

A VERDADE SOBRE O

# CRISTAL DEVASTADOR

e Metanfetamina

Gelo

Tina

Cristalina

Rebite

Bola  
Meth  
vidro

[naoasdrogas.com.pt](http://naoasdrogas.com.pt)

## PORQUE É QUE ESTE FOLHETO FOI PRODUZIDO

Há muita conversa sobre drogas no mundo, nas ruas, nas escolas, na Internet e na televisão. Algumas coisas são verdadeiras, outras não.

Muitas das coisas que você ouve sobre as drogas realmente vêm daqueles que as vendem. Os traficantes de drogas reformados confessaram que eles diriam qualquer coisa para conseguir que os outros comprassem as drogas.

Não se engane. Você precisa de factos para evitar ser fígado pelas drogas e ajudar os seus amigos a ficarem fora delas. Esta é a razão de termos preparado este folheto para si.

A sua opinião é muito importante para nós. Visite o nosso site: **[drugfreeworld.org](http://drugfreeworld.org)** ou **[naoasdrogas.com.pt](http://naoasdrogas.com.pt)** ou enviar um e-mail para **[info@drugfreeworld.org](mailto:info@drugfreeworld.org)** ou **[info@naoasdrogas.com.pt](mailto:info@naoasdrogas.com.pt)**.

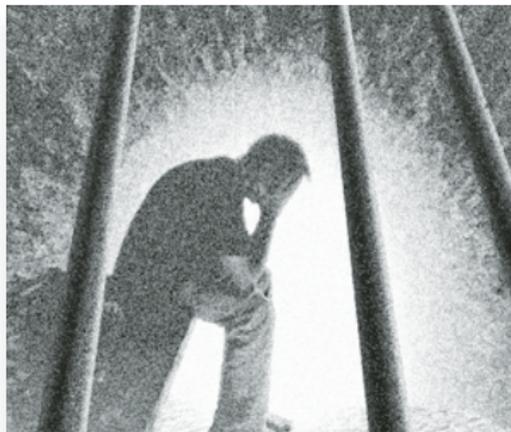
# QUE É O CRISTAL DEVASTADOR?

**C**ristal devastador é outro nome para metanfetamina de cristal. É só uma forma da droga metanfetamina.

Metanfetamina é uma droga branca cristalina que as pessoas tomam ao “cheirá-las” (inalando através do nariz), fumar ou injectar com uma agulha. Algumas pessoas até as consomem oralmente, mas todas desenvolvem um grande desejo para continuar a consumi-las, pois a droga cria um falso sentido de felicidade e bem-estar — um turbilhão (forte sentimento) de confiança, hiperactividade e energia. Uma pessoa experimenta também diminuição de apetite. Os efeitos desta droga geralmente duram

cerca de 6 a 8 horas, mas podem durar até 24 horas.

A primeira experiência pode envolver algum prazer, mas desde o início que a metanfetamina começa a destruir as vidas das pessoas.



# O QUE É A METANFETAMINA?

**A** metanfetamina é uma droga ilegal na mesma classe que a cocaína e outras drogas poderosas, de rua. Tem muitas designações — *rebite*, *Cristina*, *Bola* ou *Meth* sendo os mais comuns.

(Veja a página 7 para a lista dos nomes de rua.)

O cristal devastador é usado por indivíduos de todas as idades, mas é mais comumente usado como uma “droga de clube”, tomada enquanto festeja em clubes noturnos ou em “rave parties”. Os nomes de rua mais conhecidos são *gelo* ou *vidro*.

É um químico perigoso e potente, e, como todas as drogas, um veneno que age primeiro como um estimulante, mas que começa a destruir sistematicamente



o corpo. Desta forma é associada com sérias condições de saúde, incluindo perda de memória, agressão, comportamento psicótico, potenciais danos coronários e cerebrais.

Altamente viciante, a metanfetamina queima os recursos do corpo, criando uma dependência devastadora que só pode ser aliviada por tomar mais da droga.

O efeito do cristal devastador é altamente concentrado, e muitos consumidores relatam terem ficado viciados desde a primeira vez que a consumiram. “Experimentei uma vez e BOOM! Estava viciado”, disse um dependente de metanfetamina que perdeu a sua família, amigos, a sua profissão enquanto músico e acabou sem-abrigo.

Consequentemente, é uma das dependências de droga mais difíceis de tratar e muitos morrem no seu poder.



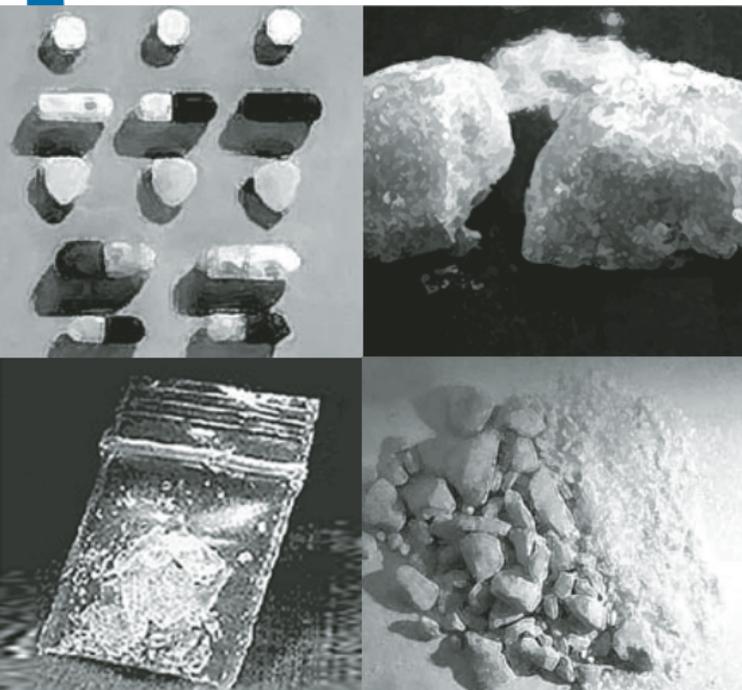
consumidora de  
metanfetamina em 2002



...e 2 1/2 anos depois

“**C**omecei a usar crystal meth quando estava na escola secundária. Antes do meu primeiro semestre da faculdade terminar, a metanfetamina tornou-se um grande problema e eu tive de sair. Parecia que eu tinha sarampo, proveniente de ficar a olhar-me ao espelho e me morder. Passava todo meu tempo a fazer meth ou a tentar consegui-lo.”  
— Anne Marie

# COM O QUE É A METANFETAMINA SE PARECE?



**A** Metanfetamina vem usualmente na forma de um pó branco cristalino que é inodoro, sabor amargo, e se dissolve facilmente em água ou álcool. Foram observadas outras cores de pó, incluindo castanho, amarelo-acizentado, cor-de-laranja e até cor-de-rosa. Também pode ser condensado na forma de um comprimido. Como coberto acima também pode ser “cheirada”, fumada ou injectada. O cristal devastador vem em cristais volumosos puros, que parecem gelo, e é mais comumente fumado.



# NOMES DE RUA PARA METANFETAMINA

A metanfetamina (meth) e os cristais de metanfetamina são referidos por muitos nomes:

## **METH**

- Feijões
- Cristal
- Cristina
- Crank
- Tina
- Manivela
- Rebite
- Bola
- Bolinha
- Brown Sugar  
(Açúcar Mascavo)
- Meth
- Chalk

- Crack Mexicano
- Pervitin (República Checa)
- Cocaína de Operário
- Speed
- Tick tick
- Flush
- Yaba (Sudeste Asiático)
- Pó Amarelo

## **CRISTAL DEVASTADOR**

- Cristal Meth
- Cristy
- Cristal devastador
- Ácido
- Crystal Meth
- Glass
- Anfes
- Ice
- Gelo
- Shabu
- Shards
- Stove top
- Tina
- Ventana

# DO QUE É FEITO A METANFETAMINA?

**A** metanfetamina é um químico sintético, (criado pelo homem), ao contrário da cocaína, por exemplo, a qual vem de uma planta.

Meth é comumente manufacturada em laboratórios ilegais escondidos que usam várias formas de anfetaminas (outra droga estimulante) ou derivados, misturados com outros químicos para aumentar a sua potência. Os comprimidos comuns tais como remédios para as constipações são frequentemente usados como a base para a produção da droga. O “cozinheiro” de metanfetamina extrai ingredientes desses comprimidos e para aumentar a sua potência combina a substância com químicos tais como ácido de bateria, produto de limpeza de esgotos, óleo de lanterna e descongelador.

Estes produtos químicos perigosos são potencialmente explosivos. E devido os cozinheiros de meth serem eles próprios consumidores de drogas e desorientados, frequentemente queimam-se severamente, ficam desfigurados ou morrem, quando as suas preparações explodem. Tais acidentes põem outros em perigo nas casas ou edifícios próximos.

Os laboratórios ilegais criam muito desperdício tóxico bem como a produção de cerca de 500 g de metanfetamina produz 2270 kg de desperdício. As pessoas expostas a este desperdício material podem ficar envenenadas e adoecer.

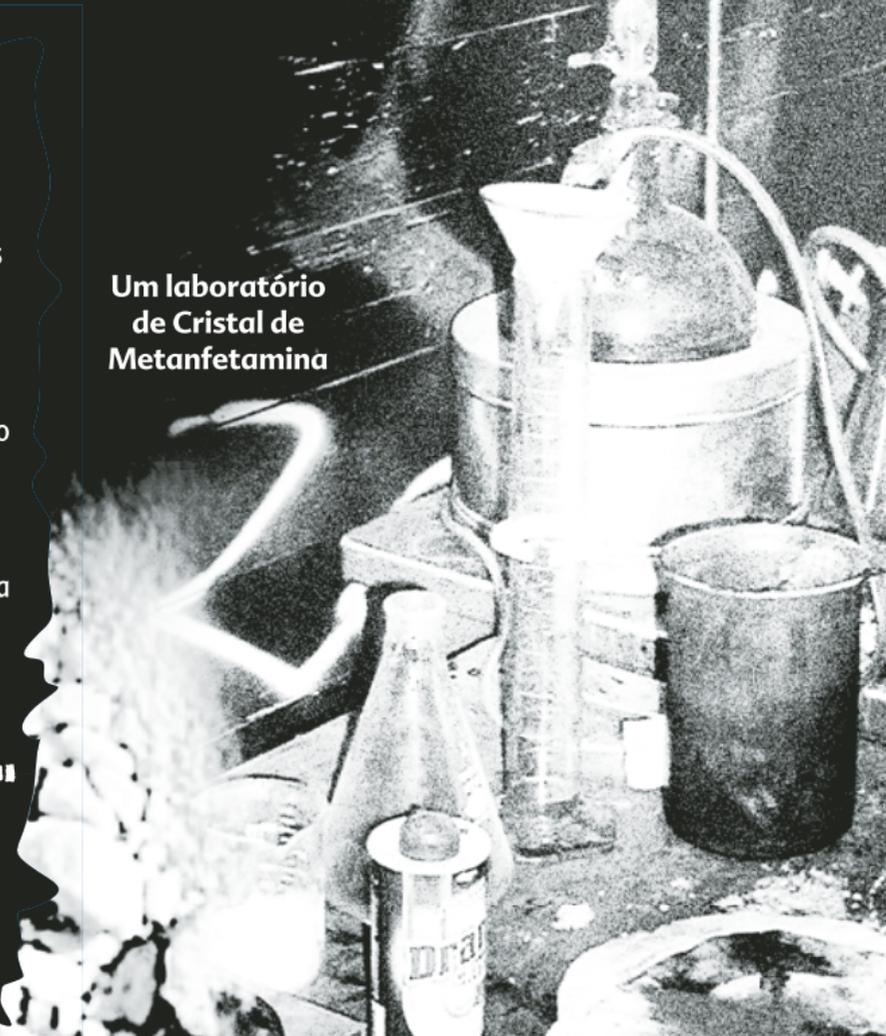
“O dinheiro da Segurança Social não era suficiente para pagar o nosso hábito de meth e sustentar o nosso filho, por isso, transformamos a nossa casa arrendada num laboratório de meth. Armazenamos os químicos tóxicos no nosso frigorífico sem saber que as toxinas iriam penetrar [iriam para] a outra comida no congelador.

Quando dei ao meu filho de três anos algum queijo para comer — não sabia que lhe estava a dar comida envenenada. Estava muito pedrada em Meth para notar, até 12 horas mais tarde, que o meu filho estava mortalmente doente. Mas estava tão pedrada que levei duas horas para descobrir como levá-lo ao hospital a 8 km de distância.

**NO MOMENTO EM QUE CHEGUEI À SALA DE EMERGÊNCIA O MEU FILHO FOI PRONUNCIADO MORTO** por uma dose mortal de hidróxido amoníaco — um dos químicos utilizados para fazer Meth.”

— Melanie

### Um laboratório de Cristal de Metanfetamina



# UMA EPIDEMIA MUNDIAL DE DEPENDÊNCIA

**O** Gabinete das Nações Unidas sobre as Drogas e Crimes estimou a produção mundial do tipo de estimulantes anfetamínicos, os quais incluem metanfetamina, às 500 toneladas anuais, com mais de 24,7 milhões de pessoas a consumi-las.

O governo dos Estados Unidos relatou em 2008 que mais de 13 milhões de pessoas maiores de 12 anos tinham usado metanfetaminas, e 529.000 desses são consumidores regulares.

Nos Estados Unidos, a percentagem de entradas para tratamento de drogas por causa

do abuso de metanfetamina e anfetamina triplicou dos 3% em 1996 para 9% em 2006. Alguns estados têm percentagens muito mais elevadas, tais como o Hawaii, onde 48,2% das pessoas a procurar ajuda pelo abuso de drogas ou álcool em 2007 eram consumidores de metanfetaminas.

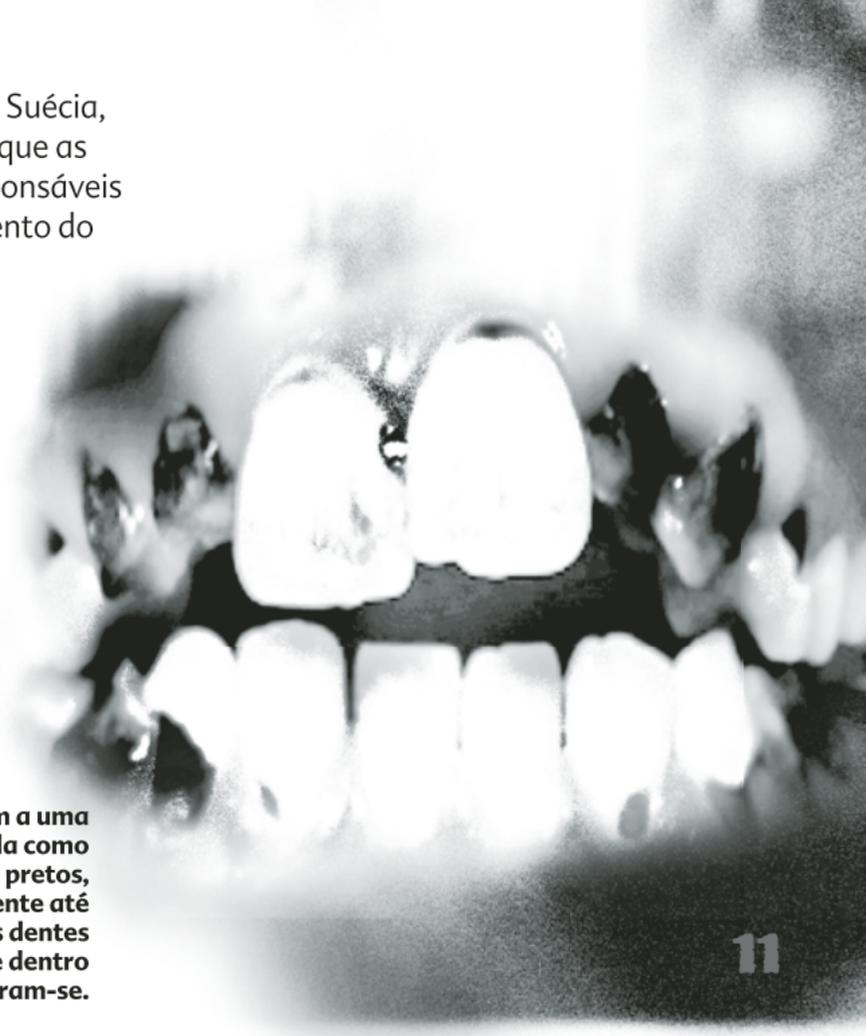
É uma droga amplamente usada na República Checa. Aí é chamada de Pervitin e é produzida em pequenos laboratórios clandestinos e num número limitado de grandes. O consumo é primariamente doméstico, mas Pervitin é também exportado para outras partes

da Europa e Canadá. Na República Checa, Suécia, Finlândia, Eslováquia e Letônia relataram que as anfetaminas e metanfetaminas eram responsáveis entre 20% e 60% pela procura de tratamento do abuso de drogas.

Em 2005, 25 países europeus relatam apreensões de metanfetamina, contra os 11 países em 2000.

No Sudeste Asiático, a forma mais comum de anfetamina é um pequeno comprimido chamado Yaba, na Tailândia e Shabu nas Filipinas.

**Os ingredientes tóxicos de meth levam a uma deterioração dentária severa conhecida como “boca de meth”. Os dentes ficam pretos, manchados e deterioram, frequentemente até ao ponto de precisarem de serem extraídos. Os dentes e as gengivas são destruídos de dentro para fora e as raízes deterioram-se.**



# OS EFEITOS MORTAIS DE METH

## O impacto dos efeitos a curto e longo prazo no indivíduo

**Q**uando tomadas, Meth e o cristal devastador criam um falso sentido de bem-estar e energia, e então uma pessoa irá ter a tendência de impulsionar o seu corpo mais rápido e adiante do que é suposto ir. Dessa forma, os consumidores de drogas experimentam uma “queda” severa ou esgotamento físico e mental após os efeitos das drogas passarem.

Uma vez o contínuo uso da droga diminui as sensações de fome, os consumidores podem experimentar extrema perda de peso. Os efeitos negativos também podem incluir: padrões de sono; hiperactividade; náusea; delusões de poder; aumento de agressividade e irritabilidade.



1979



1989



1991



2001



1998



2004

O repugnante olhar do cristal devastador exibido nas caras cicatrizadas e prematuramente envelhecidas daqueles que o consomem.

Outros efeitos preocupantes podem incluir: insónia, confusão, alucinações, ansiedade e paranóia.\* Nalguns casos, isso pode causar convulsões que podem levar à morte.

### **Danos a Longo Prazo**

A longo prazo, o uso de Meth pode causar danos irreversíveis. Aumento do batimento cardíaco e pressão sanguínea, danificação dos vasos sanguíneos cerebrais que podem causar trombozes ou batimentos cardíacos irregulares que podem, por sua vez, causar colapso cardiovascular<sup>†</sup> ou morte. Pode causar danos no fígado, rins e pulmões.

Há fortes indicadores que os consumidores sofrem danos cerebrais, incluindo danos na memória e um aumento da incapacidade de entender pensamentos abstratos. Aqueles que recuperam são usualmente sujeitos a falhas de memória e mudanças de humor extremas.

\* paranóia: suspeita, desconfiança ou medo de outras pessoas.

† cardiovascular: relativo ao coração e aos vasos sanguíneos.

‡ Doença de Alzheimer: uma doença que afecta algumas pessoas idosas e que vem acompanhada de perda de memória.

# **DANO CAUSADO POR METH**

## **EFEITOS A CURTO PRAZO**

- Perda de apetite
- Aumento do batimento cardíaco, pressão sanguínea, temperatura corporal
- Dilatação das pupilas
- Padrões de sono perturbados
- Náuseas
- Comportamento bizarro, instável, às vezes violento
- Alucinações, hiper-excitabilidade, irritabilidade
- Pânico e psicose
- Doses excessivas podem levar a convulsões, derrames vasculares cerebrais e morte

## **EFEITOS A LONGO PRAZO**

- Danos irreversíveis para os vasos sanguíneos coronários e cerebrais,

- elevada pressão sanguínea, levando a ataques cardíacos, trombozes, e morte
- Danos no fígado, rins e pulmões
- Destruição dos tecidos do nariz, se “cheiradas”
- Problemas respiratórios, se fumadas
- Doenças infecciosas e abscessos, se injectadas
- Subnutrição, perda de peso
- Decadência dentária severa
- Desorientação, apatia, confusão exaustiva
- Forte dependência psicológica
- Psicose
- Depressão
- Dano para o cérebro similar à doença de Alzheimer,<sup>‡</sup> ataques e epilepsia

# COMO A METANFETAMINA AFECTA A VIDA DAS PESSOAS

**Q**uando as pessoas tomam metanfetamina, isso toma conta das suas vidas em diversas formas. Há três categorias de abuso.

## **ABUSO DE MENOR INTENSIDADE DE**

**METH:** Os consumidores de menor intensidade engolem ou “cheiram” as anfetaminas.

Querem a estimulação extra que a anfetamina providencia para que possam ficar acordados o tempo suficiente para acabar uma tarefa ou um trabalho, ou querem o efeito supressor de apetite para perder peso. Estão a um passo de se tornarem consumidores ávidos (significando uso descontrolado de uma substância).

**ABUSO ÁVIDO DE METH:** Consumidores ávidos fumam ou injectam anfetaminas com uma agulha. Esta permite receber uma dose mais

intensa da droga e experimentar uma “excitação” mais forte que é psicologicamente dependente. Estão no limiar de entrar num abuso de alta intensidade.

## **ABUSO DE ALTA INTENSIDADE DE METH:**

Os consumidores de alta intensidade são os dependentes, frequentemente chamados “viciados da velocidade”. Toda a sua existência foca-se em prevenir a queda, aquela desilusão dolorosa após a nóia da droga. Então para alcançar a desejada “excitação” da droga, têm que tomar cada vez mais dela. Mas como com as outras drogas, cada nóia sucessiva de Meth é menor que a anterior, levando os dependentes de Meth a uma espiral sombria e mortal de dependência.



## AS FASES DA “EXPERIÊNCIA” METH

**1 A Excitação** — Uma excitação é a resposta inicial que o consumidor sente enquanto fuma ou injecta anfetaminas. Durante a excitação, aumentam os batimentos cardíacos e o metabolismo\* do consumidor, pressão sanguínea e a pulsação aceleram. Ao contrário da excitação associada com o crack cocaine, a qual dura aproximadamente 2 a 5 minutos, a excitação da anfetamina pode continuar por mais de 30 minutos.

**2 A Elevação** — A excitação é seguida por uma elevação, algumas vezes chamada “nóia”. Durante a nóia, o consumidor frequentemente sente-se agressivamente esperto e pode tornar-se argumentativo, interrompendo frequentemente as outras pessoas e acabando as suas frases. Os efeitos ilusórios podem resultar num consumidor tornando-se intensamente focado num item mundano ou inconsequente, tal como limpar repetidamente a mesma janela por diversas horas. A nóia pode durar 4 a 16 horas.

\* metabolismo: os processos no corpo que convertem o alimento em energia.

**3 A Avidéz** — A avidéz é o uso descontrolado de uma droga ou álcool. Refere-se à urgência do consumidor para manter a nóia ao fumar ou injectar mais anfetaminas. A avidéz pode durar 3 a 15 dias. Durante a avidéz, o consumidor torna-se hiperactivo tanto mental como fisicamente. De cada vez que o consumidor fuma ou injecta mais da droga, experimenta outra, mas de menor excitação até que, finalmente, não há excitação nem nóia.

**4 Tweaking** — Um consumidor é mais perigoso quando experimenta uma fase de dependência chamada “tweaking” — uma condição alcançada no fim da avidéz quando a anfetamina já não mais providencia uma excitação ou nóia. Incapaz de aliviar os sentimentos temerosos de vazio e ânsia, um consumidor perde o seu sentido de identidade. Comichão intensa é comum e um consumidor pode ficar convencido que insectos rastejam por

debaixo da sua pele. Incapaz de dormir por dias de uma vez, o consumidor está frequentemente num estado psicótico completo e existe no seu próprio mundo, vendo e ouvindo coisas que mais ninguém pode percepçionar. As suas alucinações são tão vividas que parecem reais e desligadas da realidade, podendo tornar-se hostil e perigoso para ele mesmo e outros. O potencial para a automutilação é elevado.

**5 A Queda** — Para um consumidor ávido, a queda ocorre quando o corpo se fecha incapaz de lidar com os efeitos das drogas repentinamente e resulta num longo período de sonolência para a pessoa. Até o pior e mais violento consumidor se torna quase inanimado durante a queda e não oferece problemas a ninguém. A queda pode durar 1 a 3 dias.

**6 Ressaca de Meth** — Após a queda, o consumidor regressa num estado

deteriorado, esfomeado, desidratado, e totalmente exausto física, mental e emocionalmente. Este estado normalmente dura entre 2 e 14 dias. Isto leva a reforçar a dependência, como a “solução” para esses sentimentos é tomar mais meth.

**7 Abstinência** – Frequentemente 30 a 90 dias podem passar após a última utilização antes do consumidor perceber que está em abstinência. Primeiro, torna-se depressivo, perde a sua energia e capacidade para experimentar prazer. Então a ânsia por mais anfetaminas surge, e o consumidor torna-se suicida. Uma vez que o recuo da meth é extremamente doloroso e árduo, a maioria dos consumidores frequentemente retorna; dessa forma, 93% desses em tratamentos tradicionais regressam à dependência de anfetaminas.



# A HISTÓRIA DA METANFETAMINA

**A** metanfetamina não é uma droga nova, embora se tenha tornado mais poderosa em anos recentes com a evolução das técnicas para o seu fabrico.

A anfetamina foi primeiramente sintetizada em 1887 na Alemanha e a metanfetamina, mais potente e fácil de fazer, foi desenvolvida no Japão em 1919. O pó cristalino era solúvel em água, fazendo-a uma perfeita candidata para a injeção.

A metanfetamina esteve amplamente em uso durante a II Guerra Mundial, quando ambos os lados decidiram manter as tropas despertas. Elevadas doses eram dadas aos pilotos Kamikaze Japoneses antes das suas missões suicidas

e, após a guerra, a dependência intravenosa de metanfetamina quando as provisões armazenadas para uso militar foram tornadas disponíveis ao público japonês.

Nos anos 50, a metanfetamina era prescrita como auxiliar dietético e para combater a depressão. Facilmente disponível era utilizada como um estimulante não prescrito por estudantes universitários, motoristas de camiões e atletas e o consumo da droga espalhou-se.

Este padrão mudou drasticamente nos anos 60 com o aumento da disponibilidade de metanfetamina injectável, aumentando o consumo. Então, em 1970, o governo dos EUA

criminalizou-a para a maioria dos usos. Depois disso, os gangs de motociclistas americanos controlavam a maioria da produção e distribuição da droga. A maioria dos consumidores na época vivia em comunidades rurais e não podiam pagar a cocaína mais cara.

Nos anos 90, as organizações mexicanas de tráfico de droga prepararam grandes laboratórios na Califórnia. Enquanto esses laboratórios massivos são capazes de gerar 22,70kg da substância num só fim-de-semana, laboratórios privados menores surgiram em cozinhas e apartamentos, ganhando a droga um dos seus nomes: “stove top”. A partir daí espalhou-se através dos Estados Unidos e para a Europa, através da República Checa. Hoje, a maioria da droga disponível na Ásia é produzida na Tailândia, Myanmar e China.

**Elevadas doses eram dadas aos pilotos Kamikaze Japoneses antes das suas missões suicidas.**



# A Verdade Sobre as Drogas

As drogas são essencialmente venenos. A quantidade consumida determina o efeito.

Uma quantidade pequena é um estimulante (acelera-o). Uma quantidade maior age como sedativo (abrandando-o). Uma quantidade ainda maior age como veneno e pode matar uma pessoa.

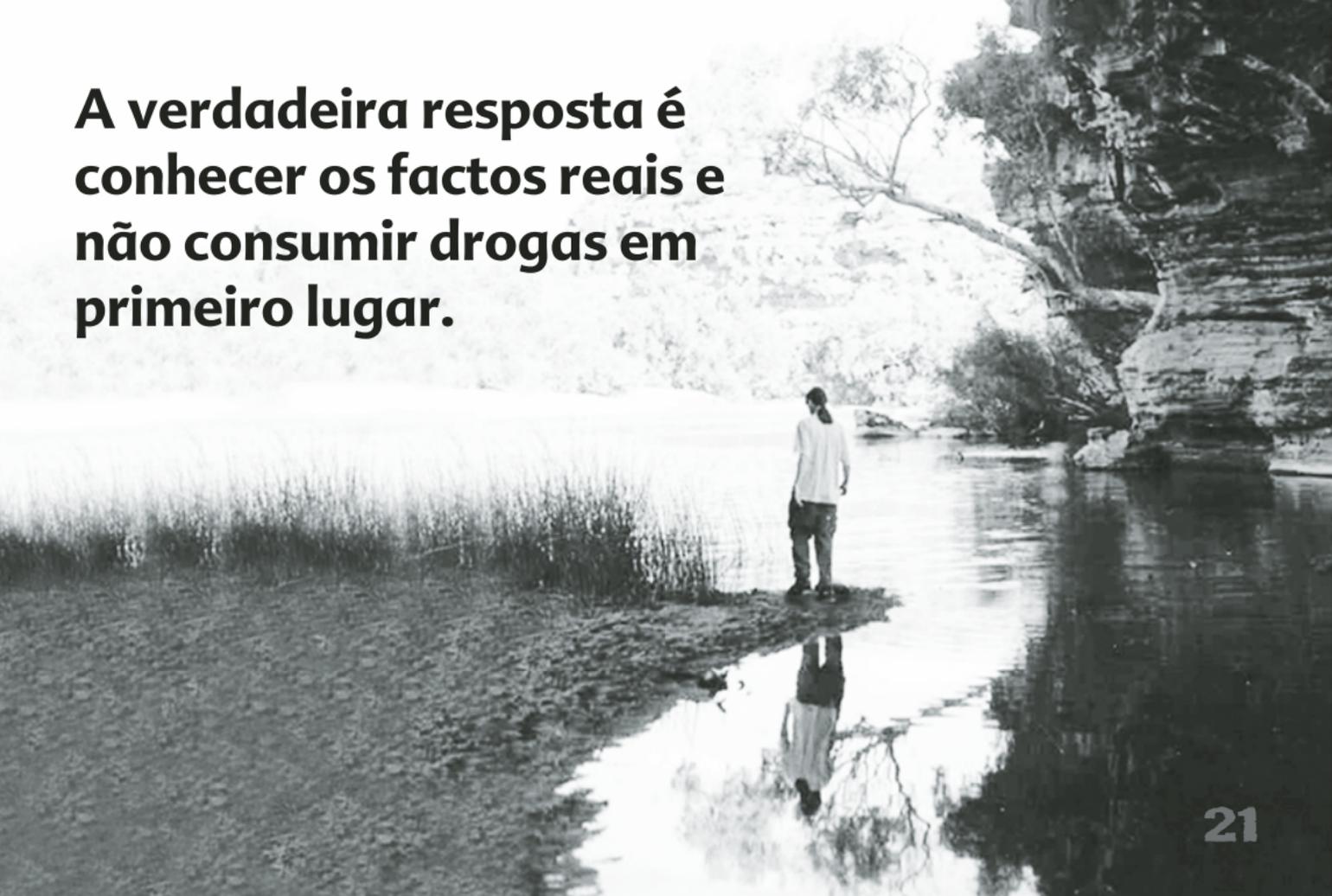
Isto é verdade para qualquer droga. Apenas varia a quantidade necessária para alcançar o efeito desejado.

Mas muitas drogas têm outra dependência: elas afetam diretamente a mente. Elas podem distorcer a percepção do consumidor do que está a ocorrer ao seu redor. Como resultado, as ações da pessoa podem ser ímpares, irracionais, impróprias e mesmo destrutivas.

As drogas bloqueiam todas as sensações, e confundem as desejadas com as indesejáveis. Assim, enquanto são ajuda a curto prazo na resolução da dor, destroem a capacidade, o nível de alerta e perturbam o raciocínio de uma pessoa.

Os medicamentos são drogas que têm a intenção de acelerar ou retardar ou mudar algo sobre a maneira como seu corpo trabalha, tentam fazê-lo trabalhar melhor. Às vezes, eles são necessários. Mas eles são drogas: actuam como estimulantes ou sedativos, e em demasia podem matá-lo. Assim, se você não usa os medicamentos como se supõem que devem ser usados, eles podem ser tão perigosos quanto drogas ilícitas.

**A verdadeira resposta é  
conhecer os factos reais e  
não consumir drogas em  
primeiro lugar.**



# PORQUE É QUE AS PESSOAS CONSOMEM DROGAS?

As pessoas tomam drogas porque querem mudar algo sobre suas vidas.

Aqui estão algumas razões para os jovens consumirem drogas:

- Adequar-se
- Escapar ou relaxar
- Aliviar o enfado
- Parecer adulto
- Revoltar-se
- Experimentar

Eles pensam que as drogas são uma solução, porém eventualmente as drogas tornam-se o problema.

Por muito difícil que seja enfrentar os problemas, as consequências do consumo de droga são sempre piores do que o problema que alguém está a tentar resolver com elas. A verdadeira resposta é conseguir os factos e não tomar drogas em primeiro lugar.



## REFERÊNCIAS

Boletim Estatístico de 2008, de European Monitoring Centre for Drugs and Drug Addiction.

Relatório sobre Metanfetamina da Interpol, 27 de Setembro de 2005.

“Factos e Números de Metanfetamina de 2008”, de Office of National Drug Control Policy,

Informação sobre Metanfetamina, de Narconon International. [www.narconon.org](http://www.narconon.org)

“A Epidemia de Meth: Crise da Nova Droga dentro da America”, de Newsweek de 8 de Agosto de 2005.

State of Hawaii, Office of Lt. Governor news release, no dia 31 de Outubro de 2007

“A Comarca bate o uso de meth”, 9 de Julho de 2008, SignonSanDiego.com

Publicação de Substance Abuse and Mental Health Services Administration, 15 de Fevereiro de 2008

Relatório sobre a Metanfetamina do Gabinete das Drogas e Crime das Nações Unidas, 1998

Estudo de 2007 sobre o Sistema de Vigilância do Comportamento de Risco na Juventude, Centros para o Controlo e Prevenção de Doenças

Relatório sobre a Metanfetamina da Drug Enforcement Administration dos EUA, Outubro de 2005

Relatório sobre a Metanfetamina do Instituto Nacional sobre o Abuso de Drogas dos EUA, Maio de 2005

Relatório de 2008 sobre as Drogas Mundialmente do Gabinete sobre as Drogas e Crime das Nações Unidas

“Assessamento da Ameaça da Metanfetamina Nacional de 2008”, Centro de Inteligência das Drogas Nacional, Departamento da Justiça dos EUA

“A popularidade de Pervitin a crescer nos países ocidentais”, 15 de Dezembro de 2008, Aktuálne.cz

### CRÉDITOS FOTOGRÁFICOS:

Página 2: Corbis; Página 3: istock.com/Lou Oats; Página 5: Caras do Meth; Página 6: DEA/abaixo à direita: crystal de metanfetamina; Página 12: Cortesia do Gabinete do Procurador Geral, Condado de Taswell, Illinois/à direita: consumidor de metanfetamina 1998-2004.

Milhões de exemplares de folhetos como este foram distribuídos a pessoas ao redor do mundo em 22 línguas. À medida que novas drogas aparecem nas ruas e mais informação sobre seus efeitos é conhecida, os folhetos que existem são actualizados e outros novos são criados.

Os folhetos são publicados pela Foundation for a Drug-Free World (Fundação para Um Mundo sem Drogas), uma Organização sem fins lucrativos criada para o benefício do público e cuja sede se encontra em Los Angeles, Califórnia.

A Fundação proporciona materiais educativos, assessoria e coordenação para a sua rede internacional de prevenção de drogas. Trabalha com os jovens, os pais, os educadores, as organizações de voluntariado e com agências governamentais. Qualquer pessoa que tenha interesse em ajudar as pessoas a viverem vidas livres do consumo das drogas.

# FACTOS QUE VOCÊ PRECISA DE SABER

Este folheto faz parte de uma série de publicações que apresentam os factos reais sobre a marijuana (charro), o álcool, o Ecstasy, a cocaína, o crack, a metanfetamina em cristal e as metanfetaminas, os inalantes, a heroína, o LSD e o abuso de drogas prescritas. Armado com esta informação, o leitor pode tomar a decisão de viver uma vida livre de drogas.

**Para mais informações ou para obter mais exemplares deste ou de outros folhetos desta série, por favor entre em contacto com:**



Foundation for a Drug-Free World,  
(Fundação para Um Mundo sem Drogas)  
1626 N. Wilcox Avenue, #1297  
Los Angeles, CA 90028 USA  
[drugfreeworld.org](http://drugfreeworld.org)  
[info@drugfreeworld.org](mailto:info@drugfreeworld.org)  
+1 818 952 5260

Diga Não às Drogas,  
Diga Sim à Vida  
Calçada do Moinho de Vento,  
N.º 16B, 1169-112 Lisboa  
[naoasdrogas.com.pt](http://naoasdrogas.com.pt)  
[info@naoasdrogas.com.pt](mailto:info@naoasdrogas.com.pt)