

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

| | |
|---------------------|---------------|
| alcol | pag 4 |
| allucinogeni | pag 6 |
| cannabis | pag 8 |
| cocaina | pag 10 |
| doping | pag 12 |
| ecstasy | pag 14 |
| eroina | pag 16 |
| inalanti | pag 18 |
| smart drugs | pag 20 |
| tabacco | pag 22 |

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

la droga è'

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)

varianti

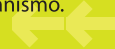
- peyote, salvia divinorum, funghi
- lsd
- *ketamina*

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

→ → 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 muscoloscheletrico (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 striscie)
- 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
- istat.it
- interno.it
- iss.it
- epicentro.iss.it
- it.wikipedia.org
- emcdda.europa.eu
- ministerosalute.it
- 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
tel 0733.2572597
fax 0733.2572596
zt9stdp@sanita.marche.it
stammibene@gmail.com



pubblicato
nell'aprile 2010 (seconda edizione)

stampato da
silver srl montegranaro



www.stammibene.info