

DIGA NÃO ÀS DROGAS



Nem todas as substâncias legalizadas são benéficas à sua saúde. Bebidas alcoólicas e cigarros, por exemplo, causam danos ao organismo, e podem levar à dependência. Se você precisa ou conhece alguém que precise de ajuda devido ao abuso de qualquer substância, entre em contato!



Para mais informações sobre a temática e a rede de serviço:

Prédio da Central do Brasil

Pça Cristiano Ottoni s/n sl 736

Tel: 2332-6775

E-mail: agenda.sepredeqrj@sedsdh.rj.gov.br

MITOS E VERDADES SOBRE O USO DE DROGAS



PREVENÇÃO

A mesma droga pode ter diferentes efeitos na pessoa que a consome.

Mito ou verdade?

Verdade – Os efeitos e as consequências da utilização de drogas dependem de três fatores: a substância, a pessoa que a consome e o contexto em que é consumida.

As drogas não afetam apenas as pessoas mais pobres.

Mito ou verdade?

Verdade – O consumo de drogas ocorre em todas as classes sociais, e por isso não pode ser considerado um problema causado pela falta de recursos econômicos.

Existem drogas leves e drogas pesadas.

Mito ou verdade?

Mito – De acordo com a Organização Mundial da Saúde, "droga" é toda substância, natural ou sintética, que altera o funcionamento do sistema nervoso central. Portanto, não se pode dizer que existem drogas leves ou pesadas. O seu consumo é que poderá ser considerado leve ou pesado, dependendo da quantidade e da frequência com que é feito.

A nicotina é uma droga.

Mito ou verdade?

Verdade – A nicotina é uma substância psicoativa presente no tabaco, com efeitos estimulantes no Sistema Nervoso Central, ou seja, no cérebro, e que causa grande dependência. Parar de consumir pode gerar sintomas de abstinência, como ansiedade, agressividade, dificuldade de concentração, aumento do apetite, inquietação, entre outros.

Fumar cannabis é menos prejudicial que fumar tabaco.

Mito ou verdade?

Mito – A cannabis contém muitos dos componentes cancerígenos existentes no tabaco, e em maior quantidade (mais de 50%). Além disso, a forma de consumo (fumada sem filtro e com aspirações profundas) aumenta o risco de desenvolver tumores.

Quando se deixa de fumar passa-se muito mal. A sensação é pior que a de uma eventual doença que você venha a desenvolver.

Mito ou verdade?

Mito – É certo que quando se deixa de fumar, o organismo sente falta da nicotina, o que provoca um mal-estar. No entanto é uma sensação temporária, enquanto os benefícios futuros são eternos. As melhorias são evidentes e aparecem poucos dias após o abandono do consumo.

Maconha não vicia.

Mito ou verdade?

Mito – A maconha tem sim potencial para viciar usuários. Estima-se que 100% dos que experimentam se tornam dependentes.

A cocaína causa uma elevada dependência psicológica.

Mito ou verdade?

Verdade – A cocaína é uma das drogas que mais facilmente cria dependência psicológica, mesmo quando consumida em poucas ocasiões. A curta duração dos seus efeitos provoca um intenso desejo de repetir o consumo, podendo levar a uma compulsividade.

As substâncias alucinógenas (LSD, cogumelos, etc.) proporcionam apenas sensações harmoniosas e agradáveis.

Mito ou verdade?

Mito – Os efeitos dos alucinógenos são muito imprevisíveis, podendo originar experiências bastante desagradáveis e até assustadoras ("bad trips"), como a perda completa do controle, desorientação, agitação, estados de pânico, sensação de perseguição etc.

Os menores de idade não são penalizados pela lei por consumirem substâncias ilícitas.

Mito ou verdade?

Mito – Com 16 anos já se é responsabilizado legalmente pelo consumo, posse ou plantação de substâncias ilícitas.

Não corro qualquer risco só por experimentar!

Mito ou verdade?

Mito – A partir da primeira experiência já existe o risco de surgir um vício. O consumo que a pessoa pretende fazer de forma esporádica pode se tornar compulsivo, levando ao vício em uma substância que traz consequências negativas ao organismo.

O cigarro eletrônico não vicia.

Mito ou verdade?

Mito – O cigarro eletrônico contém um cartucho que armazena nicotina líquida, água, substâncias aromatizantes e solventes. De acordo com o Ministério da Saúde, toda e qualquer forma de nicotina causa dependência sim.



Crack é uma droga usada somente por pessoas de baixa renda.

Mito ou verdade?

Mito – O crack é uma droga barata, e portanto financeiramente acessível também para pessoas de menor poder aquisitivo. No entanto, pesquisas realizadas pelo Programa de Orientação e Atendimento a Dependentes (PROAD), da Universidade Federal de São Paulo (Unifesp), mostram que há, entre os usuários do crack, uma parcela de classe média e classe alta.

As drogas sintéticas são seguras.

Mito ou verdade?

Mito – Os usuários não conhecem a composição dos produtos que ingerem. Não são elementos que passaram por algum teste de qualidade. As pessoas estão sujeitas à adulterações e expostas à substâncias que podem prejudicar o organismo.

Dependentes precisam de punição e não de tratamento.

Mito ou verdade?

Mito – Dependência precisa ser tratada, e não punida. Chegar a este quadro já indica alguma dificuldade, seja ela pessoal ou social, não resolvida. Estas pessoas precisam de cuidado e ajuda.