

CANNABIS

(CHARROS; GANZA; XITO; CHARUTOS; ERVA; PORRO)

Nenhuma droga, legal ou ilegal, é isenta de efeitos secundários.

A cannabis é a mais popular de todas as drogas ilegais e aparece normalmente no seu estado seco natural, como erva ou como resina (haxixe); no entanto, os seus efeitos são diversos e, por isso, é necessário estar informado.

Produzimos este folheto para que, de uma forma simples, possas encontrar informação sobre esta substância.

NÓS ALERTAMOS... TU DECIDES!

ERVA: FLOR E FOLHA HAXIXE: RESINA E ÓLEO

A cannabis apresenta-se sob várias formas, resina ou haxixe, erva ou óleo.

A erva provém de uma larga variedade de "castas". Uma das mais fortes é o Skunk. Quanto mais forte é o tipo de erva maior é a quantidade de THC (o princípio activo que provoca a "pedra") e mais alucinogénico é o efeito.

FORMAS DE CONSUMO

A cannabis é, na maior parte das vezes, fumada com tabaco e o tabaco só por si provoca vários problemas.

Embora os "charros" sejam a forma mais usual de consumir cannabis, há outras formas de consumo: puro, em cachimbos próprios, em cachimbos de água e, apesar de menos usual em Portugal, a cannabis pode também ser ingerida.

PORQUE SE CONSUME?

As pessoas utilizam cannabis pelas mais variadas razões.

Algumas acham-na relaxante e social, uma droga de recreio que realça as cores e os sons. Outras, utilizam-na com fins medicinais (apesar de não ser legal fazê-lo), pois contém propriedades relaxantes e estimuladoras do apetite. Muitas pessoas consideram a cannabis praticamente inofensiva e têm lutado pela sua legalização. No entanto, a verdade é que o seu consumo não é isento de riscos.

COMPOSIÇÃO

São vários os compostos da cannabis, sendo o mais importante o 9-THC (Delta 9 Tetrahydrocannabinol), princípio activo químico que provoca os efeitos associados ao seu consumo, quanto maior for a quantidade de 9-THC mais alucinogénico é o efeito. Em doses pequenas, os efeitos podem ser contraditórios: estimulante e sedativo. Mas os seus efeitos reais são condicionados por vários factores: grau de pureza, ambiente gerado à volta do consumo, bem como da predisposição de quem consome.

EFEITOS

Os efeitos negativos da cannabis podem incluir sensações de paranóia, boca seca, problemas respiratórios e ansiedade. Outros efeitos que podem ocorrer em determinadas situações incluem redução da capacidade de concentração, cansaço, confusão, alteração da memória e dissociação de ideias.

Tal como os ácidos, a cannabis pode ter efeitos alucinogénicos e causar ansiedade. As más experiências podem incluir ataques de pânico ou hiperventilação (respiração rápida e superficial, dando a sensação de tontura).

A cannabis pode retirar a capacidade de concentração, a memória, bem como a capacidade de reacção a uma situação inesperada.

PORQUÊ ARRISCAR?

DURAÇÃO DOS EFEITOS

A cannabis é a droga que mais tempo permanece no organismo podendo ser detectada, através de análises, durante vários dias, ou mesmo semanas, após o consumo.

Os efeitos começam a sentir-se rapidamente, apenas em minutos e duram aproximadamente 3 a 6 horas, no entanto, e dependendo da quantidade de THC da planta, estes podem ser sentidos durante 24 horas.

DEPENDÊNCIA

O uso regular de cannabis pode ser visto como uma forma de dependência e para algumas pessoas torna-se bastante difícil parar os consumos desta substância, mesmo quando não se assume que esta situação está a acontecer (negação da dependência). Há um crescente número de consumidores a pedir ajuda em centros especializados para pararem o consumo. Os utilizadores regulares acabam, muitas vezes, por descobrir que a cannabis se tornou "tudo" na sua vida. **NÃO TE DEIXES "ENROLAR".**

EFEITOS NA CONDUÇÃO

Conduzir, motas ou carros, debaixo do efeito da cannabis pode ser potencialmente perigoso, especialmente se for misturado com álcool. A cannabis diminui a percepção do risco, assim quando não vês perigo acabas por ser tu o perigo. Há muitos acidentes que podem ser evitados.

PORQUÊ UM CHARRO?

NEM SEMPRE É PRECISO DIZER SIM PARA PERTENCER AO GRUPO

ESCALADA DOS CONSUMOS

Um dos problemas do consumo de cannabis está relacionado com a escalada dos consumos, ou seja, o contacto com esta substância pode levar ao consumo de outras com consequências potencialmente graves. Apesar de sabermos que nem todas as pessoas que consomem cannabis experimentam outras drogas sabemos, também, que a maioria dos consumidores de cocaína e heroína iniciaram os seus consumos de drogas com cannabis.

MISTURADA COM OUTRAS DROGAS

Se as várias drogas são perigosas por si, ainda o são mais quando misturadas. Misturar cannabis com álcool produz um efeito potenciado, quer do álcool quer da cannabis. Neste caso, a ansiedade e/ou apatia instalam-se rapidamente, o que se pode tornar numa experiência verdadeiramente assustadora.

PROBLEMAS MÉDICOS ASSOCIADOS

São vários os problemas médicos associados ao consumo de cannabis, dos quais se destacam:

- Bronquite crónica;
- Dependência psicológica devido ao princípio activo THC;
- Problemas de memória, de motivação e de aprendizagem;
- Agravamento de problemas psíquicos ou psiquiátricos, particularmente junto dos jovens consumidores;
- Risco acrescido de desenvolvimento de doenças pulmonares;

LEI

A cannabis, é uma droga ilegal. Com 16 anos és responsável legalmente pelo consumo, posse ou plantação de cannabis (Lei n.º 30/2000).

DICAS

O consumo de drogas é sempre um risco, mas se depois de teres informação correcta sobre os riscos que corres e ainda assim decidires consumir, ficam aqui algumas recomendações que te podem ser úteis:

- 1 não mistures cannabis com álcool ou outras drogas;
- 2 procura lugares calmos evitando situações de conflito;
- 3 nunca consumas se tens que estudar, trabalhar ou tomar decisões importantes para a tua vida;
- 4 não conduzas, procura andar a pé ou viajar de transportes públicos;
- 5 se não te sentes bem, se estás deprimido, triste ou ansioso não consumas, só vais agravar a situação;
- 6 tem cuidado com as pessoas com quem escolhes consumir, mas evita fazê-lo sozinho;
- 7 se depois de consumires te sentires mal, enjoado, com palpitações ou vômitos **pede ajuda.**

CASO TENHAS PROBLEMAS PSICOLÓGICOS (OU ANTECEDENTES NA FAMÍLIA), CARDÍACOS, RESPIRATÓRIOS OU ESTEJAS GRÁVIDA.

NÃO ARRISQUES! PASSA O CHARRO!

SE TENS DÚVIDAS, LIGA

1414 LINHA VIDA
SOS DROGA
GRÁTIS

OU VISITA: www.drogas.pt

Ficha técnica
Título: Cannabis (charros; ganza; xito; charutos; erva; porro)
Autores: Paula Vale de Andrade e Miguel Sampaio
Editor: Instituto da Droga e da Toxicod dependência
Design e composição: PLASMA
Tiragem: 3000 exemplares