

MACONHA

A- A Droga

O QUE É A MACONHA?

Conhecida também como marijuana, herba, entre outros a maconha é um produto de uma planta de nome Cannabis Sativa. Uma resina grudenta cobre as flores e as folhas superiores, principalmente na planta fêmea, e contém mais de 60 substâncias chamadas de canabinóides, no entanto a substância que produz os efeitos mentais desejados é o THC (delta-9-tetraidrocanabinol). Existem outros 400 substâncias químicas presentes na maconha, que não têm efeitos no cérebro, mas que produzem outros efeitos no corpo.

A MACONHA É UMA DROGA NOVA ?

O uso da maconha já era relatado há 12 000 anos atrás quando os gregos e os chineses usavam esta planta para fazer cordas utilizadas em navios. O seu uso como medicamento começou há 3000 anos como tratamento de constipação, malária, dores reumáticas e doenças femininas. Também o seu uso psicoativo era recomendado para melhorar o sono e estimular o apetite. No meio do século passado as propriedades antoconvulsivantes, analgésicas, antiansiedade e anti vômito foram notadas por vários médicos europeus. No entanto, no começo do século XX este uso da maconha como medicamento praticamente desapareceu do mundo ocidental com o aparecimento das drogas sintéticas, muito mais seguras e eficazes. A partir daí o que predominou foi o uso como droga de abuso.

A CONCENTRAÇÃO DA MACONHA É SEMPRE IGUAL NAS SUAS PREPARAÇÕES ?

Não. O conteúdo da substância tiva da maconha (THC) varia bastante dependendo do clima, solo, plantação e tipo de planta. Existem evidências que nos últimos anos a concentração de THC vem aumentando. Nos anos sessenta a concentração encontrada na maconha apreendida era ao redor de 1.5%. Hoje em dia chega a 4%, podendo em algumas situações chegar a 20%. Em alguns países com a Holanda alguns produtores aparentemente produziram uma nova cepa da planta (“Netherweed”) com concentrações maiores do que 20%. Esta nova concentração da maconha

HASHISHE TAMBÉM É MACONHA?

Hashishe também deriva da mesma planta, mas seria a maconha em outra forma. A maconha é preparada desses topos floridos secos e das folhas da planta colhida. Hashishe ou ‘hash’ seria a resina da planta seca e as flores comprimidas. A diferença é que o hashishe é 5-10 vezes mais potente do que a maconha comum. Ainda há uma terceira forma popular que é o óleo de hash, altamente potente e viscoso, obtido pela extração do THC, do hashishe ou da maconha com um solvente orgânico, concentrando o extrato filtrado e às vezes, submetendo-o a futura purificação. No Brasil, a forma mais popular de consumo é mesmo a maconha.

QUAL SUA APARÊNCIA E COMO É USADA?

A maconha tem aparência marron esverdeada, de folhas secas e é mais comumente fumada pondo-se as folhas ‘dichavadas’ (isto é, separadas) num papel de cigarro ou ‘seda’. O produto final tem aspecto de cigarro e é conhecido como ‘baseado’. Algumas pessoas inserem um filtro para tornar a inalação mais fácil e menos direta. Algumas vezes, a maconha é misturada com tabaco para diminuir sua potência. Para aumentar a absorção, os usuários mantêm a fumaça da maconha nos pulmões por vários segundos.

QUANTO TEMPO DEMORA PRA FAZER EFEITO E QUANTO TEMPO O EFEITO DURA?

Cannabis na forma de maconha fumada demora minutos para fazer efeito e atinge seu pico após 20 minutos do início da fumada, e aí começa a diminuir. Seu efeito dura de 5 a 12 horas dependendo da quantidade fumada.

É POSSÍVEL DETECTAR MACONHA NUM EXAME DE SANGUE?

Sim, é possível determinar se maconha foi usada e se o uso foi recente, mas não quão recente. No caso de consumidores crônicos e diários, o organismo fica limpo do THC de 19 a 27 horas. No caso dos usuários menos crônicos, demora de 50 a 57 horas.

A MACONHA FICA NO ORGANISMO ?

Pesquisas mostram que o THC pode ficar no organismo de usuários crônicos de 3 a 5 dias. Existem evidências que os usuários crônicos de maconha ficam com quantidades significativas na gordura do corpo. Ainda não se sabe exatamente o significado deste fato mas todos os usuários deveriam saber disto.

B- Seus efeitos

MACONHA FAZ MENOS MAL QUE CIGARRO?

É sempre difícil comparar duas drogas. Não é pelo cigarro ser uma droga considerada legal que faça menos mal que a maconha. Ambas produzem efeitos adversos e distintos em seus consumidores. Mas a maconha e o cigarro também compartilham de alguns efeitos agudos e crônicos, dentre eles os efeitos irritativos nos pulmões e os efeitos estimulantes tanto da nicotina como do THC no coração, principalmente para pessoas com algum problema prévio neste órgão. No que se refere aos efeitos crônicos, tanto o cigarro como a maconha geram distúrbios respiratórios crônicos, tipo bronquite, e provavelmente câncer do pulmão, boca, esôfago e estômago. Este alto risco de câncer é consequência da fumaça irritar essas áreas. O fato do usuário de maconha reter a fumaça por maior tempo nos pulmões do que o fumante de cigarro comum facilita ainda mais o aparecimento de irritação e câncer, além disso como a maconha é fumada sem filtro e como a sua fumaça tem cerca de 50% mais substâncias cancerígenas contribuem para um maior risco de desenvolvimento de câncer. As pessoas que associam o uso do cigarro com o da maconha estão especialmente com risco de desenvolver problemas pulmonares graves.

Vários outros efeitos também deveriam ser considerados quando comparamos os riscos da maconha em relação ao cigarro. As alterações cerebrais produzidas pela maconha são com certeza mais pronunciadas do que as da nicotina. A maconha produz alterações significativas do Eletroencefalograma e do fluxo sanguíneo cerebral. Além disso produz alterações significativas de memória, capacidade mental e problemas psiquiátricos que a nicotina não produz.

MACONHA FAZ MENOS MAL DO QUE ÁLCOOL

O uso agudo da maconha traz pelo menos os mesmos riscos do que a intoxicação pelo álcool. Em primeiro lugar as duas drogas produzem alteração da coordenação motora e comprometimento mental (com relação à memória e a capacidade de planejamento intelectual). Esse tipo de comprometimento aumenta os riscos da vários tipos de acidentes e no envolvimento de comportamentos de risco como dirigir perigosamente, sexo desprotegido, comportamentos antisociais, etc.

Com relação ao uso crônico tanto a maconha quanto o álcool produzem:

- 1) dependência: caracterizada pela dificuldade de interromper o uso, dificuldade em controlar o uso e desconforto após a interrupção do uso.
- 2) alterações mentais significativas. A maconha pode produzir um quadro de psicose (desorganização mental grave), precipitar doenças mentais em indivíduos predispostos, ou exacerbar sintomas mentais em indivíduos com doenças mentais já instaladas como depressão e esquizofrenia.
- 3) comprometimento do desempenho profissional. Tanto o álcool quanto a maconha diminuem a capacidade mental de concentração e portanto alteram o desempenho tanto no estudo quanto no trabalho.
- 4) aumento da mortalidade por acidentes, suicídio e violência. As pesquisas têm sugerido que essas duas drogas aumentam a probabilidade deste tipo de morte.

A MACONHA PODE FAZER ALGUÉM FICAR LOUCO, ISTO É, PSICÓTICO OU ESQUIZOFRÊNICO?

Existe evidência suficiente de que a maconha possa produzir em usuários pesados uma psicose aguda (desorganização mental grave) com os seguintes sintomas: confusão mental, perda da memória, delírio, alucinações, ansiedade, agitação. Porém, não há dados suficientes que provem que o uso da maconha possa gerar uma psicose crônica que perdure após o período de intoxicação. Já foi descrito uma 'síndrome amotivacional' em usuários crônicos, isto é, declínio de interesse pelas atividades diárias em geral, sendo que o indivíduo não tem motivação para fazer nada a não ser usar maconha, no entanto esta síndrome ainda não é aceita por muitos cientistas. Existem fortes evidências sugerindo que a maconha pode sim precipitar o aparecimento de um quadro psicótico como a esquizofrenia em pessoas vulneráveis, isto é, com predisposição

a apresentar tal quadro. Há também dados sugerindo que o uso de maconha exacerba os sintomas naquelas pessoas que já apresentam alguma doença mental como a esquizofrenia ou depressão.

A MACONHA MATA OS NEURÔNIOS?

Não é provado que a maconha gere danos cerebrais irreversíveis em humanos. Porém o seu uso crônico gera diminuições mais sutis na atividade cerebral como a diminuição nas habilidades mentais, especialmente na capacidade de prestar atenção nos fatos e na capacidade de memória recente. A médio e longo prazo, a redução destas habilidades persiste enquanto o usuário mantiver-se cronicamente intoxicado e pode ou não reverter-se após o uso ser descontinuado e a pessoa tornar-se abstinente por um tempo prolongado. E quanto mais tempo a maconha for usada, mais afetadas ficarão suas habilidades mentais. Este tipo de efeito é especialmente importante entre os adolescentes que ainda estão em fase de desenvolvimento.

TUDO BEM FUMAR MACONHA DURANTE A GRAVIDEZ?

Não. O uso da maconha durante a gravidez e, principalmente no primeiro trimestre, gera, possivelmente, dificuldades de desenvolvimento fetal, gerando o nascimento de bebês com menor peso, pois a maconha estimula parto prematuro. Existem algumas evidências de que a exposição do feto no útero à maconha aumente a possibilidade de defeitos no nascimento. Existem provas sugerindo que bebês expostos à maconha no útero, apresentam distúrbios de comportamento e desenvolvimento durante os primeiros meses depois do nascimento. Portanto, é recomendável que mulheres grávidas ou com intuito de engravidar, devam evitar o uso de maconha.

A MACONHA INCENTIVA A ATIVIDADE SEXUAL?

Pode ser que o efeito 'relaxante' da maconha diminua as resistências dos usuários, tornando-os mais disponíveis a qualquer contato tanto social como afetivo e sexual. Porém, é provado que, em animais, altas doses do THC afetam o aparelho reprodutor tanto feminino como masculino, diminuindo a produção de hormônios, motilidade e viabilidade dos espermatozoides em machos e interferindo no ciclo ovulatório em fêmeas. O quanto isto se aplica a humanos, ainda não ficou comprovado.

QUAIS SÃO OS EFEITOS AGUDOS DA MACONHA?

Incluindo os acima mencionados, os efeitos agudos psicológicos e de saúde são:

- ansiedade, euforia, pânico e paranóia, especialmente em usuários menos experientes;
- diminuição das habilidades mentais, especialmente atenção e memória;
- diminuição das capacidades motoras e possivelmente aumento do risco de dirigir se intoxicado;
- aumento do risco de experimentar sintomas psicóticos entre os sujeitos com predisposição para tal doença;

Os principais efeitos agudos são descritos na tabela abaixo

Sistema	Efeitos agudos da maconha
Geral	Relaxamento/euforia Pupilas dilatadas Conjuntivas avermelhadas (branco dos olhos) boca seca aumento do apetite rinite/faringite
Neurologico	comprometimento da capacidade mental percepção alterada coordenação motora alterada voz pastosa
Cardiovascular	aumento dos batimentos cardíacos aumento da pressão arterial
Psiquiatrico	despersonalização ansiedade/confusão

alucinações
perda da capacidade de insight

Os efeitos crônicos psicológicos e de saúde são:

- distúrbios respiratórios se a via de uso for a fumada, tipo bronquite;
- desenvolvimento de uma síndrome de dependência, caracterizada pela incapacidade de se abster ou controlar o uso;
- diminuição sutil das capacidades cognitivas, com ou sem possibilidade de melhora após abstinência prolongada.
- aumento do risco de diminuição no peso do nascimento se a maconha for usada na gravidez.

Os principais efeitos crônicos são descritos na tabela abaixo

Sistema geral	Efeitos crônicos da maconha Fatiga crônica e letargia náusea crônica dor de cabeça irritabilidade
respiratório	Tosse seca dor de garganta crônica congestão nasal piora da asma infecções frequentes dos pulmões bronquite crônica
neurologico	diminuição da coordenação motora alteração memória e concentração alteração da capacidade visual (profundidade e cor) alteração pensamento abstrato
reprodutivo	infertilidade problemas menstruação impotência diminuição da libido e satisfação sexual
psiquiatrico	depressão e ansiedade mudanças rápidas do humor/irritabilidade ataques de pânico mudanças de personalidade tentativas de suicídio
social	isolamento social afastamento de lazer e outras atividades

Ainda existem alguns efeitos adversos da maconha que precisam de confirmação científica:

- desenvolvimento de câncer no trato aerodigestivo;
- risco de leucemia em bebês expostos à maconha no útero;
- declínio na atividade ocupacional marcada pelas dificuldades no trabalho dos adultos e nos estudos em adolescentes ('Síndrome amotivacional');
- defeitos de nascimento em mulheres expostas à maconha durante a gravidez.

EXISTE ALGUM TIPO DE PESSOA ONDE O RISCO DE FUMAR MACONHA É MAIOR?

Sim, como foi dito anteriormente, além das grávidas e das pessoas com algum distúrbio pré-existente (desde pessoas com problemas cardíacos, respiratórios, esquizofrenia, dependentes de outra drogas), os adolescentes em geral correm mais risco ao usar maconha, pois estão em fase de formação de caráter e o uso da maconha pode desviar seu desenvolvimento normal. Adolescentes, em geral, já tem uma tendência a terem dificuldades de adaptação a uma percepção de mundo que está em constante mudança, tendo dificuldades de comportamento e de adaptação além de dificuldades de aprendizado na escola. O uso de maconha pode exacerbar essas dificuldades, gerando diminuição das habilidades mentais ou piorando o desempenho naqueles indivíduos onde essas dificuldades já existiam.

A MACONHA É O INÍCIO DA ESCALADA PARA O USO DE OUTRAS DROGA MAIS PESADAS?

Há muita polêmica quanto a este assunto. O que se sabe é que um sujeito que já usou maconha está mais propenso a experimentar drogas ditas mais pesadas do que o sujeito que nunca sequer experimentou maconha. E isto se deve não aos efeitos da maconha em si, mas às circunstâncias: o indivíduo que usa maconha tem contato com pessoas que usam drogas e geralmente, que usam outras drogas, além de fazer programas onde consumir droga faz parte. Portanto, o ciclo de amizades e os locais que frequenta bem como os programas, podem influenciar o início do uso de outras drogas. Sabe-se também que adolescentes que começam a fumar maconha muito cedo têm mais chance de progredir para um uso crônico de maconha, caindo numa dependência, e também maior risco de usar outras drogas mais pesadas.

Um outro assunto polêmico nesta pergunta é se realmente se pode classificar as drogas entre leves (incluindo o álcool, o cigarro e a maconha) e pesadas (a cocaína e o crack). A resposta é: depende do referencial. Para um dependente de qualquer uma dessas drogas, a sua droga de consumo será o seu maior problema (por exemplo, para um alcólatra, a cocaína não é um risco, e as consequências do uso crônico do álcool são por demais severas para considerar esta droga como leve). Quando se fala nesta classificação, deve-se levar em consideração dois aspectos: A- o poder de uma droga em gerar dependência no usuário. Neste sentido, o crack é a mais pesada das drogas pois a grande maioria dos consumidores ficam dependentes em pouco tempo. B- O outro aspecto seria as reações adversas que a droga pode gerar: seja o de consumo da droga impura ou de overdose. Por exemplo, para um usuário de cocaína, basta uma carreira mal cheirada, e a pessoa pode morrer. Tudo isto para explicar que deve-se levar em conta os vários aspectos das situações: quem usa a droga, qual droga é usada, em que circunstância, quantidade da droga, ficando muito difícil generalizar e categorizar as drogas entre leves e pesadas.

A MACONHA GERA DEPENDÊNCIA?

Sim. Existem pessoas que experienciam dificuldade de diminuir ou cessar o consumo da maconha e se o fazem têm sintomas de abstinência (a tabela abaixo descreve os principais sintomas presentes) isto é, sentem a falta física da droga no organismo.

Sintomas da falta da maconha (abstinência)

insônia

nausea

dores musculares

ansiedade

inquietação

irritabilidade

sensação de frio

suor

diarréia

falta de apetite

irritabilidade à luz

vontade intensa de usar a droga

depressão

perda de peso

tremores discretos

Há também evidências de que a uso da maconha altera o grau de tolerância à droga, isto é, a pessoa tem de aumentar as doses após certo tempo para que a droga continue a fazer efeito. Apesar destes dados, a dependência psicológica da maconha é o fenômeno mais comumente observado em usuários, isto é, apesar de não haver sintomas físicos da falta da droga, existem os psicológicos (ansiedade, depressão, etc).

É PERIGOSO MISTURAR MACONHA COM OUTRA DROGAS?

Nunca é bom fazer misturas, e os riscos associados a ingestão de outras drogas dependerão de quais as drogas ingeridas. Os riscos aumentam na medida em que as doses aumentam e os períodos de intoxicação se tornam mais prolongados. Há evidências de que o uso associado do álcool e da maconha gera acidentes de carro, já que a diminuição das capacidades motoras de ambas as drogas se somam.

O QUE FAZER QUANDO ALGUÉM TIVER UMA REAÇÃO RUIM COM A MACONHA ?

A maioria das pessoas que usam maconha apresentam algum tipo de efeito desagradável além dos efeitos relaxantes da droga. Quase sempre os usuários toleram esses efeitos indesejáveis ou seus próprios companheiros de uso socorrem com medidas gerais de apoio que são suficientes. No entanto algumas pessoas, principalmente aquelas com menor experiência com a droga, tornam-se muito ansiosas pelo efeito da maconha, com reações semelhantes a um ataque de pânico. Nessas situações a pessoa deverá ser orientada, reassegurada por alguém experiente, ficar num local calmo, iluminado. Em raras ocasiões um calmante leve (como Diazepam, Valium, Lexotan, etc) pode ajudar.

MACONHA MATA?

Não existem casos de morte por overdose de maconha e tampouco devido ao uso de maconha isoladamente, descritos na literatura médica, isto porque a pessoa deveria fumar muito até chegar a uma dose letal. Portanto agudamente a maconha não mata diretamente. Os casos descritos de morte por intoxicação são devidos a acidentes decorrentes da desorganização mental produzida pela maconha.

A MACONHA TEM EFEITOS TERAPÊUTICOS?

Este é um ponto polêmico em relação à maconha. Existem evidências que algumas das substâncias presentes na maconha possam agir de forma terapêutica em alguns casos, por exemplo:

- diminui a náusea, em pacientes que estão fazendo quimioterapia. No entanto existem muitas outras drogas com um efeito muito melhor do que a maconha para diminuir a náusea nesses pacientes.
 - estimula o apetite em adéticos. No entanto o fato de existir evidências que a maconha também diminui a resposta imunológica faz com que o uso em pacientes já debilitados e com risco maior de infecção não seja recomendado.
 - no tratamento de glaucoma. Existem drogas muito mais eficientes no tratamento desta condição.
- Seu potencial como analgésico, anti-asmático, anti-espasmódico, anti-convulsivante e anti-depressivo ainda está em estudo, mas com muito poucas evidências. Portanto não existem evidências de que o uso da maconha como medicamento seja útil, se é que existe, quando comparada com os medicamentos já existente.

C- Família

COMO EU SEI SE MEU FILHO USA MACONHA?

A melhor forma de saber é se seu filho lhe contar, porisso estimular o diálogo é essencial. No geral algumas situações podem ser sugestivas:, quando intoxicada, tem suas funções lentificadas: desde o pensamento até a atividade motora. Ela fica com olhos vermelhos, o apetite é grande, assim como a sede, a pessoa fica disponível para longas conversas e tende a ficar mais relaxadas. O sono aumenta. A médio prazo, o sujeito começa a agir de forma diferente, mudando a rotina e até deixando de cumprir com suas responsabilidades: por exemplo, não consegue acordar para os compromissos. Começa a ter dificuldades em concentrar-se e esquece das coisas com mais facilidade. Tende a perder o interesse pelo que habitualmente se interessava. De um modo geral, ocorrem mudanças evidentes tanto físicas, mas principalmente no comportamento do indivíduo.

SE MEU FILHO FUMA UM BASEADO, ISTO SIGNIFICA QUE ELE É VICIADO?

Não. Apesar de haver a possibilidade do indivíduo tornar-se um dependente de maconha, não é pelo consumo de um cigarro de maconha que ele estará viciado. Porém, uma vez constatando este uso é importante abrir diálogo com a pessoa, estimulando-a a falar e até compartilhar da experiência que, muitas vezes, é bastante impactante: é importante dar espaço para o filho conversar sobre a experiência, sem puní-lo. Usar uma ou algumas vezes não gera danos, mas deve-se ter em mente esta experiência para evitar que o consumo se torne regular e comece a afetar outras atividades na vida da pessoa. A família deveria buscar uma resposta balanceada. Por um lado mostrar desaprovação clara e indiscutível. Por outro mostrar disposição para o diálogo. Não é um balanço fácil de ser conseguido, mas deve-se busca-lo. Uma atitude condescendente em relação a maconha facilitará o uso crônico com uma maior probabilidade do desenvolvimento de dependência e todos os problemas que possam advir no desenvolvimento do adolescente.

COMO POSSO AJUDAR MEU FILHO A PARAR?

Para tal é preciso que você esteja informado sobre esta droga e que você possibilite o acesso de seu filho à informação, pois em muitos casos, a pessoa acaba usando por não saber do que se trata. E essa informação deve ser o mais imparcial e menos alarmista possível. Você só poderá ajudar seu filho a parar se ele estiver permeável a sua influência como familiar. A pior coisa que pode acontecer é os pais perderem a capacidade de dialogar e influenciar o comportamento dos filhos. É quando dizemos que o relacionamento ficou disfuncional. Ou seja a função dos pais é influenciarem os filhos, muitas vezes no período da adolescência esta influência não é linear e nem acontece em curto espaço de tempo. Em algumas situações, como por exemplo quando o adolescente usa maconha, os pais muitas vezes reagem muito agressivamente e as vezes perdem a capacidade de continuar o diálogo e de serem ouvidos pelos filhos.

Muitas vezes, as pessoas necessitam apenas de um estímulo e informação, saber que existem pessoas próximas que gostam dela e que acreditam na capacidade dela mudar. Outras pessoas também necessitam de alguém que as ajude a buscar ajuda profissional, isto é, um tratamento. O grau de ajuda que você dará ao seu filho vai variar, mas o que é unânime é que você não deve estimular o consumo, isto é, dando dinheiro na mão dele, sendo muito permissivo ou sendo apenas punitivo.

HÁ TRATAMENTO PARA QUEM CONSOME MACONHA?

Como para outras drogas, há tratamento também para quem consome maconha e quer parar. É essencial que os familiares tenham em mente que não é fácil deixar uma dependência: basta vocês pensarem em algo do qual gostam muito (cigarro, quem sabe chocolate) e como seria deixar de usar isto. Portanto, o parar o consumo é um processo lento, do qual fazem parte as recaídas, isto é, o retorno ao consumo após um tempo sem consumir. E a recaída não deve ser encarada como um fracasso mas sim como uma fase do tratamento.

Muitas vezes vale a pena, antes de recorrer à ajuda profissional (ou concomitantemente), buscar formas de remotivar a pessoa à vida, reincernando-a nas atividades rotineiras (estudos, trabalhos, refeições, higiene, etc) e sócio- culturais (cinema, leituras, encontro com amigos, etc). Algumas atitudes que, na maioria dos casos auxilia na cessação do consumo e na prevenção das recaídas são: A- afastamento do meio social antigo, dos companheiros de consumo e busca de outros contatos e B- quando há necessidade de algo mais radical, o mudar de residência, que seja, temporariamente, pode ser terapêutico.

TODO MUNDO USA MACONHA?

A maconha é a droga ilícita mais experimentada no Brasil, mas isto não significa que todo mundo já a experimentou. Os meninos de rua são os maiores experimentadores (60% deles já usou uma vez). No caso dos estudantes (??), 4% (????) já experimentou. Pesquisa feita com universitários em SP, mostra que 26% deles já experimentou maconha. Quando o tema é uso constante, essas taxas caem, mostrando que não é verdadeira a afirmação de que todo mundo fuma maconha.

A MACONHA DEVE OU NÃO SER LEGALIZADA?

Este tem sido um assunto polêmico em todo o mundo. Existem países onde a maconha é tolerada para venda até certas quantidades, como é o caso da Holanda. Nesses países, a ideologia por trás da atitude é a política de diminuição de risco.???