



Canábis

www.cnapa.lu

CNAPA
Centre National
de Prévention des Addictions





Flores secas da planta Cannabis sativa L.: marijuana, erva, liamba ou maconha

Resina prensada da planta Cannabis sativa L.: haxixe



Canábis é a designação dada às plantas, a cuja família pertence também o cânhamo, uma das culturas agronómicas mais antigas da Humanidade. Com efeito, o cânhamo já é cultivado há milhares de anos, sendo aproveitado para múltiplos fins (*por exemplo, fabrico de têxteis, cordas, papel*). Consoante a variedade, estas plantas também têm sido usadas desde há longa data para fins medicinais e como estupefaciente (*droga*).

As informações que se seguem centram-se na canábis usada como droga.



Substance active principale

- THC (*delta-9-tetrahydrocannabinol*)



Estatuto jurídico

- Ilegal: são proibidos o consumo, a posse, a aquisição, o cultivo e o comércio



Formas de consumo

- Esta droga é sobretudo fumada: misturada com tabaco ou pura (*enrolada num "charro"*)
- Inalada (*usando um vaporizador*)
- Comida ou bebida (*biscoitos, chá, ...*)



Início e duração da ação psicotrópica

- **Fumada/inalada:**
 - Início: após poucos minutos
 - Duração: cerca de 2 a 3 horas
- **Comida/bebida:**
 - Início: após cerca de 30 minutos até 2 horas
 - Duração: várias horas



Efeitos

- Relaxante, calmante
- Descontração, sensação de bem-estar
- Vontade de rir sem razão especial (*ataques de riso*)
- Acentuação de sensações agradáveis
- Percepção sensorial alterada: intensificação das sensações causadas pelo toque, pelos sabores, pelos ruídos, alucinações leves
- Distorção da noção do tempo
- Pensamento alterado, saltos no raciocínio
- Aumento do apetite



Riscos e efeitos secundários

- Acentuação de sensações desagradáveis
- Perturbações da concentração, atenção e capacidade de memorização
- Diminuição da motivação
- Ansiedade e ataques de pânico
- Cansaço, abrandamento das reações
- Vermelhidão nos olhos, ligeiro aumento da sensibilidade ocular à luz
- Problemas cardiovasculares, tonturas, vertigens



Riscos a longo prazo

- Dependência
- Psicoses (*por exemplo, delírios, perda da noção da realidade*)
- Sintomas depressivos
- Se a droga for fumada: afeções do aparelho respiratório, cancro dos pulmões, doenças do sistema cardiovascular
- Se for fumada com tabaco: risco adicional de criar dependência da nicotina

Convém saber ...

- ✓ A canábis (*com teor significativo de THC*) é uma substância ilegal no Luxemburgo. Nem sequer são permitidas pequenas quantidades.
- ✓ A canábis é a droga ilegal mais consumida na Europa.
- ✓ O teor de THC nos derivados da canábis pode variar muito, elevando-se, por regra, a 5-30%.
- ✓ Uma vez que não existe qualquer serviço oficial que controle a qualidade destes produtos, o teor de THC nem sempre é do conhecimento dos consumidores, razão pela qual é muito difícil prever os efeitos desejados, nem muito menos os indesejados.
- ✓ Quem consome canábis deveria abster-se de conduzir um automóvel. O risco de acidente de viação é muito maior, bem como a possibilidade de ficar sem carta de condução. A prova da presença de THC proveniente do consumo de canábis no organismo humano pode ser obtida através de um teste à saliva por ocasião de um controlo da polícia de trânsito.
- ✓ Consoante a frequência e intensidade de consumo, a presença de canábis (*e dos seus subprodutos*) no organismo pode ser detetada mesmo já passados alguns dias, ou decorridas algumas semanas ou mesmo meses após o último consumo.
- ✓ O THC é o canabinóide responsável em primeira linha pelo efeito psicotrópico desta droga. Contudo, a canábis contém muitos outros canabinóides. Entre eles, refira-se o CBD (*canabidiol*), só que esta substância não tem praticamente quaisquer efeitos psicoativos. Por essa razão, os produtos de canábis com CBD cujo teor de THC não excede os 0,3% são autorizados no Luxemburgo.



A canábis pode ser considerada um produto natural?

- O facto de uma droga ser obtida diretamente da natureza ou sintetizada num laboratório nada diz sobre a sua perigosidade. A forma como é utilizada é que é determinante.
- Além disso, estas plantas hoje em dia são tão manipuladas geneticamente que já não se pode mais falar de uma droga «natural».

Será que o consumo de canábis torna as pessoas passivas e desmotivadas?

- Até à data não havia qualquer prova de que o consumo desta droga fomentasse nas pessoas uma perda de motivação.
- Durante a fase de euforia (*“pedrada”*) causada pela substância, a canábis pode facilmente reforçar sintomas como o alheamento, a inércia, a perda de resistência ao stress ou a passividade sem, no entanto, estar na origem desses fenómenos.
- Não foi possível demonstrar até à data que, entre consumidores, persista no tempo uma atitude do tipo «estou-me nas tintas para tudo» após o consumo pontual de canábis.

Será a canábis uma droga de iniciação a drogas mais pesadas?

- O pressuposto segundo o qual os consumidores de canábis transitariam após algum tempo automaticamente para outras drogas ilegais não tem qualquer fundamento.
- Apesar de a canábis ter sido, para quase todos os consumidores de heroína, a primeira droga que experimentaram, não se pode concluir que todos os consumidores de canábis venham forçosamente a consumir outras drogas no futuro.
- Na verdade, o que se verifica é que a grande maioria dos consumidores de canábis não consome quaisquer outras drogas ao longo da sua vida.



Poderá a canábis causar uma psicose ?

- Através do consumo da canábis *(bem como de muitas outras drogas legais e ilegais)* corre-se sempre o risco, sobretudo se houver propensão para isso, de adoecer de psicose numa fase de abstinência.
- O melhor mesmo será nunca consumir canábis, se na família já houver alguém que sofra de psicose. Ou se a pessoa detetar em si mesmos sintomas iniciais de perturbações semelhantes a uma psicose, como a mania da perseguição ou a incapacidade para refrear os próprios pensamentos.
- Independentemente de todas essas considerações, pode acontecer que, sob o efeito da canábis, se verifiquem estados psicóticos, os quais, no entanto, acabam normalmente por desaparecer à medida que o efeito da droga diminui.

Poderá a canábis ser utilizada para fins medicinais ?

- Existem registos milenares dos benefícios destas plantas para a saúde e, com efeito, a sua aplicação terapêutica foi comprovada pela ciência moderna.
- Além do princípio ativo THC, o canabidiol (*CBD*) é o constituinte que tem sido mais alvo de atenção por parte da pesquisa científica no domínio da medicina.
- No Luxemburgo, desde 2019 que as flores de canábis com reduzido teor de THC podem ser receitadas por médicos com formação especializada para aliviar: câibras musculares no caso da esclerose múltipla, náuseas e enjoos causados pela quimioterapia usada em oncologia e dores crónicas.
- **Mas cuidado:** Embora a canábis possa ser aproveitada para fins medicinais, não é de forma alguma uma cura para todos os males.

Fale com o seu médico!



Nenhum consumo de drogas legais ou ilegais é isento de riscos!

No consumo de drogas permitidas ou não por lei, os efeitos que cada um sente variam muito e dependem de vários fatores (*tipo de consumo, dose, idade, sexo, meio envolvente, estado de espírito, bem como experiência e expectativa*).

O consumo de qualquer droga pode levar à dependência.

Há que evitar o consumo de drogas legais e ilegais nas seguintes situações:

- Na juventude (*durante a fase de desenvolvimento físico e psíquico*)
- Na circulação rodoviária e no exercício de outras atividades que exijam uma cabeça fria (*desporto, operação de máquinas e ferramentas ...*)
- No local de trabalho / na escola
- Durante a gravidez e a amamentação
- Se a pessoa já sofrer de alguma doença crónica

Além disso importa ter o máximo cuidado:

- Se não se conhece a qualidade do produto e não há forma de a verificar
- No caso de um consumo combinado de várias substâncias, ou seja, consumir bebidas alcoólicas em conjunto com outras drogas
- No caso da toma simultânea de medicamentos

Sempre que se constatar que uma pessoa não se sente bem após ter consumido drogas legais ou ilegais, há que adotar uma atitude responsável e ajudar essa pessoa. Em caso de dúvida, deve-se ligar para o número das urgências 112 e aplicar medidas de primeiros socorros.



112



**Tem perguntas sobre a
dependência, as drogas e as
ofertas de ajuda?**

***Questions about addiction,
drugs and assistance?***

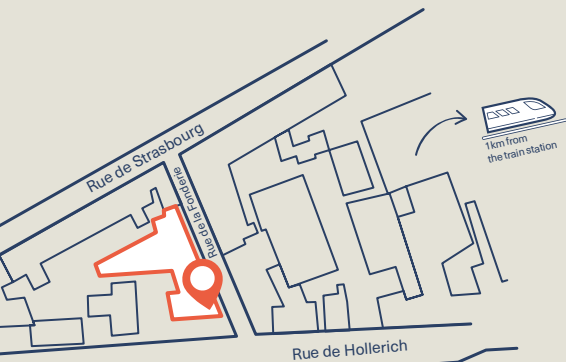
cnapa - Centre National de Prévention des Addictions - 2020. A presente brochura é financiada pelo fundo de luta contra certas formas de criminalidade.

cnapa - Centre National de Prévention des Addictions (National Centre for Addiction Prevention) - 2020. This leaflet is financed by the fighting fund against certain forms of criminality.



Fro No

 **T. 49 77 77-55**
frono@cnapa.lu | www.cnapa.lu



CNAPA

**Centre National
de Prévention des Addictions**

INFORMÉIEREN · SENSIBILISÉIEREN · FORMÉIEREN · KOORDINÉIEREN

8-10, rue de la Fonderie L-1531 Luxembourg

T + 352 49 77 77-1 | www.cnapa.lu | info@cnapa.lu

Ofertas:

Cursos de especialização e apoio a projetos no domínio da prevenção da toxicodependência e da promoção da saúde

Informações sobre a prevenção da toxicodependência e propostas de ajuda

Biblioteca (catálogo online): Empréstimo de livros e materiais didáticos

<http://bib.cnapa.lu/public/index.php>

Offerings:

Training courses and project counselling on addiction prevention and health promotion

Information on addiction prevention, dependencies and assistance

Library (online catalogue):

Lending of books and educational material

<http://bib.cnapa.lu/public/index.php>