



## ASPPE NEWS

**Dentre todos os temas propostos para o INFORMATIVO ASPPE, as drogas e seu uso entre adolescentes, é um dos mais cogitados. Dessa forma essa edição destina-se a discutir o assunto de uma forma sucinta, mas esclarecedora, não tendo intenção de esgotar o tema.**



O uso de drogas é um dos temas mais atuais e explorado, mas, não é uma situação nova. É um fenômeno bastante antigo na história da humanidade e constitui um grave problema de saúde pública, com sérias conseqüências pessoais e sociais no futuro dos jovens e de toda a sociedade. A história mostra que o uso de tais substâncias já fazia parte da cultura de povos muito antigos. Com a evolução da sociedade, as drogas também se sofisticaram.

### CONCEITO

Droga é toda e qualquer substância, natural ou sintética que introduzida no organismo modifica suas funções. O termo droga, presta-se a várias interpretações, mas ao senso comum é uma substância proibida, de uso ilegal e nocivo ao indivíduo, modificando-lhe as funções, as sensações, o humor e o comportamento.

### As drogas podem ser :

**Naturais:** obtidas através de determinadas plantas, de animais e de alguns minerais. Exemplo a cafeína (do café), a nicotina (presente no tabaco), o ópio (na papoula) e o THC tetrahydrocannabinol (da cannabis).

**Sintéticas:** são fabricadas em laboratório, exigindo para isso técnicas especiais.

As drogas estão classificadas em três categorias:

**Depressivas** - aumentam a freqüência cerebral e podem dificultar o processamento das mensagens que são enviadas ao cérebro. Exemplos: álcool, barbitúricos, diluentes, catamina, cloreto de etila, clorofórmio, ópio, morfina, heroína, maconha, haxixe, etc.

**Psicodistópticas ou alucinógenas** – têm por característica principal a despersonalização em maior ou menor grau. Exemplos cogumelos, skunk, LSD, psilocibina, chá de cogumelo e DMT.

**Psicotrópticas ou estimulantes** - produzem aumento da atividade pulmonar, diminuem a fadiga, aumentam a percepção ficando os demais sentidos atípicos. Exemplos: cocaína, crack, cafeína, teobromina, MDMA ou ecstasy, GHB, metanfetamina, anfetaminas (bolinha, arrebite), PRACEMPA etc.

Essas drogas podem ser absorvidas de várias formas: por injeção, por inalação, via oral ou injeção intravenosa

## O USO ENTRE OS ADOLESCENTES

Os fatores de risco para o uso de drogas incluem aspectos culturais, interpessoais, psicológicos e biológicos. São eles: a disponibilidade das substâncias, as leis, as normas sociais, as privações econômicas extremas; o uso de drogas ou atitudes positivas frente às drogas pela família, conflitos familiares graves; comportamento problemático (agressivo, alienado, rebelde), baixo aproveitamento escolar, alienação, atitude favorável em relação ao uso, início precoce do uso; susceptibilidade herdada ao uso e vulnerabilidade ao efeito de drogas.

A adolescência é um momento especial na vida do indivíduo. Nessa etapa, o jovem não aceita orientações, pois está testando a possibilidade de ser adulto, de ter poder e controle sobre si mesmo. É um momento de diferenciação em que "naturalmente" afasta-se da família e adere ao seu grupo de iguais.

Se esse grupo estiver experimentalmente usando drogas, o pressiona a usar também. Ao entrar em contato com drogas nesse período de maior vulnerabilidade, expõe-se também a muitos riscos. O encontro do adolescente com a droga é um fenômeno muito mais freqüente do que se pensa e, por sua complexidade, difícil de ser abordado.

O fumo, o álcool e as drogas ilícitas devem, portanto, ser considerados de risco e, potencialmente, substâncias de abuso. É muito difícil diferenciar a experimentação do uso freqüente, do abuso e da adição ou fármaco dependência, mas é possível fazer algumas generalizações:

- 1º – Quanto mais cedo um adolescente inicia o uso de uma substância, maior é a probabilidade do aumento na quantidade e na variedade do uso;
- 2º – Os adolescentes são comumente menos capazes de limitar o uso do que os adultos;
- 3º – A experiência hoje é muito diferente do passado: o número de experimentadores é maior, surgem novas substâncias e combinações cuja sintomatologia se confunde. Além disso, as substâncias conhecidas são diferentes; por exemplo, a maconha nos anos 70 continha menos de 0,2% de THC ( Delta 9 – tetrahydro –cannabinol) e 20 anos após contém uma média de 6%, chegando a 14%;
- 4º – O uso ilegal constitui um delito;
- 5º – O jovem atribui à droga a solução de todos os seus problemas;
- 6º – No início não há sinais e sintomas que os levem à consulta, eles aparecem como conseqüência do abuso e da dependência. Por isso, no começo é difícil que aceitem ajuda;
- 7º – Quando há sintomas, o trabalho de reabilitação é difícil e frustrante, sendo baixo o índice de recuperação nos diferentes programas que trabalham com adictos;
- 8º – Os resultados dos levantamentos apresentados revelam objetivamente que estamos frente a uma doença grave, e a única forma de não adquiri-la é a prevenção.

A base para a prevenção às drogas entre os adolescentes é o diálogo, e é importante que os pais conheçam seus filhos, e para isso é importante que possam participar da vida deles. Para isso é importante que os pais possam:

1. Estabelecer um consenso familiar sobre o uso de substâncias: as regras devem ser comunicadas antes da puberdade. As crianças devem saber que seus pais esperam que na adolescência não fumem, não bebam, não usem maconha e outras drogas. **Cada família deve estabelecer suas próprias regras, que devem ser repetidas com freqüência.**
2. Estabelecer penalidades pelo não-cumprimento das regras: **as punições não precisam ser nem repressivas, nem excessivas e devem ser anunciadas previamente e mantidas de forma consistente.** Pode ser útil estabelecê-las com a participação dos filhos, no começo de sua adolescência. Exemplos: perda de privilégios, restrição ao uso do telefone, "proibição de sair de casa", etc.
3. Dedicar algum tempo diário para conversar com os filhos a respeito do que está se passando em suas vidas, como se sentem e o que pensam. **Deve-se deixá-los falar livremente, não é necessário ter respostas, mas escutá-los atentamente, respeitando suas experiências e sentimentos.**
4. Ajudar os filhos a definirem objetivos pessoais: essas metas podem ser acadêmicas, esportivas e sociais. **É importante ensinar os filhos a tolerar seus inevitáveis fracassos, que são oportunidades para crescer e não para desanimar.**
5. **Conhecer os amigos dos filhos e suas famílias**, encontrar-se com eles e compartilhar conhecimentos.
6. Ajudar os filhos a sentirem-se bem com suas próprias qualidades e com seus pequenos ou grandes êxitos: **isto significa entusiasmar-se pelo que gostam.**
7. Deve haver um sistema estabelecido para a resolução de conflitos: nem sempre os filhos estão de acordo com todos os regulamentos da casa. **A melhor maneira de manter a autoridade é estar aberto aos questionamentos dos filhos.** Um recurso útil é incluir a consultoria com uma pessoa respeitada por todos (outro membro da família, um médico, um vizinho, etc.).
8. Falar freqüentemente e muito cedo com os filhos a respeito de seu futuro: os filhos devem saber que o tempo que viverão com seus pais é limitado, pois se tornarão adultos, sairão de casa e, neste momento, deverão pagar suas contas e estabelecer suas regras. **Enquanto estiverem na casa dos pais precisarão aceitar sua autoridade.**
9. **Deve-se desfrutar dos filhos: uma das maiores felicidades da vida é ter os filhos em casa.** Tanto os pais quanto os filhos devem trabalhar para que o lar seja um ambiente positivo para todos. Isso significa trabalho de equipe e respeito mútuo.
10. **Ser um pai/mãe "INTROMETIDO/A": é importante fazer perguntas aos filhos, onde e com quem estão.** Esta informação é necessária para que sejam pais efetivos.



Um dos pontos mais importantes é a necessidade de diálogo, de estrutura e apoio familiar. Os vínculos familiares têm força extra para levar os jovens a recusarem qualquer oferta. A fragilidade da estrutura familiar leva o adolescente a desenvolver uma situação de baixa auto-estima, de vulnerabilidade, que podem levá-lo a se envolver com drogas. Outros fatores que podem contribuir para o uso são a história familiar, o uso por parte dos pais, o contexto social, além de eventos pontuais como estresse por separação, divórcio, novas uniões, desemprego, doença ou mesmo morte de um dos pais. O uso de drogas funciona como uma forma do jovem denunciar essas preocupações ou dificuldades.

## PRESTE ATENÇÃO NESSES SINAIS E SINTOMAS QUE PODEM SUGERIR O USO DE SUBSTÂNCIAS

- Bronquite recorrente, tosse crônica, halitose, irritação da mucosa nasal, sangramento nasal, olhos congestionados;
- Hematomas e lesões cutâneas, marcas de agulhas endovenosas;
- Hipertensão arterial, taquicardia, dor precordial;
- Dor abdominal, perda de peso, anorexia, náuseas e vômitos, hepatomegalia, úlceras gástricas;
- Debilidade, hipotonia, perda de forças, transtornos do sono;
- Perda de memória, falta de atenção, irritabilidade, tremores;
- Desorientação, confusão mental, perda do bom senso, alucinações, depressão, tentativa de suicídio;
- Infecção com o HIV ou hepatite-b por agulhas

contaminadas ou atividade sexual sem proteção;

- Apatia;
- Síndrome Amotivacional;
- Passividade
- Irritabilidade
- Crises convulsivas;
- Depressão;
- Quadros maníaco;
- Ansiedade
- Pânico;
- Transtornos de Personalidade;
- Exaustão Crônica;
- Dificuldades nas funções cognitivas;
- Queda do desempenho escolar;

## DICAS PARA OS PAIS

- Procure informação e, se possível ajuda especializada mesmo, antes de conversar com o seu filho. Ele sempre terá um argumento para justificar o uso, além de minimizar o problema
- Não permita que seu filho fume maconha dentro de casa, a fim de manter o controle. Essa atitude, além de proibida por lei, não diminui os riscos
- Se o seu filho está arreio e não quer te escutar, procure alguém que ele respeite, como um parente ou amigo da família
- Leve - o para o psicólogo ou psiquiatra especializado. Além de mostrar que ele está prejudicado a própria vida, a terapia pode ajudar nas questões que o levaram a buscar a droga. É importante que o profissional tenha experiência na área
- Participe de grupos de ajuda mútua dirigidos para pais de dependentes, ainda que seu filho não esteja em tratamento. Mudando seu comportamento, é possível que seu filho decida se tratar
- Coloque limites em casa, como delegar tarefas, controlar o dinheiro e impor horários. Enquanto o jovem tem tudo o que precisa, dificilmente sente - se estimulado a largar as drogas
- Seja firme e nunca volte atrás. Negar ajuda pode ser melhor ajuda
- Lembre - se que, pagando dívidas que seu filho fez com traficantes, você pode estar dando início a um ciclo vicioso. Não deixe de procurar ajuda quando a situação envolver traficantes

Fonte: Antônio Rabello, do ASPPE, do Instituto Souza Noveas, coordenadores do grupo Amor Exigente, psicóloga Lygia Humberg, da USP, psicóloga Neliana Figlie, da Unifesp, livro "Anjos Caídos", do psiquiatra Içami Tiba, psiquiatra José Antonio Ribeiro e psicólogo Marcos Govoni

**Preocupada com o tema e com as conseqüências para nossos adolescentes e jovens, a ASPPE estará em breve lançando mais uma revista destinada a prevenção do uso de drogas.**



### SITES IMPORTANTES

- [www.antidrogas.com.br](http://www.antidrogas.com.br)
- [www.unodoc.org.br](http://www.unodoc.org.br)
- [www.imesc.sp.org.br](http://www.imesc.sp.org.br)
- [www.encod.org](http://www.encod.org)
- [www.aids.gov.br](http://www.aids.gov.br)
- [WWW.unifesp.br/dpsicobio/cebrid](http://WWW.unifesp.br/dpsicobio/cebrid)

### Referências

Institute of Medicine. Treating drug problems: a study of the evolution, effectiveness, and financing of public and private drug treatment systems. Report prepared by the Institute of Medicine, Committee for the Substance Abuse Coverage Study, Division of Health Care Services. Washington (DC): National Academy Press; 1990.  
Du Pont R. Getting tough on gateway drugs: a guide for the family. Am Psychiatric Press Washington D.C.,1994.

**Este é um informativo eletrônico do site da ASPPE : <http://www.asppe.org> Clique aqui caso você não queira mais recebê-lo em seu e-mail.** Para garantir que você não seja excluído de sua caixa de entrada, adicione o e-mail [informativo@asppe.org](mailto:informativo@asppe.org) ao seu catálogo de endereços.

Perguntas ou comentários? Envie um email para [informativo@asppe.org](mailto:informativo@asppe.org) ou ligue para 13 32243947