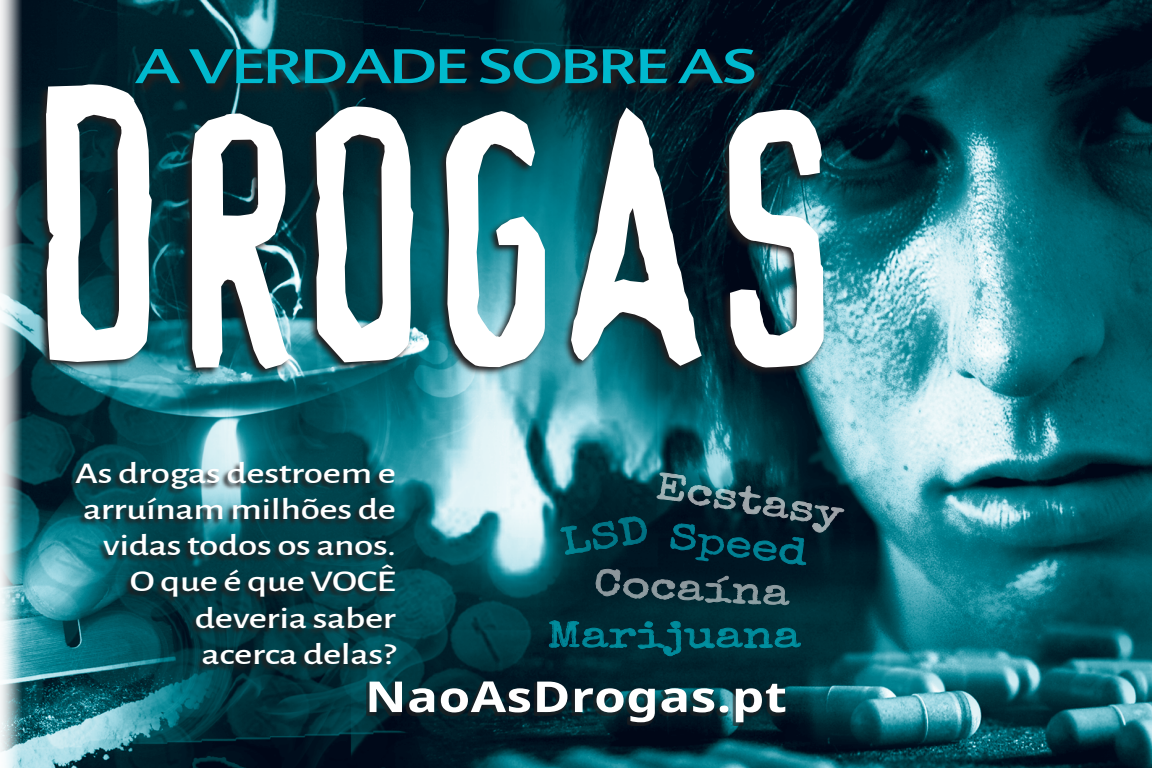

A VERDADE SOBRE AS
DROGAS
As drogas destroem e arruínam milhões de vidas todos os anos. O que é que VOCÊ deveria saber acerca delas?
Ecstasy
LSD Speed
Cocaína
Marijuana
NaoAsDrogas.pt



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.

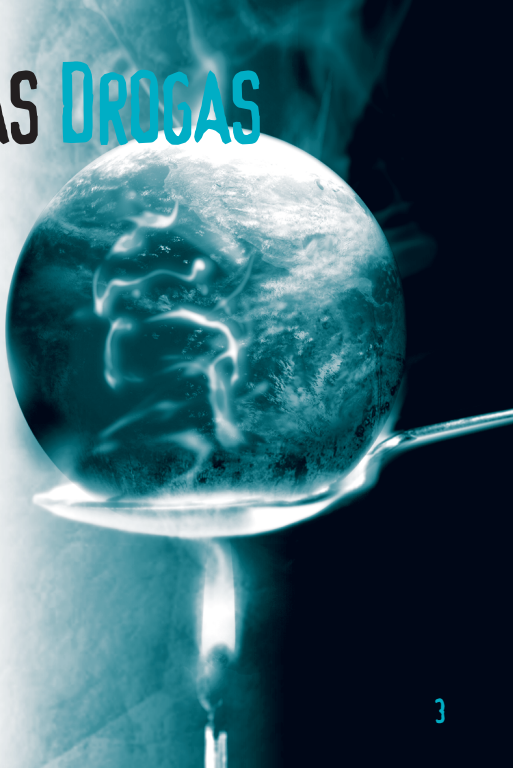
O seu feedback é importante para nós, por isso diga-nos o que pensa sobre este folheto. Visite-nos em **NaoAsDrogas.pt** e envie-nos um e-mail para **info@drugfreeworld.org**.

A Nossa Cultura das Drogas

As drogas fazem parte da nossa cultura desde meados do século XX. Tornaram-se populares nos anos 60 através da música e dos meios de comunicação social, espalhando-se por muitas partes da sociedade.

Cerca de 296 milhões de pessoas em todo o mundo consomem drogas ilegais. Nos Estados Unidos, os resultados de um inquérito nacional mostraram que 61 milhões de americanos (ou 22 por cento da população com 12 anos ou mais) consumiram drogas ilegais no ano anterior ao inquérito.

É provável que conheça alguém que foi afetado pelas drogas, direta ou indiretamente.



A droga mais comum e abusada nos EUA é o álcool. De quase 3000 adolescentes mortos em acidentes de viação, cerca de 1 em cada 5 tinha estado a beber.

Outra das drogas mais usadas é a marijuana. De acordo com o Relatório Mundial sobre Drogas das Nações Unidas, quase 4 por cento da população mundial entre os 15 e os 64 anos consome marijuana.

Hoje em dia, os jovens são expostos às drogas mais cedo do que nunca. Com base no inquérito Monitoring the Future, cerca de 62 por cento dos alunos do último ano do ensino secundário a nível nacional beberam álcool e 38 por cento fumaram marijuana.

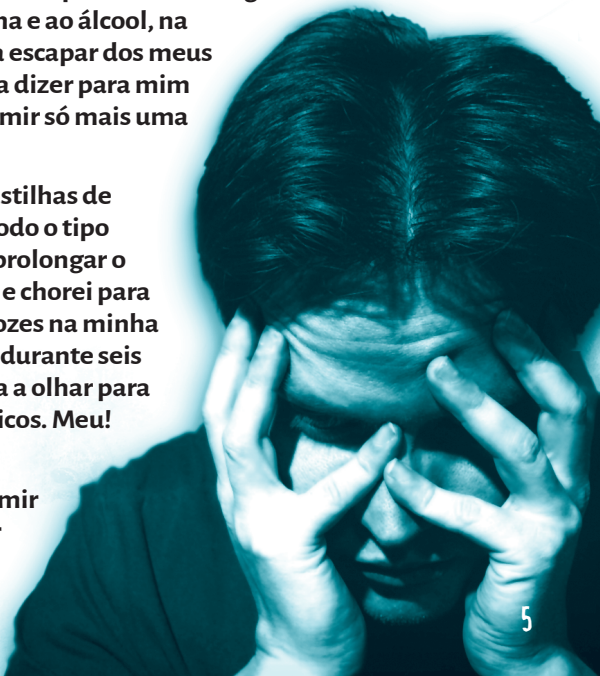
Na Europa, estudos recentes entre jovens de 15 e 16 anos mostram que uma média de 16 por cento consumiu marijuana pelo menos uma vez e mais de 7 por cento consumiu-a no último mês. As taxas mais elevadas foram reportadas por adolescentes na Republica Checa (29 por cento), seguidos pela Itália (28 por cento) e Letónia (27 por cento).



A minha meta na vida não era viver, era ficar pedrado. Ao longo dos anos, recorri à cocaína, à marijuana e ao álcool, na falsa crença de que isso me permitiria escapar dos meus problemas. Só piorou as coisas. Continuei a dizer para mim mesmo: 'Vou parar de vez depois de consumir só mais uma vez.' Isso nunca aconteceu." — John

Comecei com a marijuana, depois as pastilhas de Ecstasy e o ácido, a fazer cocktails de todo o tipo de drogas, até a fazer overdoses para prolongar o efeito. Uma noite, tive uma bad trip. Rezei e chorei para que esta sensação desaparecesse. Tinha vozes na minha cabeça, tremia e não consegui sair de casa durante seis meses. Eu pensava que toda a gente estava a olhar para mim. Não conseguia andar em locais públicos. Meu! Eu nem sequer conseguia conduzir.

"Acabei sem-abrigo e na rua, a viver e a dormir numa caixa de cartão, a mendigar e a lutar para encontrar formas de conseguir a minha próxima refeição." — Ben



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 problemas pessoais, as consequências do consumo de drogas são sempre piores do que os problemas que uma pessoa está a tentar resolver ao consumir drogas. A verdadeira resposta é obter os factos e não consumir drogas em primeiro lugar.

Como É Que as Drogas Funcionam?

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. Assim, embora possam proporcionar alívio da dor a curto prazo, também retiram a atenção, a destreza e a habilidade de pensar claramente de uma pessoa.

Os medicamentos são drogas que se destinam a acelerar, abrandar ou alterar o funcionamento do corpo para o ajudar a funcionar melhor. Por vezes, os medicamentos são necessários. Mas continuam a ser drogas: atuam como estimulantes ou sedativos, e em excesso podem matá-lo. Se não forem usados conforme as instruções, os medicamentos podem ser tão perigosos como as drogas ilegais.

As Drogas Afetam a Mente

Normalmente, quando uma pessoa se lembra de algo, a mente funciona muito rapidamente e a informação chega-lhe rapidamente. Mas as drogas obscurecem a memória, causando espaços em branco. Quando uma pessoa tenta recordar informações através desta confusão turva, não consegue fazê-lo. As drogas fazem com que uma pessoa se sinta lenta ou estúpida e levam a fracassos na vida. À medida que a vida se torna mais difícil e experimenta mais fracassos, quer mais drogas para ajudar a lidar com o problema.

As Drogas Destroem a Criatividade

Uma mentira que se diz sobre as drogas é que elas ajudam a tornar uma pessoa mais criativa. De facto, a verdade é exatamente o oposto.

Alguém pode pensar que consumir drogas lhe dará ideias criativas. Mas não é assim que as drogas funcionam. As drogas podem dar a uma pessoa uma falsa sensação de liberdade criativa, mas, quando o efeito da droga passa, a pessoa desmorona. E de cada vez, a queda emocional é mais e mais baixa. Eventualmente, as drogas destruirão completamente toda a criatividade que uma pessoa possa ter.



Os factos sobre as drogas mais frequentemente consumidas provêm de várias fontes. Aqui fornecemos-lhe a verdade sobre o que são estas drogas e o que fazem.

- Marijuana ..... Página 10
- Álcool ..... Página 12
- Fentanil ..... Página 14
- Drogas Sintéticas ..... Página 16
- Ecstasy ..... Página 18
- Cocaína e Cocaína Crack ..... Página 20
- Metanfetamina em Cristal e Metanfetamina ..... Página 22
- Inalantes ..... Página 24
- Heroína ..... Página 26
- LSD ..... Página 28
- Abuso de Medicamentos Prescritos ..... Página 30

MARIJUANA

A marijuana é frequentemente enrolada num cigarro chamado charro. Também pode ser preparada como chá, misturada com refrigerantes ou comida, ou fumada através de um cachimbo de água chamado *bong*. Os brownies, bolachas e rebuçados são formas comuns de comestíveis de marijuana. Muitos produtos comestíveis parecem rebuçados ou snacks normais que as crianças reconhecem, o que pode criar a impressão de que são inofensivos.

NOMES DE RUA:

- **Botões**
- **Diamba**
- **Mato**
- **420**
- **Ganza**
- **Chá**
- **Verdinha**
- **Caseira**
- **Charro**
- **Maria Joana**
- **Fumo**
- **Passa**
- **Chamon**
- **Planta**
- **Erva**

A marijuana é uma das drogas mais consumidas. Hoje em dia, é frequentemente mais potente do que costumava ser. Novas técnicas de cultivo e cruzamentos seletivos produziram variedades com níveis de THC* muito mais elevados, o principal ingrediente que causa a intoxicação. Por causa disto, tem havido um aumento acentuado nas visitas às urgências relacionadas com a marijuana entre os jovens consumidores.

De acordo com a Organização Mundial da Saúde, 200 milhões de pessoas em todo o mundo consomem marijuana todos os anos. Nos Estados Unidos, a marijuana é a droga psicotrópica (uma droga que afeta o estado mental) mais consumida depois do álcool, com quase 12 milhões de jovens adultos a relatar

* THC: a substância química da canábis responsável pelos seus efeitos alteradores da mente

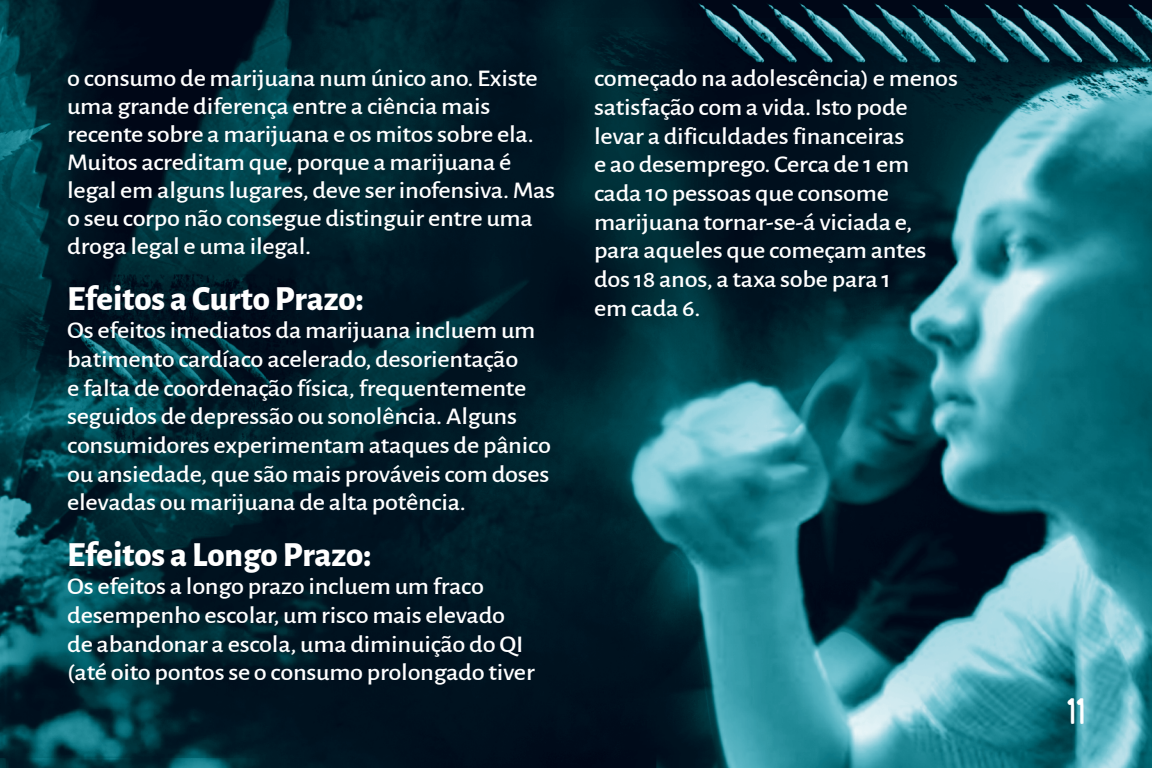
o consumo de marijuana num único ano. Existe uma grande diferença entre a ciência mais recente sobre a marijuana e os mitos sobre ela. Muitos acreditam que, porque a marijuana é legal em alguns lugares, deve ser inofensiva. Mas o seu corpo não consegue distinguir entre uma droga legal e uma ilegal.

Efeitos a Curto Prazo:

Os efeitos imediatos da marijuana incluem um batimento cardíaco acelerado, desorientação e falta de coordenação física, frequentemente seguidos de depressão ou sonolência. Alguns consumidores experimentam ataques de pânico ou ansiedade, que são mais prováveis com doses elevadas ou marijuana de alta potência.

Efeitos a Longo Prazo:

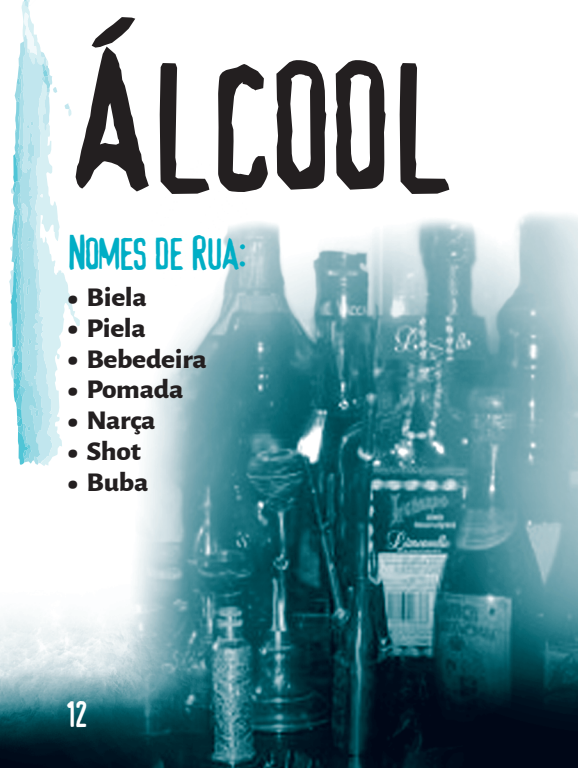
Os efeitos a longo prazo incluem um fraco desempenho escolar, um risco mais elevado de abandonar a escola, uma diminuição do QI (até oito pontos se o consumo prolongado tiver começado na adolescência) e menos satisfação com a vida. Isto pode levar a dificuldades financeiras e ao desemprego. Cerca de 1 em cada 10 pessoas que consome marijuana tornar-se-á viciada e, para aqueles que começam antes dos 18 anos, a taxa sobe para 1 em cada 6.



ÁLCOOL

NOMES DE RUA:

- **Biela**
- **Piela**
- **Bebedeira**
- **Pomada**
- **Narça**
- **Shot**
- **Buba**



O álcool deprime o sistema nervoso central (cérebro e espinal medula), reduz as inibições* e prejudica o discernimento. Beber grandes quantidades pode levar ao coma e até à morte por intoxicação alcoólica. Misturar álcool com medicamentos ou drogas de rua é extremamente perigoso e pode também ser fatal.

O álcool afeta todos os sistemas do corpo, levando à perda de coordenação, reflexos lentos, visão distorcida, lapsos de memória e apagões. Beber pode interferir no crescimento e desenvolvimento normais durante a adolescência, bem como no bem-estar mental e emocional. Entre todos os condutores com idades entre os 15 e os 18 anos envolvidos em acidentes mortais num ano, mais de 1 em cada 5 tinha bebido.

* inibições: ideias ou regras que tendem a impedir uma pessoa de fazer algo

Efeitos a Curto Prazo:

Sensação de calor, vermelhidão da pele, capacidade de raciocínio deficiente, falta de coordenação, má articulação das palavras ao falar, perda de memória e de capacidade de compreensão. O consumo excessivo de álcool resulta frequentemente numa ressaca, dor de cabeça, náuseas, ansiedade, fraqueza, tremores e, por vezes, vómitos.

Efeitos a Longo Prazo:

O aumento da tolerância ao álcool leva a beber mais. Isto pode causar problemas físicos graves, incluindo danos no fígado, doenças cardíacas e um risco acrescido de cancro. Uma mulher grávida que consome álcool pode dar à luz um bebé com defeitos que afetam o coração, o cérebro e outros órgãos principais do bebé. A criança também pode crescer com graves dificuldades de aprendizagem, problemas de visão ou audição e muito mais.



Fentanil

O fentanil é uma droga opioide muito potente que tem sido usada há muito tempo em procedimentos médicos.

O fentanil médico é por vezes desviado e vendido ilegalmente. Pode apresentar-se sob a forma de adesivos cutâneos, líquidos injetáveis ou pastilhas de libertação lenta. Apenas dois miligramas de fentanil podem ser fatais para uma pessoa que não está habituada a consumir opiáceos.

O fentanil ilegal apresenta-se sob a forma de pó branco ou em comprimidos falsos que se assemelham a outros medicamentos. O fentanil é por vezes misturado com outras drogas ilegais, como a heroína, a cocaína ou a metanfetamina. Os traficantes de drogas costumam prensar o fentanil em comprimidos contrafeitos, qualquer um dos quais pode conter uma dose mortal de fentanil.

Nomes de rua:

- **Apache**
- **China Girl**
- **Dance Fever**
- **Drop Dead**
- **Fetty**
- **Jackpot**
- **Lethal Injection**
- **Murder 8**
- **Veneno**
- **Tango & Cash**



Nos últimos anos, o fentanil fabricado por criminosos inundou o mercado, causando dezenas de milhares de mortes por overdose todos os anos.

Efeitos a Curto Prazo:

Os consumidores experimentam sedação, confusão, tonturas, náuseas, pupilas minúsculas, vómitos e obstipação. A droga afeta gravemente os pulmões, abrandando a respiração, o que pode levar à morte se se consumir demasiada droga.

Efeitos a Longo Prazo:

Aqueles que injetam fentanil podem sofrer colapso das veias ou infeções bacterianas da pele e do coração. O uso indevido de fentanil sobrecarrega o coração e pode causar insuficiência cardíaca congestiva e batimentos cardíacos irregulares. Claro que os piores efeitos a longo prazo são a dependência e um risco muito real de morte por overdose.

Fui até ao quarto dela, abri a porta e encontrei-a. Ela estava de pé, mas estava curvada, com a cabeça no braço do sofá e uma pilha de vómito. Quando a levantei, os seus olhos estavam abertos e percebi que ela tinha morrido." — Mãe



Drogas Sintéticas



Nomes de Rua:

- **Sais de Banho**
- **Legal Highs**
- **Blizzard**
- **Erva Sintética**
- **K2**
- **N-bomb**
- **Smarts**
- **Spice**

As drogas sintéticas são feitas num laboratório usando produtos químicos fabricados pelo Homem. Os tipos mais comuns de drogas sintéticas imitam drogas que são frequentemente abusadas: marijuana, estimulantes, tranquilizantes e opioides. O número de drogas sintéticas, ou "drogas de design", no mercado ilícito está sempre a mudar.

As drogas sintéticas tornaram-se populares porque os traficantes e vendedores de drogas podiam afirmar que estavam a vender substâncias "legais". Os consumidores de drogas não sabem o que está na droga sintética que acabaram de comprar, como é que esta os afetará ou que substâncias nocivas poderá conter.





Efeitos a Curto Prazo:

Alucinações e delírios, confusão e desorientação, psicose, pensamentos suicidas ou suicídio, agitação e ansiedade extremas, ataques de pânico, depressão, insónia, comportamento violento, dificuldade em respirar, insensibilidade, perda de consciência, dores de cabeça, náuseas, vómitos, diarreia, transpiração intensa, febre alta, problemas renais, ataque cardíaco e hemorragia cerebral.

Efeitos a Longo Prazo:

Danos e insuficiência renais, danos hepáticos, convulsões, inchaço cerebral, morte cerebral, tremores, cansaço extremo, insónia, perda de memória e confusão, paralisia, ansiedade e depressão graves e duradouras, gangrena que pode exigir amputações e morte.

Ecstasy

Nomes de rua:

- Adam
- Bala
- Pombas
- MDA
- Droga do Amor
- Pastilha
- Rodinhas
- Speed do Amor
- X
- E
- XTC

O Ecstasy é uma droga que é fabricada em laboratórios. O Ecstasy puro é um químico chamado *MDMA*, mas os fabricantes muitas vezes adicionam outras drogas às suas pastilhas, como cafeína, anfetamina* e até cocaína. O Ecstasy é geralmente tomado por via oral, sob a forma de comprimido, pastilha ou cápsula. O ato de consumir mais do que um de cada vez é chamado *bumping*. Os comprimidos de Ecstasy apresentam-se em diferentes cores e, por vezes, têm imagens de desenhos animados.

O Ecstasy tem efeitos tanto alucinogénios como estimulantes. Os efeitos estimulantes podem levar o consumidor a dançar durante longos períodos de tempo em eventos musicais conhecidos como *raves*. Mas consumir Ecstasy em condições quentes e lotadas, como as que se encontram em raves em espaços fechados ou ao ar livre, pode levar a uma desidratação extrema e a um sobreaquecimento, o que pode causar falência de órgãos e até a morte. Misturar Ecstasy com álcool é extremamente perigoso e pode ser fatal.

* anfetamina: um estimulante do sistema central nervoso, frequentemente chamado *speed*

Efeitos a Curto Prazo:

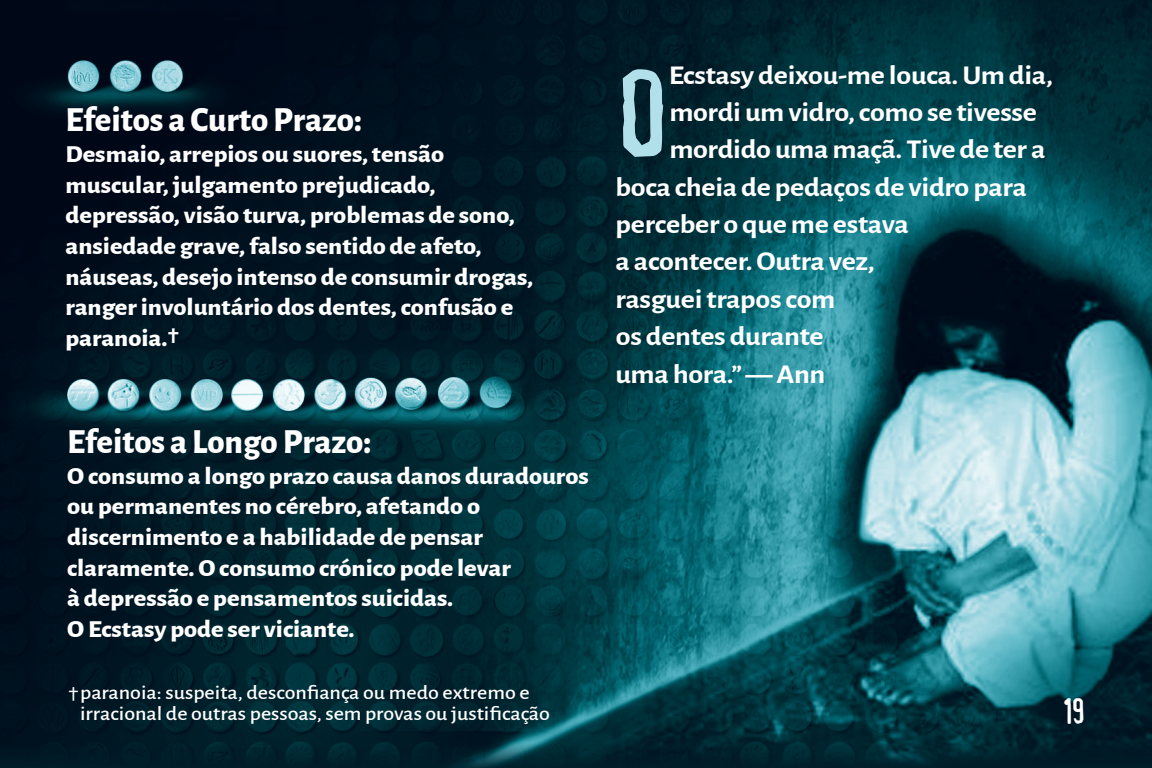
Desmaio, arrepios ou suores, tensão muscular, julgamento prejudicado, depressão, visão turva, problemas de sono, ansiedade grave, falso sentido de afeto, náuseas, desejo intenso de consumir drogas, ranger involuntário dos dentes, confusão e paranoia.†

Efeitos a Longo Prazo:

O consumo a longo prazo causa danos duradouros ou permanentes no cérebro, afetando o discernimento e a habilidade de pensar claramente. O consumo crónico pode levar à depressão e pensamentos suicidas. O Ecstasy pode ser viciante.

†paranoia: suspeita, desconfiança ou medo extremo e irracional de outras pessoas, sem provas ou justificação

"O Ecstasy deixou-me louca. Um dia, mordi um vidro, como se tivesse mordido uma maçã. Tive de ter a boca cheia de pedaços de vidro para perceber o que me estava a acontecer. Outra vez, rasguei trapos com os dentes durante uma hora." — Ann



Cocaína e Cocaína Crack



A cocaína é uma droga em pó que pode ser tomada por via oral ou inalada pelo nariz. Para ingerir a droga mais rapidamente, por vezes dissolve-se e injeta-se com uma seringa, o que aumenta muito o risco de overdose. A cocaína crack é feita processando a cocaína em pó com água, bicarbonato de sódio ou amoníaco para criar pequenas pedras duras. É fumada para proporcionar um efeito rápido e imediato.

Nomes de rua:

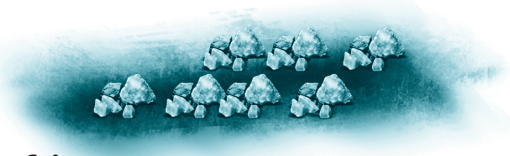
- **Charlie**
- **Coca**
- **Crack**
- **Floco**
- **Gulosa**
- **Brisa**
- **Neve**

A cocaína é refinada a partir das folhas da planta da coca. As drogas estimulantes como a cocaína podem rapidamente levar à dependência psicológica e física.



Efeitos a Curto Prazo:

A cocaína causa uma euforia intensa e breve que é seguida imediatamente pelo oposto — sensações intensas de depressão e inquietação e uma ânsia por mais droga. As pessoas que a consomem, frequentemente não comem ou não dormem adequadamente. Podem ter uma frequência cardíaca muito acelerada, espasmos musculares e convulsões. A droga pode fazer com que a pessoa pareça paranoica, irritada, hostil e ansiosa, inclusive quando não está eufórica.



Efeitos a Longo Prazo:

Após um uso prolongado, a cocaína pode levar à irritabilidade, problemas de humor, inquietação, paranoia e alucinações auditivas. As pessoas desenvolvem uma tolerância à droga, o que significa que precisam de mais para ficarem pedradas. O uso crónico também pode causar danos nos nervos, AVC e degradação muscular.

Sair do efeito da cocaína causa uma depressão grave, que se agrava com cada consumo. Esta depressão pode tornar-se tão grave que a pessoa fará qualquer coisa para conseguir a droga — inclusive cometer um assassinato. Se não conseguirem obter cocaína, a depressão pode tornar-se tão intensa que pode levar o consumidor ao suicídio.

Metanfetamina em Cristal e Metanfetamina



A metanfetamina em cristal e a metanfetamina podem ser consumidas por inalação, ingestão, fumando ou injetando. Pode ser vendida em pó ou em comprimidos ou como cristais irregulares.

A metanfetamina em cristal é um tipo de metanfetamina que se assemelha a pequenos pedaços de vidro ou a pedras azul-brancas brilhantes. É um estimulante sintético altamente potente e viciante que provoca agressividade e comportamentos violentos ou psicóticos. Muitos consumidores relatam que ficaram viciados logo na primeira vez que a consumiram. É um dos vícios mais difíceis de superar.

Nomes de Rua:

- **Pedra**
- **Cristal**
- **Vidro**
- **Go-fast**
- **Ice**
- **Gelo**
- **Speed**
- **Tina**
- **MD**

Efeitos a Curto Prazo:

Padrões de sono perturbados, hiperatividade, náuseas, delírios de poder, aumento da agressividade e irritabilidade. Pode causar diminuição do apetite, o que pode levar a uma perda de peso extrema. Doses elevadas podem criar uma euforia intensa, seguida de agitação aumentada e, por vezes, violência. Outros efeitos podem incluir insónia, confusão, alucinações, ansiedade e paranoia. Pode causar convulsões que levam à morte.

Efeitos a Longo Prazo:

Aumento da frequência cardíaca e da tensão arterial, danos nos vasos sanguíneos do cérebro que levam a AVC, batimento cardíaco irregular, colapso do coração ou dos vasos sanguíneos, morte. A metanfetamina também pode causar danos ao fígado, rins e pulmões. Os consumidores podem sofrer danos cerebrais, depressão e défice de memória.



A metanfetamina em cristal era a minha droga de eleição, mas também havia outras — barata, fácil de obter, fácil de se tornar dependente e, claro, fácil de consumir. Experimentei-a uma vez e PUM! Fiquei dependente. Uma das principais coisas que isto afetou foi a minha carreira musical. Tinha uma banda fantástica que tocava música fantástica e tinha membros fantásticos, que não eram apenas membros da banda, mas também os meus melhores amigos. Tudo isso mudou quando comecei a consumir metanfetamina." — Brad

INALANTES

NOMES DE RUA:

- **Gás Hilariante**
- **Poppers**
- **Rush**
- **Cheirinho**
- **Whippets**

Os inalantes são produtos químicos comuns encontrados em produtos como sprays em aerossol, líquidos de limpeza, cola, tinta, diluente de tinta, marcadores, removedor de verniz de unhas, nitrito de amilo* e combustível para isqueiros. São cheirados ou inalados (chamado *huffing*). Existem centenas destes químicos presentes na maioria das casas, escritórios ou lojas de bricolage.

Os inalantes têm efeitos graves no cérebro. Quando estes vapores são inalados pelo nariz ou pela boca, podem causar danos físicos e mentais permanentes. Os químicos substituem o oxigénio nos pulmões, levando à privação de oxigénio e até à asfixia. Isto faz com que o coração bata mais depressa e de forma irregular, o que pode levar a uma insuficiência cardíaca súbita.



* nitrito de amilo: um químico amarelo-pálido usado para alargar os vasos sanguíneos e na fabricação de alguns corantes e explosivos, por vezes abusado como estimulante

As pessoas que consomem inalantes podem perder o olfato, sofrer de náuseas e hemorragias nasais e desenvolver problemas no fígado, pulmões e rins. O consumo continuado pode levar à redução de massa, tónus e força musculares. Os inalantes podem fazer com que a pessoa fique incapaz de caminhar, falar e pensar com normalidade. Algumas pessoas tornam-se viciadas no consumo de inalantes.

Efeitos a Curto Prazo:

Confusão, fala arrastada, falta de coordenação, tonturas e euforia. O consumidor pode sentir-se sonolento e tonto e ter dores de cabeça, alucinações e delírios. Alguém sob o efeito dos inalantes pode também reagir subitamente com extrema violência.

Efeitos a Longo Prazo:

Danos no fígado, na medula óssea e nos rins, espasmos musculares resultantes de danos nos nervos, atrofia muscular, redução do tónus e da força muscular. Os danos cerebrais permanentes podem causar problemas de pensamento, visão, audição e movimento.



HEROÍNA



NOMES DE RUA:

- **Big H**
- **Brown Sugar**
- **H**
- **Cavalo**
- **Burra**
- **Poeira**
- **Pó**

A heroína, tal como o ópio e a morfina, é feita a partir da resina de plantas de papoila. Normalmente é consumida por injeção, inalada ou fumada. A heroína tem um efeito tranquilizante e analgésico. O consumidor sente uma onda de euforia, seguida de sonolência e sedação.

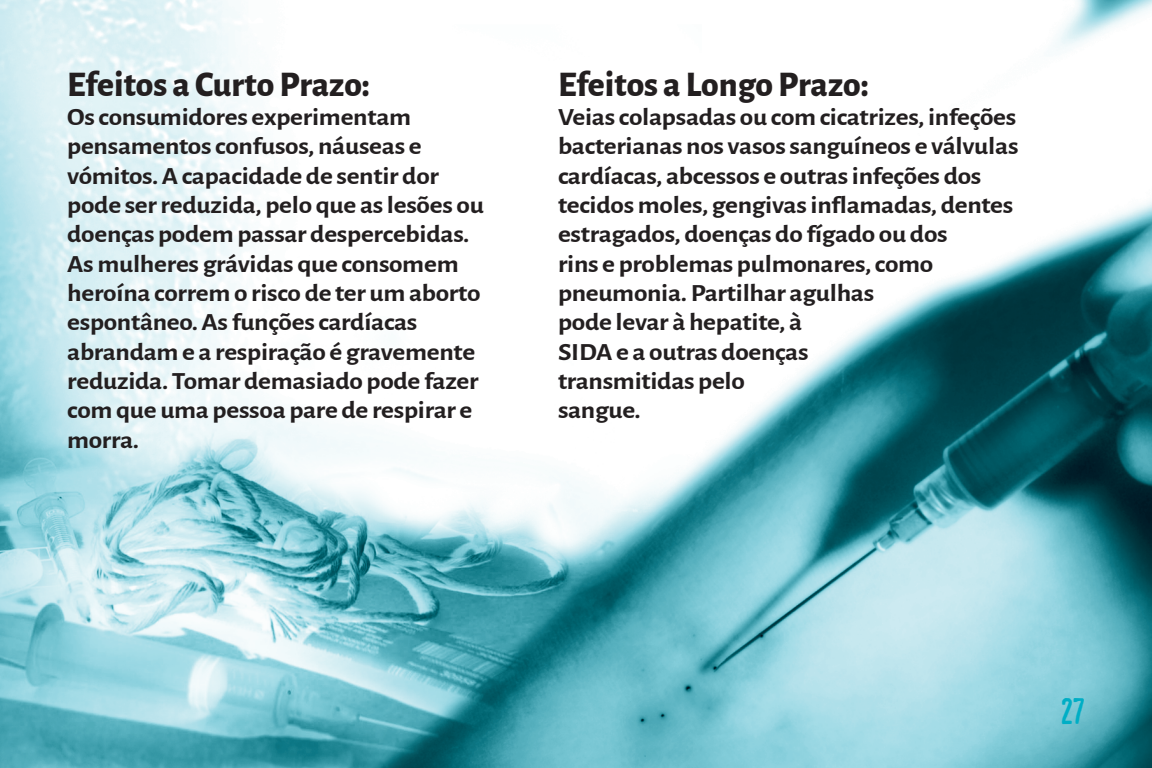
A respiração abranda e há um rubor quente da pele. Para muitas pessoas, torna-se viciante muito rapidamente. Injetar a droga pode criar um risco de SIDA, hepatite (doença do fígado), infeções cardíacas e outros problemas causados pela partilha de agulhas contaminadas. Alguns destes problemas de saúde podem ser transmitidos a parceiros sexuais e recém-nascidos. A violência e o crime estão frequentemente associados ao consumo de heroína.

Efeitos a Curto Prazo:

Os consumidores experimentam pensamentos confusos, náuseas e vómitos. A capacidade de sentir dor pode ser reduzida, pelo que as lesões ou doenças podem passar despercebidas. As mulheres grávidas que consomem heroína correm o risco de ter um aborto espontâneo. As funções cardíacas abrandam e a respiração é gravemente reduzida. Tomar demasiado pode fazer com que uma pessoa pare de respirar e morra.

Efeitos a Longo Prazo:

Veias colapsadas ou com cicatrizes, infeções bacterianas nos vasos sanguíneos e válvulas cardíacas, abcessos e outras infeções dos tecidos moles, gengivas inflamadas, dentes estragados, doenças do fígado ou dos rins e problemas pulmonares, como pneumonia. Partilhar agulhas pode levar à hepatite, à SIDA e a outras doenças transmitidas pelo sangue.



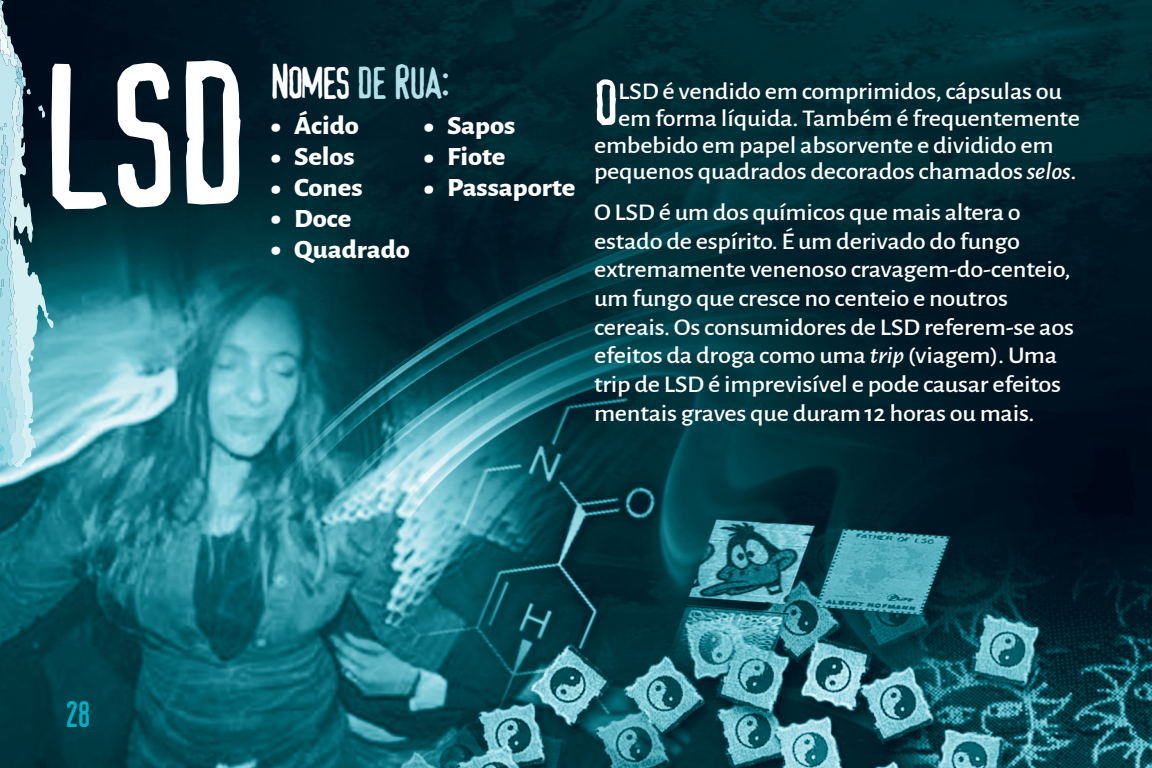
LSD

Nomes de Rua:

- **Ácido**
- **Selos**
- **Cones**
- **Doce**
- **Quadrado**
- **Sapos**
- **Fiote**
- **Passaporte**

O LSD é vendido em comprimidos, cápsulas ou em forma líquida. Também é frequentemente embebido em papel absorvente e dividido em pequenos quadrados decorados chamados *selos*.

O LSD é um dos químicos que mais altera o estado de espírito. É um derivado do fungo extremamente venenoso cravagem-do-centeio, um fungo que cresce no centeio e noutros cereais. Os consumidores de LSD referem-se aos efeitos da droga como uma *trip* (viagem). Uma trip de LSD é imprevisível e pode causar efeitos mentais graves que duram 12 horas ou mais.

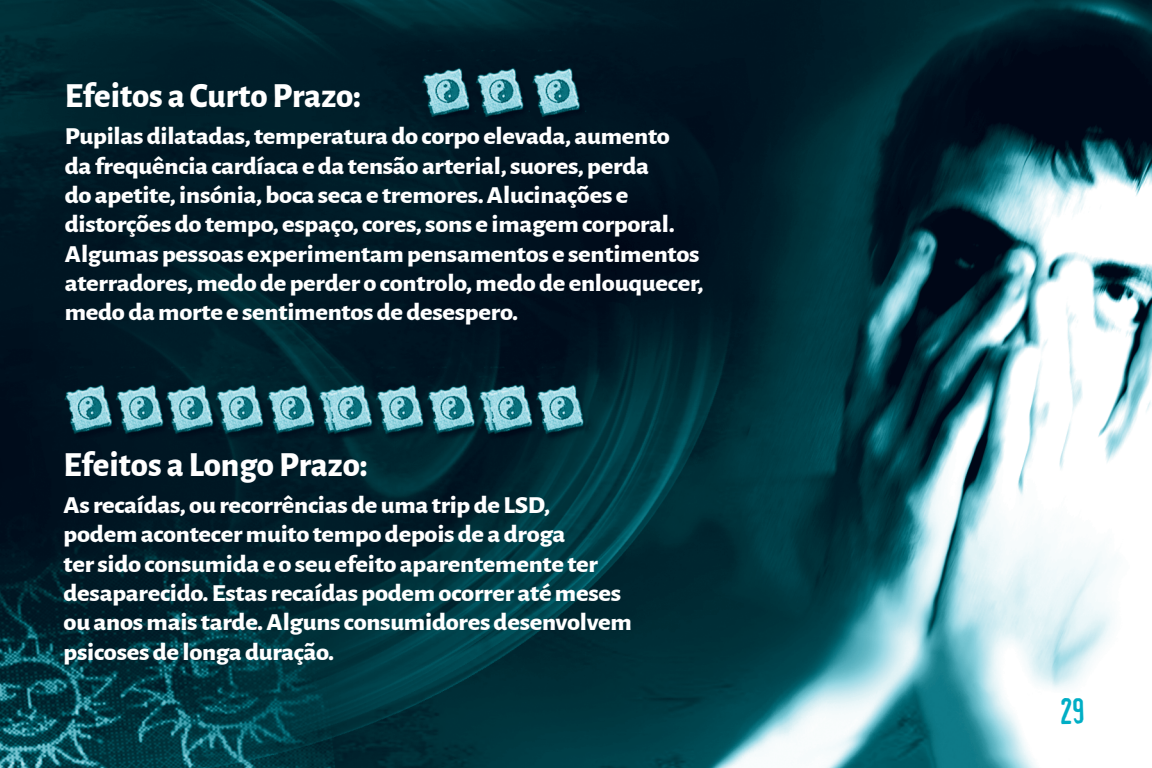


Efeitos a Curto Prazo:

Pupilas dilatadas, temperatura do corpo elevada, aumento da frequência cardíaca e da tensão arterial, suores, perda do apetite, insónia, boca seca e tremores. Alucinações e distorções do tempo, espaço, cores, sons e imagem corporal. Algumas pessoas experimentam pensamentos e sentimentos aterradores, medo de perder o controlo, medo de enlouquecer, medo da morte e sentimentos de desespero.

Efeitos a Longo Prazo:

As recaídas, ou recorrências de uma trip de LSD, podem acontecer muito tempo depois de a droga ter sido consumida e o seu efeito aparentemente ter desaparecido. Estas recaídas podem ocorrer até meses ou anos mais tarde. Alguns consumidores desenvolvem psicoses de longa duração.



Abuso de Medicamentos Prescritos

Os analgésicos, tranquilizantes, antidepressivos, comprimidos para dormir e estimulantes podem parecer "seguros" porque são prescritos por médicos, mas podem ser tão viciantes e perigosos como as drogas vendidas na rua. O analgésico OxyContin, por exemplo, é tão poderoso como a heroína e afeta o corpo da mesma forma. O uso continuado de analgésicos, calmantes, estimulantes ou antidepressivos pode levar à dependência — e a sintomas de abstinência dolorosos quando se tenta deixar de os consumir.

É importante notar que qualquer comprimido vendido ilegalmente, por mais autêntico que pareça, pode ter sido produzido por traficantes de drogas que podem ter adicionado uma dose letal de fentanil. Num só ano, foram apreendidos nos EUA mais de 80 milhões de comprimidos falsos misturados com fentanil. Sete em cada 10 destes comprimidos continham fentanil suficiente para matar uma pessoa. Aqui estão apenas alguns dos efeitos destas drogas.

Analgésicos: OxyContin, fentanil, morfina, Percodan e Demerol são apenas alguns de uma longa lista de analgésicos. Os efeitos podem incluir respiração diminuída, náusea e inconsciência. O consumo pode levar à dependência.

Calmantes: Estas drogas, que abrandam a atividade do cérebro e do sistema nervoso, incluem Xanax, Zyprexa, Valium e muitas outras. Os efeitos podem incluir problemas cardíacos, aumento de peso, fadiga* e fala arrastada. O consumo contínuo pode levar à dependência.

Estimulantes: Estas drogas aceleram a frequência cardíaca e a respiração, de forma semelhante à metanfetamina ou à cocaína. Os exemplos incluem "drogas de estudo" como a Ritalina, Adderall, Concerta e drogas conhecidas como *bennies*. Os efeitos incluem: aumento da tensão arterial e do ritmo cardíaco, hostilidade e paranoia.

Antidepressivos: Exemplos comuns incluem Prozac, Paxil, Zoloft e Celexa. Os efeitos podem incluir: ritmo cardíaco irregular, reações paranoicas, pensamentos violentos ou suicidas e alucinações. O uso prolongado pode levar à dependência.

* fadiga: cansaço físico e mental extremo

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 que "a cocaína vai transformar a sua vida numa festa" e que "a heroína é como um cobertor quente". Se consumir Ecstasy, "pode estar com muitas raparigas".

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.

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 8: Alamy (esquerda); página 13: istockphoto.com, Lisa Young; página 26: Luke Peters

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