

Uma substância ser legalizada não significa que seja benéfica à sua saúde. Bebidas alcóolicas e cigarros, por exemplo, causam vários danos ao organismo, e podem levar à dependência.

Se você, ou alguém do seu círculo familiar ou de amizade, precisa de ajuda devido ao abuso de qualquer substância, entre em contato!



### PARA OUTRAS INFORMAÇÕES:

Tel: (21) 97069 - 1750

E-mail: [agenda.sepredeqrj@sedsdh.rj.gov.br](mailto:agenda.sepredeqrj@sedsdh.rj.gov.br)

PREVENÇÃO

# MITOS E VERDADES

## SOBRE O USO DE DROGAS

Secretaria de  
Desenvolvimento Social  
e Direitos Humanos



GOVERNO DO ESTADO  
**RIO DE JANEIRO**

## Mitos e verdades sobre o uso de drogas

### 1 - A mesma droga pode ter diferentes efeitos na pessoa que a consome?

**Verdade** - De acordo com a Secretária Nacional de Políticas Sobre Drogas e Gestão de Ativos - SENAD (2005), os efeitos e as consequências da utilização de drogas dependem de três fatores: a substância, a pessoa que a consome e o contexto no qual ela é consumida.

### 2 - Existem drogas leves e drogas pesadas.

**Mito** - De acordo com a Organização Mundial de Saúde - OMS (1993) apud Conselho Nacional de Políticas sobre Drogas - CONAD (2022), “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, porque o consumo é que poderá ser considerado leve ou pesado, dependendo da quantidade e da frequência com que é feito.

### 3 - A Nicotina é uma droga.

**Verdade** - A nicotina segundo Rosemberg (2019), é uma substância psicoativa presente no tabaco, com efeitos estimulantes no Sistema Nervoso Central, ou seja, no cérebro, causando grande dependência. Parar de consumir pode gerar sintomas de abstinência, como ansiedade, agressividade, dificuldades de concentração, aumento de apetite, inquietação, entre outros.

### 4 - Maconha não vicia.

**Mito** - A Maconha tem sim potencial para viciar usuários. Estima-se que 100% dos que experimentam se tornam dependentes. Segundo Ribeiro et al (2005), muitos estudos comprovam que os atuais critérios de dependência também aplicam-se à dependência da maconha. O Conselho Federal de Medicina (2019) associa à dependência por consequência da maconha.

### 5 - Fumar cannabis é menos prejudicial que fumar tabaco.

**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. Portanto, a cannabis pode gerar problemas de saúde mais graves do que os causados pelo uso de cigarro de tabaco (Brasil, 2022).

### 6 - A cocaína causa uma elevada dependência psicológica.

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

### 7 - Não corro qualquer risco só por experimentar.

**Mito** - A partir da primeira experiência já existe o risco de surgir o vício. O consumo que a pessoa pretende fazer de forma esporádica pode se tornar compulsivo. O vício em uma substância como drogas gera consequências negativas ao organismo.

### 8 - O cigarro eletrônico não vicia.

**Mito** - O cigarro eletrônico contém um cartucho que armazena nicotina líquida, água, substância aromatizantes e solventes. De acordo com o Ministério da Saúde (2023), toda e qualquer forma de nicotina causa dependência.

### 9 - As drogas sintéticas são seguras.

**Mito** - Os usuários não conhecem a composição dos produtos que ingerem. Não são elementos que passaram por algum teste de qualidade. Desta forma, as pessoas ficam vulneráveis as adulterações e expostas a substâncias que podem prejudicar o organismo.

**ATENÇÃO: DROGA É TODA SUBSTÂNCIA QUE MODIFICA UMA OU MAIS DAS SUAS FUNÇÕES, INDEPENDENTEMENTE DE SER LÍCITA OU ILÍCITA.  
A DEPENDÊNCIA QUÍMICA É UMA DOENÇA QUE AFETA AS RELAÇÕES SOCIAIS E COMPROMETE A SAÚDE FÍSICA E MENTAL**

# VAMOS PREVENIR!

