



PAPEL DA NICOTINA NO DESENVOLVIMENTO DA ANSIEDADE: UMA REVISÃO DE LITERATURA

INTRODUÇÃO: Embora a taxa de usuários de tabaco tenha reduzido nos últimos anos, as doenças relacionadas ao seu uso prevalecem como a principal causa de morte evitável. O tabagismo está associado a problemas físicos e mentais e pode agravar ou desencadear sintomas de ansiedade, especialmente durante a síndrome de abstinência, que ocorre quando o usuário tenta cessar o hábito do fumo. Devido à ação da nicotina no sistema nervoso central, tal substância age modulando vários sistemas de neurotransmissores envolvidos na regulação do humor e da ansiedade. Além disso, sua dependência mostra comorbidade excepcionalmente alta com uma variedade de distúrbios neuropsiquiátricos, incluindo esquizofrenia, transtornos de humor e ansiedade. **OBJETIVOS:** Relatar os efeitos da nicotina no sistema nervoso central, sua relação com a ansiedade e métodos de enfrentamento. **METODOLOGIA:** Foi realizada uma revisão narrativa acerca do papel da nicotina no desenvolvimento da ansiedade nas bases de dados PubMed, Google Acadêmico, Scielo e Capes Periódicos, por meio dos descritores “anxiety due to lack of nicotine”, “nicotine” e “anxiety”. Foram incluídos 25 artigos publicados entre 2000 e 2024. **RESULTADOS:** A nicotina, substância psicoativa do tabaco, age no sistema nervoso central, ligando-se a receptores nicotínicos de acetilcolina que provoca a liberação de dopamina e causa a dependência, o que contribui para o desenvolvimento da ansiedade e de sintomas da síndrome de pânico. Além disso, a exposição prolongada à nicotina desregula o sistema hipotálamo-hipófise-adrenal, resultando em hipersecreção de cortisol e alteração na regulação de reações estressoras, aumentando assim a propensão à ansiedade. Contudo, essa droga também exerce influência no período de abstinência aumentando os níveis de ansiedade e dificultando a cessação do tabagismo, pois influencia na ação de receptores nicotínicos, como o GABA_B1, sendo muito utilizada para a automedicação de uma ansiedade já existente. Ademais, com a manutenção dos hábitos tabagistas, pode haver modificações nos mecanismos neuronais que transformam a droga até então ansiolítica em ansiogênica dentro do organismo, devido a grande gama de receptores nicotínicos e suas diferentes sensibilidades. Entretanto, existe um viés de pensamento que entende que essa não apresenta papel ansiolítico em si, apenas gera um alívio para a ansiedade causada pela abstinência, o que explicaria o paradoxo entre excitação simpática e sensação de relaxamento causado pela nicotina. Dessa forma, o tratamento deve incluir tanto a abordagem para a dependência de nicotina quanto a gestão dos sintomas de ansiedade, utilizando medicações e terapias alternativas, como terapia cognitivo-comportamental e acupuntura, para ajudar os dependentes a superar o vício e os sintomas associados. **CONCLUSÃO:** A nicotina exerce efeitos profundos no sistema nervoso central, modulando neurotransmissores críticos para o humor e a ansiedade. Essa substância possui efeitos que tornam o tabaco viciante causando seu efeito de dependência, e está associada a um aumento nos sintomas de ansiedade, durante o uso contínuo e a abstinência. Esses achados reforçam a necessidade de abordagens terapêuticas integradas que tratem simultaneamente a dependência da nicotina e os transtornos ansiosos, utilizando tanto intervenções farmacológicas quanto terapias alternativas, para aumentar as chances de cessação do tabagismo e promover uma recuperação sustentável.

PALAVRAS-CHAVE: Nicotina, Ansiedade, Transtornos, Tabaco, Vício.