo: revisão aponta riscos para adolescentes

Category: GERAL, SAÚDE

escrito por Maria Luiza | 21 de agosto de 2026



O uso de cigarros eletrônicos por crianças e adolescentes está associado a uma série de riscos à saúde, incluindo problemas respiratórios, dependência de nicotina e maior probabilidade de iniciar o consumo de cigarros convencionais. O alerta faz parte de uma ampla revisão científica liderada pelo Royal College of Paediatrics and Child Health (RCPCH), do Reino Unido, divulgada nesta quinta-feira, 20 de agosto de 2026.

A análise, que reuniu inicialmente mais de 14 mil artigos publicados, examinou em profundidade 325 estudos e incluiu 81 pesquisas consideradas relevantes em oito áreas relacionadas à saúde e ao bem-estar de crianças e jovens. A conclusão é que o vaping não deve ser tratado como uma prática inofensiva durante a adolescência.

Entre os efeitos associados ao uso dos dispositivos estão chiado no peito, tosse, sintomas de bronquite e agravamento da asma. Os pesquisadores também encontraram evidências de ligação entre o consumo de cigarros eletrônicos, dependência de nicotina e uma maior chance de que jovens passem posteriormente a fumar cigarros tradicionais.

Problemas vão além dos pulmões

A preocupação, segundo os pesquisadores, não se limita ao sistema respiratório. A revisão encontrou associações entre o vaping e problemas de saúde bucal, alterações no sono e possíveis impactos sobre o bem-estar mental.

Os estudos avaliados apontam que jovens usuários de cigarros eletrônicos apresentam maior ocorrência de sintomas e condições relacionadas a ansiedade, depressão e pensamentos suicidas. Como se trata de uma revisão de estudos observacionais em diferentes áreas, as associações não significam necessariamente que o vape seja a causa direta de todos esses problemas, mas reforçam a necessidade de aprofundar a investigação sobre seus efeitos.

Para o professor Will Carroll, coautor da revisão, a ideia de que os dispositivos eletrônicos seriam inofensivos para adolescentes precisa ser abandonada.

“Vaping não deve ser visto como uma parte inofensiva do crescimento”, afirmou Carroll, ao resumir as conclusões da análise.

Segundo ele, as evidências já mostram ligações claras entre o uso dos dispositivos, sintomas respiratórios, dependência de nicotina e a posterior iniciação ao cigarro convencional.

Estudo recente encontrou queda de até 15% no condicionamento físico

A nova revisão chega poucas semanas depois de outra pesquisa reforçar as preocupações sobre os efeitos do vaping em pessoas jovens.

Um estudo publicado em julho de 2026 na revista ERJ Open Research analisou 75 adultos jovens entre 18 e 30 anos, divididos entre pessoas que nunca fumaram ou usaram vape,

fumantes de cigarros convencionais e usuários regulares de cigarros eletrônicos que nunca haviam fumado tabaco.

Os resultados mostraram que tanto os fumantes quanto os usuários de vape apresentaram pior funcionamento dos vasos sanguíneos, menor eficiência respiratória e redução da capacidade para exercícios. Segundo o pesquisador Azmy Faisal, da Manchester Metropolitan University, os participantes que fumavam ou utilizavam cigarros eletrônicos tiveram uma redução de aproximadamente 15% no condicionamento físico em comparação com aqueles que nunca haviam usado nenhum dos produtos.

A pesquisa também observou maior sensação de falta de ar e fadiga intensa nas pernas durante os testes físicos.

O que acontece dentro dos pulmões

Outro estudo, publicado em 11 de agosto de 2026 na revista científica JCI Insight, acrescentou novos elementos ao debate sobre os efeitos do vapor dos cigarros eletrônicos.

Pesquisadores utilizaram células pulmonares humanas, tecidos pulmonares e modelos animais para investigar o impacto da exposição ao vapor. Os resultados indicaram que mesmo uma exposição relativamente curta pode desencadear danos às células localizadas nas regiões mais profundas dos pulmões e provocar alterações persistentes em mecanismos relacionados ao estresse celular e à resposta imunológica.

A pesquisa também encontrou sinais de redução da capacidade de defesa contra infecções virais em animais previamente expostos ao vapor. Os autores ressaltaram que alterações desse tipo, quando mantidas pelo uso habitual, podem aumentar a vulnerabilidade a infecções respiratórias e contribuir para o desenvolvimento de doenças pulmonares crônicas.

Popularidade entre adolescentes preocupa autoridades

O crescimento do consumo entre jovens é um dos principais fatores que levaram especialistas e governos a aumentar a vigilância sobre os cigarros eletrônicos.

Na Grã-Bretanha, uma pesquisa da organização Action on Smoking and Health (ASH) divulgada em julho de 2026 estimou que 19% dos jovens de 11 a 17 anos, o equivalente a cerca de 1,1 milhão de pessoas, já haviam experimentado vape. Aproximadamente 6%, ou cerca de 370 mil jovens, declararam uso atual, enquanto 2%, cerca de 140 mil, afirmaram utilizar os dispositivos diariamente.

Nos Estados Unidos, os dados mais recentes da National Youth Tobacco Survey, divulgados pela FDA em junho de 2026 com base na pesquisa de 2025, apontaram uma queda no uso de produtos de tabaco e cigarros eletrônicos entre estudantes do ensino fundamental e médio. Mesmo assim, cerca de 2 milhões de estudantes ainda relataram uso atual de algum produto derivado do tabaco ou contendo nicotina.

Situação no Brasil

No Brasil, os dispositivos eletrônicos para fumar seguem proibidos. A proibição abrange importação, comercialização, produção e publicidade desses produtos, além de restrições ao uso em ambientes coletivos, regras que foram reforçadas pela regulamentação atualizada em 2024.

Apesar disso, o uso continua sendo uma preocupação, especialmente entre adultos jovens. Dados citados pela Organização Mundial da Saúde indicam que, em 2024, 2,4% dos brasileiros com 18 anos ou mais relataram utilizar cigarros eletrônicos diariamente ou ocasionalmente. Entre pessoas de 18 a 24 anos, o percentual chegou a 10,1%.

O cenário preocupa especialistas porque muitos produtos são comercializados com sabores, embalagens coloridas e formatos que podem aumentar sua atratividade entre os mais jovens, apesar das restrições legais.

Debate sobre redução de danos continua

Os pesquisadores fazem uma distinção importante: os cigarros eletrônicos podem ser utilizados por alguns fumantes adultos como ferramenta para abandonar o cigarro convencional, mas isso não significa que sejam seguros para pessoas que nunca fumaram – especialmente crianças e adolescentes.

Uma grande pesquisa publicada na revista *Nature Medicine* em 8 de junho de 2026, envolvendo mais de 4,5 milhões de adultos com histórico de tabagismo na Coreia do Sul, também levantou dúvidas sobre os efeitos de longo prazo do uso de cigarros eletrônicos após abandonar o cigarro tradicional. O estudo encontrou associação entre o uso diário de vape e maior incidência e mortalidade por câncer de pulmão em comparação com pessoas que haviam parado completamente de fumar, embora os autores ressaltem que estudos observacionais não são capazes, por si só, de estabelecer uma relação direta de causa e efeito.

Para os especialistas envolvidos na nova revisão britânica, o desafio é justamente impedir que um produto eventualmente utilizado na redução de danos para fumantes adultos se transforme em uma porta de entrada para a dependência de nicotina entre adolescentes.

A mensagem central do levantamento é que, diante do crescimento das evidências científicas, o vape está cada vez mais distante da imagem de um produto inofensivo. Para crianças e jovens que nunca fumaram, os riscos respiratórios, a dependência e os possíveis efeitos sobre outras áreas da saúde colocam os cigarros eletrônicos no centro de uma preocupação crescente de médicos e autoridades de saúde

pública.

Fonte: Portal Debate e Publicado Por: Jornal Folha do Progresso 21/08/2026/13:04:39

O formato de distribuição de notícias do [Jornal Folha do Progresso](#) pelo celular mudou. A partir de agora, as notícias chegarão diretamente pelo formato Comunidades, ou pelo canal uma das inovações lançadas pelo WhatsApp. Não é preciso ser assinante para receber o serviço. Assim, o internauta pode ter, na palma da mão, matérias verificadas e com credibilidade. Para passar a [receber as notícias](#) do Jornal Folha do Progresso, clique nos links abaixo siga nossas redes sociais:

- [Clique aqui e nos siga no X](#)
- [Clica aqui e siga nosso Instagram](#)
- [Clique aqui e siga nossa página no Facebook](#)
- [Clique aqui e acesse o nosso canal no WhatsApp](#)
- [Clique aqui e acesse a comunidade do Jornal Folha do Progresso](#)

Apenas os administradores do grupo poderão mandar mensagens e saber quem são os integrantes da comunidade. Dessa forma, evitamos qualquer tipo de interação indevida. Sugestão de pauta enviar no e-mail: folhadoprogresso.jornal@gmail.com.

Envie vídeos, fotos e sugestões de pauta para a redação do JFP (JORNAL FOLHA DO PROGRESSO) Telefones: WhatsApp [\(93\) 98404 6835](#)– (93) 98117 7649.

“Informação publicada é informação pública. Porém, para chegar até você, um grupo de pessoas trabalhou para isso. Seja ético. Copiou? Informe a fonte.”

Publicado por Jornal Folha do Progresso, Fone para contato 93 981177649 (Tim) WhatsApp: [-93- 984046835](#) (Claro)

- Site: www.folhadoprogresso.com.br e -
mail: folhadoprogresso.jornal@gmail.com/ou e-mail:
adeciopiran.blog@gmail.com

[Como uma VPN protege os seus dados numa rede Wi-Fi pública?](#)