COCAINA //2.1

Che cos'è la cocaina.

- La cocaina, nota anche come "coca" o "neve", è una sostanza psicoattiva estratta da una pianta, la coca, che cresce soprattutto in Sud America e in qualche zona dell'Africa e degli Stati Uniti.
- La cocaina che viene venduta contiene però soltanto una parte di sostanza pura. Per il resto, vi si trovano sostanze che servono ad aumentarne il volume o altre che producono effetti simili: caffeina, glucosio, paracetamolo, bicarbonato, amfetamine, ecc.

Come viene assunta.

Le modalità di assunzione sono due:

- per via inalatoria (sniffandola o fumandola);
- per via iniettiva.

Quali sono gli effetti

La sostanza ha effetti eccitanti e produce un aumento dell'aggressività. Dopo l'assunzione si ha una falsa sensazione di immediata e grande efficienza, di vigilanza e di sicurezza. L'effetto, tuttavia, ha breve durata, dopodiché subentra una sensazione di forte depressione e di disagio psichico che stimola il bisogno di assumere un'ulteriore dose per sentirsi nuovamente in forma.

Quali sono i rischi e le conseguenze fisiche, psicologiche e sociali derivanti dall'uso.

- L'uso di cocaina comporta una serie di rischi, per esempio si sopravvalutano le proprie capacità e non si considerano le conseguenze delle proprie azioni. Ciò risulta particolarmente pericoloso durante la guida di automezzi.
- In poco tempo si arriva all'abuso e si avverte sempre più il desiderio impellente di assumere la sostanza fino al punto che non si riesce più a farne a meno.
- Il bisogno impellente spesso induce a commettere attività illecite per procurarsi il denaro necessario all'acquisto della sostanza.
- Quando si esaurisce l'effetto della sostanza, si piomba in una forte depressione e si avverte un forte disagio interno.
- Nel tempo si può determinare un crescendo di ansietà, con tremori, irritabilità, disturbi del sonno, attacchi di panico, sospettosità eccessiva e idee di essere perseguitati o trattati ingiustamente.
- La cocaina è spesso causa di infarti cardiaci. Gli assuntori infatti hanno un rischio di infarto molto più elevato della popolazione normale.

L'uso di cocaina è un reato

- La cocaina è una sostanza illegale.
- Il possesso per uso personale comporta sanzioni amministrative (sospensione della patente, passaporto, porto d'armi). La valutazione relativamente al fatto che si tratti o meno di possesso per "uso personale" viene fatta, caso per caso, in base alla quantità e alle circostanze.
- Il possesso non finalizzato ad uso personale, la vendita e l'acquisto sono reati punibili con la reclusione da 8 a 20 anni ed una multa da 25.822,845 a 258.228,45 euro.

//2.2

Perché è meglio astenersene.
Quali sono i benefici derivanti dal non-uso.

- Ti permette di tenere sempre sano il tuo cervello e le sue funzioni vitali.
- Ti fa vedere sempre le cose come realmente sono.
- Ti fa sentire i tuoi veri sentimenti e non quelli distorti dalla sostanza, solo così saprai distinguere i sentimenti veri da quelli falsi.
- Ti fa evitare guai con la giustizia come ad esempio il ritiro della patente.
- Chi non usa sostanze fa una scelta più intelligente perché rispetta se stesso.

Che cosa fare per resistere alla pressione di chi spinge all'uso e che cosa fare se si intende interrompere il consumo.

Resistere all'uso delle sostanze e a chi fa pressione perché vengano utilizzate non è facile ma sicuramente possibile.

- Prima di tutto informati meglio sulle conseguenze dell'uso e scoprirai che forse non conoscevi i veri danni che queste sostanze producono.
- Se vuoi essere correttamente informato usa solo informazioni scientifiche, riportate da organizzazioni accreditate e riconosciute come competenti nei problemi sanitari e nella ricerca.
- Fai rispettare sempre la tua scelta di intelligenza e vivila come uno stile di vita coraggioso e positivo, non importa se molti utilizzano le sostanze, ci vuole sempre qualcuno che apra nuove strade.
- Ci vogliono forza e carattere per dire di no, ma questi non dovrebbero mancarti.
- Se stai già usando sostanze stupefacenti, anche se ti sembra di non aver ancora avuto alcun problema, mettiti in contatto con un esperto per valutare i danni che potresti avere anche se non li hai ancora percepiti. Molti credono che l'uso anche saltuario non porti nessun effetto, ma dalle più recenti ricerche è stata dimostrata la pericolosità e la non prevedibilità degli effetti, che variano tantissimo da persona a persona. La maggior parte delle persone sta sottovalutando il pericolo e poiché non sente particolari disturbi continua ad usare le sostanze pensando che siano innocue. Purtroppo i danni si potranno vedere anche dopo anni, quando sarà tardi per poter intervenire.
- Nessuno può importi cose che contrastino con le tue scelte ma quello che ci sentiamo di dirti è semplicemente: non inquinare il tuo cervello e resta libero!

LA SCELTA MIGLIORE È NON USARE DROGHE!

//1.3

Guidare in stato d'ebbrezza è un reato.

Chiunque guida in stato di ebbrezza è punito, ove il fatto non costituisca più grave reato, con l'arresto fino ad un mese e con l'ammenda da euro 258 a euro 1.083,60. All'accertamento del reato consegue la sanzione amministrativa accessoria della sospensione della patente da 15 giorni a tre mesi oppure da un mese a sei mesi quando lo stesso soggetto compie più violazioni nel corso di un anno.

Perché è meglio astenersene.
Quali sono i benefici derivanti dal non-uso.

- 0000000 Ti permette di tenere sempre sano il tuo cervello e le sue funzioni vitali.
- Ti fa vedere sempre le cose come realmente sono.
- Ti fa sentire i tuoi veri sentimenti e non quelli distorti dalla sostanza, solo così saprai distinguere i sentimenti veri da quelli falsi.
- Ti fa evitare guai con la giustizia come ad esempio il ritiro della patente.
- Chi non usa sostanze fa una scelta più intelligente perché rispetta se stesso.

Che cosa fare per resistere alla pressione di chi spinge all'uso e che cosa fare se si intende interrompere il consumo.

Resistere all'uso delle sostanze e a chi fa pressione perché vengano utilizzate non è facile ma sicuramente possibile.

- Prima di tutto informati meglio sulle conseguenze dell'uso e scoprirai che forse non conoscevi i veri danni che queste sostanze producono.
- Se vuoi essere correttamente informato usa solo informazioni scientifiche, riportate da organizzazioni accreditate e riconosciute come competenti nei problemi sanitari e della ricerca.
- Fai rispettare sempre la tua scelta di intelligenza e vivila come uno stile di vita coraggioso e positivo, non importa se molti utilizzano le sostanze, ci vuole sempre qualcuno che apra nuove strade.
- Ci vogliono forza e carattere per dire di no, ma questi non dovrebbero mancarti.
- Se stai già usando sostanze stupefacenti, anche se ti sembra di non aver ancora avuto alcun problema, mettiti in contatto con un esperto per valutare i danni che potresti avere anche se non li hai ancora percepiti. Molti credono che l'uso anche saltuario non porti nessun effetto, ma dalle più recenti ricerche è stata dimostrata la pericolosità e la non prevedibilità degli effetti, che variano tantissimo da persona a persona. La maggior parte delle persone sta sottovalutando il pericolo e poiché non sente particolari disturbi continua ad usare le sostanze pensando che siano innocue. Purtroppo i danni si potranno vedere anche dopo anni, quando sarà tardi per poter intervenire.
- Nessuno può importi cose che contrastino con le tue scelte ma quello che ci sentiamo di dirti è semplicemente: non inquinare il tuo cervello e resta libero!

LA SCELTA MIGLIORE È NON USARE DROGHE!

//1.2

L'alcool riscalda?

È opinione diffusa che l'alcool riscaldi. L'alcool dà la sensazione di calore, ma è solo una sensazione temporanea. Esso infatti, è un vasodilatatore periferico, e in quanto tale fa aumentare la quantità di sangue che circola sotto la pelle del corpo producendo una sensazione di calore. A causa di questa vasodilatazione il calore interno del corpo viene disperso in esterno e la temperatura interna scende. Quando l'effetto della vasodilatazione viene meno, se si è bevuto molto e se la temperatura dell'ambiente è rigida, si avvertono intensi ed improvvisi brividi di freddo. Per difendersi dal freddo non bisogna quindi bere alcolici, ma (oltre che coprirsi) bevande molto zuccherate e calde come cioccolata, miele o sostanze analoghe.

I giovani e l'alcool.

- 0000000 Il consumo di bevande alcoliche nella popolazione giovanile è un fenomeno in progressivo aumento. La maggioranza dei giovani beve solo occasionalmente, più spesso nel fine settimana, mentre è frequente la tendenza a consumare grandi quantità di alcolici, come conferma il maggior numero di episodi di ubriachezza riferiti. Diffusa è anche la tendenza da parte delle ragazze, ad assimilare modelli di consumo maschile e il poliabuso di alcool e sostanze stupefacenti. Da rilevare, in ultimo, un fenomeno che desta particolare preoccupazione, ossia la sempre più precoce età di inizio del consumo di alcool.
- Le motivazioni più frequenti che determinano l'uso sono: un senso di rilassamento, di falso piacere, di "divertimento" derivanti dall'assunzione, il desiderio di dimenticare i problemi quotidiani e di sentirsi più amichevoli verso gli altri, eliminando le inibizioni e le resistenze psicologiche alla propria espressione fisica e verbale.
- La maggior parte dei giovani, d'altra parte, riconosce che l'alcool ha, per gli effetti sopra descritti, le proprietà di una droga.

Quali sono i rischi e le conseguenze fisiche, psicologiche e sociali derivanti dall'uso.

- 0000000 L'uso di alcool è, in linea di principio, sconsigliabile a tutti, ma ai giovani risulta particolarmente nocivo in quanto:
  - la sostanza influisce negativamente sullo sviluppo e la maturazione psicofisici;
  - i giovani dispongono di minori difese psicologiche per evitare i rischi connessi all'uso. Anche la cosiddetta piccola quantità, o quelle occasionali, possono creare problemi portando, per il fenomeno della tolleranza, ad aumentare progressivamente le dosi
- L'uso della sostanza inoltre, può comportare il coinvolgimento in situazioni a rischio, quali infortuni e incidenti. La sostanza riduce infatti, la rapidità dei riflessi, allungando i tempi di risposta, riduce il campo visivo e falsa il senso della distanza e della velocità, oltre a dare una sensazione fittizia di aumento delle proprie capacità.
- La correlazione tra incidenti stradali mortali e abuso di alcool è attualmente oggetto di grande attenzione da parte delle istituzioni per le dimensioni epidemiche che il fenomeno sta assumendo.

Di frequente, correlati all'uso ci sono anche problemi relazionali, per le alterazioni che l'alcool crea nei rapporti interpersonali soprattutto nella famiglia, e problemi sociali, per i danni nella sfera scolastica, lavorativa e in svariati altri campi della vita comunitaria.

ALCOOL //1.1

Che cos'è l'alcool.

- 0000000 L'alcool etilico, o etanolo, è una sostanza ottenuta per fermentazione e/o distillazione di sostanze contenenti zuccheri o per sintesi.
- Le bevande quali il vino, la birra, gli aperitivi, i superalcolici sono definite bevande alcoliche in quanto contengono una determinata percentuale di alcool.
- Anche alcuni farmaci (es. gli sciroppi) ed alcuni alimenti (es. i dolciumi) possono contenere una percentuale di alcool.

L'alcool è una droga.

- 0000000 L'alcool è e una vera e propria droga, secondo le indicazioni dell'Organizzazione Mondiale della Sanità, che definisce come droga qualsiasi sostanza psicoattiva che può provocare assuefazione e dipendenza. L'alcool è infatti, una sostanza psicoattiva, in grado cioè di modificare il funzionamento del nostro cervello e quindi la nostra percezione della realtà.
- La sua assunzione protratta nel tempo induce assuefazione (o tolleranza), ossia bisogno di incrementare le dosi per ottenere lo stesso effetto, e dipendenza fisica e psichica.

Le false credenze sull'alcool.

Nella nostra società sono diffuse alcune false credenze riguardanti l'uso e le proprietà degli alcolici. Tali credenze possono svolgere un ruolo importante nel determinare un uso inadeguato dell'alcool, facendo assumere ad alcune persone abitudini alimentari errate che le espongono al rischio di contrarre una dipendenza vera e propria dall'alcool.

Di seguito vengono riportate le più diffuse:

L'alcool da forza?

L'alcool non dà forza, ma toglie solo momentaneamente la sensazione di fatica. Se l'alcool desse veramente forza, verrebbe consigliato ad esempio agli atleti durante gli allenamenti, cosa che invece non viene fatta, anzi bandita.

L'alcool dà sicurezza?

Anche l'opinione che l'alcool dà sicurezza è errata. L'alcool non dà sicurezza, non dà coraggio, può solo farvi artificialmente dimenticare la timidezza e la timidezza non è un breve periodo di tempo, ma aggravando il problema. Sembra infatti che le persone timide siano più esposte al rischio di sviluppare una dipendenza alcolica.

L'alcool toglie la sete?

L'alcool non toglie la sete. E, infatti, un diuretico, e come tale fa perdere acqua al nostro organismo aumentando la sete.

www.venetosociale.it
www.upgo.dronet.org

PROGRAMMA REGIONALE DI COMUNICAZIONE PER LA PREVENZIONE DELLE TOSSICODIPENDENZE E DELL'USO DI SOSTANZE NOCIVE PER LA SALUTE.

Campagna realizzata con il contributo di: radio COMPANY

REGIONE DEL VENETO
Assessorato alle Politiche Sociali, al Volontariato e Non Profit

venetosociale
www.venetosociale.it

EROINA //3.1

Che cos'è l'eroina.
- L'eroina è una sostanza chimica con un forte effetto antidolorifico. Deriva dall'oppio ed è simile, anche se molto più potente, alla morfina.
- Queste droghe vengono prodotte utilizzando metodi e additivi fuori legge e altamente tossici. La loro lavorazione successiva avviene inoltre in ambienti fortemente contaminati, sporchi e privi delle minime condizioni igieniche.

Come viene assunta.
- L'eroina può essere sniffata, fumata o iniettata (in vena o in muscolo). La dipendenza si instaura qualsiasi sia la via di assunzione. Anche chi inizia sniffando o fumando quasi sempre arriva all'uso iniettivo nell'arco di poco tempo.
- Spesso viene fornita dagli spacciatori anche ai consumatori di ecstasy per contrastare gli effetti indesiderati dell'ecstasy dopo ripetute assunzioni, provocando così una dipendenza anche dall'eroina.

Quali sono gli effetti.
La sua assunzione provoca una falsa sensazione di piacere e chi ne fa uso prova un desiderio per questa sostanza più forte di quello sessuale.
Gli effetti sono circa gli stessi indifferentemente da come viene assunta anche se diversi sono i rischi e la velocità dell'effetto.

Quali sono i rischi e le conseguenze fisiche, psicologiche e sociali derivanti dall'uso.
L'eroina crea una precoce e forte dipendenza con disturbi fisici e psicologici alla sua sospensione.
Chiunque faccia uso di eroina regolarmente va incontro a:
- bisogno di incrementare sempre più le dosi per ottenere lo stesso effetto;
- rischi di gravi malattie legate all'introduzione endovenosa di sostanze contaminate da batteri e virus;
- sintomi di astinenza se si interrompe l'uso: naso che cola, sudore, brividi, crampi, vomito, dolori addominali e forte agitazione;
- un forte desiderio psicologico della sostanza che rende "schiavi", fortemente dipendenti in brevissimo tempo.

L'uso dell'eroina per via iniettiva costituisce il metodo più rischioso perché viene assorbita immediatamente e può bloccare i centri del respiro residenti nel cervello, producendo così una sindrome che può essere mortale, chiamata "overdose".
Con l'iniezione in vena le impurità vengono introdotte direttamente nel flusso sanguigno. Questo può causare setticemia (grave infezione diffusa) ed altre infezioni. Ripetute iniezioni danneggiano le vene provocando trombosi (o ostruzioni) e ascessi.
Lo scambio di siringhe, inoltre, può essere veicolo di virus quali l'HBI e l'HCV (virus dell'epatite) e l'HIV (virus dell'AIDS).

//3.2

L'uso di eroina è un reato.
- L'eroina è una sostanza illegale.
- Il possesso per uso personale comporta sanzioni amministrative (sospensione della patente, passaporto, porto d'armi). La valutazione relativamente al fatto che si tratti o meno di possesso per "uso personale" viene fatta, caso per caso, in base alla quantità e alle circostanze.
- Il possesso non finalizzato ad uso personale, la vendita e l'acquisto sono reati punibili con la reclusione da 8 a 20 anni ed una multa da 25.822,845 a 258.228,45 euro.

Perché è meglio astenersene.
Quali sono i benefici derivanti dal non-uso.
- Ti permette di tenere sempre sano il tuo cervello e le sue funzioni vitali.
- Ti fa vedere sempre le cose come realmente sono.
- Ti fa sentire i tuoi veri sentimenti e non quelli distorti dalla sostanza, solo così saprai distinguere i sentimenti veri da quelli falsi.
- Ti fa evitare guai con la giustizia come ad esempio il ritiro della patente.
- Chi non usa sostanze fa una scelta più intelligente perché rispetta se stesso.

Che cosa fare per resistere alla pressione di chi spinge all'uso e che cosa fare se si intende interrompere il consumo.
Resistere all'uso delle sostanze e a chi fa pressione perché vengano utilizzate non è facile ma sicuramente possibile.
- Prima di tutto informati meglio sulle conseguenze dell'uso e scoprirai che forse non conoscevi i veri danni che queste sostanze producono.
- Se vuoi essere correttamente informato usa solo informazioni scientifiche, riportate da organizzazioni accreditate e riconosciute come competenti nei problemi sanitari e nella ricerca.
- Fai rispettare sempre la tua scelta di intelligenza e vivila come uno stile di vita coraggioso e positivo, non importa se molti utilizzano le sostanze, ci vuole sempre qualcuno che apra nuove strade.
- Ci vogliono forza e carattere per dire di no, ma questi non dovrebbero mancarti.
- Se stai già usando sostanze stupefacenti, anche se ti sembra di non aver ancora avuto alcun problema, mettiti in contatto con un esperto per valutare i danni che potresti avere anche se non li hai ancora percepiti. Molti credono che l'uso anche saltuario non porti nessun effetto, ma dalle più recenti ricerche è stata dimostrata la pericolosità e la non prevedibilità degli effetti, che variano tantissimo da persona a persona. La maggior parte delle persone sta sottovalutando il pericolo e poiché non sente particolari disturbi continua ad usare le sostanze pensando che siano innocue. Purtroppo i danni si potranno vedere anche dopo anni, quando sarà tardi per poter intervenire.
- Nessuno può importi cose che contrastino con le tue scelte ma quello che ci sentiamo di dirti è semplicemente: non inquinare il tuo cervello e resta libero!

LA SCELTA MIGLIORE È NON USARE DROGHE!

ECSTASY //4.1

Che cos'è l'ecstasy.
L'ecstasy è una combinazione tra una droga allucinogena (che provoca allucinazioni) ed una amfetaminica (che provoca eccitazione). Il nome chimico è MDMA o 3,4 metilenediossimetilamfetamina.

Come viene assunta.
La droga viene quasi sempre assunta sotto forma di compresse o capsule.
Se ne fa spesso uso in discoteca per esaltare le sensazioni musicali. L'ecstasy crea dipendenza psicologica.

Quali sono gli effetti.
- L'ecstasy agisce circa 30 minuti dopo l'assunzione. Provoca brevi impeti di falsa gioia accompagnati talvolta da nausea. Il massimo dell'effetto si raggiunge circa un'ora dopo. Le sensazioni vengono intensificate e distorte. Gli effetti dell'ecstasy svaniscono dopo 3-4 ore.
- L'ecstasy determina alterazioni delle percezioni sensoriali e distorsione della realtà con effetti diversi in base alla combinazione delle due componenti.
- La droga fa credere alla persona che l'ha assunta di poter facilmente affrontare una conversazione impegnativa e di essere disinibita e spigliata nelle relazioni. Ciò che fa dell'ecstasy una droga diversa dalle altre è proprio la sensazione di capire ed accettare meglio gli altri, e di sentire meno la fatica.

Quali sono i rischi e le conseguenze fisiche, psicologiche e sociali derivanti dall'uso.
- Spesso dopo l'assunzione subentra la depressione.
- In Europa si sono verificati casi di decesso associati all'ecstasy. Il surriscaldamento da assunzione associato a serate in discoteca o altri locali chiusi e sovraffollati è causa di frequenti collassi.
- Alcune persone risultano estremamente sensibili all'ecstasy e per loro una sola dose può essere letale. L'ecstasy può causare gravi danni al fegato. Specialmente chi soffre di ipertensione, di problemi cardiaci, epilessia, asma, le donne in stato di gravidanza o coloro che fanno uso di antidepressivi devono assolutamente evitarne l'assunzione.
- Alcuni esperimenti dimostrano che l'uso può provocare lesioni cerebrali irreversibili.
- Questa droga spesso può assumere grande importanza nella vita delle persone creando un bisogno a cui è molto difficile sottrarsi. In soggetti cronicamente intossicati, la sospensione può provocare disturbi psicofisici con depressione, tremori, debolezza, disturbi gastro-intestinali.

L'uso di ecstasy è un reato.
- L'ecstasy è una sostanza illegale.
- Il possesso per uso personale comporta sanzioni amministrative (sospensione della patente, passaporto, porto d'armi). La valutazione relativamente al fatto che si tratti o meno di possesso per "uso personale" viene fatta, caso per caso, in base alla quantità e alle circostanze.
- Il possesso non finalizzato ad uso personale, la vendita e l'acquisto sono reati punibili con la reclusione da 8 a 20 anni ed una multa da 25.822,845 a 258.228,45 euro.

//4.2

Perché è meglio astenersene.
Quali sono i benefici derivanti dal non-uso.
- Ti permette di tenere sempre sano il tuo cervello e le sue funzioni vitali.
- Ti fa vedere sempre le cose come realmente sono.
- Ti fa sentire i tuoi veri sentimenti e non quelli distorti dalla sostanza, solo così saprai distinguere i sentimenti veri da quelli falsi.
- Ti fa evitare guai con la giustizia come ad esempio il ritiro della patente.
- Chi non usa sostanze fa una scelta più intelligente perché rispetta se stesso.

Che cosa fare per resistere alla pressione di chi spinge all'uso e che cosa fare se si intende interrompere il consumo.
Resistere all'uso delle sostanze e a chi fa pressione perché vengano utilizzate non è facile ma sicuramente possibile.
- Prima di tutto informati meglio sulle conseguenze dell'uso e scoprirai che forse non conoscevi i veri danni che queste sostanze producono
- Se vuoi essere correttamente informato usa solo informazioni scientifiche, riportate da organizzazioni accreditate e riconosciute come competenti nei problemi sanitari e nella ricerca.
- Fai rispettare sempre la tua scelta di intelligenza e vivila come uno stile di vita coraggioso e positivo, non importa se molti utilizzano le sostanze, ci vuole sempre qualcuno che apra nuove strade.
- Ci vogliono forza e carattere per dire di no, ma questi non dovrebbero mancarti.
- Se stai già usando sostanze stupefacenti, anche se ti sembra di non aver ancora avuto alcun problema, mettiti in contatto con un esperto per valutare i danni che potresti avere anche se non li hai ancora percepiti. Molti credono che l'uso anche saltuario non porti nessun effetto, ma dalle più recenti ricerche è stata dimostrata la pericolosità e la non prevedibilità degli effetti, che variano tantissimo da persona a persona. La maggior parte delle persone sta sottovalutando il pericolo e poiché non sente particolari disturbi continua ad usare le sostanze pensando che siano innocue. Purtroppo i danni si potranno vedere anche dopo anni, quando sarà tardi per poter intervenire.
- Nessuno può importi cose che contrastino con le tue scelte ma quello che ci sentiamo di dirti è semplicemente: non inquinare il tuo cervello e resta libero!

LA SCELTA MIGLIORE È NON USARE DROGHE!

LSD //5.1

Che cos'è l'LSD.
L'LSD è una sostanza che produce stati allucinogeni. Viene anche detta "droga psichedelica" per le pericolose alterazioni nella percezione dei colori, dei suoni e delle luci che provoca.

Come viene assunta.
È una sostanza liquida che, per essere utilizzata, viene fatta assorbire su piccoli pezzetti di carta di varia forma (francobolli, stelle, animali, fiori ecc.) o su pastiglie.

Quali sono gli effetti.
L'esperienza da LSD è generalmente descritta come "viaggio", perché le percezioni vengono pericolosamente alterate e compaiono allucinazioni con profonda distorsione della realtà. Si verifica un grave stato di perdita del contatto con la realtà e della facoltà di giudizio che porta a sottovalutare le situazioni di pericolo.

Quali sono i rischi e le conseguenze fisiche, psicologiche e sociali derivanti dall'uso
- È accaduto che alcune persone, pensando di essere in grado di volare, si siano lanciate nel vuoto, riportando gravi lesioni permanenti. In alcuni casi l'uso di LSD può determinare forti attacchi di panico e, molto spesso, danni psicologici permanenti ed irreversibili.
- Talvolta le allucinazioni e le alterazioni della realtà possono comparire nuovamente anche dopo alcuni giorni dall'assunzione (effetti residui) durante situazioni impreviste (in mezzo alla gente, alla guida ecc.). Questo fatto rende l'uso della sostanza particolarmente pericoloso perché, al momento della comparsa di tali effetti, ci si potrebbe trovare alla guida di un veicolo o in qualche altra situazione che richieda concentrazione.

L'uso di LSD è un reato.
- L'LSD è una sostanza illegale.
- Il possesso per uso personale comporta sanzioni amministrative (sospensione della patente, passaporto, porto d'armi). La valutazione relativamente al fatto che si tratti o meno di possesso per "uso personale" viene fatta, caso per caso, in base alla quantità e alle circostanze.
- Il possesso non finalizzato ad uso personale, la vendita e l'acquisto sono reati punibili con la reclusione da 8 a 20 anni ed una multa da 25.822,845 a 258.228,45 euro.

Perché è meglio astenersene.
Quali sono i benefici derivanti dal non-uso.
- Ti permette di tenere sempre sano il tuo cervello e le sue funzioni vitali.
- Ti fa vedere sempre le cose come realmente sono.
- Ti fa sentire i tuoi veri sentimenti e non quelli distorti dalla sostanza, solo così saprai distinguere i sentimenti veri da quelli falsi.
- Ti fa evitare guai con la giustizia come ad esempio, il ritiro della patente.
- Chi non usa sostanze fa una scelta più intelligente perché rispetta se stesso.

//5.2

Che cosa fare per resistere alla pressione di chi spinge all'uso e che cosa fare se si intende interrompere il consumo.
Resistere all'uso delle sostanze e a chi fa pressione perché vengano utilizzate non è facile ma sicuramente possibile.
- Prima di tutto informati meglio sulle conseguenze dell'uso e scoprirai che forse non conoscevi i veri danni che queste sostanze producono.
- Se vuoi essere correttamente informato usa solo informazioni scientifiche, riportate da organizzazioni accreditate e riconosciute come competenti nei problemi sanitari e nella ricerca.
- Fai rispettare sempre la tua scelta di intelligenza e vivila come uno stile di vita coraggioso e positivo, non importa se molti utilizzano le sostanze, ci vuole sempre qualcuno che apra nuove strade.
- Ci vogliono forza e carattere per dire di no, ma questi non dovrebbero mancarti.
- Se stai già usando sostanze stupefacenti, anche se ti sembra di non aver ancora avuto alcun problema, mettiti in contatto con un esperto per valutare i danni che potresti avere anche se non li hai ancora percepiti. Molti credono che l'uso anche saltuario non porti nessun effetto, ma dalle più recenti ricerche è stata dimostrata la pericolosità e la non prevedibilità degli effetti, che variano tantissimo da persona a persona. La maggior parte delle persone sta sottovalutando il pericolo e poiché non sente particolari disturbi continua ad usare le sostanze pensando che siano innocue. Purtroppo i danni si potranno vedere anche dopo anni, quando sarà tardi per poter intervenire.
- Nessuno può importi cose che contrastino con le tue scelte ma quello che ci sentiamo di dirti è semplicemente: non inquinare il tuo cervello e resta libero!

LA SCELTA MIGLIORE È NON USARE DROGHE!

CANNABIS-MARIJUANA-HASHISH //6.1

Che cos'è la cannabis.
- La cannabis (Cannabis sativa var. indica), comunemente detta canapa indiana, è una pianta da cui derivano due sostanze stupefacenti: la marijuana e l'hashish.
- La marijuana è formata da un miscuglio di foglie, fiori e semi secchi, di colore verde, marrone o grigiastra. Viene fumata da sola o mischiata al tabacco.
- L'hashish è la resina della pianta che può essere tagliata con sostanze come la paraffina, l'olio per macchine, talvolta anche la plastica. È reperibile in panetti o stecche della consistenza di un dado da brodo, che si scaldano con un accendino, si sbriciolano e si mischiano al tabacco per farne sigarette.
- Queste droghe vengono coltivate utilizzando pesticidi e sostanze antiparassitarie fuori legge e altamente tossiche. La loro lavorazione successiva avviene inoltre in ambienti fortemente contaminati, sporchi e privi delle minime condizioni igieniche. La concentrazione di pesticidi cancerogeni e di sostanze inquinanti nel loro interno è elevatissima come dimostrato da recenti analisi su campioni sequestrati dalle forze dell'ordine.

Come viene assunta.
- Hashish e marijuana di solito si fumano, ma possono anche essere ingerite.
- Lo "spinello" o "canna", ossia la sigaretta fatta a mano con cartine, filtri di cartoncino e tabacco mischiato a queste droghe, costituisce il metodo di assunzione più comune; vengono tuttavia usati anche colli di bottiglia, pipe ed altri sistemi.

Quali sono gli effetti.
- Tutte le droghe danno ingannevoli sensazioni di piacere portandosi dietro però una lunga serie di danni e pericoli che la persona tende a sottovalutare e proprio per questo sono fortemente pericolose.
- Normalmente chi utilizza questa sostanza riferisce un senso di rilassamento e di intensificazione delle sensazioni.

Quali sono i rischi e le conseguenze fisiche, psicologiche e sociali derivanti dall'uso.
- La sostanza può provocare nausea, ansia, attacchi di panico.
- L'uso costante può indurre uno stato di demotivazione verso le normali attività e perdita di interessi.
- In casi di particolare vulnerabilità del soggetto, possono emergere gravi disturbi mentali che si manifestano con deliri, allucinazioni, sintomi di mancanza del senso di realtà e di estraneità delle proprie esperienze psichiche, magari fino ad allora sopiti o controllati.
- Da uno studio autorevole condotto su soggetti che avevano fatto uso di questa sostanza per periodi variabili da 6 mesi a 25 anni, è emerso che l'uso può determinare deficit cognitivi, provocando problemi di concentrazione, di memoria e di apprendimento.
- Elevate dosi, inoltre, possono provocare amnesie e confusione mentale.
- L'uso della sostanza, riducendo le capacità fisiche e mentali, può quindi avere delle ripercussioni negative sul rendimento scolastico, sportivo e lavorativo, così come sulle altre attività quotidiane.
- Un discorso a parte merita la guida dell'automobile sotto l'effetto della cannabis, come d'altra parte di tutte le altre sostanze stupefacenti che, riducendo notevolmente i riflessi e la capacità di attenzione, costituisce un serio pericolo per la sicurezza propria e altrui.
- Se poi la cannabis viene associata, come spesso accade, ad altre droghe e/o all'alcool, gli effetti di tale combinazione possono essere micidiali.

Dà dipendenza?
- La cannabis, fino a qualche tempo fa, sembrava non causare dipendenza. Alcune recenti ricerche invece, hanno dimostrato il contrario.
- Come tutte le sostanze psicoattive, può generare in alcuni individui una forte dipendenza che si manifesta soprattutto con forte desiderio e senso di irrequietezza e insoddisfazione, in quanto può sviluppare un bisogno costante dei suoi effetti artificiali per riuscire a socializzare e a relazionare.

//6.2

Può portare a far uso di altre droghe?
L'uso di cannabis non porta automaticamente a quello di altre droghe, ma può favorirlo molto, come è dimostrato da diversi studi e dall'osservazione che oltre il 90% dei tossicodipendenti da eroina riferiscono di aver iniziato con la cannabis e di non aver saputo poi controllare la "scalata" verso l'eroina.

L'uso di cannabis è un reato?
- La marijuana e l'hashish sono sostanze illegali.
- Il possesso per uso personale comporta sanzioni amministrative (sospensione della patente, passaporto, porto d'armi). La valutazione relativamente al fatto che si tratti o meno di possesso per "uso personale" viene fatta, caso per caso, in base alla quantità e alle circostanze.
- Il possesso non finalizzato ad uso personale, la vendita e l'acquisto sono reati punibili con la reclusione da 2 a 6 anni ed una multa da 5.164,57 a 77.468,53 euro.

Perché è meglio astenersene.
Quali sono i benefici derivanti dal non-uso.
- Ti permette di tenere sempre sano il tuo cervello e le sue funzioni vitali.
- Ti fa vedere sempre le cose come realmente sono.
- Ti fa sentire i tuoi veri sentimenti e non quelli distorti dalla sostanza, solo così saprai distinguere i sentimenti veri da quelli falsi.
- Ti fa evitare guai con la giustizia come ad esempio il ritiro della patente.
- Chi non usa sostanze fa una scelta più intelligente perché rispetta se stesso.

Che cosa fare per resistere alla pressione di chi spinge all'uso e che cosa fare se si intende interrompere il consumo.
Resistere all'uso delle sostanze e a chi fa pressione perché vengano utilizzate non è facile ma sicuramente possibile.
- Prima di tutto informati meglio sulle conseguenze dell'uso e scoprirai che forse non conoscevi i veri danni che queste sostanze producono.
- Se vuoi essere correttamente informato usa solo informazioni scientifiche, riportate da organizzazioni accreditate e riconosciute come competenti nei problemi sanitari e nella ricerca.
- Fai rispettare sempre la tua scelta di intelligenza e vivila come uno stile di vita coraggioso e positivo, non importa se molti utilizzano le sostanze, ci vuole sempre qualcuno che apra nuove strade.
- Ci vogliono forza e carattere per dire di no, ma questi non dovrebbero mancarti.
- Se stai già usando sostanze stupefacenti, anche se ti sembra di non aver ancora avuto alcun problema, mettiti in contatto con un esperto per valutare i danni che potresti avere anche se non li hai ancora percepiti. Molti credono che l'uso anche saltuario non porti nessun effetto, ma dalle più recenti ricerche è stata dimostrata la pericolosità e la non prevedibilità degli effetti, che variano tantissimo da persona a persona. La maggior parte delle persone sta sottovalutando il pericolo e poiché non sente particolari disturbi continua ad usare le sostanze pensando che siano innocue. Purtroppo i danni si potranno vedere anche dopo anni, quando sarà tardi per poter intervenire.
- Nessuno può importi cose che contrastino con le tue scelte ma quello che ci sentiamo di dirti è semplicemente: non inquinare il tuo cervello e resta libero!

LA SCELTA MIGLIORE È NON USARE DROGHE!