

Pais Prevenidos: *Maconha*

Sobre a Maconha

- A maconha é a **droga ilícita mais comum** usada nos Estados Unidos.
- O termo "maconha" refere-se às folhas secas, flores, caules e sementes da planta de cânhamo *Cannabis sativa*. Ela contém o psicoativo (que altera a mente) **delta-9-tetrahydrocannabinol (THC)**.
- Ela é conhecida por muitos **nomes diferentes (em inglês)**: pot, herb, weed, grass, 420, boom, Sour D, hooch, chronic, skunk, dabs, wax, shatter, honey oil, para citar alguns.
- A maconha tem sido tradicionalmente fumada em cigarros enrolados à mão (baseados), em cachimbos ou em cachimbos de água (bongs). **Nos últimos anos, o uso de concentrados com alto teor de THC (até 95% de THC)** tornou-se cada vez mais popular. Estes concentrados podem ser discretamente vaporizados em muitos dispositivos vaporizadores padrão sem odor detectável.
- A fumaça da maconha tem um odor **pungente e distinto**, geralmente agridoce; a flor de maconha de alto THC (skunk) tem esse nome por seu cheiro de "gambá".
- Quando a maconha é fumada/vaporizada, **os efeitos são sentidos quase que imediatamente**. Isso ocorre porque o THC atinge rapidamente todos os órgãos do corpo, incluindo o cérebro. Os efeitos da maconha inalada podem durar de 1 a 3 horas.
- **Os comestíveis** referem-se a alimentos ou bebidas que contenham maconha. Como o THC é absorvido mais lentamente quando ingerido, isso pode levar ao consumo de doses muito altas, resultando em efeitos negativos como ansiedade, paranoia e sintomas psicóticos (ou seja, delírios, alucinações, falar de maneira incoerente e agitação).
- A maconha de hoje é **mais potente** do que a de décadas atrás. Em 1970, a potência do THC era de 1%, hoje é em média 13%.
- **Usuários diários e regulares** de maconha têm 3 vezes mais chances de serem diagnosticados com um primeiro episódio de psicose do que os não usuários. Com **o uso diário de maconha de alta potência**, a probabilidade aumenta para 5x.

Fatos Rápidos

Em todo o país, o uso de maconha entre os adolescentes **subiu** em 2017, o primeiro aumento significativo em sete anos.

Especificamente, na 8ª, 10ª e 12ª séries, os aumentos respectivos foram de 0,8% (para 10,1%), 1,6% (para 25,5%) e 1,5% (para 37,1%).

A maconha pode ser uma droga viciante. Cerca de **1 em cada 6** pessoas que começam a usar quando adolescentes, e de **25 a 50%** das pessoas que a usam todos os dias, tornam-se dependentes da maconha.

Tal como acontece com outros usos do vaporizador, a vaporização de maconha aumentou significativamente desde quando foi medida pela primeira vez em 2017 e 2018.

DrugAbuse.gov/MTF

O que os pais precisam saber: percepção de danos vs. uso

A percepção de um adolescente dos riscos associados ao uso de substâncias é um importante fator determinante para seu envolvimento no uso de substâncias. As porcentagens de adolescentes que relataram o uso de substâncias no último mês são geralmente menores entre aqueles que percebem grande risco ao usar substâncias do que entre aqueles que não percebem grandes riscos.

A pesquisa anual Monitorando o Futuro, que acompanha as atitudes dos adolescentes e o uso de drogas desde 1975, mostra que **o uso da maconha ao longo do tempo está diretamente relacionado ao modo como os adolescentes percebem a droga; atualmente, o número de adolescentes que acham que os usuários de maconha correm o risco de prejudicar a si mesmos está em declínio.**

Os adolescentes de hoje são bombardeados com mensagens que influenciam suas percepções do risco sobre o uso de maconha. **Use sua influência** para lembrar ao adolescente que o uso de maconha é **perigoso e pode viciar**. Pode interferir na direção segura, na escola, nos amigos e nos objetivos pessoais. Fumar maconha é **prejudicial** ao corpo. Fumar maconha tem efeitos **negativos** em curto e longo prazo. Fumar maconha **pode mudar** quem eles querem ser quando crescer.

Os Riscos do Uso da Maconha

O uso de maconha pode afetar adversamente a saúde geral do(a) adolescente e está associado a riscos em curto e em longo prazo. Adolescentes que fumam cigarros, usam vaporizador ou bebem álcool correm maior risco de usar maconha.

Riscos de curto prazo

- problemas com raciocínio, aprendizagem e memória
- percepção distorcida (visões, sons, tempo, toque)
- fraca coordenação motora e perda de equilíbrio
- diminuição da motivação
- mudança do humor

Riscos de longo prazo

- fracasso escolar
- diminuição da motivação
- perturbação das relações pessoais, do funcionamento diário
- vulnerabilidades cardíacas, pulmonares e respiratórias
- uso e/ou dependência de outras drogas
- problemas potenciais de saúde mental, incluindo depressão, pensamentos suicidas, paranoia, alucinações (ver coisas que não existem) e delírios (acreditar em algo que não é verdade)



Dicas para conversar: como iniciar o papo

Fale com eles sobre os riscos reais do uso de maconha. Deixe-os saber dos fatos. Você ainda é a principal influência quando se trata da decisão de um(a) adolescente de não usar álcool ou outras drogas.

- Arme-se com algumas informações básicas deste folheto informativo para começar a conversa: trata-se de uma droga viciante, não é inofensiva, não é seguro usar se estiver atrás do volante, está associada a falha escolar e pode causar psicose ou ataque de pânico, especialmente se usada com álcool.
- Seja claro sobre seus valores, expectativas e regras de não uso de maconha e álcool.
- Peça ao seu(ua) adolescente para falar sobre a percepção de risco que ele(a) tem sobre o uso da maconha. É diferente de percepção de risco do uso de álcool? Por que ou por que não?
- Identifique oportunidades em filmes ou na TV para falar sobre como o uso da maconha é retratado. Como eles se sentem sobre essa maneira de retratar?
- Peça-lhes para nomear coisas que são importantes para eles - teatro, música, esportes, faculdade? Incentive-os a falar sobre como a maconha interferiria nesses objetivos.
- Divulgar o uso pessoal é uma decisão individual. O que mais importa para você hoje é proteger seu filho dos perigos do uso de drogas e ter conversas sobre como tornar um hábito a boa tomada de decisões.
- Se você suspeitar que seu(ua) filho(a) adolescente está usando, consulte a lista de referências e/ou converse com seu médico sobre suas preocupações.

PARA OS PAIS

National Institute on Drug Abuse (Instituto Nacional sobre Abuso de Drogas)
www.drugabuse.gov/publications/marijuana-facts-parents-need-to-know

National Institute on Drug Abuse (Instituto Nacional sobre Abuso de Drogas)
www.nida.nih.gov/infofacts/marijuana.html
<https://www.drugabuse.gov/publications/drugfacts/marijuana>

Addictions.com

<http://www.addictions.com/marijuana>
Office of National Drug Control Policy (Escritório de Política Nacional do Controle de Drogas)
www.ncjrs.gov/ondcppubs/publications/pdf/marijuana_myths_facts.pdf

PARA OS ADOLESCENTES

National Institute on Drug Abuse – Drugs: Shatter the Myths (Instituto Nacional sobre Abuso de Drogas - Drogas: desfazer os mitos)
www.drugfactsweek.drugabuse.gov/files/teenbrochure_508.pdf

National Institute on Drug Abuse (Instituto Nacional sobre Abuso de Drogas)
www.drugabuse.gov/sites/default/files/marijuana.pdf

Above the Influence (Acima da Influência)
<http://abovetheinfluence.com/drugs/marijuana/>

National Institute on Drug Abuse (Instituto Nacional sobre Abuso de Drogas)
<http://www.drugabuse.gov/publications/marijuana-facts-teens/letter-to-teens>

NIDA for Teens

<http://teens.drugabuse.gov/>