

# ESTUDO SOBRE AS INFLUÊNCIAS NO OLFATO POR MEIO DO CONSUMO DO TABACO E AROMATERAPIA

Bruno Oshiro Fujimoto<sup>1</sup>, Fernanda Namie Ito Ando<sup>2</sup>, Maria Carolina Martins Rezende<sup>1</sup>, Lucas Menezes de Moraes<sup>2</sup>

Colégio Classe A – Campo Grande – MS

[b.oshirofujimoto@gmail.com](mailto:b.oshirofujimoto@gmail.com)<sup>1</sup>, [fer.nhoqu3@gmail.com](mailto:fer.nhoqu3@gmail.com)<sup>2</sup>, [mariacarezende@gmail.com](mailto:mariacarezende@gmail.com)<sup>1</sup>, [01lucas@live.com](mailto:01lucas@live.com)<sup>2</sup>

Área/Subárea: Ciências da Saúde / Saúde Pública

Tipo de Pesquisa: (Científica)

**Palavras-chave:** Sistema olfativo, Cérebro, Dependência, Aromaterapia, Tabaco.

## Introdução

Os cheiros são formados por moléculas aromáticas que, ao serem inaladas. As informações captadas são transmitidas ao sistema límbico e cérebro, onde são processadas as emoções e memórias.

Sendo que, a aromaterapia é uma prática que consiste em melhorar a saúde do indivíduo por meio do uso de óleos essenciais produzidos a partir de diferentes tipos de plantas. Podem ser utilizados de formas variadas, como, por exemplo, por meio da inalação ou de sua absorção diretamente pela pele (MORAIS, 2009).

Sendo assim pode-se verificar que, os óleos essenciais, ao serem inalados, promovem resultados terapêuticos que articulam memória e emoção, com vistas para uma melhora do organismo, o tabagismo, também utilizado por meio da inalação, ao contrário da aromaterapia, implica danos severos ao organismo de quem o utiliza, além de provocar a dependência química.

Diante desse contexto, é possível observar como o corpo reage quando exposto à aromaterapia, bem como mensurar os problemas relacionados à inalação da fumaça do cigarro eletrônico.

## Metodologia

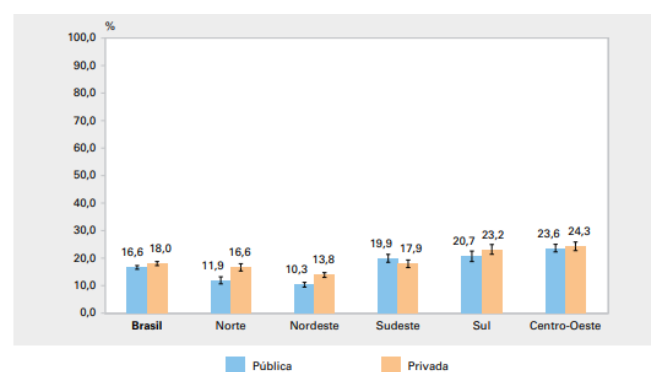
A abordagem metodológica adotada para este estudo baseou-se principalmente em uma revisão bibliográfica na plataforma “Google Acadêmico”, investigando diversos aspectos relacionados ao funcionamento do sistema olfativo e seus efeitos no organismo. A investigação também se estendeu à área da aromaterapia, analisando os usos terapêuticos dos óleos essenciais. Foram também conduzidas pesquisas específicas sobre os efeitos da nicotina, focalizando nos dados produzidos em 2019, através das análises sobre o consumo de cigarro e narguilé realizadas por meio da Pesquisa Nacional de Saúde Escolar (PeNSE) aplicada pelo Instituto Brasileiro de Geografia e Estatística (IBGE) com alunos de 13 a 17 anos regularmente matriculados em escolas

públicas ou privadas. Ao todo, foram analisados cerca de 125.123 questionários de 1288 municípios brasileiros.

## Resultados e Análise

O uso de substâncias através do olfato pode ter tanto impactos positivos quanto negativos para a saúde. Por um lado, substâncias como os óleos essenciais têm demonstrado efeitos terapêuticos benéficos. Aromas como lavanda podem auxiliar na redução do estresse e melhorar o sono, enquanto óleos cítricos podem promover sensações de alerta e energia. No entanto, é essencial alertar e conscientizar as pessoas sobre os perigos da dependência química associados a certas substâncias inaladas. A inalação de substâncias voláteis, como (fumaça do tabaco, narguilé e cigarros eletrônicos) podem ocasionar danos graves à saúde. O uso abusivo de substâncias inalantes pode causar efeitos colaterais adversos, incluindo danos pulmonares, cardiovasculares e neurológicos.

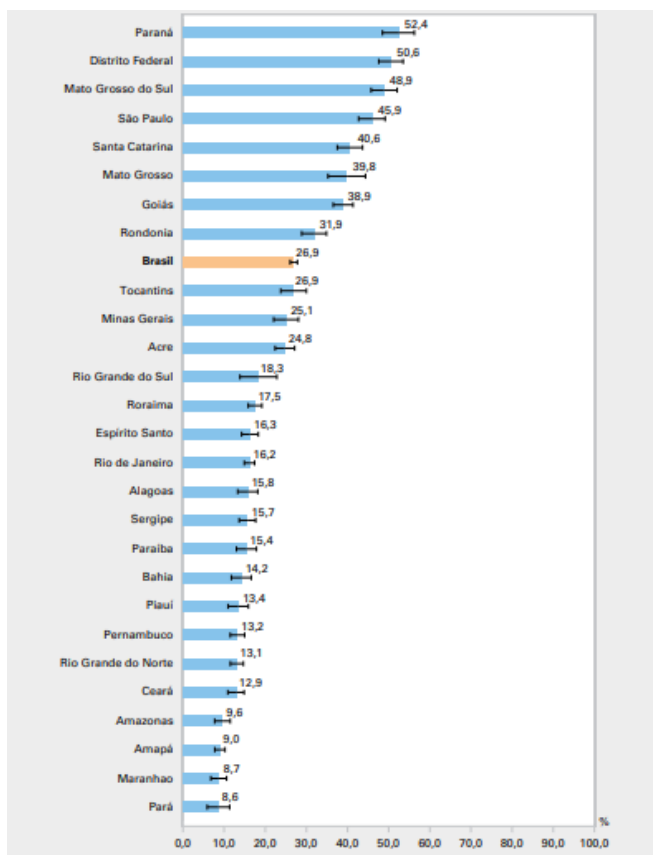
Dessa forma, a utilização de tais substâncias tem se tornado um grande problema de saúde pública, especificamente pelo seu consumo ainda na adolescência como demonstrado no gráfico 1.



**Gráfico 1:** Percentual de alunos de 13 a 17 anos que alguma vez na vida já experimentou cigarro eletrônico.

Fonte: IBGE, 2019.

Mormente com o gráfico 1, o IBGE constatou que cerca de 34,6% dos alunos de 13 a 17 anos de idade já fumaram cigarro eletrônico alguma vez na vida. Ainda de acordo com a PeNSE, entre os estudantes de 13 a 17 anos de idade, 16,8% já experimentaram o cigarro eletrônico, e 26,9% já experimentaram narguilé (gráfico 2).



**Gráfico 2:** Percentual de alunos de 13 a 17 anos que alguma vez na vida já experimentaram narguilé.

**Fonte:** IBGE, 2019.

### Considerações Finais

Certamente, os dados e as pesquisas realizadas destacam a urgente necessidade de uma divulgação abrangente sobre os malefícios do tabagismo em todas as suas formas, incluindo cigarros, narguilés e cigarros eletrônicos. A conscientização é fundamental para informar os jovens sobre os riscos que o consumo dessas substâncias pode acarretar, não apenas para sua saúde física, mas também para sua qualidade de vida de maneira mais ampla. O projeto destaca os benefícios que a aromaterapia pode proporcionar tanto para o bem-estar físico quanto mental das pessoas. Paralelamente, o projeto enfatiza os danos que o tabagismo, tanto ativo quanto passivo, pode

causar à saúde, ao convívio social e até mesmo à saúde financeira das pessoas.

Ao abordar esses dois aspectos, o projeto visa educar e conscientizar sobre as escolhas que podem impactar diretamente a qualidade de vida. Isso é alcançado ao explorar a capacidade única do olfato em influenciar as emoções e memórias, e ao realçar como a aromaterapia pode ser uma ferramenta positiva para promover o bem-estar. Simultaneamente, o projeto resalta os perigos do tabagismo, ressaltando que as consequências vão além da saúde pessoal e se estendem ao ambiente social e financeiro. Através dessa abordagem completa, o projeto busca oferecer informações e conhecimentos que possibilitem às pessoas tomarem decisões mais saudáveis e conscientes para suas vidas.

### Agradecimentos

Com muita gratidão registramos nosso reconhecimento às seguintes instituições: Colégio Classe A, Instituto Federal, Grupo Arandú e Universidade Federal pela propagação da divulgação científica através de eventos que impulsionam o contato dos estudantes com a resolução de problemas e o desenvolvimento de pesquisas na educação básica.

### Referências

IBGE. PeNSE - **Pesquisa Nacional De Saúde Do Escolar**. 2018. Disponível em: <<https://www.ibge.gov.br/estatisticas/sociais/saude/9134-pesquisa-nacional-de-saude-do-escola.html?=&t=microdados>> Acesso em 14 ago. 2023

INSTITUTO NACIONAL DO CÂNCER - **Tabagismo passivo: a importância de ambientes 100% livres da fumaça de tabaco**. Disponível em: <[http://www.inca.gov.br/bvscontrolecancer/publicacoes/Nota\\_tecnica\\_8\\_tabagismo\\_passivo.pdf](http://www.inca.gov.br/bvscontrolecancer/publicacoes/Nota_tecnica_8_tabagismo_passivo.pdf)> **Tabagismo passivo: a importância de ambientes 100% livres da fumaça de tabaco** Acesso em 11 ago. 2023

MINISTÉRIO DA SAÚDE - **Narguilé e cigarro eletrônico: modismo entre os jovens**. 2018. Disponível em: <<https://www.gov.br/saude/pt-br/assuntos/saude-brasil/eu-querer-parar-oi-de-fumar/noticias/2018/narguile-e-cigarro-eletronico-modismo-entre-jovens>> Acesso em: 13 ago. 2023.

MORAIS L. A. S. **Influência dos fatores abióticos na composição química dos óleos essenciais**. 2009. Disponível em: <[https://scholar.google.com.br/scholar?hl=pt-BR&as\\_sdt=0%2C5&q=composi%C3%A7%C3%A3o+de+oleos+essenciais+&btnG=#d=gs\\_qabs&t=1691976883466&u=%23p%3DF9UuIb864MgJ](https://scholar.google.com.br/scholar?hl=pt-BR&as_sdt=0%2C5&q=composi%C3%A7%C3%A3o+de+oleos+essenciais+&btnG=#d=gs_qabs&t=1691976883466&u=%23p%3DF9UuIb864MgJ)> Acesso em 15 ago. 2023.