

stammibene.

# droghe e dintorni.

effetti e rischi di  
tutto ciò che è  
psicoattivo



*\* le parole che trovate nella pubblicazione stampate in corsivo sono voci presenti nel glossario di pag. 28*

## INDICE

### le Sostanze

<b>alcol</b>	<b>pag 4</b>
<b>allucinogeni</b>	<b>pag 6</b>
<b>cannabis</b>	<b>pag 8</b>
<b>cocaina</b>	<b>pag 10</b>
<b>doping</b>	<b>pag 12</b>
<b>ecstasy</b>	<b>pag 14</b>
<b>eroina</b>	<b>pag 16</b>
<b>inalanti</b>	<b>pag 18</b>
<b>smart drugs</b>	<b>pag 20</b>
<b>tabacco</b>	<b>pag 22</b>

**le Leggi** pag 24

**la Guida** pag 26

**il Glossario\*** pag 28



*in copertina*

"pill head" - illustrazione realizzata dall'artista americano bryan christie, e concessa in uso gratuito, [www.bryanchristiedesign.com](http://www.bryanchristiedesign.com)

# la droga e'

una (ogni) sostanza che "introdotta in un organismo vivente, ne modifica il funzionamento e/o gli atteggiamenti sia fisici sia psichici"\*

un fenomeno controverso che divide l'opinione pubblica... chi è per la tolleranza zero, chi per la legalizzazione delle cosiddette droghe leggere, chi confuta tale distinzione

un prodotto di consumo che seduce giovani e adulti offrendo suggestive scorciatoie, in perfetta sintonia con un sistema sociale che esalta apparenza, omologazione e performance

un problema sociale che causa costantemente vittime e problemi drammatici nel campo delle relazioni, del lavoro, della salute, sia ai singoli che a intere famiglie

un affare che produce alla criminalità organizzata rendite da capogiro grazie a un marketing costantemente aggiornato per diffondere nuove sostanze e nuovi stili di consumo

*\* definizione dell'organizzazione mondiale della sanità*

comitato scientifico

dr. gianni giuli • dott.ssa laura germani • dr.ssa elsa beccerica

hanno curato i contenuti

dr.ssa maria assunta evangelista • ass. soc. juri muccichini

dott. paolo nanni • dr. nicola re dionigi • dott.ssa sara salciccia

progetto grafico

dott. paolo nanni

copywriting

ass. soc. juri muccichini • dott. paolo nanni

### nome

- alcol etilico
- etanolo

### aspetto

- liquido incolore dall'odore caratteristico

### provenienza

- si perde nella notte dei tempi

### storia

Le bevande alcoliche prodotte per fermentazione erano conosciute fin dall'antichità da svariate civiltà, ed usate sia per ragioni mediche o igieniche (per le proprietà antisettiche), sia come integratori alimentari (per l'apporto di zuccheri). E' molto antico anche l'uso conviviale per divertirsi, rilassarsi, sentirsi a proprio agio

### varianti

- alcolici 2-20% (*fermentazione*)
- superalcolici >21% (*distillati-liquori*)

## →→ pillola

Gli alcolici sono la prima causa di morte per i giovani dai 21 ai 29 anni sia in Italia che nel resto d'Europa, ovviamente soprattutto a causa di incidenti stradali notturni.



## →→ scheda

**cos'è** | *idrocarburo* liquido incolore con odore caratteristico |  
**come agisce** | assorbito rapidamente, si diffonde con facilità nell'organismo, dopo 10 min è già nel cervello determinando un'azione depressiva e disinibente; viene eliminato in larga parte dal fegato (*demolizione*) |

**modalità assunzione** | orale, attraverso bevande con diversi gradi (o percentuale) di presenza alcolica |

**effetti ricercati** | euforia, disinibizione, eccitazione, sbalzo (attraverso il *binge drinking*) |

**altri effetti** | percezioni modificate, nausea, mal di testa, vomito, confusione, difficoltà psico-motorie |

**rischi a breve termine** | alterata capacità di concentrazione e di coordinazione, abbassamento dei riflessi con conseguente pericolo se ci si mette alla guida o se si eseguono altri tipi di azioni complesse; relazioni con gli altri messe a rischio dal livello di alterazione e disattenzione (ad es. aggressività, rapporti sessuali non protetti ecc.) |

**rischi a lungo termine** | disturbi della memoria, ictus, danni al fegato (epatiti, cirrosi, cancro), al pancreas (pancreatiti), all'apparato digerente (gastriti, ulcere, tumori), al cuore (aritmie, ipertensione, infarto), danni irreversibili ai tessuti; gravi disturbi mentali (demenza) e *psicosi* |



- **il numero > 0,50** - limite alcolemico per la guida (espresso in g/l, cioè in grammi su litro di sangue).
- **il luogo comune > l'alcol protegge dal freddo** - in realtà disperde il calore corporeo fornendo un'illusoria sensazione di difesa dal freddo.
- **il film > via da las vegas** - un uomo, dopo la separazione dalla moglie, decide di autodistruggersi con l'alcol.

# ALCOL

### nome

- allucinogeni
- lsd o "acido lisergico"

### aspetto

- funghi, polvere, francobolli, cubetti, pillole, micropunte, liquido in fiale

### provenienza

- messico (peyote)
- laboratorio (lsd nel 1938, *ketamina* nel 1962)

### storia

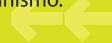
- da migliaia di anni, in quasi tutte le culture del mondo, si sono sfruttati gli effetti allucinogeni di piante e funghi, soprattutto a scopi divinatori, mistici o iniziatici. negli anni '30 alcuni tipi di allucinogeni vengono usati nelle psicoterapie. negli anni '60-'70 il loro uso si diffonde come strumento creativo nella cultura e nell'arte psichedelica

### varianti

- peyote, salvia divinorum, funghi
- lsd
- *ketamina*

## → → pillola

Gli effetti degli allucinogeni dipendono da: condizioni psico-fisiche, luogo di assunzione, quantità e qualità della sostanza; infine dal grado di assuefazione e dalla particolare reazione del proprio organismo.



## →→ scheda

| **cos'è** | l'allucinogeno è una sostanza chimica psicoattiva in grado di determinare alterazioni delle percezioni provocando allucinazioni visive, uditive, olfattive |

| **come agisce** | l'effetto sale di solito entro 60 min e si protrae poi per circa 6 ore; gli allucinogeni agiscono sul cervello attraverso modificazioni della funzione della *serotonina*, che è coinvolta nel controllo del comportamento e della percezione sensoriale; viene poi potenziata l'azione della *dopamina*, implicata nel senso di gratificazione e benessere |

| **modalità assunzione** | orale |

| **effetti ricercati** | il cosiddetto *trip*, cioè viaggio allucinatorio. accentuazione degli impulsi sensoriali, stati di trance |

| **altri effetti** | nausea, vomito, vertigini, tachicardia, dilatazione delle pupille, aumento della pressione e della temperatura corporea, affanno, sudorazione, stanchezza, febbre, tremori |

| **rischi a breve termine** | insonnia, disturbi motori e di equilibrio, stati confusionali, perdita d'appetito |

| **rischi a lungo termine** | capacità cognitive ridotte, ansia, depressione, crisi di panico, aggressività, deliri, dipendenza psichica; sfocio in *nevrosi* e *psicosi*; inoltre c'è il rischio di *flashback*, molto pericoloso nel caso di azioni complesse o a rischio come la guida |



- **il numero > 100** - le piante con principi attivi catalogati come *psicoattivi*; molti di questi sono sintetizzabili chimicamente.
- **il luogo comune > alcuni allucinogeni sono legali** - se ci si riferisce alla salvia divinorum ciò non è vero, almeno non più dal 2005.
- **il film > paura e delirio a las vegas** - le avventure psichedeliche di un giornalista della beat generation.

# ALLUCINOGENI

### nome

- marijuana (fiori)
- hashish (resina)
- olio di hashish

### aspetto

- fiori secchi sbriciolati per marijuana
- panetti scuri (tocchi) per hashish

### storia

▪ presente fin dal neolitico, nei territori situati nell'attuale afghanistan. utilizzata anche per produrre tessuti e carta, in campo medico per le sue applicazioni terapeutiche. in tempi recenti esplose il fenomeno d'uso, prima negli stati uniti, dove il "fumo" viene importato dagli immigrati messicani, poi in tutti i paesi occidentali

### provenienza

- nord africa
- afghanistan
- sud america

### varianti

- skunk (ibrido di diverse varietà di cannabis)

## →→ pillola ←←

Da molti anni la cannabis subisce modifiche genetiche allo scopo di aumentarne la potenzialità psicotropa. Oggi hashish e marijuana contengono concentrazioni di *THC* molto più elevate rispetto al passato.

## →→ scheda

| **cos'è** | la cannabis sativa, o canapa indiana, è una pianta erbacea della famiglia delle cannabinacee in cui si trova un principio attivo psicoattivo noto con la sigla *thc*. |

| **come agisce** | una volta introdotto (ad es. attraverso il fumo) il *thc* raggiunge rapidamente ogni parte del corpo. nel cervello si lega ai recettori che si trovano nelle zone che regolano il movimento, la coordinazione, l'apprendimento, la memoria, il giudizio e il piacere, influenzando la loro funzione. L'effetto sale dopo pochi minuti e dura circa un paio di ore |

| **modalità assunzione** | fumata (spinello), ingerita (torte, biscotti), bevuta (thè) |

| **effetti ricercati** | rilassamento, euforia, benessere psicofisico; facilita i rapporti con le altre persone |

| **altri effetti** | nausea, vomito, tosse, sensazione di fame e sete, tremolio alle mani, sonnolenza, occhi rossi, pupille dilatate, tachicardia, bocca secca, abbassamento di pressione |

| **rischi a breve termine** | difficoltà a memorizzare eventi e a concentrarsi; diminuzione di coordinazione, equilibrio e tempi di reazione; distorsione spazio-temporale |

| **rischi a lungo termine** | ansia, crisi di panico, reazioni paranoiche, demotivazione verso le normali attività, riduzione del desiderio sessuale, dipendenza psicologica, bronchiti, tumore ai polmoni |



- **il numero** > **500** - i milligrammi di principio attivo (*thc*) che si pongono a limite tra uso personale e spaccio.
- **il luogo comune** > **dalle canne si passa all'eroina** - spesso chi fa uso di eroina ha iniziato con le canne, ma ancor prima con alcol e sigarette.
- **la canzone** > **ohi maria** - inno degli articolo 31 dedicato alla cannabis.

# CANNABIS

### nome

- cocaina
- erithroxylon coca (nome scientifico della pianta)

### aspetto

- polvere bianca, cristallina o granulosa, inodore

### provenienza

- america latina, in special modo colombia

### varianti

- cocaina cloridrato (inalabile)
- free-base o crack (fumabile)

### storia

- l'uso delle foglie di coca risale a 2.500 anni a.c. (bolivia e perù). nel 1859 venne isolata per poi essere utilizzata in diversi campi, tra i quali anche quello medico, tra fine ottocento e inizio novecento la moda della cocaina si diffonde tra intellettuali e non, negli anni '80 è la droga dei giovani rampanti, oggi è trasversale: diffusa in ogni classe sociale ed età

## pillola

È in via di sperimentazione anche in Italia il vaccino anticocaina, un trattamento che inibirebbe gli effetti di questa droga attraverso il sistema immunitario.

## →→ scheda

| **cos'è** | *alcaloide* estratto dalle foglie di *erithroxylon coca* |

| **come agisce** | agisce sul cervello aumentando la quantità di *dopamina* (e di altri eccitatori) che a sua volta in 1-2 min dà sensazioni di piacere e di energia psico-fisica, però tale meccanismo esaurisce le scorte di *dopamina* e induce col tempo riduzione degli effetti euforizzanti e aumento degli effetti eccitatori spiacevoli (ansia) |

| **modalità assunzione** | orale, attraverso inalazione |

| **effetti ricercati** | euforia immediata, sensazione di potenza psico-fisica; stato di indifferenza al dolore, alla fatica e alla fame |

| **altri effetti** | tachicardia, ipertensione, sudorazione, brividi, nausea, vomito, dilatazione delle pupille, aumento temperatura corporea, tremori, vertigini, spasmi muscolari, difficoltà respiratorie, dolore al torace |

| **rischi a breve termine** | agitazione, insonnia, ansietà, irritabilità, apatia, umore depresso, paranoia |

| **rischi a lungo termine** | depressione, affaticabilità, svergiatezza, inappetenza, disturbi cardiovascolari (infarti, aritmie) e respiratori, disordini della sfera sessuale (perdita del desiderio, impotenza), danni al cervello (ictus), perforazione del setto nasale, forte dipendenza psicologica (*craving*) che determina uso compulsivo persistente |



- **il numero > 9** - di "spazio 9", sportello per avere informazioni e trattamenti gratuiti riguardo cocaina e psicostimolanti, attivato dalla z.t. 9 asur marche di macerata. info: spazionove@gmail.com, 328.5828257.
- **il luogo comune > è gestibile** - no, dà solo l'impressione di esserlo.
- **il film > scarface** - ascesa e caduta di un narcotrafficante cocainomane.

# COCAINA

## nome

- sostanze dopanti
- ormoni, stimolanti, *steroidi anabolizzanti* (testosterone)

## aspetto

- pillole, pasticche
- liquido (soluzione)
- gel, creme, spray

## provenienza

- europa, area ex urss
- usa

## varianti

- sostanze mascheranti e diuretici
- epo
- anti-estrogeni

## storia

▪ l'uso di sostanze pericolose per la salute, allo scopo di aumentare le prestazioni sportive, nasce probabilmente con lo sport stesso fin dall'antica grecia. è prima con i paesi del blocco comunista (urss, germania est, cina) e con lo sviluppo dello sport professionistico poi, che il doping diventa scienza, tesa, oltre che alla performance, ad evitare positività ai test antidoping

# pillola

Il concetto di doping è in continua evoluzione. Basti pensare che alla Maratona di New York è stata bandita la musica poiché alcune ricerche hanno evidenziato che questa avvantaggerebbe le prestazioni.

## →→ scheda

| **cos'è** | un fenomeno antisportivo; una categoria di sostanze pericolose utilizzate per aumentare la performance atletica |

| **come agisce** | la maggior parte delle sostanze dopanti mirano a migliorare la prestazione e a non far sentire la fatica: eccitanti come *amfetamine*, anestetizzanti, ormoni per aumentare massa muscolare o densità del sangue (epo) |

| **modalità assunzione** | intramuscolo, orale, cutanea |

| **effetti ricercati** | aumento della muscolatura e miglioramento delle prestazioni fisiche, recupero accelerato da infortuni, riduzione della percezione della fatica, miglioramento della prontezza dei riflessi, riduzione massa grassa |

| **altri effetti** | tachicardia, aritmie, nervosismo |

| **rischi a breve termine** | insonnia, inquietudine, aggressività, disturbi sessuali, assuefazione, acne, tremori |

| **rischi a lungo termine** | malattie del fegato, difficoltà respiratorie, colesterolo, aumento della pressione arteriosa, tumori, danni a legamenti, muscoli e tendini, problemi al sistema ormonale (calvizie, sterilità, irsutismo), al sistema muscolo-scheletrico (fragilità ossea), al sistema cardiovascolare (infarto, ictus), al fegato (cirrosi, cancro), alla pelle (cisti); effetti sulla psiche quali irritabilità, tensione nervosa, aggressività con possibili comportamenti violenti e antisociali; *psicosi* |



- **il numero > 500.000** - il numero di persone che secondo alcune stime farebbe uso di sostanze dopanti in Italia.
- **il luogo comune > la creatina è doping** - no, ma a dosi eccessive è comunque potenzialmente pericolosa.
- **il film > o come otello** - per primeggiare nella squadra di basket non bastano la volontà e il talento.

# DOPING

## nome

- ecstasy o *mdma*
- amfetamina (termine che comprende numerose varianti)

## aspetto

- pasticche, capsule e in polvere

## storia

- le prime *amfetamine*, compresa l'*mdma*, vengono sintetizzate in germania alla fine del 1800, utilizzate inizialmente in campo bellico per stimolare vigilanza e resistenza allo stress psicofisico, dichiarate fuori legge a partire dagli anni '70, diviene fenomeno da discoteca con l'avvento dell'*house music* negli anni '80-'90

## provenienza

- da diversi paesi, in special modo nord europa

## varianti

- pasticca, pasta
- metamfetamina, *mdma*, ice, speed, crystal

# pillola

Nessuno può stabilire a priori quale sia il contenuto reale di una pasticca di ecstasy. Di solito vi si trovano sostanze tra le più svariate: dall'*mdma* (principio attivo dell'*ecstasy*) alla calce, dal talco al veleno per topi.

## →→ scheda

| **cos'è** | sostanza sintetica con proprietà stimolanti |  
 | **come agisce** | agisce causando il rilascio di sostanze che il cervello produce in genere in caso di forti emozioni o sforzi prolungati come l'*adrenalina*, nonché sostanze legate al piacere e alla gratificazione come la *dopamina*. se ingerita l'effetto sale dopo circa 30 min, se sniffata dopo 3 min, se fumata o iniettata dopo 1 min appena |

| **modalità assunzione** | quasi sempre orale; inalata, iniettata |  
 | **effetti ricercati** | benessere psico-fisico, euforia, aumento energia, insensibilità alla fame e alla fatica, loquacità |

| **altri effetti** | aumento del ritmo respiratorio e cardiaco, della pressione sanguigna, della temperatura corporea; convulsioni, sudorazione, dilatazione delle pupille, disidratazione, colpo di calore, mancanza di respiro, collasso cardiovascolare, svenimento, stato confusionale, visione confusa, nausea, tensione muscolare |

| **rischi a breve termine** | perdita dell'appetito, allucinazioni, insonnia, ipereccitabilità, irritabilità, forte ansia, bruxismo |

| **rischi a lungo termine** | depressione, attacchi di panico, ansia, stanchezza, perdita di peso, tolleranza, dipendenza psicologica, paranoia, impulsività, aggressività, deliri e allucinazioni, anoressia |



- **il numero > 1985** - l'ecstasy inizia a diffondersi in inghilterra associata al fenomeno della house music e dei party in piccoli club.
- **il luogo comune > una sola pasticca non è pericolosa** - può uccidere, se vi è reazione anafilattica causata da una delle sostanze contenute.
- **la canzone > charlie fa surf** - azioni e sensazioni di un adolescente in questo pezzo dei baustelle.

# ECSTASY

## nome

- eroina
- diacetilmorfina (nome scientifico)

## aspetto

- polvere granulosa giallastra, rosa o marrone con odore acre

## provenienza

- birmania
- iran
- thailandia
- afghanistan

## varianti

- brown-sugar, rosa, bianca
- *speed-ball* (eroina+cocaina)

## storia

• l'eroina viene sintetizzata nel 1874 a partire dalla morfina. Nel 1897 la bayer commercializza l'eroina come medicinale per il trattamento della tosse e dei problemi respiratori. negli anni '70 l'eroina si diffonde in tutta europa. L'eroinomane diventa il "tossicodipendente" per antonomasia. negli ultimi anni è in aumento il consumo di eroina sniffata o fumata

# pillola

L'eroina è spesso "tagliata" con altre droghe o con sostanze come zucchero, amido, latte in polvere o chinino. L'assunzione endovenosa con siringhe non sterili espone a malattie come epatite e aids.

## →→ scheda

| **cos'è** | sostanza semi-sintetica derivante dalla morfina, alcaloide del papavero oppio |

| **come agisce** | poco dopo l'assunzione l'eroina arriva al cervello dove si trasforma in morfina e rapidamente si lega a diversi recettori deprimendo il *snc*, coinvolgendo le strutture nervose che modulano la sensazione del piacere con effetti antidolorifici, sedativi e *analgesici*. se iniettata l'effetto sale entro 6-7 sec e si esaurisce entro 2-6 ore |

| **modalità assunzione** | inalata, fumata o iniettata |

| **effetti ricercati** | *flash*, senso di benessere, rilassatezza, distensione, distacco dagli stress psico-fisici |

| **altri effetti** | vampate di calore, nausea, vomito, pupille a spillo, sonnolenza, rallentamento psico-motorio, diminuzione della capacità d'attenzione, secchezza della bocca, prurito, occhi semichiusi, difficoltà nel parlare; abbassamento della frequenza cardiaca e respiratoria; *overdose* |

| **rischi a breve termine** | costipazione, rallentamento dei processi percettivi e mentali, inappetenza, coordinazione motoria compromessa |

| **rischi a lungo termine** | *craving* (anche a breve termine) sedazione cronica, apatia, danni a organi interni; *tolleranza* e *dipendenza* psico-fisica, astinenza; polmoniti |

• *il numero* > **100** - i mg di sostanza che secondo alcuni studiosi costituiscono la dose letale.

• *il luogo comune* > **l'eroina, se fumata, non dà dipendenza** - errato.

• *il film* > **trainspotting** - tragicommedia sul mondo dell'eroina e delle dipendenze in genere.

# EROINA

### nome

- inalanti
- solventi, aerosol, gas, nitriti

### aspetto

- solitamente i vapori da inalazione sono invisibili

### provenienza

- confezionati ovunque nel mondo solitamente per altri usi (es. colla)

### storia

- inalanti naturali e non hanno storie molto diverse. allo stesso modo il loro uso a scopo di sballo è nato e si è sviluppato in posti e tempi diversi. colle e benzine rappresentano le sostanze di sballo più utilizzate da bambini e adolescenti nei paesi più poveri: est europa, sud america, africa. popper e altri composti chimici si diffondono dagli anni '70

### varianti

- popper
- colle e vernici
- benzine
- protossido d'azoto

## pillola

L'uso del *popper* diventa comune nell'ambiente dei sexy-shop, soprattutto inglesi, con il mito di favorire l'eccitazione e prestazioni sessuali indimenticabili.

## →→ scheda

| **cos'è** | gli inalanti sono sostanze volatili che producono vapori chimici, questi, inalati, inducono un effetto psicoattivo o uno stato di alterazione mentale |

| **come agisce** | di solito l'effetto sale dopo pochi sec dall'inalazione e dura non più di 30-60 sec; gli inalanti agiscono sul cervello causando stordimento accompagnato da eccitazione o rilassamento |

| **modalità assunzione** | inalazione (anche detta: sniffata) |

| **effetti ricercati** | euforia ed eccitazione |

| **altri effetti** | attacchi di nausea e vomito, vertigini, mal di testa, alterazioni della vista, tachicardie e crisi respiratorie, sonnolenza, disinibizione, stordimento ed agitazione, allucinazioni, senso di dissociazione, immobilità, amnesia, disturbi visivi, cecità transitoria, ipotermia |

| **rischi a breve termine** | debolezza muscolare, disorientamento, deficit di attenzione, mancanza di coordinazione; di conseguenza sotto effetto sono molto pericolose azioni complesse quali il mettersi alla guida, lavorare su impalcature, manovrare o agire a contatto di macchine industriali |

| **rischi a lungo termine** | perdita di peso, irritabilità e depressione, apatia, convulsioni, coma, danni irreversibili agli organi e agli altri apparati; **tolleranza** |

- **il numero** > **1.400** - le sostanze considerate "inalanti" a scopo di sbalzo.
- **il luogo comune** > **rispetto alle droghe tradizionali, sono quasi innocui** - no, causano danni al cervello e possono anche essere mortali.
- **il film** > **city of god** - i "ninos de rua" della favela a contatto con droghe e crimine.

# INALANTI

## nome

- smart drugs
- natural drugs

## aspetto

- foglie, pillole, gocce, polvere, bevande, decotti, infusi, misture

## storia

- il consumo delle smart drugs è particolarmente cresciuto negli ultimi anni. questo anche grazie all'avvento di smart shop e all'acquisto via internet. un fenomeno in parte "etnico", ma principalmente fagocitato dalla civiltà occidentale consumistica, con i suoi miti di fitness, performance, svago, sballo, pseudo-ecologismo

## provenienza

- paesi tropicali e paesi con leggi "permissive" quali l'olanda

## varianti

- spice
- piante e funghi di varia provenienza

# pillola

Il termine "droghe furbe" (smart drugs) si riferisce al fatto che è possibile acquistare e detenere prodotti di origine vegetale che contengono gli stessi principi attivi di sostanze stupefacenti proibite dalla legge.

## →→ scheda

| **cos'è** | categoria di preparati di origine naturale o sintetica accomunati dal fatto di non essere proibiti dalla legge, contengono principi attivi di estratti vegetali e sostanze psicotrope (efedrina, caffeina, mescalina ecc.) |

| **come agiscono** | hanno proprietà di solito stimolanti e/o allucinogene |

| **modalità assunzione** | tendenzialmente orale, oppure attraverso il fumo |

| **effetti ricercati** | euforia, introspezione, potenziamento dell'attenzione e/o della concentrazione, miglioramento della "performance" fisica, effetti psichedelici |

| **altri effetti** | nausea, vomito, ansia, palpitazioni |

| **rischi a breve termine** | variabili a seconda della sostanza, si possono verificare episodi di intossicazione che causano agitazione psicomotoria, ansia o anche, raramente, episodi psicotici (cioè gesti folli lesivi e autolesivi) |

| **rischi a lungo termine** | anche questi variano a seconda della sostanza e in questo senso risultano spesso imprevedibili, in generale: danni a fegato, cuore e reni; in alcuni casi sincope, perdita di coscienza, nei casi più gravi di intossicazione acuta e/o prolungata si può arrivare al coma e alla morte |



- *il numero* > **2000** - l'anno in cui viene aperto il primo smartshop (o naturalshop) in Italia, precisamente a Torino.

- *il luogo comune* > **se è naturale non fa male** - anche cicuta e digitale sono naturali, eppure contengono veleni dagli effetti mortali.

- *il sito* > **www.dronet.org** - sul network nazionale sulle dipendenze molte informazioni approfondite sull'argomento smart drugs.

# SMART

### nome

- nicotiana tabacum, o tabacco

### aspetto

- in sigari e sigarette
- polvere da snuffio
- gomma da masticare

### provenienza

- altopiani del centroamerica e del messico meridionale

### storia

- l'uso delle foglie di tabacco, sia fumate che masticate, proviene dai popoli americani precolombiani. sono i colonizzatori spagnoli a importare quest'uso in tutta europa. dal 1600 le coltivazioni si diffondono in tutto il mondo conosciuto, ma la grande produzione resta in america, realizzata con l'importazione di schiavi dall'africa

### varianti

- nicotiana rustica e petunioides
- tabacco da masticazione

## →→ pillola ←←

Il fumo di sigaretta libera circa 4.000 sostanze chimiche, quasi tutte dannose. Tali sostanze non sono inserite dalle industrie del tabacco, bensì si sprigionano a causa dell'alta temperatura di combustione.

## →→ scheda

| **cos'è** | è una pianta che contiene la nicotina, una sostanza *psicoattiva* |

| **come agisce** | se fumato la nicotina entra in circolo rapidamente, arrivata al cervello stimola i recettori che rilasciano *dopamina* e *adrenalina*, questi a loro volta stimolano l'attenzione oppure favoriscono distensione e alleviano l'ansia. rispetto ad altre sostanze *psicoattive* le modificazioni allo stato psicofisico sono lievi e di breve durata |

| **modalità assunzione** | fumato, sniffato, masticato. "fumare" è ovviamente la modalità principale e purtroppo anche la più dannosa a causa dei veleni liberati dalla combustione |

| **effetti ricercati** | distensione, conforto, senso di sicurezza, maggiore capacità d'attenzione |

| **altri effetti** | tosse, aumento pressione sanguigna, vasocostrizione, tachicardia, vertigini |

| **rischi a breve termine** | affanno, irritazioni |

| **rischi a lungo termine** | ingiallimento dei denti, invecchiamento della pelle, danni agli apparati respiratorio e vascolare (con ripercussioni cardiache, cerebrali e alla circolazione arteriosa periferica); danni alla cavità orale e alla laringe, al primo tratto delle vie digestive, alla placenta e al feto, all'apparato urogenitale, al pancreas; tumori, specie ai polmoni; *dipendenza fisica e psichica* |



- *il numero* > **2005** - l'anno da cui è in vigore il divieto di fumare in tutti i locali pubblici.
- *il luogo comune* > **le sigarette artigianali fanno meno male** - nicotina, catrame e altre sostanze chimiche sono paragonabili.
- *il film* > **thank you for smoking** - le multinazionali del tabacco sanno bene come lanciare e difendere il proprio prodotto.

# TABACCO

## la legge è uguale...



• la legislazione attuale non fa distinzioni tra droga e droga ma tra "uso personale" e "spaccio". la differenza tra i due è determinata dalla quantità di principio attivo di cui si è trovati in possesso. con l'uso personale si rischiano sanzioni amministrative, con lo spaccio si sfocia nel penale e, oltre a multe cospicue, si rischia la detenzione in carcere

### **SPACCIO**

#### **Lo spaccio è reato penale**

- **riguarda** chi coltiva, vende, commercia, trasporta o consegna per qualunque scopo sostanze stupefacenti
- **e anche** chi importa, esporta, acquista, riceve a qualsiasi titolo o comunque illecitamente, detiene sostanze stupefacenti
- **punito** con la reclusione da 1 a 20 anni e con la multa da 26 mila a 260 mila euro; in più vi è il sequestro del passaporto e della patente di guida

## USO PERSONALE

### L'uso personale è un illecito amministrativo

- **riguarda** chi illecitamente importa, esporta, acquista, riceve o detiene sostanze stupefacenti
- **punito** per un periodo tra 1 mese e 1 anno con sanzioni amministrative quali la sospensione della patente, del passaporto, del porto d'armi

### Che succede di preciso quando si viene fermati?

- **esami tossicologici** vengono ordinati dagli organi di polizia che in questo modo procedono ad accertamenti immediati e riferiscono entro dieci giorni circa gli esiti degli esami sulle sostanze sequestrate al prefetto competente

### E poi?

- **la prefettura**, se la sostanza sequestrata è illegale ma la quantità rientra nell'uso personale, convoca la persona segnalata per un colloquio e, se ne emerge la necessità, la invita a seguire un programma di recupero presso il *stdp* (servizio territoriale dipendenze patologiche, i cui servizi sono gratuiti) o presso struttura privata autorizzata
- **oppure** il prefetto può semplicemente ammonire e invitare a non fare più uso di sostanze sottolineando pericoli e conseguenze della condotta

### E se chi viene trovato in possesso è in macchina o in motorino?

- **ritiro della patente** immediata da parte delle forze dell'ordine; la sospensione di norma dura un mese
- **la prefettura** convoca la persona segnalata sempre per valutare l'eventuale necessità di un programma terapeutico presso il *stdp*; spesso la revoca delle sanzioni (ad esempio la restituzione della patente) avviene solo quando si è concluso con esito positivo il programma terapeutico

## droghe al volante...



▪ qualsiasi sostanza abbia un effetto psicoattivo rilevante è incompatibile con la guida e con qualsiasi altra operazione complessa. gli incidenti stradali mortali, che sono la prima causa di morte per giovani dai 21 ai 29 anni, sono per una percentuale stimata del 40%\* causati dall'assunzione di alcol o altre sostanze stupefacenti

*\* dato diffuso dalla Consulta Nazionale sull'alcol*

### **ALCOL**

- produce modificazione delle percezioni che possono far sottovalutare situazioni di pericolo (passare con il giallo, non rallentare vicino le strisce)
- riduce la capacità di valutazione delle distanze e delle velocità e ciò

può portare a manovre azzardate quali sorpassi pericolosi

- riduce il campo visivo e la visibilità laterale (determinando la cosiddetta visione a tunnel)
- rallenta i tempi di reazione
- dà sonnolenza e riduce la capacità di concentrazione



### AMFETAMINE/ECSTASY

- euforia e mancanza del senso del limite possono condurre a manovre azzardate e sottovalutazione dei pericoli
- dopo l'effetto arrivano drastici cali fisici che mettono a rischio per colpi di sonno e disattenzioni

### CANNABINOIDI (hashish-marijuana)

- alterano la coordinazione motoria, fanno calare l'attenzione e danno una percezione diversa dei contorni, dei colori e della profondità
- ad alti dosaggi possono provocare allucinazioni e ciò comporta gravi rischi di vario tipo, ad esempio frenare di colpo di fronte ad un ostacolo inesistente

### FARMACI

- possono dare sonnolenza e riduzione delle capacità di concentrazione; in particolare gli antistaminici (cioè i farmaci contro le allergie) e gli analgesici (aspirina, ibuprofene, codeina ecc.)

### COCAINA

- dà euforia e falso senso di sicurezza, dunque può condurre a manovre azzardate e sottovalutazione dei pericoli
- nel post effetto la mente è provata, si è soggetti a sonnolenza, incapacità di concentrazione, alterazione dei riflessi

### EROINA

- provoca sonnolenza, riflessi rallentati, ridotta capacità di concentrazione
- altera e riduce, anche drasticamente, la coordinazione motoria e il livello di attenzione

### LSD/Allucinogeni

- qualsiasi sostanza provochi allucinazioni, se viene associata alla guida è, come si può ben capire, un pericolo mortale per se stessi e per gli altri
- anche dopo svariati giorni o mesi dall'assunzione, la guida è potenzialmente pericolosa a causa del rischio *flashback*

EH! TU!  
 QUANTO SEI INFORMATO?  
 ... SE HAI DOMANDE DA FARMI:  
 STAMMIBENE@GMAIL.COM

il dr Re dice che...

## il glossario del **dr RE**



**ACIDO** • nome con cui comunemente si allude all'*LSD* che è anche noto come acido lisergico.

**ADRENALINA** • ormone e neurotrasmettitore che permette al nostro corpo di aumentare le sue prestazioni, soprattutto fisiche.

**ALCALOIDE** • sostanza organica di origine vegetale con proprietà medicamentose o tossiche.

**ANALGESICO** • farmaco che riduce il dolore.

**ANESTETICO** • agente che causa parziale o totale insensibilità al dolore (ad es. eroina, morfina, *ketamina*).

**AMFETAMINE** • sostanze che inducono psicostimolazione impedendo al cervello di riassorbire la *dopamina*.

**ANTIESTROGENI** • farmaci che inibiscono gli effetti degli ormoni estrogeni.

**ASSUEFAZIONE** • processo mediante il quale si giunge a far propria un'abitudine; è sinonimo di *dipendenza*; a volte nell'accezione si comprende anche la *tolleranza*, quel fenomeno per cui per mantenere uguali effetti si è costretti ad aumentare la dose.

**ASTINENZA** • sindrome che compare dopo la cessazione o la riduzione dell'uso di una sostanza psicotropa; è rappresentata da una varietà di sintomi che si verificano dopo la riduzione o l'eliminazione dell'uso di droga.

**BA**  
 che  
 per  
 cau  
 sen  
 dro  
 euf  
 po  
 es.

**BIN**  
 con  
 un  
 nor  
 chi  
 chi  
 ene  
 pag  
 cor  
 del

**CA**  
 con  
 me  
 pag  
 car  
 ciò

**CR**  
 ass

**CR**  
 dis

**BAD TRIP** • allucinazione terrorizzante che in alcuni casi può provocare danni permanenti e *psicosi*; il *bad trip* è causato da sostanze allucinogene in senso stretto (come *LSD*), ma anche da droghe chimiche che oltre a dare euforia o rilassamento hanno anche potenziali effetti allucinatori come ad es. *ecstasy* o *ketamina*.

**BINGE DRINKING** • bere smodato e/o con il preciso proposito di ubriacarsi; è un termine che identifica l'abitudine nordeuropea e ormai anche italiana di chi interpreta il divertimento serale in chiave di sballo alcolico, specie nei week end; spesso il binge drinking è accompagnato da una scarsa o inesistente conoscenza riguardo gli effetti e i rischi dell'abuso alcolico.

**CANNA** • sigaretta artigianale che contiene hashish o marijuana, spesso mescolate al tabacco; anche detta paglia, joint, spinello; in qualche caso la canna viene confezionata con eroina, e ciò ovviamente aumenta effetti e rischi.

**CRAVING** • incontrollabile desiderio di assumere una sostanza.

**CREATINA** • integratore usato in varie discipline sportive; a volte è erro-

neamente additata come sostanza dopante; un uso eccessivo può essere comunque pericoloso.

**DEMOLIZIONE** • trasformazione di alcol in glucosio; il processo ha luogo nel fegato attraverso determinati enzimi.

**DIPENDENZA (psicologica)** • tendenza a continuare ad assumere la droga per fruire di un senso di benessere e per evitare il disagio della sua assenza.

**DIPENDENZA (fisica)** • condizione nella quale la sostanza ha modificato il sistema di equilibrio del corpo umano richiedendo quantità sempre maggiori in base all'aumento della *tolleranza* e provocando, in caso di sospensione del consumo, sintomi di astinenza più o meno accentuati.

**DISINTOSSICAZIONE** • processo che permette al corpo di liberarsi di una sostanza tossica e che, contemporaneamente, controlla i sintomi dell'astinenza; spesso rappresenta il primo passo in un percorso di cura.

**DISSOCIATIVO** • effetto di sostanza che crea la sensazione di essere separati dal corpo (ad es. *ketamina*).

**DISTILLATO** • prodotto alcolico derivante dalla distillazione, una tecnica di separazione che sfrutta la differenza dei punti di ebollizione per separare l'alcol da altre sostanze.

**DOPAMINA** • neurotrasmettitore presente nelle zone del cervello che controllano il movimento, l'emozione, la motivazione e il piacere.

**FERMENTAZIONE** • la trasformazione degli zuccheri in alcol etilico e anidride carbonica.

**FLASH** • stato euforico dovuto all'assunzione di eroina; per estensione si usa per descrivere il momento di effetto acuto anche di altre sostanze.

**FLASHBACK** • visione allucinatoria che si rivive anche a distanza di molto tempo dall'assunzione di allucinogeni.

**IDROCARBURO** • composto organico che contiene soltanto atomi di carbonio e di idrogeno, come l'alcol.

**LSD** • sostanza allucinogena, anche detta acido lisergico o solo *acido*.

**KETAMINA** • anestetico che produce un effetto dissociativo, cioè sensazione di distacco dal proprio corpo.

**MDMA** • principio attivo dell'ecstasy.

**NEUROTRASMETTITORE** • sostanza chimica che funge da "messaggero" per portare segnali o stimoli da una cellula nervosa a un'altra; molte droghe (ad es. cocaina, ecstasy, *amfetamine*) agiscono attraverso i neurotrasmettitori più importanti come la *dopamina*, la serotonina e l'*adrenalina* favorendone il rilascio e/o impedendone il riassorbimento.

**NEVROSI** • disturbo della personalità che crea sofferenza e disagio, ad es. fobie, ossessioni, paranoia, isteria; l'uso di droghe favorisce l'insorgenza di nevrosi.

**OVERDOSE** • assunzione eccessiva o eccessivamente ripetuta di una sostanza la cui tossicità mette in crisi l'organismo.

**POPPER** • per popper solitamente si intende il nitrito di amile; il nome commerciale deriva dal rumore dei contenitori di vetro nel momento dell'apertura (pop); ha effetti euforizzanti e rilassanti, ma provoca anche danni cerebrali.

**PSICOATTIVO** • proprietà di ciò che ha un effetto di modificazione sul *SNC*.

**PSICOSI** • disordine mentale caratterizzato da deliri o allucinazioni; le psicosi sono a volte causate, slatentizzate o acute dall'uso di droghe.

**RECCETTORE** • bersaglio del *neurotrasmettitore* che sollecitato provoca in noi cambiamenti nelle percezioni e nelle sensazioni; droghe quali eroina e cannabinoidi sollecitano alcuni recettori specifici "ingannandoli" grazie alla somiglianza con sostanze prodotte all'interno del nostro corpo, in questo modo le droghe determinano i loro effetti.

**SNC** • sistema nervoso centrale; composto da due parti principali: l'encefalo (cioè il cervello) e il midollo spinale.

**SPICE** • mix di erbe essiccate che mescolate con il tabacco e fumate provocano effetti simili alla marijuana; solitamente per *spice* si intende un prodotto commercializzato via internet la cui composizione, e l'eventuale presenza di droghe illegali, non risulta ancora chiarita.

**STDP** • servizio territoriale dipendenze patologiche; è un servizio gratuito messo a disposizione dal sistema sanitario nazionale per uscire dalle dipendenze (alcol, droghe, gioco d'azzardo); a macerata l'stdp si trova in via santa lucia n.2 (c/o Ospedale), tel 0733.2572597.

**STEROIDI ANABOLIZZANTI** • composti organici con azione simile a quella del testosterone; sono usati come doping per aumentare il tenore muscolare.

**THC** • anche detto Delta-9-tetraidrocannabinolo; è il principio psicoattivo contenuto nella cannabis (o canapa indiana) di varietà "indica".

**TOLLERANZA** • condizione nella quale sono richieste elevate dosi di droga per produrre gli stessi effetti sperimentati inizialmente; spesso conduce ad una *dipendenza psicologica e fisica*.

**TRIP** • letteralmente significa "viaggio"; è uno stato allucinatorio causato da utilizzo di allucinogeni.

ilglossariodeldrRe

#### Le nostre fonti e i siti per approfondire

- [dronet.org](http://dronet.org)
- [istat.it](http://istat.it)
- [interno.it](http://interno.it)
- [iss.it](http://iss.it)
- [epicentro.iss.it](http://epicentro.iss.it)
- [it.wikipedia.org](http://it.wikipedia.org)
- [emcdda.europa.eu](http://emcdda.europa.eu)
- [ministerosalute.it](http://ministerosalute.it)
- [sia.dfc.unifi.it](http://sia.dfc.unifi.it)

**per scegliere consapevolmente  
occorre informarsi**

una pubblicazione del  
**servizio territoriale**  
**dipendenze patologiche**  
**di macerata**  
asur marche, zona territoriale n. 9



**contatti**  
[www.ddpmc.it](http://www.ddpmc.it)  
tel 0733.2572597  
fax 0733.2572596  
[zt9stdp@sanita.marche.it](mailto:zt9stdp@sanita.marche.it)  
[stammibene@gmail.com](mailto:stammibene@gmail.com)



**pubblicato**  
nell'aprile 2010 (seconda edizione)

**stampato da**  
silver srl montegranaro



[www.stammibene.info](http://www.stammibene.info)