



# **informações específicas** sobre cada tipo de dependência



# DEPENDÊNCIA ALCOÓLICA



## O que é?

Doença crônica que culmina no desejo incontrolável de beber. Embora todas as causas do alcoolismo ainda não tenham sido descobertas, acredita-se que um dos fatores seja a hereditariedade (ou seja, filhos de pais alcoólatras têm maior predisposição a desenvolver a doença). O alcoólatra julga usar o álcool para resolver seus problemas, sem se dar conta de que multiplica seus desconfortos físicos e emocionais, passando a depender do álcool para tudo, até mesmo para esquecer que é dependente. Em estágio avançado, o álcool passa a ser considerado como uma forma de autopunição e autodestruição.

## Quais são os efeitos?

Suor frio, tremedeiras, nervosismo e ansiedade.

## Como ajudar o usuário?

Entre em contato com a INSTITUIÇÃO ABRAÇO.

# DEPENDÊNCIA EM ALUCINÓGENOS



## O que é?

Também chamadas de psicodislépticas, são substâncias sintéticas que alteram a percepção sobre si mesmo e o ambiente ao redor. Entre as mais comuns estão o LSD, o ecstasy e o MD. Geram euforia, mas também podem causar confusão mental, e mesmo um estado depressivo e/ou paranóico.

## Quais são os efeitos?

Os efeitos imediatos do LSD vão de sudorese, boca seca, taquicardia e aumento da temperatura corporal a insônia, tremores e despersonalização, além da perda da capacidade de avaliação de risco. Já seus efeitos crônicos derivados incluem quadros psicóticos e depressão.

O ecstasy pode levar à desidratação, insônia, alucinações, dores na musculatura, taquicardia e aumento da pressão sanguínea. A longo prazo, os prejuízos mais marcantes são os transtornos mentais, crises de pânico e lesões cerebrais. Nos dias seguintes ao uso da droga, o usuário pode ficar com dificuldade de concentração, ansioso, deprimido e fatigado.

Entre as várias reações adversas que podem ocorrer após a utilização do MD estão agitação, náuseas, bruxismo, ataxia, diaforese, visão embaçada, taquicardia e hipertensão.

## Como ajudar o usuário?

Entre em contato com a INSTITUIÇÃO ABRAÇO.

# DEPENDÊNCIA EM ANFETAMINAS



## O que é?

Drogas sintéticas que estimulam o sistema nervoso, produzindo efeitos como o aumento da energia e da concentração, além de causar sensação de bem-estar. Podem ser indicadas por um médico para o tratamento de algumas condições como o transtorno do déficit de atenção e hiperatividade, ou a narcolepsia. Porém, devido ao seu efeito estimulante, muitas vezes são usadas sem finalidade médica (aumentar a libido, estado de vigília, socialização ou causar euforia, por exemplo). Neste caso, são comercializadas ilegalmente sob a forma de metanfetamina (speed), MDMA ou ecstasy, entre outros nomes.

## Quais são os efeitos?

O uso excessivo ou prolongado de anfetaminas pode levar à dependência, além de uma série de efeitos negativos na saúde física e mental - que incluem insônia, agitação, paranóia, problemas de concentração, mudanças de humor, perda de apetite, ansiedade e, em casos graves, psicose. Além disso, o uso prolongado de anfetaminas pode causar problemas cardiovasculares, como aumento da pressão arterial e risco de infarto.

## Como ajudar o usuário?

Entre em contato com a INSTITUIÇÃO ABRAÇO.

# DEPENDÊNCIA EM COCAÍNA



## O que é?

Uma das drogas ilegais mais consumidas no mundo, é uma substância estimulante que age no sistema nervoso central, acelerando os processos mentais, proporcionando sensações de alta intensidade e por um curto período: maior energia e clareza mental, redução do cansaço. Pode ser injetada, aspirada ou fumada (quando em forma de crack). Uma vez que a droga deixa o cérebro, o usuário experimenta um estado depressivo, irritabilidade e fadiga. Por isso, sente logo a necessidade de consumir novamente. O vício em cocaína é um distúrbio grave, progressivo, que frequentemente resulta em grande perda: financeira, familiar, profissional e de vida.

## Quais são os efeitos?

O uso da cocaína pode trazer complicações cardiovasculares, respiratórias, sexuais, gastrointestinais, psicológicas (como paranóia, depressão, ansiedade, agressividade e irritabilidade). Os efeitos agudos decorrentes do abuso ou dependência vão da disforia, perda de apetite, tonturas e tremores, à hipertensão, taquicardia, arritmia, vasoconstrição (podendo gerar AVC), edema pulmonar, pneumonia e necrose.

## Como ajudar o usuário?

Entre em contato com a INSTITUIÇÃO ABRAÇO.

# DEPENDÊNCIA EM CRACK

## O que é?

Cinco vezes mais potente do que a cocaína, o crack é altamente viciante, gerando dependência em nove a cada dez usuários. O baixo custo é seu principal atrativo. Age muito rápido no cérebro, entre 10 e 15 segundos. Porém, a duração da intoxicação costuma durar apenas dez minutos, o que leva o usuário a buscar a droga imediatamente. Por isso, muitos acabam vivendo na rua.

## Quais são os efeitos?

O crack proporciona imediatamente uma sensação de prazer, de euforia e de agitação. O uso frequente e excessivo da droga faz com que o dependente adquira um comportamento agressivo e paranóico. A droga aumenta a probabilidade de ataque cardíaco, de infarto cerebral, de crises convulsivas, de insuficiência respiratória ou de enfisema.

## Como ajudar o usuário?

Entre em contato com a INSTITUIÇÃO ABRAÇO.

# DEPENDÊNCIA EM ESTERÓIDES E ANABOLIZANTES



## O que é?

Infelizmente muito difundidos no meio da musculação, por contribuírem no ganho de massa muscular e no aumento de performance dos exercícios físicos, esteróides e anabolizantes se tornaram substâncias usadas indiscriminadamente por pessoas de todas as idades. Trata-se de repositores hormonais que podem ser prescritos por médicos para cuidar de desordens específicas que causem déficit na produção de certos hormônios. Mas o uso constante sem acompanhamento médico pode causar dependência em pessoas que não possuem nenhum tipo de desordem hormonal.

## Quais são os efeitos?

Além da dependência a substâncias desnecessárias ao organismo, esteróides e anabolizantes podem desencadear problemas cardiovasculares e no fígado, além de aumento expressivo de agressividade e irritabilidade. O uso constante e prolongado pode causar derrames, infartos e mesmo morte.

...

## Como ajudar o usuário?

Entre em contato com a INSTITUIÇÃO ABRAÇO.

# DEPENDÊNCIA EM JOGOS



## O que é?

Assim como no caso do álcool e de outras drogas, a dependência em jogos se desenvolve de maneira gradual, conforme deixam de ser sinônimo de diversão e lazer para se tornarem uma compulsão que prejudica as relações sociais da pessoa, interferindo em sua saúde mental e física. São muitos os fatores que levam uma pessoa a criar dependência em jogos. Relacionados com a sorte, os jogos de azar costumam ser procurados por pessoas impulsivas principalmente, que buscam ganhos altos em dinheiro. Legais ou ilegais, podem trazer muito prejuízo financeiro para o dependente. Já os jogos eletrônicos podem, por vezes, representar uma fuga da realidade para pessoas com alta competitividade, ou com baixa autoestima, transtornos como depressão ou ansiedade, ou ainda que sofram algum tipo de pressão no trabalho, familiar ou na escola ou trabalho - precisando, portanto, de uma válvula de escape..

## Quais são os efeitos?

Um dos principais efeitos que acometem a pessoa dependente em jogar é a falta de controle. A abstinência gera irritabilidade, ansiedade, mau humor, insônia, entre outros. Dependendo do cotidiano da pessoa, o dependente pode passar a negligenciar seus cuidados com a higiene, não se preocupar com a própria alimentação, e outros aspectos do dia a dia que possam impedi-lo de passar mais tempo jogando. O dependente negligencia totalmente a sua vida, se isolando principalmente de pessoas que tentem levá-lo para outras atividades.

## Como ajudar o usuário?

Como a dependência em jogos depende de fatores biológicos, psicológicos e sociais, o seu diagnóstico depende de avaliação de um psiquiatra. E, como qualquer outra dependência, requer tratamento adequado. Por isso, entre em contato com a INSTITUIÇÃO ABRAÇO.

# DEPENDÊNCIA EM MACONHA SINTÉTICA (K9)



## O que é?

A maconha sintética, também conhecida por K9 ou K2, é uma mistura de produtos químicos industriais com moléculas sintéticas de THC (ingrediente psicoativo da maconha). Essa mistura pode ser pulverizada sobre qualquer erva seca, desde chás até capim. Apesar do nome, o aspecto e o cheiro da droga não lembram a maconha natural. Além disso, seu efeito é muito mais severo: com potência cerca de 85 vezes maior do que a da droga natural, o consumo da maconha sintética afeta o cérebro de forma mais grave. É uma droga barata, que apresenta grande propensão ao vício, e que pode ser usada de diversas formas. É vendida normalmente em pacotes brilhantes e coloridos, que chamam a atenção.

## Quais são seus efeitos?

Ela provoca o que especialistas chamam de “efeito zumbi”: o usuário pode apresentar mais força física e resistência à dor, além de incapacidade de comunicação. Como efeitos colaterais, o usuário pode experimentar ansiedade, agitação, pânico, paranóia, alucinações e propensão à violência. Pode sofrer ainda de hipertensão arterial, convulsões, náuseas e vômito.

Observação: a maconha sintética também é conhecida pelos nomes High Legal, Black Mamba, Cannabis Blends, Spice, Space, Zen ou Crazy Monkey.

## Como ajudar o usuário?

Entre em contato com a INSTITUIÇÃO ABRAÇO.

# DEPENDÊNCIA EM MACONHA



## O que é?

Droga mais consumida no mundo, a maconha é uma planta que possui uso medicinal, mas que pode viciar e causar problemas no organismo. Sua principal forma de utilização é por meio de inalação (ou fumo) causando um efeito rápido, na maioria das vezes tranquilizador.

O que traz o seu efeito é o THC (tetrahydrocannabinol), que varia de quantidade conforme a maneira que é produzida ou fumada. Seu efeito também pode variar, durando de 1 até 12 horas.

O uso contínuo da maconha também pode trazer efeitos crônicos, por vezes graves, nos sistemas imunológico, cardiorrespiratório, cardiovascular e reprodutor. Em usuários adolescentes pode prejudicar a produtividade escolar e as relações familiares, já que seus efeitos acontecem a custos de diversas alterações de desempenho no cérebro - interferindo no raciocínio, na atenção, na concentração, na memória, na coordenação motora e até na capacidade intelectual.

## Quais são os efeitos?

Apesar da sensação de relaxamento, o uso contínuo da maconha pode causar perda de coordenação motora, alteração da percepção temporal, dificuldade de articulação, desorganização do pensamento, euforia e despersonalização. No organismo, pode causar problemas nos brônquios, como congestão nasal, piora da asma, bronquite e infecções respiratórias frequentes. Também está na causa de taquicardia, hipertensão e mesmo câncer de pulmão. Seus efeitos podem também provocar problemas psiquiátricos e emocionais, como depressão e síndrome do pânico. Em indivíduos vulneráveis, pode desencadear esquizofrenia e psicose.

## Como ajudar o usuário?

Os efeitos da maconha podem variar muito. Porém, fique atento a alterações como euforia, excesso de sono, risos espontâneos sem nenhum motivo, olhos avermelhados, fome, perda de equilíbrio e dificuldade na fala.

Para mais informações, entre em contato com a INSTITUIÇÃO ABRAÇO.

# DEPENDÊNCIA EM MEDICAMENTOS



## O que é?

Vários medicamentos podem causar dependência com consequências sérias para o usuário. Os que mais se destacam entre eles são os ansiolíticos e anticolinérgicos, mas qualquer remédio pode causar dependência se o uso for abusivo e constante. Normalmente prescritos para quem sofre de insônia ou de ansiedade, os ansiolíticos (também conhecidos como tranquilizantes) atuam no sistema nervoso sobre estado de tensão e de ansiedade de forma a acalmar o usuário. O que torna esse tipo de medicamento perigoso é o uso indiscriminado, sem acompanhamento médico, e principalmente em associação com outras drogas - o álcool, por exemplo, que potencializa seu efeito. Presentes em medicamentos usados no combate ao mal de Parkinson, cólicas ou em colírios, os anticolinérgicos podem ter origem natural ou sintética. O uso a longo prazo pode causar desorientação, o que é passível de prejuízos no trabalho, por exemplo.

## Quais são os efeitos?

Os ansiolíticos benzodiazepínicos podem causar intoxicação aguda, desinibição do comportamento, agressividade e hostilidade, e ainda levar a lesões no sistema nervoso central. Já os anticolinérgicos podem causar desde delírios e alucinações a sintomas como taquicardia, dificuldade respiratória, queda de pressão, dilatação da pupila, visão borrada, boca e narina secas, e ainda hipertermia.

## Como ajudar o usuário?

Entre em contato com a INSTITUIÇÃO ABRAÇO! Estamos disponíveis para tirar todas as suas dúvidas no Whatsapp, 24 horas por dia.

# DEPENDÊNCIA EM OPIÓIDES



## O que é?

As drogas que derivam do ópio possuem uma chance muito alta de causar dependência, mesmo que o usuário tenha feito uso delas poucas vezes. Podem ser naturais (como a morfina, um fármaco narcótico de alto poder analgésico usado para aliviar dores severas, agudas e crônicas persistentes) ou semi-sintéticas (como a heroína, droga que age como um poderoso depressor do sistema nervoso central. Pode ser inalada ou fumada, mas normalmente é injetada). Opióides produzem danos muitas vezes irreversíveis e causam uma das síndromes de abstinência mais fortes entre usuários.

## Quais são os efeitos?

Buscadas pela sensação de prazer e de euforia intensos (no caso das drogas), ou de forte sonolência e alívio da dor (no caso de fármacos), os opióides podem levar a efeitos como irritabilidade, fuga da realidade, estado de depressão, coma, convulsões e até mesmo a morte.

## Como ajudar o usuário?

Entre em contato com a INSTITUIÇÃO ABRAÇO.