
A VERDADE SOBRE O
ECSTASY
X
Adam
Droga do Amor
XTC
E
MDMA
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 Dançar com a MORTE?

Tragicamente, o Ecstasy é uma das drogas mais populares entre os jovens e está frequentemente associado a raves e música eletrónica de dança.

O Gabinete das Nações Unidas contra a Droga e o Crime estimou que, num ano, quase 20 milhões de pessoas em todo o mundo usaram Ecstasy, e foram relatadas muitas mortes relacionadas com o Ecstasy em salas de emergência hospitalares em todo o mundo. Mais recentemente, o uso de MDMA* expandiu-se para além das raves e está a ser consumido por uma gama mais ampla de jovens adultos como uma droga de festa.

Misturado com álcool, o Ecstasy torna-se mais perigoso e pode, de facto, ser ainda mais mortal.



* MDMA: abreviatura do nome químico de uma droga ilegal feita pelo Homem que altera o humor e a perceção e é quimicamente semelhante tanto aos estimulantes como aos alucinogénios

Quer mesmo ir a festas?

A Nikki era como muitos adolescentes que vão a raves. Ela queria escapar aos seus problemas e divertir-se, por isso planeou ir a festas toda a noite com os amigos. Um dos seus amigos tinha uma garrafa de Ecstasy líquido no carro e todos decidiram tomar um pouco. A droga tomou conta deles em breve. A Nikki dançou durante horas, muito para além dos seus limites habituais. Mais tarde, uma amiga disse num relatório policial: "A Nikki não estava a sentir nada."

Na manhã seguinte, a Nikki estava morta. A causa: intoxicação por Ecstasy.

"Mas isso não me vai acontecer a mim", você pode pensar. Talvez não, mas quer mesmo correr esse risco?

O que é o Ecstasy?

O Ecstasy é o nome comum para *MDMA*, uma droga sintética ilegal que altera o humor, a perceção e a consciência dos objetos e condições circundantes. O MDMA é quimicamente semelhante tanto aos estimulantes como aos alucinogénios.

Os efeitos do ecstasy incluem uma falsa euforia, aumento de energia, calor emocional e perceção distorcida. No entanto, também causa ranger involuntário dos dentes, temperatura corporal perigosamente elevada e depressão. O Ecstasy também pode danificar o coração, as veias, as artérias, os rins, o fígado e o sistema nervoso e pode levar a consequências devastadoras, incluindo a morte.



O MDMA foi desenvolvido pela primeira vez em 1912 pelo fabricante de medicamentos alemão Merck. Na década de 1950, tanto o Exército dos EUA como a CIA usaram MDMA em testes de guerra psicológica. Reapareceu na década de 1960 como uma droga de terapia para "reduzir as inibições".*

Na década de 1970, o MDMA começou a ser usado como uma droga de festa. No início da década de 1980, foi promovido como "a coisa mais sensacional na contínua busca da felicidade através da química" e a "droga da moda" para muitas festas de fim de semana. Ainda legal em 1984, o MDMA estava a ser vendido sob o nome de marca Ecstasy, mas, em 1985, a droga foi proibida devido a preocupações com a segurança.

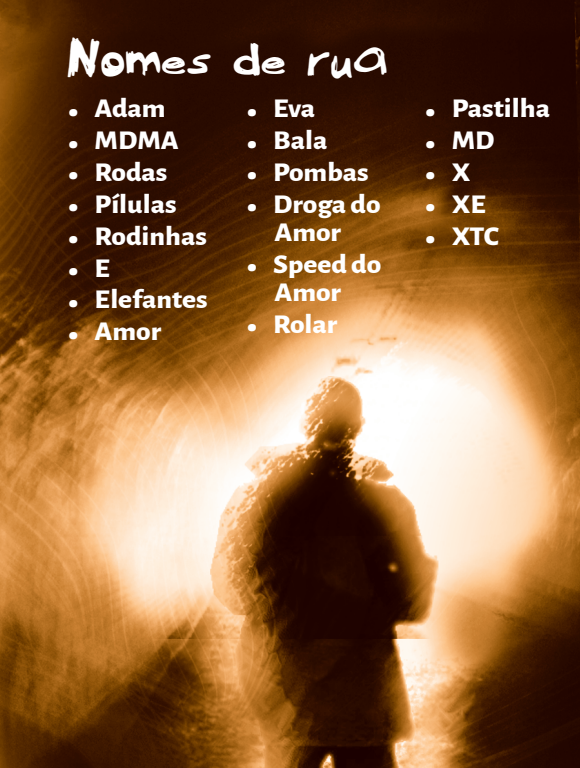
Desde o final da década de 1980, Ecstasy tornou-se um termo de marketing para drogas vendidas como MDMA, mas que podem conter pouco ou nenhum MDMA. O Ecstasy de hoje inclui frequentemente uma mistura de drogas como LSD, cocaína, heroína, anfetamina, metanfetamina e até mesmo substâncias como veneno para ratos ou desparasitante para cães. Apesar dos logótipos engraçados que os traficantes colocam nas pastilhas, os consumidores não sabem o que estão a tomar, aumentando o risco quando usam mais para sentir uma pedrada.

O Ecstasy é normalmente uma pastilha, mas também pode ser injetado. O Ecstasy líquido não é MDMA — é *GHB*, um depressor feito a partir de produtos químicos perigosos, como desentupidor de canos, removedor de cera e solventes desengordurantes.

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

Nomes de rua

- Adam
- MDMA
- Rodas
- Pílulas
- Rodinhas
- E
- Elefantes
- Amor
- Eva
- Bala
- Pombas
- Droga do Amor
- Speed do Amor
- Rolar
- Pastilha
- MD
- X
- XE
- XTC



Rastrear o Ecstasy

- De acordo com o Inquérito Nacional sobre o Consumo de Drogas e Saúde, estima-se que 744 000 americanos com 12 anos ou mais tenham experimentado Ecstasy pelo menos uma vez.
- O inquérito Monitoring the Future mostra que 1,7% dos alunos do 8.º ano, 2,6% dos alunos do 10.º ano e 3,6% dos alunos do 12.º ano usaram Ecstasy.
- Muitos consumidores de Ecstasy acabam por consumir outras drogas, incluindo marijuana, anfetaminas, cocaína e heroína.



Pílula do amor imaginária

Tire a máscara

O Ecstasy é chamado de "a pílula do amor" porque intensifica as cores, os sons e as sensações físicas, incluindo durante o sexo.

Mas esta imagem da "pílula do amor" é uma mentira.

O Ecstasy contém frequentemente outros alucinogénios que fazem as pessoas ver ou sentir coisas que não são reais. Isto pode prender uma pessoa numa memória assustadora ou triste sem que ela se aperceba disso.



As festas rave são boas, desde que não se tome Ecstasy. Mas assim que se começa, pensa-se que as pessoas que aconselham a parar são idiotas. Começa-se a acreditar que se encontrou algo ótimo e que os outros não devem tentar dizer o contrário.

"QUANDO SE COMEÇA A GOSTAR DE ECSTASY, JÁ É TARDE DEMAIS — ESTÁ-SE PERDIDO."
— Pat

O Ecstasy é emocionalmente prejudicial e os consumidores sofrem frequentemente de depressão, confusão, ansiedade grave, paranoia,* comportamento psicótico e outros problemas psicológicos.

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



Felizmente, estou viva, mas fiquei com as consequências que se prolongam por dias, meses e anos após o trauma. Tenho de lidar com o que isso me fez durante toda a minha vida. Tenho experimentado tudo, diga o que disser. A depressão, a ansiedade, o stress, os pesadelos e as dores de cabeça fortes foram algumas das coisas que me afetaram depois de ter tomado Ecstasy.

"QUASE MORRI. BASTOU UMA NOITE, ALGUMAS PASTILHAS [DE ECSTASY] E BEBER ÁLCOOL. ESTA DROGA É FATAL, e estou tão grata por estar viva. Não consigo descrever o quão difícil é lidar com estes pesadelos o tempo todo. Acordo a suar, apenas a agradecer a Deus e a estar tão grata por ser apenas mais um pesadelo. Rezo para que, com o tempo, os pesadelos desapareçam. Nenhuma droga vale a pena pela viagem* ou pela pedrada." — Megan

* viagem: a experiência dos efeitos eufóricos, estimulantes e emocionais ao tomar MDMA

Consequências do uso de Ecstasy

O Ecstasy desliga o sistema de alerta natural do corpo. Um consumidor corre o risco de ultrapassar os seus limites físicos e resistência.

O consumo de 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 e sobreaquecimento extremos, à degradação muscular, à insuficiência renal ou ao inchaço cerebral fatal.

A investigação mostra que, após o uso de Ecstasy, muitas pessoas relatam depressão, dificuldade de concentração, ansiedade, agressividade e irritabilidade. O uso regular pode causar distúrbios do sono, falta de apetite, doenças cardíacas e comportamento impulsivo.

Mesmo dias ou semanas após o consumo, os consumidores podem ainda sentir-se confusos, experimentar ansiedade ou desejar a droga.

EFEITOS A CURTO PRAZO

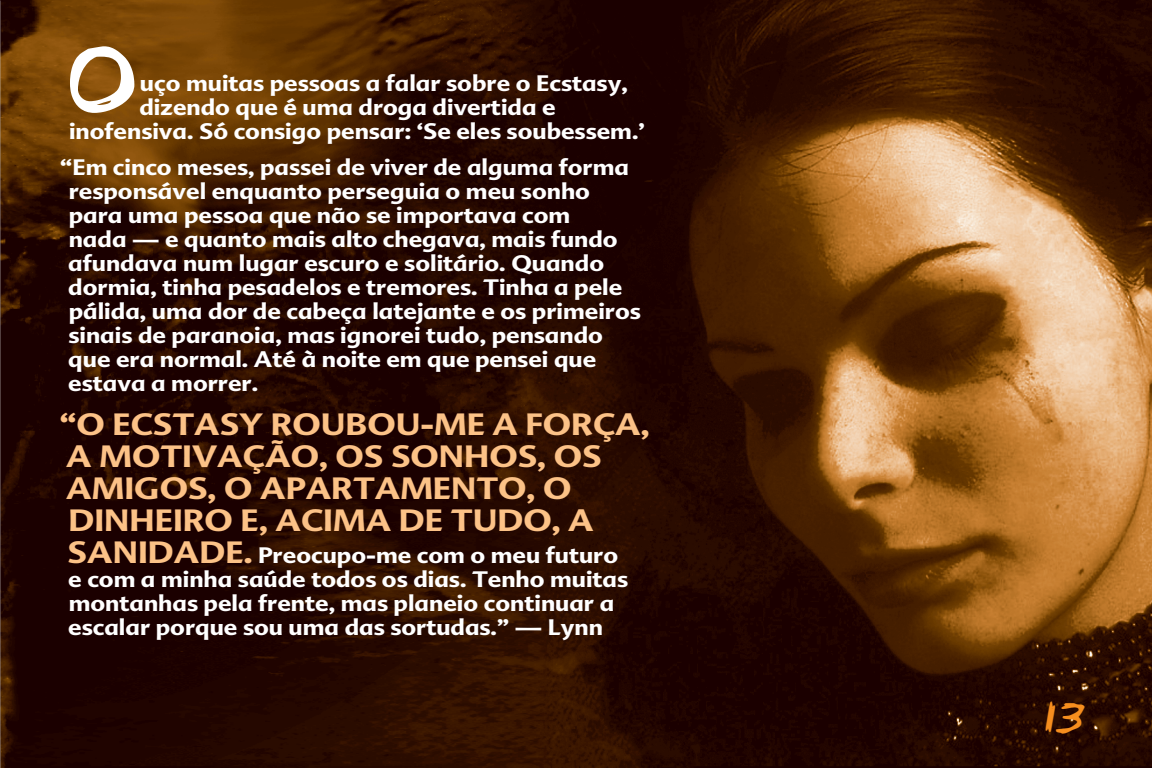
- Aumento da frequência cardíaca e risco de convulsões
- Tensão arterial mais elevada
- Aumento acentuado da temperatura corporal que pode levar à insuficiência renal ou à morte
- Inibição reduzida (controlo reduzido sobre as ações, sentimentos ou decisões)
- Aumento do risco de sexo inseguro
- Falsos sentimentos de afeto
- Alucinação ligeira
- Confusão
- Depressão



- Problemas para dormir
- Tornar-se ansioso e agitado
- Paranoia
- Desejo intenso de consumir drogas
- Tensão muscular
- Desmaios e arrepios ou inchaço
- Ranger involuntário dos dentes
- Visão nublada
- Náusea e vómitos

EFEITOS A LONGO PRAZO

- Danos cerebrais duradouros que afetam o pensamento, a memória, a aprendizagem, o sono e as emoções
- Ramos e terminações nervosas degenerados
- Depressão, ansiedade, perda de memória
- Problemas para dormir
- Redução do interesse sexual
- Hemorragia cerebral
- Psicose
- Insuficiência cardíaca

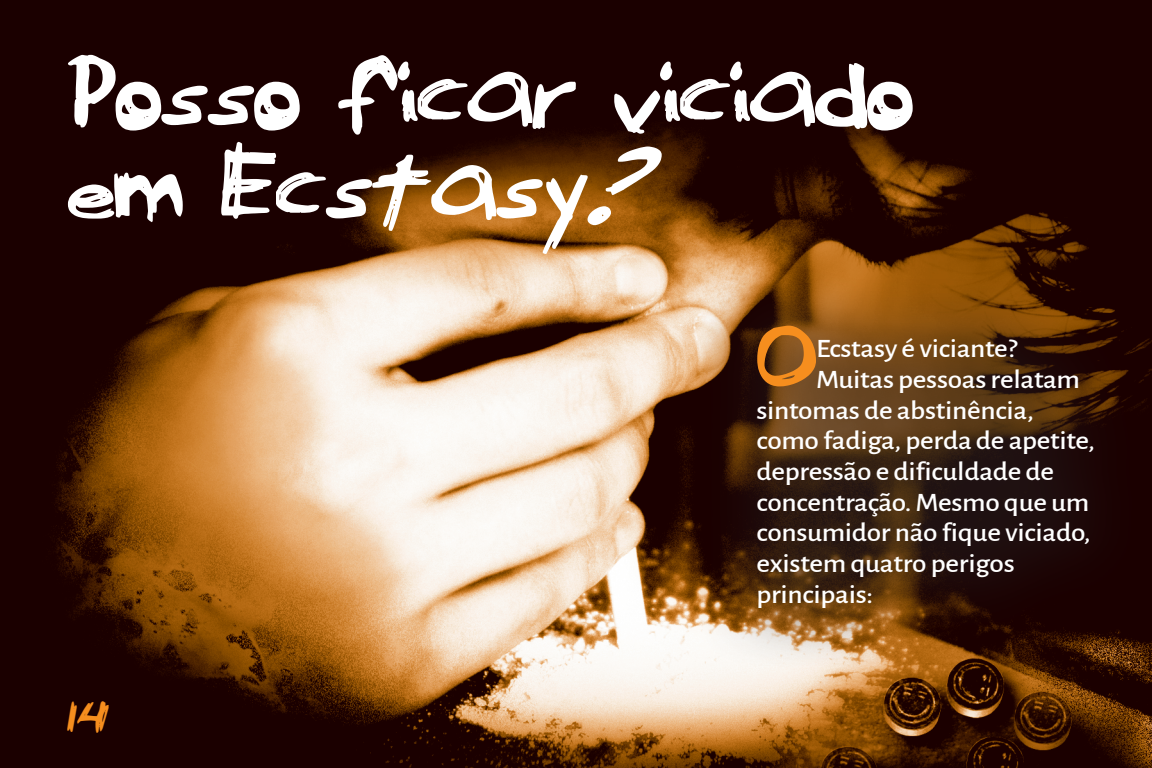


Ouço muitas pessoas a falar sobre o Ecstasy, dizendo que é uma droga divertida e inofensiva. Só consigo pensar: 'Se eles soubessem.'

"Em cinco meses, passei de viver de alguma forma responsável enquanto perseguia o meu sonho para uma pessoa que não se importava com nada — e quanto mais alto chegava, mais fundo afundava num lugar escuro e solitário. Quando dormia, tinha pesadelos e tremores. Tinha a pele pálida, uma dor de cabeça latejante e os primeiros sinais de paranoia, mas ignorei tudo, pensando que era normal. Até à noite em que pensei que estava a morrer.

"O ECSTASY ROUBOU-ME A FORÇA, A MOTIVAÇÃO, OS SONHOS, OS AMIGOS, O APARTAMENTO, O DINHEIRO E, ACIMA DE TUDO, A SANIDADE. Preocupo-me com o meu futuro e com a minha saúde todos os dias. Tenho muitas montanhas pela frente, mas planeio continuar a escalar porque sou uma das sortudas." — Lynn

Posso ficar viciado em Ecstasy?



O Ecstasy é viciante? Muitas pessoas relatam sintomas de abstinência, como fadiga, perda de apetite, depressão e dificuldade de concentração. Mesmo que um consumidor não fique viciado, existem quatro perigos principais:

PERIGO N.º 1: O que é vendido como Ecstasy pode não ser Ecstasy (MDMA) de todo, mas uma mistura de drogas nocivas e substâncias tóxicas.

PERIGO N.º 2: Os consumidores desenvolvem rapidamente uma tolerância, necessitando de mais droga para alcançar o mesmo efeito.

À medida que as doses aumentam, também aumenta a gravidade dos efeitos secundários. Quando os efeitos do Ecstasy diminuem, muitos recorrem a drogas ainda mais perigosas.

PERIGO N.º 3: Para lidar com os efeitos secundários do Ecstasy, os consumidores podem recorrer a substâncias mais fortes, como a heroína ou a cocaína. Na verdade, a investigação mostra que a maioria dos consumidores de Ecstasy não se fica pelo Ecstasy — eles acabam por combiná-lo com outras drogas.

PERIGO N.º 4: Acreditar que o Ecstasy é necessário para se divertir leva as pessoas a consumi-lo com mais frequência. Isto pode levá-las a usá-lo para além das raves e festas. Tal como outras drogas estimulantes, os consumidores continuam a tomar Ecstasy, apesar de experimentarem efeitos desagradáveis.



Informação científica

Foram realizados muitos estudos sobre o Ecstasy. Eles mostram que:

- O Ecstasy pode causar insuficiência hepática. Uma rapariga de 14 anos morreu, apesar de uma tentativa dos médicos de a salvar com um transplante de fígado.
- O Ecstasy é frequentemente misturado com substâncias perigosas, como veneno para ratos.
- Jovens morreram de desidratação, exaustão e ataques cardíacos ligados ao uso de Ecstasy.
- O Ecstasy pode danificar os rins e o cérebro, incluindo causar feridas no cérebro.
- Mesmo uma pequena quantidade de Ecstasy pode envenenar o sistema nervoso e causar danos permanentes.

Superar o sensacionalismo sobre as drogas

A imagem "positiva" das drogas vem, na sua maioria, da forma como os filmes e a música as fazem parecer glamorosas.

Quando uma nova droga aparece pela primeira vez, as pessoas normalmente não pensam que é perigosa até ser demasiado tarde. Quando o dano é claro, muitos já acreditam na falsa ideia de que a droga é "segura" ou "inofensiva".

O Ecstasy é um bom exemplo desse tipo de sensacionalismo. Como disse um observador dos meios de comunicação: "É quase como se algum mago do marketing tivesse inventado uma campanha para isso."



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

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 se tomar Ecstasy, "será popular" ou "conseguirá raparigas ou rapazes".

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: página 7: stockxpert.com; página 18: stockxpert.com, bigstockphoto.com

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