



ALEGE SĂ TRĂIEȘTI SĂNĂTOS



Salvați Copiii
Save the Children România



Kaufland

Despre drogurile ilegale

Această broșură a fost realizată în proiectul de Educație pentru Sănătate „Alegeri Sănătoase”, implementat de Organizația Salvați Copiii și se adresează elevilor din clasele IX-XII.



Adolescența este adesea o perioadă stresantă și confuză, caracterizată de efortul tinerilor de a înțelege cine sunt, de nevoia lor de a fi acceptați, înțeleși și iubiți.

Dificultățile în acceptarea propriei persoane, îndoielile legate de corpul propriu, statutul în grup, simpatia așteptată din partea celor din jur, lipsa de încredere în valoarea personală, îi fac adesea pe adolescenți confuzi, neliniștiți și în permanență în căutarea unor soluții pentru problemele cu care se confruntă.



Rareori găsim soluțiile corecte și sănătoase pe cont propriu. Este foarte important să discutăm orice problemă am avea cu un prieten sau un adult de încredere. Aceștia ne pot prezenta alternative la care noi nu ne-am gândit.

Astfel, vom descoperi că:

- Sunt multe persoane care au probleme identice sau similare.
- Niciodată problemele nu se vor rezolva dacă consumăm substanțe toxice, ci se întâmplă exact opusul!
- Dacă am o problemă sau dacă un prieten de-al meu are o problemă, pot apela la persoane pregătite care mă vor ajuta!
- Problemele pot fi rezolvate pas cu pas, după o definiție corectă și o analiză a alternativelor posibile, urmate de alegerea celei mai potrivite și mai benefice variante!





Drogurile nu rezolvă probleme, ci crează probleme:

- Ne afectează imaginea socială și înfățișarea făcându-ne să părem neîngrijiți.
- Ne afectează abilitățile emoționale și sociale care, de regulă, se dobândesc în adolescență.
- Ne împiedică în atingerea potențialului intelectual, cauzând abandon școlar, și astfel, ruinarea șanselor de reușită profesională, în viitor.
- Aduc conflict și tensiune în relațiile cu cei dragi, ne îndepărtează de rude și prieteni.
- Ne afectează negativ funcționarea creierului: creativitatea este diminuată, atenția este instabilă, memoria lucrează cu dificultate, informațiile din mintea noastră sunt complet dezorganizate.
- Drogurile ne induc un fals sentiment de bună dispoziție, ca apoi după ce a trecut efectul lor, să ne lase "secați" de energie și de dorința de a mai face lucrurile care în trecut ne făceau plăcere.



DEPENDENȚA PSIHICĂ

(sinonim cu PSIHODEPENDENȚA) constă în starea psihică particulară, manifestată prin dorința imperioasă și irezistibilă a persoanei de a continua utilizarea drogului pentru a înlătura disconfortul psihic. Se întâlnește în toate cazurile de dependență, cu anumite particularități, putând fi sau nu însoțită de dependența fizică și toleranță.

DEPENDENȚA FIZICĂ

(sinonim: ADICȚIE) se manifestă odată cu reducerea marcată a dozelor, cu întreruperea completă a administrării cu amânarea acesteia peste limitele suportabile ale organismului, situație ce va genera o serie de tulburări fizice care, în ansamblul lor, îmbracă aspectul sindromului specific consumatorilor de droguri, cunoscut sub numele de SINDROM DE ABSTINENȚĂ.

Consumul de droguri este un comportament voluntar?

Decizia inițială de a consuma droguri este strict voluntară. Cu toate acestea, în momentul instalării dependenței, capacitatea persoanei de a controla consumul este mult diminuată. Imagini ale creierului persoanelor dependente demonstrează modificări fizice și funcționale importante ale creierului în zone responsabile cu judecata critică, luarea deciziilor, învățarea, memoria și autocontrolul impulsurilor.



CATEGORII DE DROGURI

Droguri Stimulante

(stimulează activitatea Sistemului Nervos Central)

Drogurile stimulante sunt substanțe care duc la accelerarea funcționării creierului, provocând o stare de excitație ce poate merge de la insomnie până la hiperactivitate.

Stimulentele majore sunt amfetaminele și cocaina.

Stimulentele minore sunt nicotina, cofeina și antidepresivele.

Droguri Halucinogene

(perturbă activitatea Sistemului Nervos Central)

Substanțele care perturbă funcționarea normală a creierului dând naștere la percepții distorsionate și halucinații sunt:

- LSD-ul,
- Derivați - hașiș, marijuana,
- Drogurile de sinteză: ecstasy.

Droguri Depresive sau sedative

(inhibă activitatea Sistemului Nervos Central)

Drogurile depresive/ sedative sunt substanțe care duc la diminuarea capacității de funcționare normală a creierului provocând reacții de adormire cerebrală. Cele mai importante droguri din această grupă sunt:

- Alcoolul,
- Substanțele opiacee: heroina, morfina, metadona.



Cele mai frecvent utilizate droguri ilegale sunt:

1. Marijuana



Consumatorul de marijuana: poate avea în buzunare sau în cameră foi de țigară, pipe, brichetă, țigări; este somnoros și fără vlagă; are pupilele mărite și ochii foarte roșii; râde fără motiv; are un mers nesigur și este amețit; îi este foame tot timpul și mănâncă multe dulciuri; îi este sete în permanență; nu își amintește ceea ce tocmai s-a întâmplat; are un miros specific de frunze arse.

Pe termen lung, marijuana poate determina: diferite tipuri de cancer; tulburări ale sistemului respirator (tuse, strănut, sunt mereu răciți), probleme ale sistemului imunitar și ale organelor de reproducere; tulburări ale memoriei; dificultăți de învățare. În cazul unui consum compulsiv pot apărea gânduri și idei de urmărire, persecuție, teamă, panică.

2. Heroina



Consumatorul de heroină: este foarte palid; nu mai are poftă de mâncare; are pupilele contractate, ca „vârful de ac”; fumează foarte mult; e detașat, indiferent față de cei din jur; are un miros specific de oțet; poți găsi la el sau în camera lui un adevărat arsenal: pliculețe cu pudră albă, galbenă sau maro, cu gust amar, pipe, ace, seringi, garou, folie de aluminiu, brichete, lingurițe, fiole cu apă distilată, suc concentrat de lămâie sau sare de lămâie.

Pe termen lung, consumul de heroină determină: dependență fizică și psihică; boli contagioase (SIDA, hepatita de tip B și C); sclerizarea vaselor de sânge; infecții bacteriene; infecția țesuturilor inimii și a valvelor; artrita și alte probleme reumatologice.

3. Cocaina



Consumatorul de cocaină: poate avea asupra lui pliculețe cu pudră albă cristalină, cu gust amar, cu miros slab de benzină; are ochii injectați și îi lăcrimează în permanență; are pupilele dilatate; este foarte comunicativ, vorbăreț; are o atitudine superioară; are un sentiment de fericire și energie; este foarte sensibil la lumină și la sunet.

Pe termen lung, consumul de cocaină determină: iritabilitate, dispoziție schimbătoare, neliniște; tulburări psihice (halucinații, paranoia); tulburări fiziologice (perforarea septului nazal, afectarea auzului); dependență fizică și psihică.

4. Amfetamina



Consumatorul de amfetamină are pupilele dilatate; are un comportament agresiv; este mai vorbăreț, confuz; nu mai are poftă de mâncare; poate să aibă asupra lui tablete, capsule cu diferite înscrisuri și de diferite culori, pliculețe cu pudră fină sau mai puțin fină de culoare albicioasă sau gălbuie; febră, transpirație, tremurături, dureri de cap, vedere dublă și amețeli; are sentimentul că este puternic; respirație accelerată.

Pe termen lung, consumul de amfetamine determină: scăderea imunității organismului; scădere în greutate; tulburări psihice; comportament necontrolat, violent și irațional; febră foarte ridicată, stop cardiac sau deces datorită spargerii unor vase de sânge din creier (anevrism).

5. MDMA (Ecstasy)



Consumatorul de Ecstasy este confuz; are insomnii sau somn agitat; are sentimente de frică nejustificate; are sentimentul că este urmărit; scrâșnește din dinți; are senzația de greutate; are privirea tulbură; tremură; transpiră abundent; are tensiunea arterială crescută.

Pe termen lung, consumul de Ecstasy determină: afecțiuni ale ficatului; dependență; tulburări ale memoriei; tulburări ale gândirii.



6. Benzodiazepine

Consumatorul de benzodiazepine (calmante, somnifere) este apatic; are amețeli; își controlează cu greutate musculatura; este mai inhibat; nu se mai poate concentra; îi scade pofta de mâncare; transpiră, tremură.

Pe termen lung, consumul de benzodiazepine determină: tulburări ale memoriei și alterarea capacității de a asimila informații noi; insomnie, probleme digestive; sentimente de frică; modificarea acuității senzitive (insensibilitate și modificarea sensibilității la lumină, sunet și mirosuri); psihoze și convulsii; dependență fizică și psihică; în combinație cu alcoolul, poate să aibă consecințe fatale.



7. Inhalantele

Consumatorul de inhalante este amețit (ca și când ar fi consumat alcool); vorbește nearticulat; are dificultăți în a-și controla musculatura; are iluzii și halucinații; își poate pierde conștiința; este somnolent; are dureri de cap; este nervos, agresiv, apatic; are capacitate redusă de a judeca; nu are poftă de mâncare; are reflexe încetinite, își poate pierde echilibrul; este dezorientat; are capacitate slabă de concentrare a atenției.

Pe termen lung, consumul de inhalante determină: tulburări de creștere; tulburări ale aparatului genital; scăderea imunității, anemie accentuată; boli ale aparatului respirator; comportamente deviante; dependență fizică și psihică.

8. Noile substanțe psihoactive

Ce sunt noile substanțe psihoactive?



Noile substanțe psihoactive (NSP), denumite pentru a induce în eroare: „etnobotanice”, „legale”, „săruri de baie”, „îngrășământ de plante”, „odorizant de camere” etc. au apărut în România prin anii 2008-2009, fiind vândute în trecut în așa numitele „magazine de vise” sau „spice shop”, dovedindu-se ulterior că erau droguri degizate în pliculețe pe care scria „îngrășământ de plante” și „nu sunt destinate consumului uman”.

Aceste substanțe au fost create pentru a putea înlocui efectele drogurilor care deja erau interzise prin lege în majoritatea țărilor, precum cannabis, ecstasy, cocaină, LSD. Astfel, substanțele nou create au formule chimice diferite de drogurile interzise și, pe măsură ce erau identificate și interzise, apăreau altele, structura chimică schimbându-se continuu pentru a putea fi cu un pas înaintea legii. Aceste substanțe au fost create într-un ritm fără precedent, fiind identificate și înregistrate, până în 2015, 643 de noi substanțe, dintre care 75 au fost raportate pentru prima dată; dintre acestea, 21 nu au putut fi clasificate în nicio categorie.



- Efectele negative sau supradoza pot apărea oricând, la orice doză sau în combinație cu alcool sau alte droguri.
- Este foarte greu să fie identificate toate efectele negative întrucât structura chimică se schimbă constant.
- Ambalajele acestor substanțe induc în eroare, nespecificând cantitățile sau efectele periculoase pentru sănătate și cel mai adesea sunt prezentate într-o formă atractivă sau incitantă.
- Multe NSP conțin și alte substanțe toxice care reprezintă un risc pentru sănătate (pudră de talc, detergenți etc.).
- Unele substanțe conțin și cofeină, care, împreună cu substanța de bază pot induce supradoză.
- Multe decese ale persoanelor consumatoare de NSP s-au produs ca urmare a unor accidente sau comportamente psihotice și suicidare datorate consumului acestor substanțe.



**Nu există niciun fel de siguranță
în consumul acestor substanțe!**

Salvați Copiii România este o organizație de utilitate publică, a cărei misiune este aceea de a garanta egalitatea de șanse pentru toți copiii, indiferent de mediul din care aceștia provin, prin utilizarea propriei expertize, precum și prin activități de lobby și advocacy asupra factorilor de decizie și mobilizarea liderilor din societatea civilă.

Salvați Copiii promovează de 27 ani drepturile copilului, în acord cu prevederile Convenției Națiunilor Unite cu privire la Drepturile Copilului. Peste 1.500.000 de copii au fost incluși în programe educative, de protecție și asistență medico-socială, de stimulare a participării lor în acțiuni de promovare și recunoaștere a drepturilor lor.

Salvați Copiii este membru al Save the Children International, cea mai mare organizație independentă din lume de promovare a drepturilor copiilor, care cuprinde 30 de membri și desfășoară programe în peste 120 de țări.



Salvați Copiii
Save the Children România

Secretariatul General

Intr. Ștefan Furtună nr. 3, sector 1,
010899, București, România

telefon: +40 21 316 61 76

fax: +40 21 312 44 86

e-mail: rosc@salvaticopiii.ro

web: www.salvaticopiii.ro