
A VERDADE SOBRE A
METANFETAMINA EM CRISTAL
e Metanfetamina
Ice
Tina
Cristal
Speed
MD
Meth
Vidro
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 Metanfetamina em Cristal?

Cristal é a abreviatura de *metanfetamina em cristal*. É uma forma de *metanfetamina*, uma droga estimulante, poderosa e altamente viciante.

A metanfetamina em cristal é frequentemente usada como uma "droga de discoteca", consumida enquanto se festeja em discotecas ou em festas rave.

O efeito da metanfetamina em cristal é altamente concentrado. Os seus efeitos são intensos e alguns consumidores relatam ter ficado viciados depois de a terem consumido apenas uma vez.

"Experimentei-a uma vez e PUM! Fiquei viciado", disse um viciado em metanfetamina que perdeu a família, os amigos, a carreira como músico e acabou sem-abrigo.

É um dos vícios em drogas mais difíceis de superar. Um estudo descobriu que quase duas em cada três pessoas que passaram por reabilitação de drogas voltaram a consumir metanfetamina dentro de um ano.

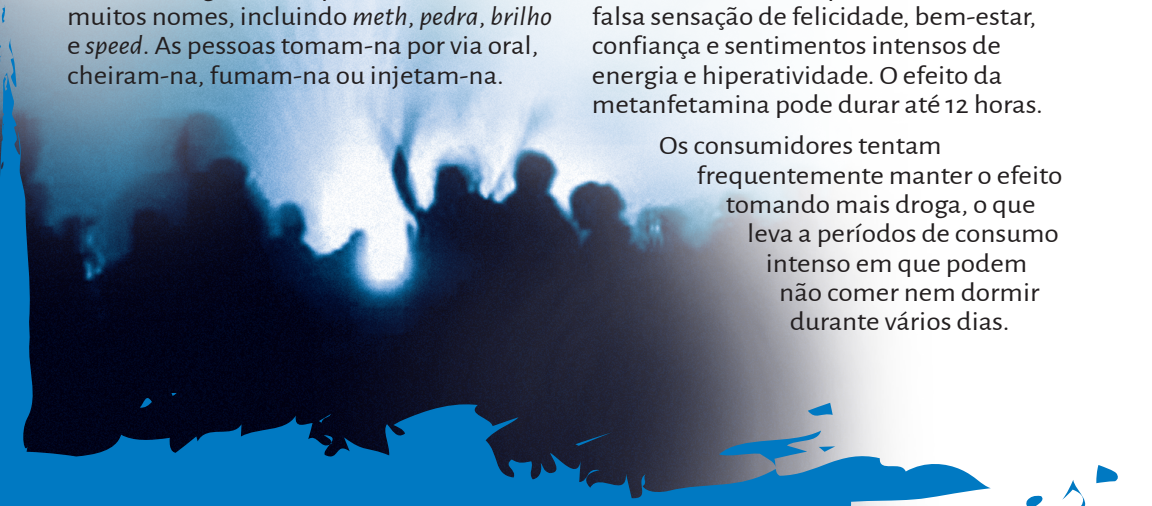


O Que É a Metanfetamina?

A metanfetamina é uma droga ilegal da mesma classe que a cocaína e outras drogas de rua poderosas. Tem muitos nomes, incluindo *meth*, *pedra*, *brilho* e *speed*. As pessoas tomam-na por via oral, cheiram-na, fumam-na ou injetam-na.

A metanfetamina inunda o cérebro com dopamina, uma substância química natural associada ao prazer, criando uma falsa sensação de felicidade, bem-estar, confiança e sentimentos intensos de energia e hiperatividade. O efeito da metanfetamina pode durar até 12 horas.

Os consumidores tentam frequentemente manter o efeito tomando mais droga, o que leva a períodos de consumo intenso em que podem não comer nem dormir durante vários dias.



A metanfetamina atua como um estimulante poderoso. Mas, como também é um veneno, ao mesmo tempo que a pessoa está a ficar pedrada, a droga começa a destruir sistematicamente o corpo.

O consumo de metanfetamina está associado a problemas de saúde graves, como perda de memória, agressividade, comportamento psicótico e possíveis danos ao coração e ao cérebro. O consumo de metanfetamina esgota os recursos do corpo e pode criar uma dependência devastadora que só pode ser aliviada ao tomar mais droga.



Consumidora de metanfetamina em 2002

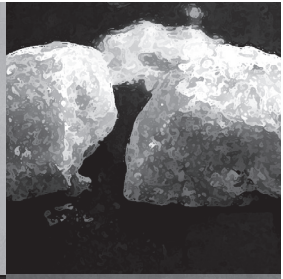


... e 2 anos e meio depois

Eu comecei a consumir metanfetamina em cristal quando estava no último ano do ensino secundário. Antes de terminar o meu primeiro semestre na universidade, a metanfetamina tornou-se um problema tão grande que tive de desistir. Parecia que tinha varicela, de tanto tempo que passava a olhar para mim própria ao espelho e a espremer-me. Passei todo o meu tempo a consumir metanfetamina ou a tentar arranjá-la."
— Anne Marie

Qual É o Aspeto da Metanfetamina?









A metanfetamina geralmente apresenta-se como um pó cristalino branco, azul, amarelo ou castanho, que não tem cheiro, tem um sabor amargo e dissolve-se facilmente em água ou álcool.

A metanfetamina em cristal parece pequenos fragmentos de vidro ou rochas azul-brancas brilhantes e é mais vulgarmente conhecida como *ice* ou *vidro*. Esta forma é mais pura do que a metanfetamina em pó e tem efeitos mais intensos e duradouros.

A metanfetamina em cristal é fumada usando um cachimbo de vidro ou dissolvida e injetada.



NOMES DE RUA PARA A METANFETAMINA

A metanfetamina e a metanfetamina em cristal são conhecidas por muitos nomes.

METANFETAMINA

- Bennies
- Chalk
- Chicken Feed
- Cinnamon
- Crank
- Rebite
- Crypto
- Getgo
- Go-Fast
- Meth
- Methlies Quik
- Mexican Crack
- Pervitin (República Checa)
- Redneck Cocaine
- Speed
- Tick Tick
- Crack dos Ricos
- Wash
- Ya Ba ou Yaba (Sudeste Asiático)
- Yellow Powder

METANFETAMINA EM CRISTAL

- Batu
- Blade
- Cristy
- Cristal
- Cristal de Vidro
- Vidro
- Hot Ice
- Ice
- Quartz
- Shabu
- Shards
- Stove Top
- Tina
- Ventanas

De Que é Feita a Metanfetamina?

A metanfetamina é um químico sintético, ao contrário da cocaína, por exemplo, que provém de uma planta.

A metanfetamina é normalmente fabricada em laboratórios ilegais e ocultos, usando várias formas de anfetamina (droga estimulante) ou derivados combinados com outros químicos para aumentar a sua potência. Os comprimidos de remédios para a constipação são frequentemente usados como base para a produção da droga. Os "cozinheiros" de metanfetamina extraem ingredientes destas pastilhas e, para aumentar a sua potência, combinam a substância com produtos químicos como ácido de bateria, desentupidor, diluente de tinta, lítio (de baterias), iodo, combustível de lanternas e anticongelante. A metanfetamina pode conter até 32 produtos químicos diferentes que não são destinados ao consumo humano.

Os produtos químicos usados para fabricar metanfetamina são perigosos e podem explodir enquanto estão a ser "cozinhados". Tais acidentes põem em perigo outras pessoas em casas ou edifícios próximos. Os produtores de metanfetamina, muitas vezes consumidores eles próprios, podem ficar gravemente queimados, desfigurados ou morrer devido a explosões.

Os laboratórios de metanfetamina também produzem resíduos tóxicos — a produção de meio quilo de metanfetamina resulta em 2,5 quilos de resíduos que podem infiltrar-se no solo e nas águas subterrâneas. As pessoas expostas a estes resíduos, incluindo as autoridades policiais, podem ser envenenadas e adoecer.

O dinheiro da assistência social não era suficiente para pagar o nosso hábito de metanfetamina e sustentar o nosso filho, por isso transformámos a nossa casa alugada num laboratório de metanfetamina. Guardámos os produtos químicos tóxicos no nosso frigorífico, sem saber que as toxinas iriam contaminar os outros alimentos no congelador.

"Quando dei queijo ao meu filho de três anos para comer, não sabia que lhe estava a dar comida envenenada. Estava tão pedrada com metanfetamina que só reparei, doze horas depois, que o meu filho estava gravemente doente. Mas depois estava tão pedrada que demorei duas horas a perceber como levá-lo ao hospital, que ficava a oito quilómetros de distância. Quando cheguei às urgências, **O MEU RAPAZ FOI DECLARADO MORTO** devido a uma dose letal de hidróxido de amónio — um dos químicos usados para fabricar metanfetamina." — Melanie



Um laboratório de metanfetamina em cristal

Uma Epidemia Mundial de Toxicodependência

O Gabinete das Nações Unidas contra a Droga e o Crime estimou que cerca de 27 milhões de pessoas em todo o mundo consomem estimulantes do tipo anfetamina (incluindo metanfetamina).

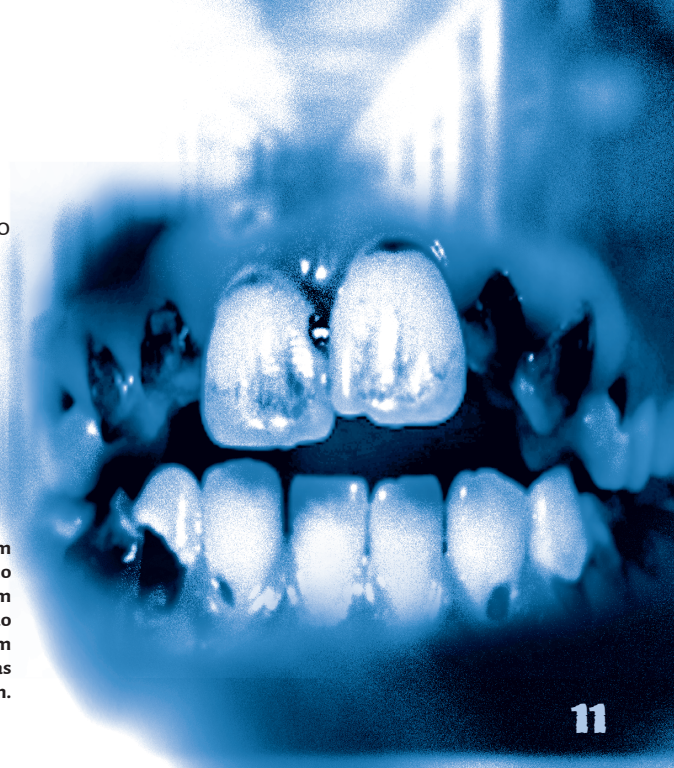
O consumo de metanfetamina nos Estados Unidos é um problema significativo. As mortes relacionadas com a metanfetamina aumentaram de 5526 por ano para 15 489 — um aumento de cerca de 180 por cento.

O governo dos EUA relatou que, num ano, aproximadamente 2 milhões de americanos com 12 anos ou mais consumiram metanfetamina, sendo que 184 000 a experimentaram pela primeira vez. Cerca de um milhão de pessoas com 12 anos ou mais sofrem de dependência de metanfetamina.

Na República Checa, a metanfetamina é conhecida como *Pervitin* e é amplamente consumida. Embora o seu consumo seja principalmente dentro do país, o Pervitin também é exportado para países europeus. A República Checa, a Alemanha, a Eslováquia e a Turquia representam 90 por cento das pessoas

que pedem tratamento para o abuso de metanfetamina na Europa.

No Sudeste Asiático, as formas mais comuns de metanfetamina são a metanfetamina em cristal (chamada de *Shabu* nas Filipinas) e uma pequena pastilha chamada *Ya Ba* na Tailândia.



Os ingredientes tóxicos da metanfetamina levam a uma cárie dentária grave conhecida como *boca da metanfetamina*, em que os dentes ficam pretos, manchados e apodrecidos. Os dentes são frequentemente danificados ao ponto de terem de ser extraídos, as gengivas são destruídas por dentro e as raízes apodrecem.

Os Efeitos Mortais da Metanfetamina

O impacto a curto e longo prazo no indivíduo

O consumo de metanfetamina e de metanfetamina em cristal cria uma intensa falsa sensação de bem-estar, levando os consumidores a forçarem os seus corpos para além dos limites naturais. Depois de os efeitos passarem, os consumidores de metanfetamina podem sofrer uma queda grave ou um colapso físico e mental. Porque o consumo continuado da droga diminui as sensações naturais de fome, os consumidores podem sofrer uma perda de peso extrema. Os efeitos negativos também podem incluir padrões de sono perturbados, hiperatividade, náuseas, delírios de poder, agressividade e irritabilidade.

Outros efeitos graves podem incluir confusão, insónia, alucinações, ansiedade e paranoia.* Nalguns casos, o consumo pode causar convulsões que levam à morte.



Os efeitos horríveis da metanfetamina em cristal são visíveis nas caras marcadas e envelhecidas prematuramente daqueles que a consomem.

DANOS DURADOUROS

Com o tempo, o consumo de metanfetamina pode causar danos irreversíveis: aumento da frequência cardíaca e da tensão arterial; danos nos vasos sanguíneos do cérebro que levam a um AVC; ou um batimento cardíaco irregular que, por sua vez, pode causar colapso cardiovascular† ou morte. Os toxicodependentes de metanfetamina também têm maior probabilidade de sofrer danos no fígado, nos rins e nos pulmões.

Os consumidores também podem sofrer danos cerebrais que podem causar perda de memória e défice cognitivo. Os toxicodependentes em recuperação de metanfetamina muitas vezes têm lapsos de memória e mudanças de humor extremas.

* paranoia: suspeita, desconfiança ou medo extremo e irracional de outras pessoas, sem provas ou justificação
† cardiovascular: relacionado com o coração e os vasos sanguíneos
‡ doença de Alzheimer: uma doença que afeta algumas pessoas idosas e que é acompanhada por perda de memória

Danos da Metanfetamina

EFEITOS A CURTO PRAZO

- **Perda de apetite**
- **Frequência cardíaca aumentada, tensão arterial, temperatura corporal**
- **Dilatação das pupilas**
- **Padrões de sono perturbados**
- **Náuseas**
- **Comportamento bizarro e errático**
- **Vício**
- **Convulsões, ataques epiléticos e morte devido a doses elevadas**

EFEITOS A LONGO PRAZO

- **Danos permanentes 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**
- **Destruição dos tecidos do nariz se for cheirada**
- **Desnutrição, perda de peso**
- **Problemas respiratórios se for fumada**
- **Doenças infeciosas e abcessos, se injetada**
- **Cáries graves nos dentes**
- **Desorientação, apatia, exaustão confusa**
- **Forte dependência psicológica**
- **Psicose**
- **Alucinações visuais e auditivas**
- **Hiperexcitabilidade**
- **Irritabilidade**
- **Delírios (tais como a sensação de insetos a rastejar sob a pele)**
- **Depressão**
- **Perda de memória**
- **Paranoia (pode levar a pensamentos homicidas ou suicidas)**
- **Comportamento agressivo ou violento**
- **Danos cerebrais semelhantes à doença de Alzheimer‡ e epilepsia**

Como a Metanfetamina Afeta as Vidas das Pessoas

O consumo de metanfetamina pode dominar a vida das pessoas de várias formas. Existem três níveis principais de abuso:

ABUSO DE METANFETAMINA DE BAIXA INTENSIDADE: Os consumidores de baixa intensidade engolem ou cheiram metanfetamina. Eles querem a estimulação extra que a metanfetamina proporciona para poderem ficar acordados o tempo suficiente para terminar uma tarefa ou um trabalho, ou querem o efeito supressor do apetite para perder peso. Estão a um passo de se tornarem consumidores compulsivos*.

CONSUMO COMPULSIVO DE METANFETAMINA: Os consumidores compulsivos fumam ou injetam metanfetamina com uma seringa. Isto permite-lhes receber uma dose mais intensa da droga e experimentar uma euforia mais forte que é psicologicamente viciante. O uso continuado coloca uma pessoa à beira de passar para o abuso de metanfetamina de alta intensidade.

ABUSO DE METANFETAMINA DE ALTA INTENSIDADE: Os consumidores de alta intensidade são os toxicodependentes de metanfetamina. Toda a sua existência centra-se em evitar a queda, aquela dolorosa desilusão após o efeito da droga. Para conseguir o efeito desejado da droga, têm de tomar mais dela. Mas, tal como acontece com outras drogas, cada efeito sucessivo é menor do que o anterior, mergulhando o toxicodependente de metanfetamina numa espiral negra e mortal de dependência.

* compulsivo: consumir uma substância de forma excessiva ou incontrolável num período de tempo concentrado



As Etapas da "Experiência" da Metanfetamina

1 A Euforia: A *euforia* é a resposta inicial que o consumidor sente quando fuma ou injeta metanfetamina. Durante a euforia, o batimento cardíaco do consumidor acelera e o metabolismo*, a tensão arterial e o pulso disparam. Ao contrário da euforia associada à cocaína crack, que dura aproximadamente de dois a cinco minutos, a euforia da metanfetamina pode continuar até 30 minutos.

2 A Pedrada: A euforia é seguida por uma pedrada, por vezes chamado de *noia*. Durante a pedrada, o consumidor sente-se frequentemente agressivamente mais inteligente e torna-se argumentativo, interrompendo frequentemente outras pessoas e terminando as frases delas. Os efeitos delirantes podem fazer com que um consumidor se concentre intensamente num objeto insignificante, como limpar repetidamente a mesma janela durante várias horas. O efeito pode durar entre 4 e 16 horas.

* metabolismo: os processos no corpo que convertem os alimentos em energia

3 O Consumo Compulsivo: Um *consumo compulsivo* é o consumo descontrolado de uma droga ou álcool. Refere-se ao desejo do consumidor de manter o efeito ao fumar ou injetar mais metanfetamina. O consumo compulsivo pode durar entre 3 a 15 dias. Durante o consumo compulsivo, o consumidor torna-se hiperativo tanto mental como fisicamente. Cada vez que fuma ou injeta mais da droga, experimenta outra euforia, mas mais pequena, até que, finalmente, não há euforia nem pedrada.

4 Tweaking: Um consumidor de metanfetamina é mais perigoso quando experimenta uma fase da dependência chamada *tweaking* —uma condição atingida no final de um consumo compulsivo de drogas, quando a metanfetamina já não proporciona uma euforia ou uma pedrada. Incapaz de aliviar os sentimentos horríveis de vazio e desejo, um consumidor perde o seu sentido de identidade. A comichão intensa é comum e um consumidor pode ficar convencido de que insetos rastejam por baixo da sua pele. Incapaz de dormir durante dias seguidos, o consumidor está frequentemente num estado completamente psicótico, existindo no seu próprio mundo, vendo e ouvindo coisas que mais ninguém consegue perceber. As suas alucinações são vívidas e parecem reais. Desligados da realidade, os consumidores podem tornar-se hostis e perigosos para si próprios e para os outros. O potencial de automutilação é elevado.

5 A Queda: Para um consumidor que consome compulsivamente, a queda ocorre quando o corpo, incapaz de lidar com os efeitos da droga que o sobrecarregam, desliga-se. Isto resulta num longo período de sono. Mesmo o consumidor mais cruel e violento fica quase sem vida durante a queda. A queda pode durar de 1 a 3 dias.

6 **Ressaca da Metanfetamina:** Após a queda, o consumidor encontra-se num estado deteriorado, faminto, desidratado e completamente exausto física, mental e emocionalmente. Esta fase normalmente dura de 2 a 14 dias. Isto leva a uma dependência forçada, pois a "solução" para estes sentimentos é consumir mais metanfetamina.

7 **Abstinência:** Primeiro, o dependente de metanfetamina fica deprimido, perde a energia e a habilidade de experimentar prazer. Depois, surge o desejo intenso de consumir mais metanfetamina e o consumidor muitas vezes torna-se suicida. Como a abstinência da metanfetamina é extremamente dolorosa e difícil, a maioria dos consumidores recai e consome mais droga.



História da Metanfetamina

A metanfetamina não é uma droga nova, embora se tenha tornado mais potente nos últimos anos, à medida que as técnicas de fabrico evoluíram.

A anfetamina foi criada pela primeira vez em 1887, na Alemanha, e a metanfetamina, que é mais potente e mais fácil de fabricar, foi desenvolvida no Japão em 1919. A capacidade do pó cristalino de se dissolver em água tornou-o adequado para injeção.

Durante a Segunda Guerra Mundial, a metanfetamina foi amplamente utilizada por ambos os lados para manter as tropas acordadas. Foram dadas doses elevadas aos pilotos Kamikaze japoneses antes das suas missões suicidas. Após a guerra, o abuso de metanfetamina por injeção tornou-se generalizado quando os fornecimentos militares ficaram disponíveis para o público japonês.

Na década de 1950, a metanfetamina era prescrita como um auxiliar de dieta e para combater a depressão. Era facilmente disponível e era usada como um estimulante não médico por estudantes universitários, camionistas e atletas, levando a um abuso generalizado.

Este padrão mudou significativamente na década de 1960 com o aumento da disponibilidade de metanfetamina injetável, agravando o problema.

Em 1970, o governo dos EUA tornou ilegal a maioria dos usos da metanfetamina. Depois disso, os gangues de motociclistas americanos

assumiram o controlo de grande parte da produção e distribuição da droga.

Na década de 1990, as organizações mexicanas de tráfico de drogas instalaram grandes laboratórios de metanfetamina na Califórnia. Estes laboratórios massivos podiam produzir 23 kg de metanfetamina num único fim de semana, enquanto laboratórios privados mais pequenos apareciam em cozinhas e apartamentos, o que valeu à droga a alcunha de *stove top* (bico de fogão). A metanfetamina espalhou-se então pelos Estados Unidos e pela Europa. Hoje em dia, a maior parte da metanfetamina disponível na Ásia é produzida na Tailândia, Myanmar e China.



Os pilotos kamikaze recebiam metanfetamina antes das suas missões suicidas.

A Verdade Sobre as Drogas

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

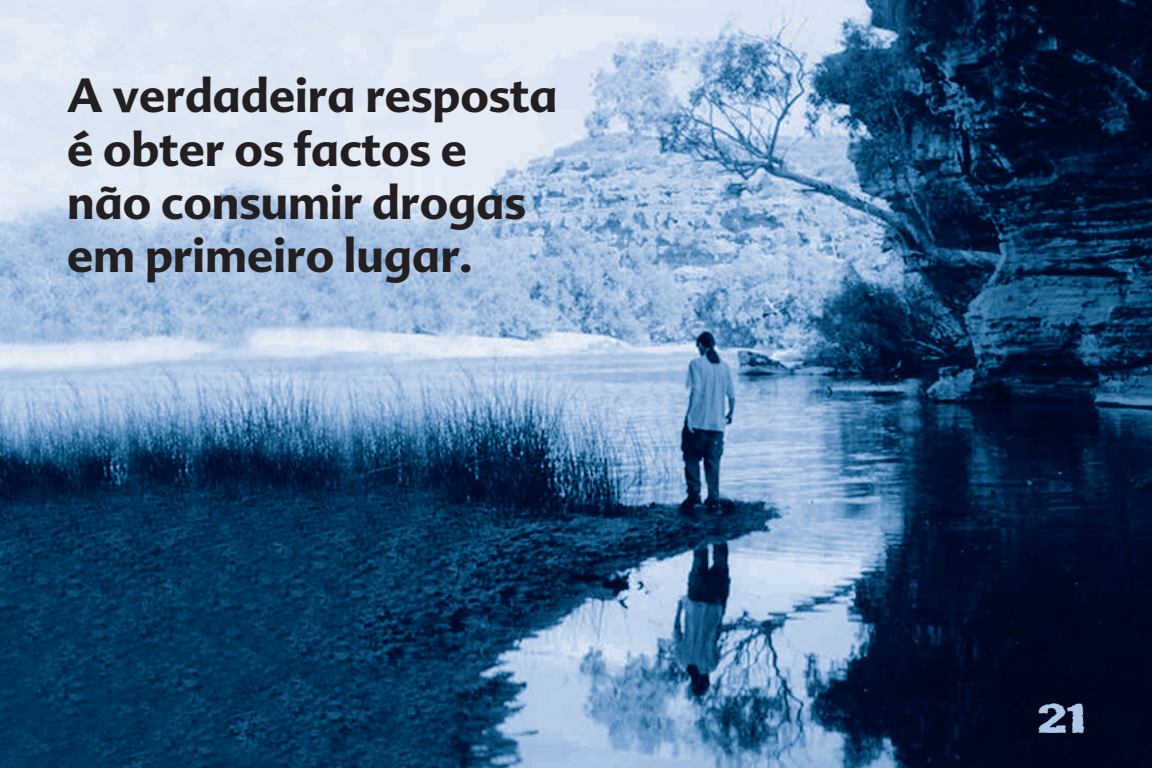
Uma quantidade pequena atua como um estimulante (acelera-o). Uma quantidade maior atua como um sedativo (abranda-o). Uma quantidade ainda maior envenena e pode matar.

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: página 2: Corbis; página 3: istock.com, Lou Oats; página 5: Faces of Meth; página 6: DEA (canto inferior direito: metanfetamina em cristal); página 12: cortesia do Gabinete do Procurador-Geral, Condado de Taswell, Illinois (direita: consumidor de metanfetamina 1998–2004)

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