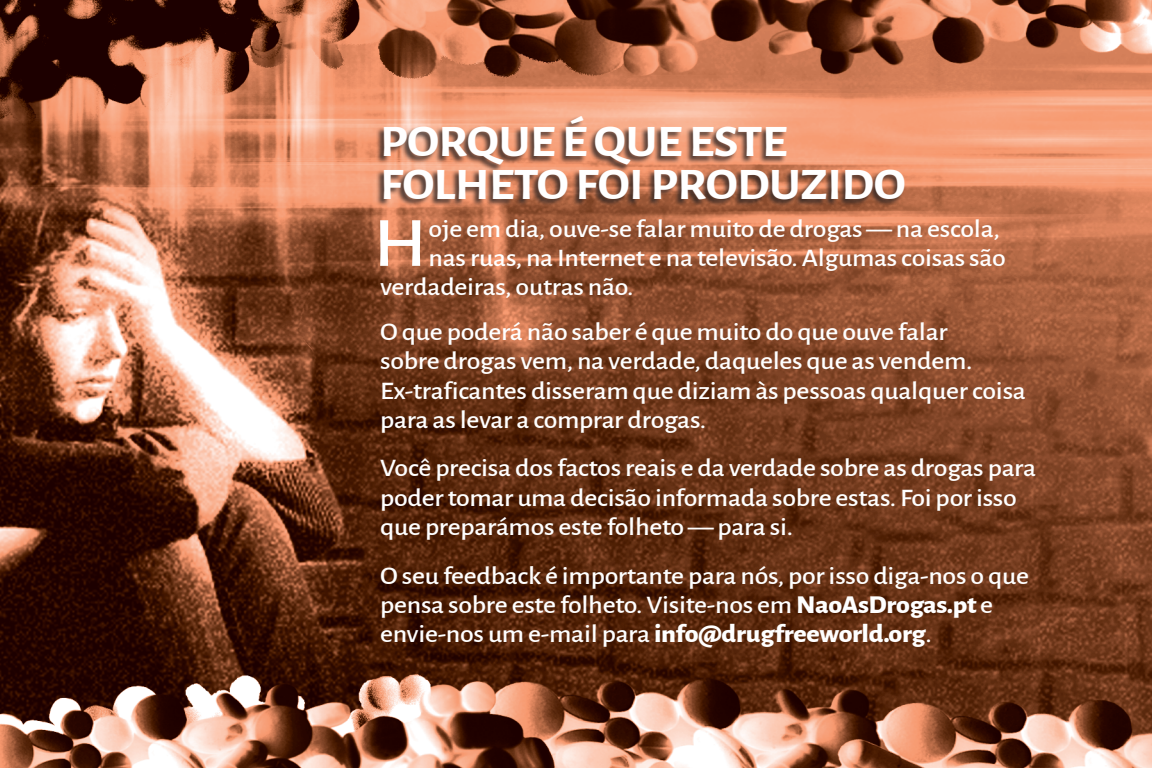

A VERDADE SOBRE
O ABUSO DE
MEDICAMENTOS
PRESCRITOS
Black Beauties
Pílulas do Sol
Rubis
Apagões
Dolantinas
Docinhos
NaoAsDrogas.pt



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**.

ABUSO DE MEDICAMENTOS PRESCRITOS
UM PROBLEMA SÉRIO

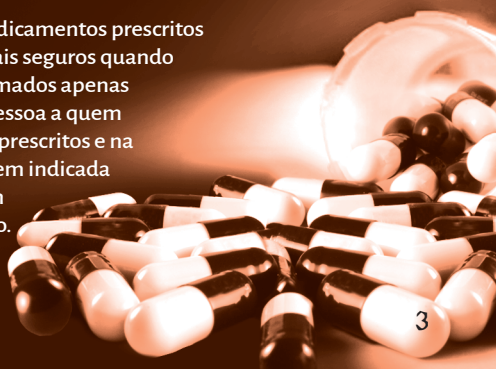
O uso recreativo de medicamentos prescritos é um problema sério entre os adolescentes e os jovens adultos. Estudos nacionais mostram que um adolescente tem mais probabilidades de ter abusado de um medicamento prescrito do que de uma droga ilegal de rua.

Muitos adolescentes acreditam que os medicamentos prescritos são seguros porque os médicos os prescrevem. No entanto, tomar medicamentos por razões não médicas para se drogar ou automedicar pode ser tão perigoso e viciante como consumir drogas ilegais de rua.

Existem riscos significativos para a saúde ao tomar medicamentos prescritos sem supervisão médica. É por isso que estes medicamentos só devem ser tomados sob a supervisão de um médico e monitorizados de perto para evitar a dependência ou outros problemas.

É muito perigoso tomar um comprimido que não foi prescrito especificamente para si. As pessoas podem reagir de forma diferente às drogas devido às diferenças na sua química corporal e às condições de saúde existentes. Uma droga que é segura para uma pessoa pode ser prejudicial ou até fatal para outra.

Os medicamentos prescritos são mais seguros quando são tomados apenas pela pessoa a quem foram prescritos e na dosagem indicada por um médico.



MEDICAMENTOS PRESCRITOS
O QUE NÃO SABE

Devido ao seu potencial de abuso e dependência, muitos medicamentos prescritos são classificados pela Força Administrativa de Narcóticos dos EUA (DEA) na mesma categoria que o ópio, a heroína e a cocaína. Isto inclui estimulantes como a Ritalina e o Dexedrine e analgésicos como o OxyContin, o Demerol e o Roxicodone.

Algumas drogas ilegais de rua foram em tempos usadas ou prescritas por médicos ou psiquiatras, mas foram posteriormente proibidas devido aos seus efeitos nocivos. Exemplos incluem a heroína, a cocaína, o LSD e a metanfetamina.

O abuso de medicamentos prescritos pode ser ainda mais arriscado do que o consumo de drogas ilegais. A elevada potência de algumas drogas sintéticas, como o OxyContin, o fentanil e outros opiáceos, aumenta o risco de overdose. As mortes por overdose de analgésicos aumentaram para cinco vezes mais do que eram no início do século.

Muitas pessoas não se apercebem de que vender ou distribuir medicamentos farmacêuticos sem autorização é ilegal e acarreta penalizações severas, incluindo multas e prisão. Se o tráfico de drogas resultar em morte ou lesão grave, o traficante pode enfrentar prisão perpétua.

TIPOS DE MEDICAMENTOS PRESCRITOS ABUSADOS

Os medicamentos prescritos que são tomados de forma recreativa enquadram-se nas seguintes categorias principais:

1. **Depressores:** Estes medicamentos, também conhecidos como *depressores do sistema nervoso central**, abrandam a função cerebral. Incluem sedativos (usados para acalmar e induzir a sonolência) e tranquilizantes (usados para reduzir a tensão ou a ansiedade).
2. **Opiáceos e derivados† da morfina:** Comummente conhecidos como *analgésicos*, estes medicamentos contêm ópio ou substâncias semelhantes e são usados para aliviar a dor.
3. **Estimulantes:** Estas drogas aumentam a energia e o estado de alerta, mas também aumentam a tensão arterial, a frequência cardíaca e a frequência respiratória.
4. **Antidepressivos:** Drogas psiquiátricas que alteram o humor.



* sistema nervoso central: a parte do corpo que contém o cérebro e a medula espinhal
† derivado: uma substância química formada a partir de uma substância relacionada

DEPRESSORES

Por vezes chamados *calmantes*, os depressores apresentam-se sob a forma de comprimidos e cápsulas multicoloridos ou em forma líquida. Alguns, como Zyprexa, Seroquel e Haldol, são conhecidos como tranquilizantes maiores ou antipsicóticos, e são usados para reduzir os sintomas de doença mental. Drogas chamadas *benzos* (abreviatura de *benzodiazepinas*),* como Xanax, Klonopin, Halcion e Librium, são usadas para a ansiedade. Os barbitúricos como Amytal, Numbutal e Seconal atuam como sedativos e comprimidos para dormir. Algumas das marcas e nomes de rua mais conhecidos são:

Nomes Comerciais	Nomes de Rua	Nomes Comerciais	Nomes de Rua
• Ativan	• Docinhos	• Amytal	• Barbitúricos
• Halcion	• Apagões	• Nembutal	• Phennies
• Clonazepam	• Comprimidos para Dormir	• Fenobarbital	• Red Birds
• Librium	• Tranq	• Seconal	• Rubis
• Valium			• Tooies
• Xanax			• Barbitúricos Amarelos
			• Pílulas do Sol

* benzodiazepina: um tranquilizante que atua para relaxar os músculos e acalmar a excitação mental

EFEITOS A CURTO PRAZO DOS DEPRESSORES

Os efeitos a curto prazo dos depressores incluem:

- **Função cerebral mais lenta**
- **Pulso e respiração mais lentos**
- **Tensão arterial mais baixa**
- **Má concentração**
- **Confusão**
- **Fadiga***
- **Tonturas**
- **Fala arrastada**
- **Febre**
- **Letargia**
- **Perturbações visuais**
- **Pupilas dilatadas**
- **Desorientação, falta de coordenação**
- **Depressão**
- **Dificuldade em urinar**
- **Vício**

Os depressores podem afetar a memória, o julgamento e a coordenação, e podem levar à irritabilidade, paranoia† e pensamentos suicidas. Alguns consumidores podem ficar agitados ou agressivos.

Combinar sedativos — drogas usadas para acalmar ou relaxar — com tranquilizantes e outros depressores como o álcool duplica ou triplica os efeitos das drogas. Isto abranda gravemente a respiração e a frequência cardíaca, podendo levar à morte.

* fadiga: cansaço físico e mental extremo
† paranoia: suspeita, desconfiança ou medo extremo e irracional de outras pessoas, sem provas ou justificação

EFEITOS A LONGO PRAZO DOS DEPRESSORES

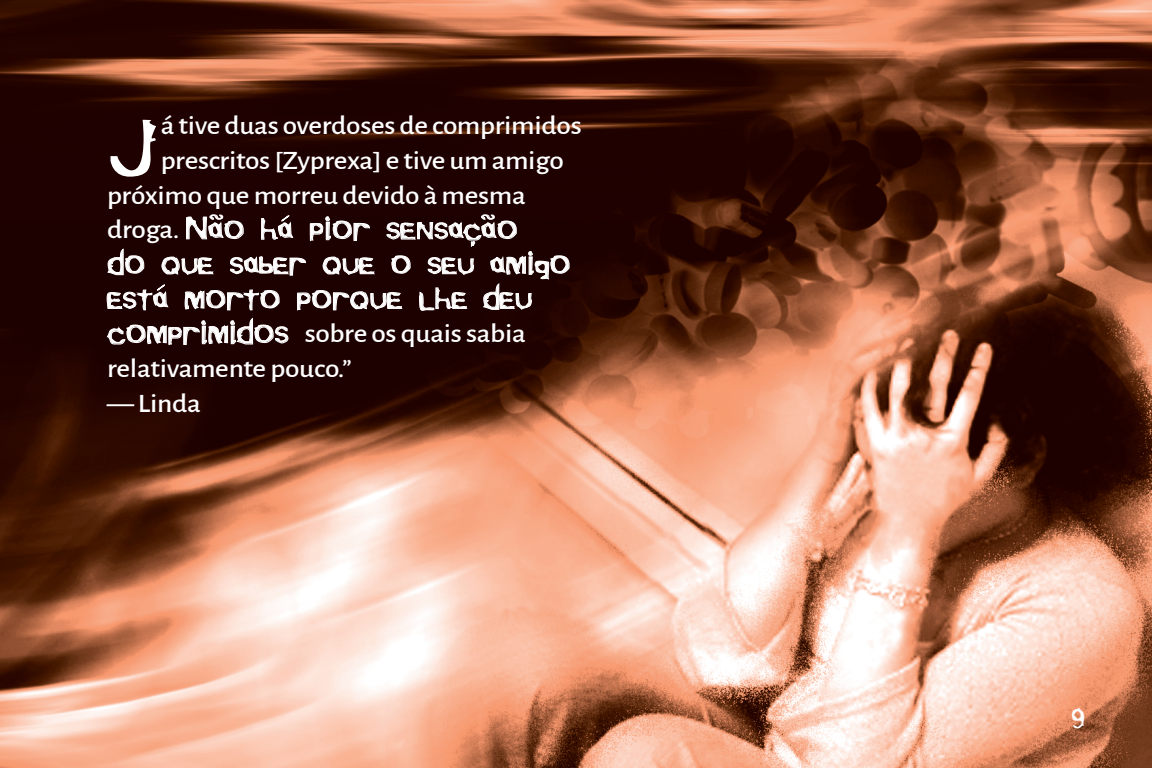
A tolerância aos depressores pode desenvolver-se rapidamente, exigindo doses mais elevadas para obter o mesmo efeito. Isto aumenta o risco de overdose, coma ou morte.

O consumo prolongado de depressores pode levar a fadiga crónica, problemas respiratórios, depressão, problemas sexuais e problemas de sono. À medida que a dependência da droga aumenta, os desejos, a ansiedade ou o pânico são comuns se o consumidor não conseguir obter mais.

A abstinência de depressores pode ser fatal e incluir insónia, fraqueza, náuseas, agitação, temperatura corporal elevada, delírio, alucinações e convulsões.

Alguns antipsicóticos podem aumentar o risco de níveis elevados de açúcar no sangue, diabetes e aumento de peso (foram relatados casos de aumento de peso de até 45 kg).

Um estudo dos Institutos Nacionais de Saúde descobriu que o abuso de alguns antipsicóticos está associado a graves problemas cardíacos que podem levar à morte.



Já tive duas overdoses de comprimidos prescritos [Zyprexa] e tive um amigo próximo que morreu devido à mesma droga. **Não há pior sensação do que saber que o seu amigo está morto porque lhe deu comprimidos** sobre os quais sabia relativamente pouco."
— Linda

ROHYPNOL

O Rohypnol é um tranquilizante cerca de 10 vezes mais potente do que o Valium. A droga está disponível sob a forma de comprimidos brancos ou verde-azeitona e é normalmente vendida na embalagem blister do fabricante. Os consumidores esmagam os comprimidos e cheiram o pó, polvilham-no em marijuana e fumam-no, dissolvem-no numa bebida ou injetam-no.

Nomes Comerciais

- Flunipam
- Hypnodorm
- Rohypnol

Nomes de Rua

- Forget-Me Pill
- Mexican Valium
- R2
- Roche
- Roofies
- Rope
- Rophies

EFEITOS DO ROHYPNOL

O Rohypnol é por vezes utilizado em agressões sexuais porque pode incapacitar as vítimas, o que lhe valeu o nome de "droga de violação em encontros".

Os consumidores de Rohypnol descrevem frequentemente os seus efeitos como "paralisantes". Os efeitos começam 20 a 30 minutos após a toma da droga e podem durar até 12 horas. Uma pessoa pode ficar tão debilitada e incapacitada que pode ficar deitada no chão, de olhos abertos, capaz de observar os acontecimentos, mas completamente incapaz de se mover. Depois, pode não ter qualquer memória do que aconteceu.

O Rohypnol é ilegal nos Estados Unidos, mas é vendido na Europa e na América Latina como um comprimido para dormir.



OPIÁCEOS E DERIVADOS DA MORFINA



Os opiáceos são drogas que atuam no sistema nervoso para aliviar a dor, mas podem levar à dependência física e a sintomas de abstinência. Estão disponíveis em comprimidos, cápsulas, líquido ou adesivos cutâneos.

Algumas das marcas e nomes de rua mais conhecidos são:

Nomes Comerciais

- Demerol
- Duramorph
- Empirin com Codeína
- Fiorinal com Codeína
- Robitussin AC
- Roxanol
- Tylenol com Codeína

Nomes de Rua

- Captain Cody
- Cody
- Dolantinas
- Doors & Fours
- Loads
- M
- Miss Emma
- Monkey
- Pain Killer
- Pancakes & Syrup
- Schoolboy
- White Stuff

Opiáceos e derivados da morfina efeitos a curto prazo

Nomes Comerciais

- Actiq
- Dilaudid
- Duragesic
- Hysingla
- Lorcet
- Lortab
- Norco
- OxyContin
- Percocet
- Percodan
- RoxyBond
- Sublimaze
- Tylox
- Xtampza
- Zohydro

Nomes de Rua

- Apache
- China Girl
- China White
- Dance Fever
- Setas
- Friend
- Goodfella
- Cápsulas Mágicas
- Jackpot
- Drunfos
- Murder 8
- Oxy 80
- Oxycat
- Panados
- Perks
- Tango & Cash
- TNT

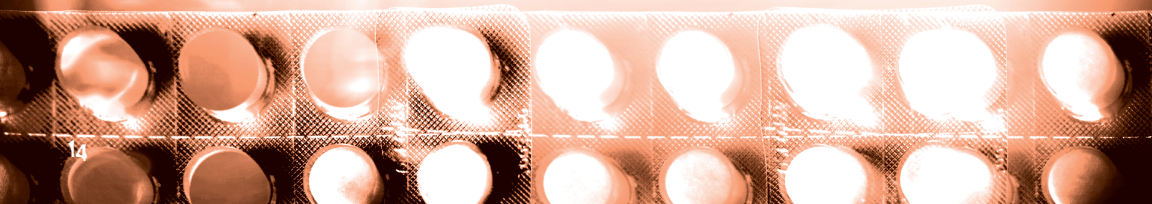
Os efeitos a curto prazo dos opiáceos e dos derivados da morfina incluem:

- Sonolência ou sensação de sono
- Respiração lenta
- Obstipação
- Inconsciência
- Náuseas
- Coma
- Morte

OPIÁCEOS E DERIVADOS DA MORFINA EFEITOS A LONGO PRAZO

O uso prolongado ou o abuso de opiáceos pode resultar em dependência física e toxicodependência. Os sintomas de abstinência incluem inquietação, dores musculares e ósseas, insónia, diarreia, vómitos e calafrios com pele de galinha. Os consumidores podem precisar de doses maiores para alcançar o mesmo efeito, aumentando o risco de overdose.

Para mais informações sobre o abuso de analgésicos, consulte *A Verdade Sobre os Analgésicos* nesta série de folhetos.





Um 'amigo' meu apresentou-me os oxys. Comecei com comprimidos de 40 mg, depois, passados alguns meses, aumentei para 60 mg. **A esta altura, já estava mesmo viciado e comecei a mastigá-los para que o efeito fosse mais rápido e não ficasse doente.** Tinha de tomar um de manhã, quando me levantava, ou então ficava doente. Tinha de tomar outro antes do meio-dia. Depois, mais alguns à tarde e à noite. Eu sabia que estava viciada porque tinha de os tomar para funcionar. Sentia-me horrível sem eles. Não só fisicamente, mas não conseguia lidar com as pessoas ou com a vida sem eles. Depois passei para 80 mg e o meu mundo desmoronou-se. **Comecei a roubar a toda a gente que conhecia para conseguir a minha dose.**"

— Charleen

ESTIMULANTES

Os estimulantes, conhecidos como *uppers*, aumentam temporariamente o estado de alerta e a energia. Os exemplos mais comuns incluem a cocaína e as anfetaminas.

Os estimulantes prescritos vêm em comprimidos ou cápsulas e podem ser engolidos, injetados em forma líquida ou esmagados e inalados.

Algumas das marcas e nomes de rua mais conhecidos são:

Nomes Comerciais

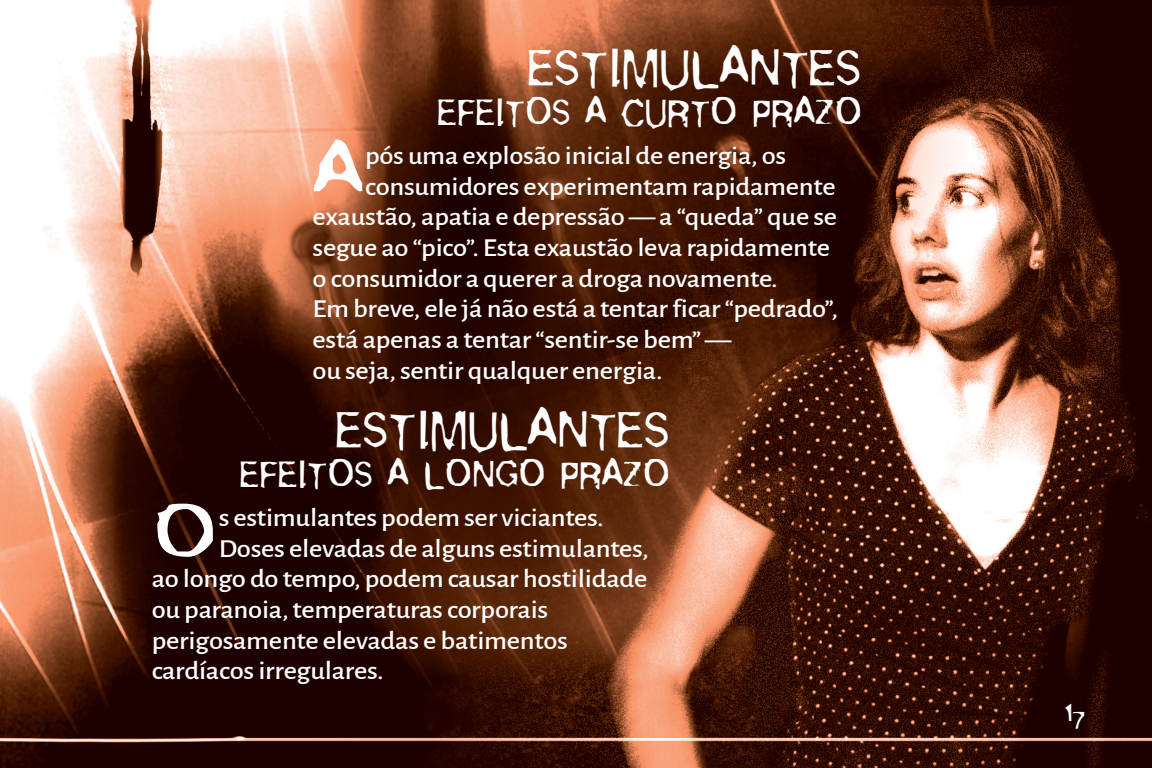
- Adderall
- Bifetamina
- Concerta
- Dexedrine
- Metadate
- Ritalina
- Vyvanse

Nomes de Rua

- Bennies
- Black Beauties
- Crosses
- Hearts
- Jif
- Kibbles and Bits
- LA Turnaround
- Vitamina R
- Skippy
- Speed
- The Smart Drug
- Truck Drivers
- Uppers
- Vitamin R



Para mais informações sobre o abuso de estimulantes prescritos, consulte *A Verdade Sobre o Abuso da Ritalina* nesta série de folhetos.



ESTIMULANTES
EFEITOS A CURTO PRAZO

Após uma explosão inicial de energia, os consumidores experimentam rapidamente exaustão, apatia e depressão — a "queda" que se segue ao "pico". Esta exaustão leva rapidamente o consumidor a querer a droga novamente. Em breve, ele já não está a tentar ficar "pedrado", está apenas a tentar "sentir-se bem" — ou seja, sentir qualquer energia.

ESTIMULANTES
EFEITOS A LONGO PRAZO

Os estimulantes podem ser viciantes. Doses elevadas de alguns estimulantes, ao longo do tempo, podem causar hostilidade ou paranoia, temperaturas corporais perigosamente elevadas e batimentos cardíacos irregulares.

ANTIDEPRESSIVOS

Os antidepressivos incluem Prozac, Paroxetina, Celexa, Cymbalta, Zoloft, Efexor, Auvelity e Remeron. Estas drogas apresentam-se em cápsulas e comprimidos multicoloridos.

Os estudos demonstraram que os efeitos destas drogas podem incluir:

- Insónia
- Irritabilidade
- Nervosismo e ansiedade
- Pensamentos e ações violentos
- Agitação
- Pensamentos suicidas ou suicídio
- Tremores
- Hostilidade
- Suores
- Batimento cardíaco irregular
- Agressão
- Comportamento criminoso
- Confusão e pensamentos incoerentes
- Paranoia
- Alucinações
- Psicose
- Acatisia*

Os jovens que tomam estas drogas têm o dobro da probabilidade de agir de forma agressiva do que os adultos. Os estudos demonstraram taxas mais elevadas de crimes violentos entre os jovens adultos que tomam estes medicamentos. Os antidepressivos podem aumentar significativamente o risco de suicídio.

Existem muitos exemplos de comportamentos extremos e irracionais de indivíduos que tomam estas drogas.

Um rapaz de 12 anos desenvolveu pesadelos violentos em que matava os seus colegas de turma e depois era baleado. O sonho continuava a parecer "muito real" depois de acordar e ele tornou-se agudamente suicida até que a droga foi interrompida.

* acatisia: um distúrbio do movimento que torna impossível sentar-se ou permanecer imóvel devido a uma inquietação interior intensa

Sinto que o meu cérebro está a gritar comigo para tomar mais destes comprimidos. Os sentimentos que tenho sem eles são demasiado insuportáveis. Preciso de mais ajuda para ultrapassar esta abstinência do Efexor. ESTOU TÃO DEPRIMIDO QUE COMECEI A CORTAR OS MEUS BRAÇOS, E NEM SEQUER TENHO A CERTEZA PORQUÊ. Além disso, tenho alucinações de poucas em poucas horas e vejo coisas — HOJE MESMO VI SANGUE A ESCORRER PELA MINHA PAREDE."
— Rita

Um homem atropelou um polícia com o seu veículo para poder agarrar a arma do polícia e disparar sobre si próprio. Outro afogou os seus dois filhos pequenos e a si próprio numa banheira, enquanto outro espancou um amigo próximo sem razão aparente. Nenhum deles tinha qualquer historial de violência.

Os sintomas de abstinência dos antidepressivos incluem pensamentos suicidas, agressividade, ansiedade, depressão, crises de choro, insónia, tonturas, vómitos, dores de cabeça, tremores e sensações de "choques" elétricos no cérebro.

CETAMINA

A cetamina é classificada como um *anestésico dissociativo*,* o que significa que desconecta uma pessoa do seu ambiente e de si mesma. Embora tenha sido usada durante muito tempo na medicina veterinária, agora é usada com mais frequência em humanos. Pode ser injetada, consumida em bebidas, aspirada ou adicionada a charros ou cigarros. A cetamina tornou-se uma substância controlada nos EUA em 1999, o que significa que é ilegal se não for distribuída por um médico ou veterinário licenciado.

Os efeitos a curto e longo prazo incluem aumento da frequência cardíaca e da tensão arterial, náuseas, vómitos, dormência, depressão, amnésia, alucinações e problemas respiratórios potencialmente fatais.

Os consumidores de cetamina também podem desenvolver desejos pela droga. Em doses elevadas, os consumidores experimentam um efeito a que se chama *K-Hole*, uma experiência "fora do corpo" ou "perto da morte".

Devido ao estado de distanciamento e de sonho que cria, no qual o consumidor tem dificuldade em mover-se, a cetamina é outra droga usada para violação.

Nomes Comerciais

- Ketalar
- Ketalar SV
- Ketanest
- Ketanest S
- Ketaset

Nomes de Rua

- Cat Valium
- Verde
- Jet
- K
- Special K
- Super Acid
- Super C

* anestésico dissociativo: uma droga que distorce a perceção da visão e do som e produz sentimentos de distanciamento (dissociação) do ambiente e de si próprio

ABUSO DE MEDICAMENTOS DE VENDA LIVRE

Os medicamentos para a constipação e tosse de venda livre que contêm o fármaco dextrometorfano (DXM) também são frequentemente abusados. O DXM apresenta-se sob a forma de xaropes, géis e comprimidos. O DXM em pó vendido online apresenta um elevado risco, pois a potência é incerta. Encontra-se em mais de 100 produtos para a tosse e constipação, sendo o Coricidin, Delsym e Robitussin os mais abusados.

Nomes Comerciais

- Comtrex
- Coricidin
- Delsym
- Dimetapp
- Mucinex DM
- Robitussin
- Triaminic
- Vicks Formula 44

Nomes de Rua

- CCC
- DXM
- Poor Man's PCP
- Robo
- Skittles
- Triple C



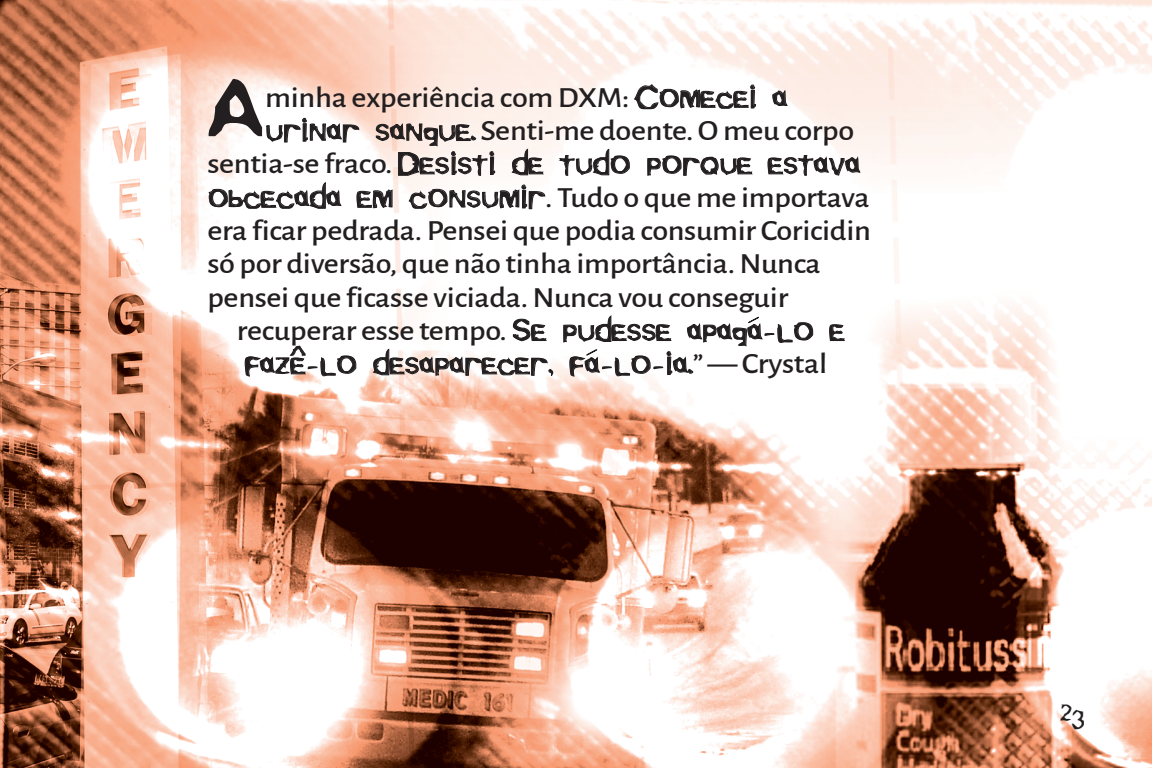
EFEITOS DO XAROPE PARA A TOSSE (DXM)

- Alucinações
- Hiperexcitabilidade
- Insónia
- Letargia
- Dependência física (com uso prolongado)
- Paranoia
- Tonturas
- Fala arrastada
- Delírios
- Suores
- Tensão arterial alta
- Danos no fígado e no cérebro

Misturado com outras drogas ou sozinho, o DXM deprime a ação do cérebro e do sistema nervoso, o que pode interferir na respiração e no funcionamento do coração. Doses elevadas podem causar perda de consciência, convulsões, danos cerebrais ou morte. O DXM é particularmente perigoso quando combinado com álcool.

EMERGENCY

A minha experiência com DXM: **Comecei a urinar sangue.** Senti-me doente. O meu corpo sentia-se fraco. **Desisti de tudo porque estava obcecada em consumir**. Tudo o que me importava era ficar pedrada. Pensei que podia consumir Coricidin só por diversão, que não tinha importância. Nunca pensei que ficasse viciada. Nunca vou conseguir recuperar esse tempo. **Se pudesse apagá-lo e fazê-lo desaparecer, fá-lo-ia.**" — Crystal



TENDÊNCIAS GLOBAIS DE PRESCRIÇÃO

Todos os dias, nos EUA, 1800 adolescentes abusam de um analgésico prescrito pela primeira vez.

No total, 570 000 adolescentes admitiram ter feito uso indevido de analgésicos prescritos, sendo que quase metade tomou um estimulante prescrito, como Adderall, Concerta ou Ritalina.

Quando se perguntou aos adolescentes sobre os perigos de experimentar medicamentos prescritos, apenas 30% consideraram que o uso indevido de sedativos era arriscado, 34% pensaram que o uso indevido de estimulantes era arriscado e 43% acreditaram que o abuso de opiáceos era arriscado.

O abuso de medicamentos prescritos é um problema global, particularmente na Europa, África Austral e Sul da Ásia, mas é mais comum nos Estados Unidos.

Nos EUA, mais de 14,4 milhões abusam de medicamentos prescritos, cerca do mesmo número que o total combinado de consumidores de cocaína, alucinogénios e heroína.

Os analgésicos opiáceos prescritos causam a maior parte das mortes por overdose.

As overdoses de drogas ultrapassam agora as 100 000 mortes anuais, sendo que quase 80 000 são causadas por opiáceos.



Os medicamentos prescritos continuam a ser a terceira substância mais prevalente abusada pelos adolescentes, atrás do álcool e da marijuana.



- Um em cada quatro adolescentes abusou de medicamentos prescritos em algum momento da sua vida — um aumento de 33 por cento nos últimos 12 anos.
- Quase um em cada três adolescentes acredita que os medicamentos prescritos são muito mais seguros do que as drogas ilegais de rua. Cerca de 42 por cento dizem que obtêm as drogas dos armários de medicamentos de casa, enquanto 49 por cento as obtêm dos amigos.
- Os estudos mostram que os adolescentes que abusam de medicamentos prescritos têm o dobro de probabilidades de consumir marijuana e cinco vezes mais probabilidades de consumir drogas ilegais de rua, como a cocaína, o Ecstasy e a heroína.



Eu apercebi-me de que estava a consumir mais Xanax regularmente. Tirei uma licença do trabalho para deixar de a consumir. SEM SABER QUE ESTAVA VICIADA, parei de a consumir abruptamente. Durante quatro dias e noites, estive acamada. Não dormi nem comi. Vomitei. Tive alucinações. Por volta do terceiro dia sem Xanax, comecei a ficar descoordenada e desequilibrada e a esbarrar nas coisas. Por volta do quarto dia, fiquei realmente preocupada quando comecei a ter sensações de espasmos musculares." — Patricia

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: páginas 2, 9: Stockxpert; página 15: Sweet Faux Pas; página 24: Wes Tarca

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