
A VERDADE SOBRE A
Cocaína
CRACK
Base
Crack
Branca
Dura
Pedra
Pedregulho
NaoAsDrogas.pt



PORQUE É QUE ESTE FOLHETO FOI PRODUZIDO

Hoje em dia, ouve-se falar muito de drogas — na escola, nas ruas, na Internet e na televisão. Algumas coisas são verdadeiras, outras não.

O que poderá não saber é que muito do que ouve falar sobre drogas vem, na verdade, daqueles que as vendem. Ex-traficantes disseram que diziam às pessoas qualquer coisa para as levar a comprar drogas.

Você precisa dos factos reais e da verdade sobre as drogas para poder tomar uma decisão informada sobre estas. Foi por isso que preparámos este folheto — para si.

O seu feedback é importante para nós, por isso diga-nos o que pensa sobre este folheto. Visite-nos em **NaoAsDrogas.pt** e envie-nos um e-mail para **info@drugfreeworld.org**.

O Que É a Cocaína Crack?



A cocaína crack é um estimulante poderoso e altamente viciante feito a partir de cocaína em pó.* Apresenta-se em blocos sólidos ou cristais que podem ser amarelos, rosa pálido ou brancos. O nome *crack* vem do som de estalido ou estalo que faz quando é aquecido e fumado.

Na década de 1980, o crack tornou-se uma droga de abuso nos Estados Unidos e, desde então, espalhou-se pela América do Norte e do Sul, Europa e outras partes do mundo. O crack pode ser fumado ou inalado. Fumar crack permite que este chegue rapidamente ao cérebro, criando uma pedrada intensa e imediata que dura apenas cerca de 15 minutos. Fumar crack pode levar à dependência muito rapidamente, por vezes até após o primeiro consumo. As pessoas dependentes de crack ficam presas num ciclo constante de tentarem manter aquele efeito inicial.

Como a cocaína costumava ser muito cara, era considerada uma "droga de ricos". O crack, por outro lado, é vendido a preços suficientemente baixos para que até os adolescentes possam comprá-lo — pelo menos no início. Mas, uma vez que alguém se torna dependente, o custo aumenta rapidamente, pois precisa de mais para satisfazer o seu hábito.

* Para mais informações sobre a cocaína na sua forma em pó, consulte o folheto *A Verdade Sobre a Cocaína* desta série.



Nomes de Rua

Alguns nomes de ruas comuns para a cocaína crack incluem:

- Bombom
- Base
- Bomba
- Docinhos
- Fumo
- Tijolo
- Crack
- Cocaína Crack
- Cinza
- Fumo do Diabo
- Dados
- Saco Cheio
- Freebase
- Batatas
- Brilho
- Grão
- Cascalho
- Granizo
- Quentes
- Cubinho
- Gemas
- Pepitas
- Branca Dura
- Pasta
- Bruta
- Pedra
- Rocha
- Mistura
- Saraiva
- Bloco
- Tropa



Vivi com um consumidor de crack durante quase um ano. Amava esse consumidor, que era o meu namorado, com todo o meu coração, mas já não conseguia aguentar mais.

"A polícia parou-me e revistou-me. Fomos alvo de uma rusga às 6:00 da manhã. O meu ex roubava incessantemente e não conseguia afastar-se do seu cachimbo.

"Acho que o crack é mais maléfico do que a heroína — um cachimbo pode ser tudo o que é preciso para o transformar num monstro imoral." — Audrey

Estatísticas Internacionais

Cerca de 778 000 pessoas com 12 anos ou mais nos Estados Unidos relataram ter consumido crack no ano passado.

Uma pesquisa mostrou que mais de 42 milhões de pessoas nos EUA (mais de 12 por cento da população) consumiram algum tipo de cocaína nas suas vidas, sendo que mais de 10,1 milhões consumiram especificamente crack. Esta mesma pesquisa mostrou que o número de pessoas que consumiram crack no mês anterior à pesquisa foi o mais alto dos últimos 14 anos.

Na Europa, o número de consumidores de cocaína crack que procuram tratamento pela primeira vez aumentou 42 por cento em cinco anos.

A nível internacional, também há provas de que os consumidores pela primeira vez estão a ficar mais jovens. Por exemplo, no Brasil, um número significativo de consumidores de crack pela primeira vez são adolescentes, alguns com apenas 12 e 13 anos, o que mostra uma tendência preocupante.



CRACK E CRIME

87% dos consumidores de crack envolvem-se em violência devido ao seu vício.



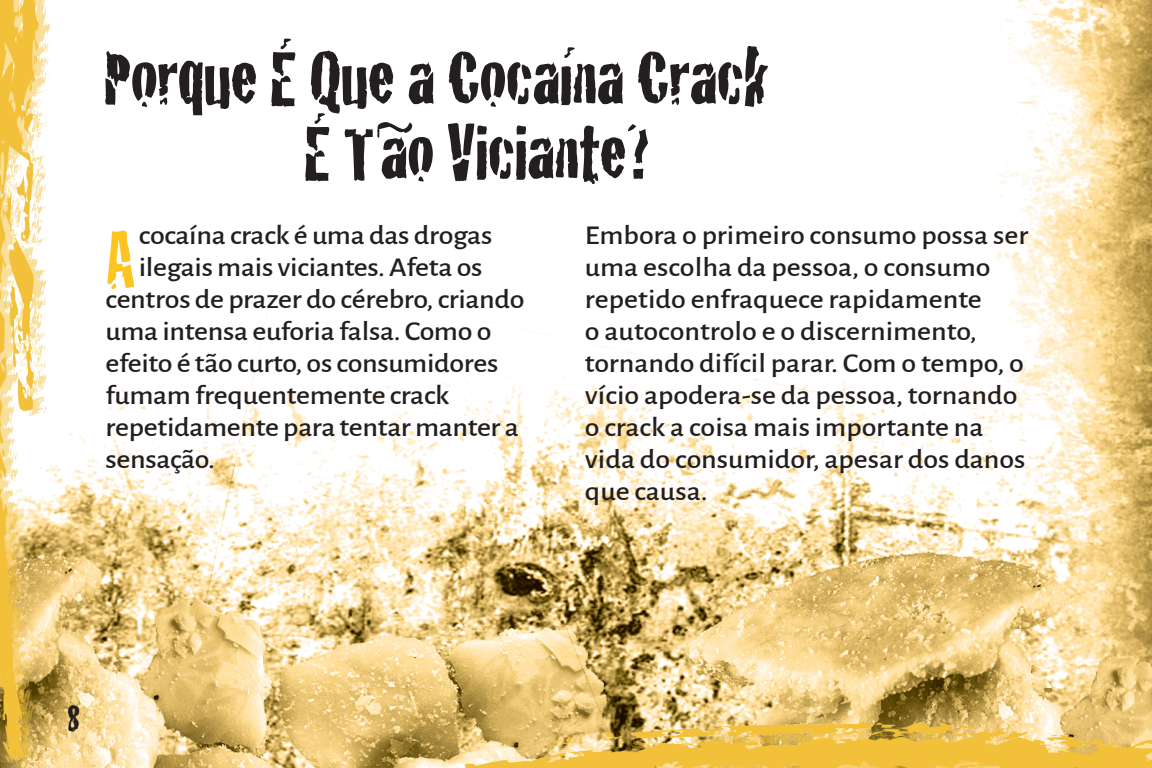
56% dos consumidores de crack roubam para obter mais droga.

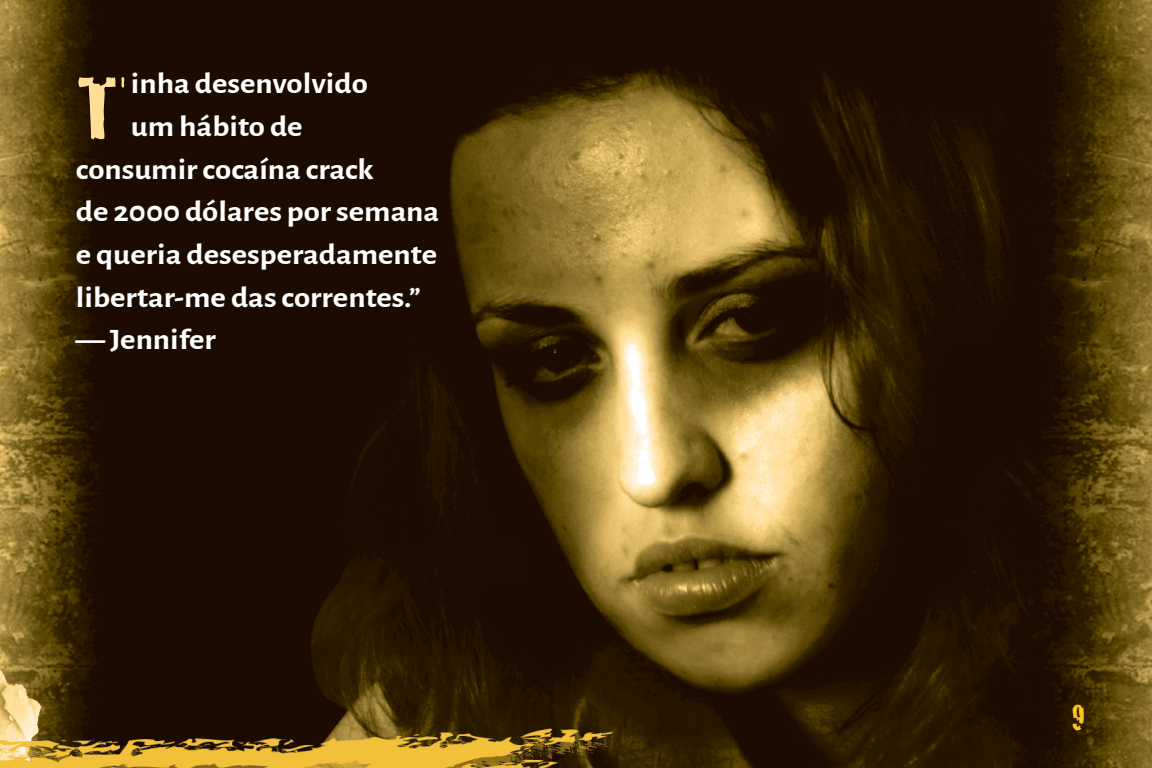
É uma droga totalmente egoísta. Ela apodera-se da sua vida. O crack agarra-o rapidamente. Não demora nada. Os desejos que produz são enormes. E acaba por a consumir mais frequentemente porque o efeito é de curta duração." — Peter

Porque É Que a Cocaína Crack É Tão Viciante?

A cocaína crack é uma das drogas ilegais mais viciantes. Afeta os centros de prazer do cérebro, criando uma intensa euforia falsa. Como o efeito é tão curto, os consumidores fumam frequentemente crack repetidamente para tentar manter a sensação.

Embora o primeiro consumo possa ser uma escolha da pessoa, o consumo repetido enfraquece rapidamente o autocontrolo e o discernimento, tornando difícil parar. Com o tempo, o vício apodera-se da pessoa, tornando o crack a coisa mais importante na vida do consumidor, apesar dos danos que causa.





Tinha desenvolvido um hábito de consumir cocaína crack de 2000 dólares por semana e queria desesperadamente libertar-me das correntes.”
— Jennifer



Efeitos da Cocaína Crack

QUAIS SÃO OS EFEITOS A CURTO PRAZO DA COCAÍNA CRACK?

O crack provoca um efeito intenso e de curta duração, seguido de uma depressão profunda, nervosismo e um forte desejo de consumir mais. Os consumidores muitas vezes não comem ou dormem adequadamente e podem experimentar uma frequência cardíaca mais rápida, espasmos musculares e convulsões. Pode fazer com que os consumidores se sintam paranoicos*, zangados, hostis ou ansiosos — mesmo quando não estão sob o efeito da droga.

O consumo de crack aumenta o risco de ataque cardíaco, AVC, convulsões ou problemas respiratórios, todos eles podendo levar à morte súbita.

Fumar crack também acarreta riscos adicionais para a saúde. É frequentemente misturado com outras substâncias que produzem vapores tóxicos quando

* paranoico: extrema e irracionalmente apreensivo, desconfiado ou com medo de outras pessoas sem evidência ou justificação

queimadas. Os cachimbos de crack curtos podem causar lábios gretados e com bolhas, conhecidos como *lábio de crack*, devido ao facto de o cachimbo quente ser pressionado contra os lábios.

QUAIS SÃO OS EFEITOS A LONGO PRAZO DA COCAÍNA CRACK?

Para além dos riscos associados ao consumo de cocaína, tais como vasos sanguíneos contraídos, aumento da temperatura, aumento da frequência cardíaca e tensão arterial elevada, bem como o risco de convulsão ou ataque cardíaco, os consumidores de crack podem sofrer de problemas respiratórios agudos, incluindo tosse, falta de ar, trauma pulmonar e hemorragias.



A única coisa em que pensava era na cocaína crack. E se alguém lhe oferecer alguma, vai agarrá-la e tomá-la. É como oferecer um pão a um homem faminto se ele andar quilómetros.

"As coisas chegaram ao limite para mim quando estive a fumar constantemente durante algumas semanas. Um dia, simplesmente decidi que já tinha tido o suficiente — não podia continuar a viver assim e tentei suicidar-me.

"Vou ter de tentar lutar. Espero que os meus instintos de sobrevivência entrem em ação." — John

Reformei-me como um executivo de sucesso que tinha posto duas filhas na universidade e que tinha ganho a minha reforma. No entanto, a minha festa de reforma foi o início de cinco anos de inferno. Foi aí que fui apresentado à cocaína crack pela primeira vez. Nos cinco anos seguintes, perdi a minha casa, a minha mulher, todos os meus recursos financeiros, a minha saúde e quase a minha vida. Também passei dois anos na prisão." — William

Os efeitos a longo prazo do consumo de cocaína crack incluem danos graves no coração, fígado e rins. Os consumidores também têm mais probabilidades de contrair doenças infeciosas.

O consumo diário contínuo causa insónia e perda de apetite, o que faz a pessoa ficar malnutrida. Fumar cocaína crack pode causar comportamentos agressivos e paranoicos.

Como a cocaína crack interfere na forma como o cérebro processa os químicos, os consumidores precisam de cada vez mais droga só para se sentirem "normais". Aqueles que se tornam viciados em cocaína crack, tal como acontece com a maioria das outras drogas, perdem o interesse noutras áreas da vida.

Sair do efeito da cocaína crack causa uma depressão severa, que se torna mais profunda após cada consumo. Os sintomas de abstinência podem ser tão graves que uma pessoa fará qualquer coisa para obter a droga — até mesmo cometer um homicídio. E se não conseguirem obter cocaína crack, a depressão pode levar o consumidor ao suicídio.

Efeitos Físicos e Mentais

EFEITOS A CURTO PRAZO

Como é fumada, os efeitos da cocaína crack são mais imediatos e mais intensos do que os da cocaína em pó. Os efeitos a curto prazo incluem:

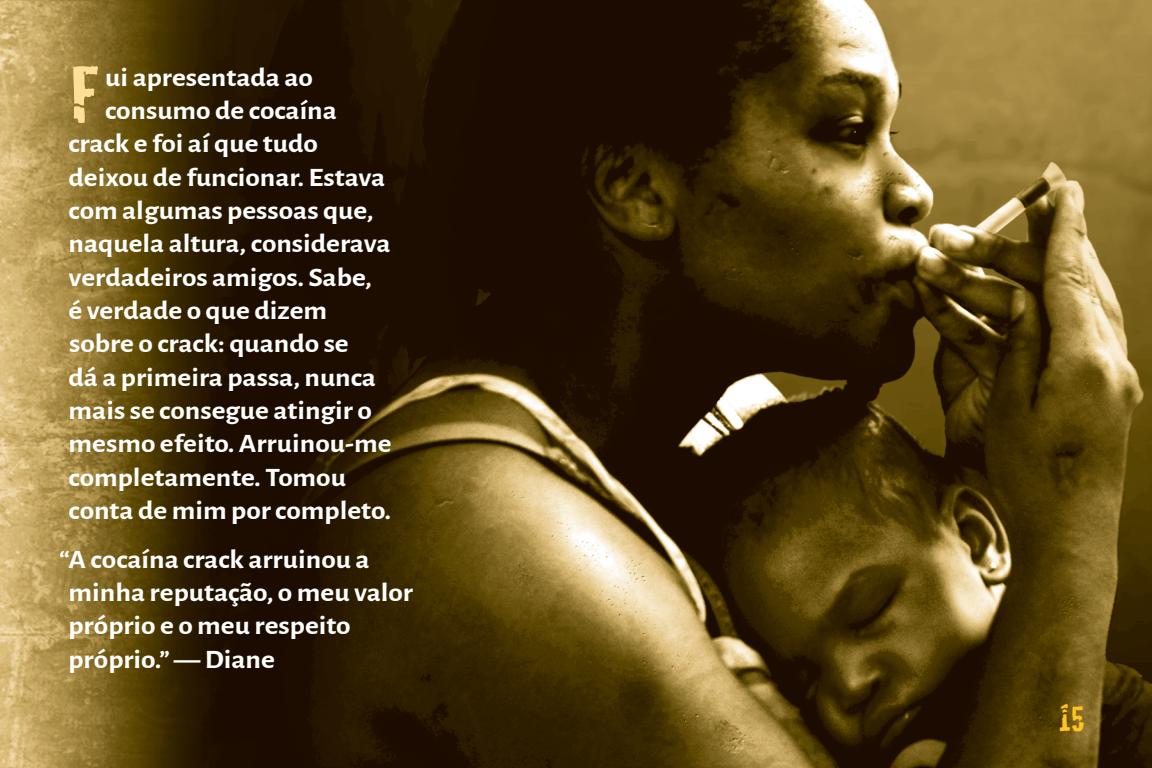
- Perda de apetite
- Frequência cardíaca aumentada, tensão arterial, temperatura corporal
- Vasos sanguíneos contraídos
- Aumento da frequência respiratória
- Pupilas dilatadas
- Padrões de sono perturbados
- Náuseas
- Hiperestimulação
- Comportamento bizarro, errático, por vezes violento
- Alucinações, hiperexcitabilidade, irritabilidade
- Alucinação tátil que cria a ilusão de insetos a escavar sob a pele
- Ansiedade e paranoia
- Depressão
- Ânsia intensa pela droga
- Pânico e psicose
- Convulsões, crises epiléticas e morte súbita devido a doses elevadas (mesmo uma única vez)

EFEITOS A LONGO PRAZO

- Dano permanente nos vasos sanguíneos do coração e do cérebro
- Tensão arterial alta que leva a ataques cardíacos, acidentes vasculares cerebrais e morte
- Danos no fígado, rins e pulmões
- Dores no peito graves
- Insuficiência respiratória
- Doenças infeciosas e abcessos, se injetada
- Desnutrição e perda de peso
- Cáries graves nos dentes
- Alucinações auditivas e táteis
- Problemas sexuais, danos reprodutivos e infertilidade (tanto para homens como para mulheres)
- Desorientação, apatia, exaustão confusa
- Irritabilidade e perturbações do humor
- Aumento da frequência de comportamentos de risco
- Delírio ou psicose
- Depressão grave
- Tolerância e dependência

Crianças: As Vítimas Mais Inocentes da Cocaína Crack

As vítimas mais inocentes da cocaína crack são os bebés nascidos de mães que consomem a droga durante a gravidez. A March of Dimes, uma organização sem fins lucrativos dedicada à saúde das mães e dos bebés, relata que o consumo de cocaína (em qualquer forma) durante a gravidez pode prejudicar tanto a mãe como o filho. Isto pode causar hemorragias graves, que podem ser fatais, e pode levar a um parto prematuro ou a um aborto espontâneo. Os bebés expostos à crack podem sofrer sintomas de abstinência ao nascer e enfrentar problemas de saúde a longo prazo, como problemas de visão e audição, dificuldades de comportamento, problemas de aprendizagem e dificuldades de concentração.



Fui apresentada ao consumo de cocaína crack e foi aí que tudo deixou de funcionar. Estava com algumas pessoas que, naquela altura, considerava verdadeiros amigos. Sabe, é verdade o que dizem sobre o crack: quando se dá a primeira passa, nunca mais se consegue atingir o mesmo efeito. Arruinou-me completamente. Tomou conta de mim por completo.

"A cocaína crack arruinou a minha reputação, o meu valor próprio e o meu respeito próprio." — Diane

Cocaína Crack: Uma Breve História



O uso das folhas de coca remonta a mais de 3000 anos. A cocaína crack, a forma cristalizada da cocaína, foi desenvolvida nos anos 70, durante o boom da cocaína. A sua popularidade cresceu em meados dos anos 80.

De acordo com a Força Administrativa de Narcóticos dos EUA (DEA), no final dos anos 70, uma enorme quantidade de cocaína em pó estava a ser enviada para os EUA, o que fez com que os preços caíssem até 80 por cento. Para manter os lucros, os traficantes de drogas converteram a cocaína em pó em crack, que podia ser fumado.

Esta forma era vendida em quantidades

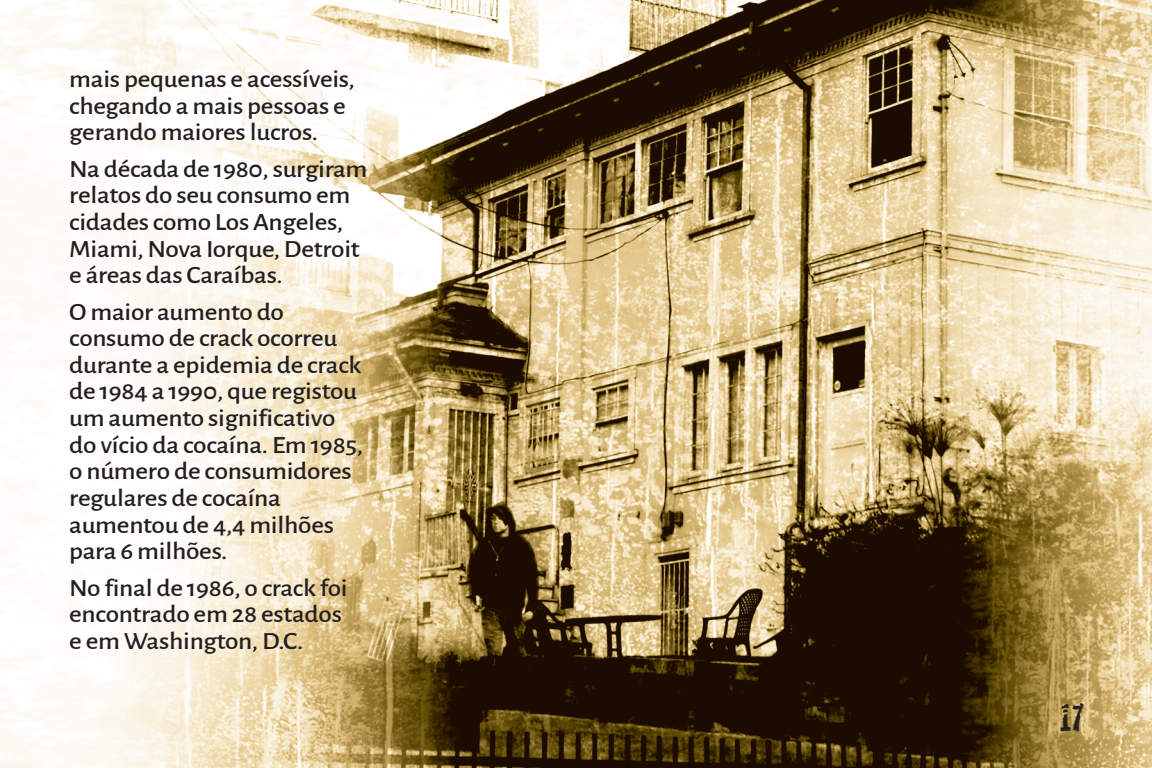
O crack é o sonho de qualquer traficante: produz um efeito imediato e os seus consumidores tornam-se dependentes num período de tempo muito curto.

mais pequenas e acessíveis, chegando a mais pessoas e gerando maiores lucros.

Na década de 1980, surgiram relatos do seu consumo em cidades como Los Angeles, Miami, Nova Iorque, Detroit e áreas das Caraíbas.

O maior aumento do consumo de crack ocorreu durante a epidemia de crack de 1984 a 1990, que registou um aumento significativo do vício da cocaína. Em 1985, o número de consumidores regulares de cocaína aumentou de 4,4 milhões para 6 milhões.

No final de 1986, o crack foi encontrado em 28 estados e em Washington, D.C.



Um ano depois, apenas quatro estados não reportavam a disponibilidade de crack. Desde então, o consumo de crack espalhou-se pelas Américas, Europa e além.

Em 2002, o Reino Unido experienciou a sua própria epidemia de crack, com o número de pessoas a procurar ajuda para a dependência a aumentar quase 50 por cento nesse ano. O Reino Unido relatou um aumento de 74 por cento nas apreensões de crack entre 2000 e 2006.

Mais recentemente, os relatórios mostram que o número de pessoas que consumiram crack no mês passado atingiu o valor mais alto dos últimos 14 anos.



O Que os Traficantes lhe Dirão

Quando os adolescentes foram entrevistados para descobrir porque é que começaram a consumir drogas em primeiro lugar, 55 por cento responderam que isso se devia à pressão dos seus amigos. Eles queriam ser fixes e populares. Os traficantes sabem disto.

Eles irão aproximar-se de si como amigo e oferecer-se para o "ajudar" com "algo para o animar". A droga irá "ajudá-lo a enquadrar-se" ou "a ser fixe".

Os traficantes de drogas, motivados pelo dinheiro que fazem, dirão qualquer coisa para o levar a comprar as suas drogas. Eles dir-lhe-ão: "Basta experimentar crack uma vez e tudo ficará bem; isso fará com que tudo desapareça."

Eles não se importam se as drogas arruínam a vida, desde que lhes pague. Tudo com que eles se importam é com dinheiro. Os antigos traficantes admitem que viam os compradores como "peões num jogo de xadrez".

Obtenha os factos sobre as drogas. Tome as suas decisões.



A Verdade Sobre as Drogas

As drogas são essencialmente venenos. A quantidade consumida determina o efeito.

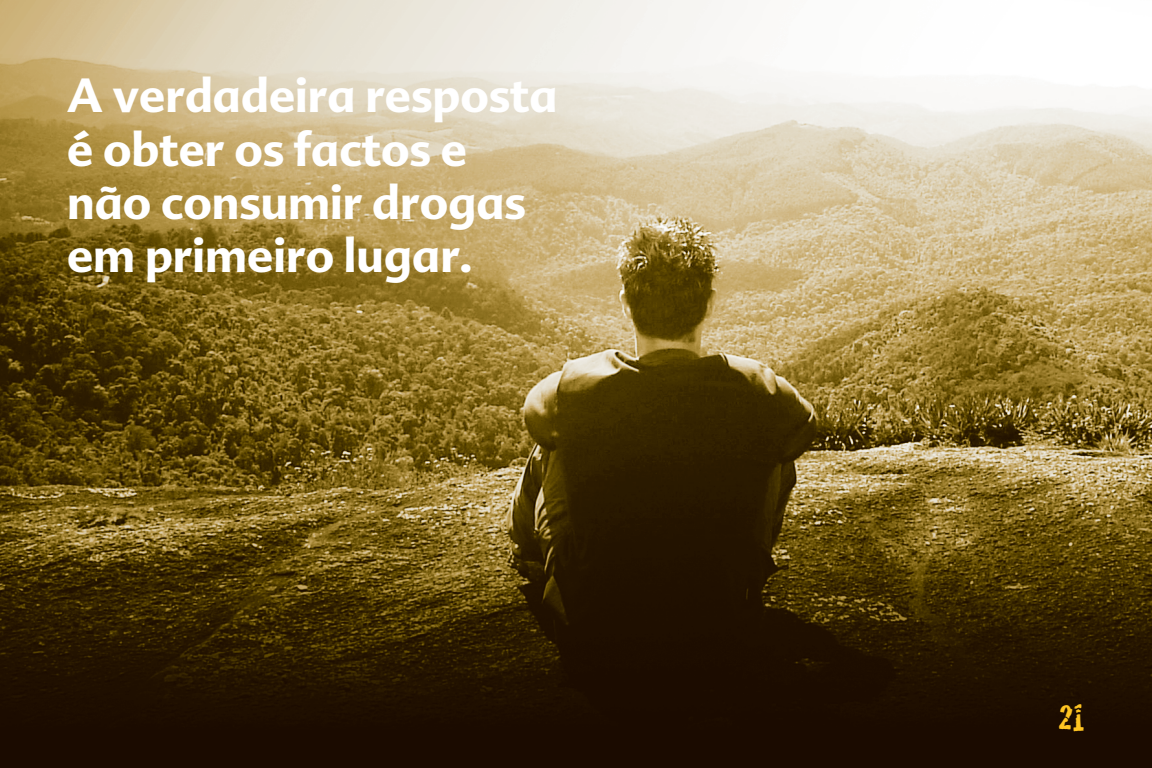
Uma quantidade pequena atua como um estimulante (acelera-o). Uma quantidade maior atua como um sedativo (abranda-o). Uma quantidade ainda maior envenena e pode matar.

Isto é verdade para qualquer droga. A única coisa que difere é a quantidade necessária para alcançar o efeito.

Mas muitas drogas têm outro risco: elas afetam diretamente a mente. Estas podem distorcer a perceção do consumidor sobre o que está a acontecer à sua volta. Como resultado, as ações da pessoa poderão ser estranhas, irracionais, inapropriadas e até mesmo destrutivas.

As drogas bloqueiam todas as sensações, as desejáveis e as indesejáveis. Embora proporcionem ajuda a curto prazo no alívio da dor, estas também eliminam a habilidade e o estado de alerta, e turvam o raciocínio da pessoa.

Os medicamentos são drogas que se destinam a acelerar, abrandar ou mudar algo no funcionamento do corpo, tentando fazê-lo funcionar melhor. Por vezes, estas são necessárias. Mas continuam a ser drogas: atuam como estimulantes ou sedativos, e em excesso podem matá-lo. Por isso, se não consumir medicamentos como devem ser consumidos, estes podem ser tão perigosos como as drogas ilegais.


A verdadeira resposta
é obter os factos e
não consumir drogas
em primeiro lugar.

PORQUE É QUE AS PESSOAS CONSOMEM DROGAS?

As pessoas consomem drogas porque querem mudar alguma coisa nas suas vidas.

Aqui estão algumas das razões que os jovens deram para consumir drogas:

- Para se encaixar
- Para escapar ou relaxar
- Para aliviar o aborrecimento
- Para parecer crescido
- Para ser rebelde
- Para experimentar

Eles pensam que as drogas são uma solução. Mas, por fim, as drogas tornam-se o problema.

Por mais difícil que seja enfrentar os seus problemas, as consequências do consumo de drogas são sempre piores do que o problema que se está a tentar resolver com estas.
A verdadeira resposta é obter os factos e não consumir drogas em primeiro lugar.



Milhões de exemplares de folhetos como este foram distribuídos a pessoas por todo o mundo em mais de 20 línguas.



À medida que novas drogas aparecem nas ruas e mais informação sobre os seus efeitos é conhecida, os folhetos que existem são atualizados e outros novos são criados.

Os folhetos são publicados pela Fundação para um Mundo Sem Drogas, uma organização sem fins lucrativos de benefício público com sede em Los Angeles, Califórnia.

A fundação fornece materiais educacionais, aconselhamento e coordenação para a sua rede internacional de prevenção de drogas. Esta trabalha com jovens, pais, educadores, organizações de voluntariado e agências governamentais — qualquer pessoa com interesse em ajudar as pessoas a levar uma vida livre do consumo de drogas.

REFERÊNCIAS:

Para as referências usadas para compilar este folheto, vá a NaoAsDrogas.pt/refs.

CRÉDITOS FOTOGRÁFICOS: capa: DEA (drogas); contracapa: Corbis; páginas 5, 8: DEA (drogas); página 12: cortesia de InfoImagination.org

FACTOS QUE PRECISA DE SABER

Este folheto é um de uma série de publicações que aborda os factos sobre a marijuana, álcool, fentanil, drogas sintéticas, Ecstasy, cocaína, cocaína crack, metanfetamina em cristal e metanfetamina, inalantes, heroína, LSD e o abuso de medicamentos prescritos. Armado com esta informação, o leitor pode tomar a decisão de viver uma vida livre de drogas.

Para fazer cursos online gratuitos ou para se conectar com uma Filial do Mundo Sem Drogas na sua área, vá a NaoAsDrogas.pt

Fundação para um Mundo Sem Drogas
NaoAsDrogas.pt • info@drugfreeworld.org
+1 (888) 668-6378 • +1 (818) 952-5260

Leia aqui para fazer o download deste folheto

© 2025 Foundation for a Drug-Free World. Todos os Direitos Reservados. Truth About Drugs e Foundation for a Drug-Free World Logo são marcas registadas e de serviço, propriedade de Drug-Free World e são usadas com a sua permissão. #S001562 - PORTUGUESE