

A VERDADE SOBRE A

HEROÍNA

chinesa

gold

H
Junk

Cavalo

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 fisgado 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** ou **naoasdrogas.com.pt** ou enviar um e-mail para **info@drugfreeworld.org** ou **info@naoasdrogas.com.pt**.

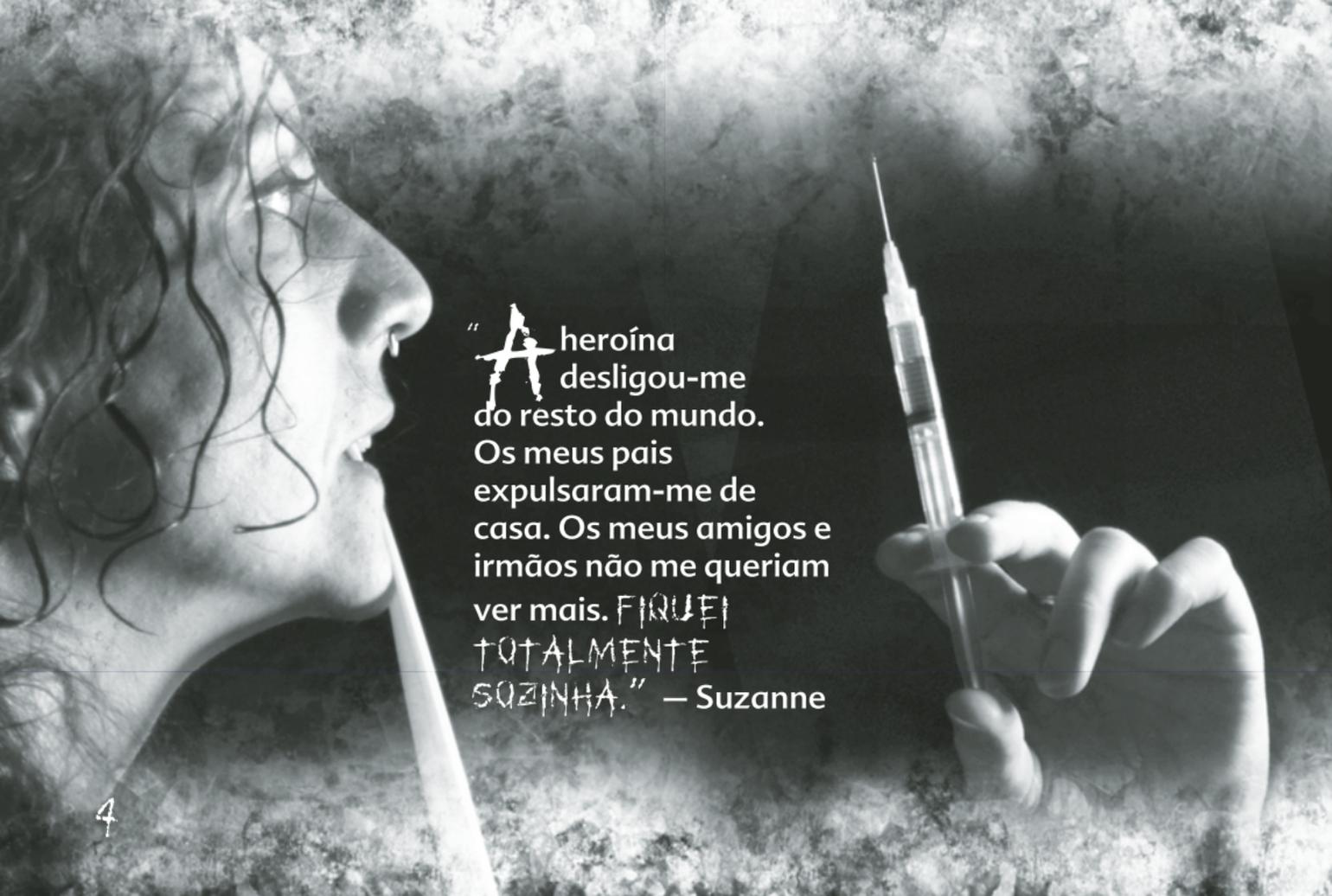
HEROÍNA: O QUE É?

A heroína é uma droga ilegal, extremamente viciante. É consumida por milhões de dependentes pelo mundo que são incapazes de ultrapassar o impulso devastador de continuarem a consumir esta droga a cada dia das suas vidas — sabendo que se pararem, irão enfrentar o horror da abstinência.

A heroína (como o ópio e a morfina) é feita a partir da resina das papoilas. O ópio, esbranquiçado, tipo seiva é removido primeiramente da cápsula da flor da papoila. Este ópio é refinado

para fazer a morfina, depois ainda mais refinado em diferentes formas de heroína.

A maioria da heroína é injectada, criando riscos adicionais para o consumidor, que se arrisca a deparar-se com a perspectiva do HIV ou outra infecção a acumular-se à dor da dependência.



“A heroína desligou-me do resto do mundo. Os meus pais expulsaram-me de casa. Os meus amigos e irmãos não me queriam ver mais. **FIQUEI TOTALMENTE SOZINHA.**” — Suzanne

AS ORIGENS DA HEROÍNA

A heroína foi primeiro fabricada em 1898 pela farmacêutica Bayer, empresa farmacêutica da Alemanha, e posta no mercado como um tratamento para a tuberculose assim como um remédio para a dependência da morfina.

UM CÍRCULO VICIOSO

Durante os anos da década de 1850, a dependência de ópio era um grave problema nos Estados Unidos. A “solução” era dar aos dependentes de ópio um substituto menos potente e “não-viciante” — morfina.

A dependência de morfina cedo se tornou um problema maior do que o problema da dependência do ópio.

Tal como com o ópio, o problema da morfina foi resolvido por outro substituto “não-viciante” — a heroína, que provou ser ainda mais viciante do que a morfina. Com o problema da heroína surgiu ainda outro substituto “não-viciante” — a droga agora conhecida como metadona. Foi primeiramente desenvolvida em 1937 por cientistas alemães à procura de um analgésico cirúrgico, foi exportado para os EUA e dado o nome comercial de “Dolophine” em 1947. Renomeada de metadona, a droga depressa estava a ser amplamente usada como um tratamento para a dependência de heroína. Infelizmente, provou ser ainda mais viciante do que a heroína.

Nos finais dos anos 90 a taxa de mortalidade de heroínómanos era estimada ser cerca de 20 vezes mais elevada do que o resto da população.

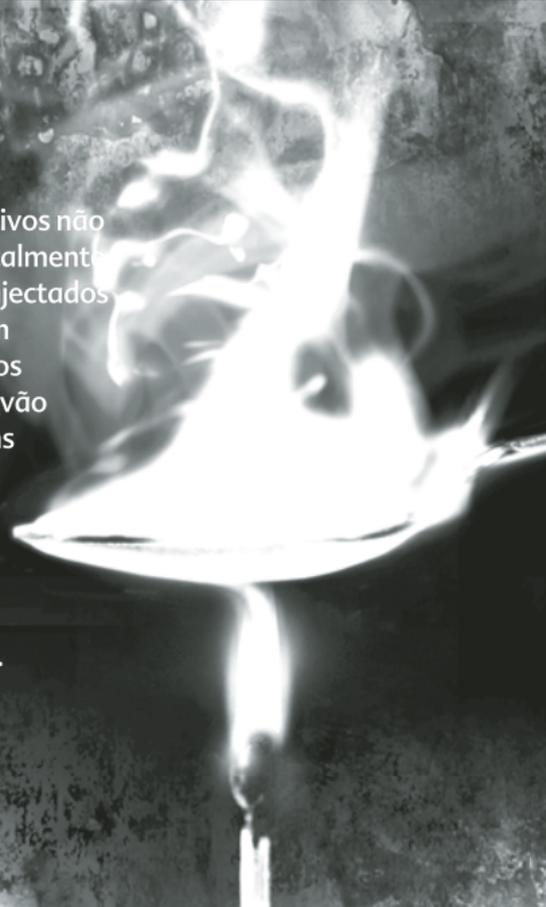


QUE APARENCIA TEM A HEROÍNA?

Na sua forma mais pura, a heroína é um pó fino branco. Mas frequentemente, apresenta-se rosada, cinzenta, castanha ou de cor negra.

A coloração surge a partir de aditivos os quais foram usados para diluí-la, que podem incluir açúcar, cafeína ou outras substâncias. A heroína de rua é por vezes “cortada” com estricnina ou outros venenos.

Os diversos aditivos não se dissolvem totalmente e, quando são injectados no corpo, podem coagular os vasos sanguíneos que vão aos pulmões, rins ou cérebro. Isto por si só pode levar à infecção ou destruição de órgãos vitais.



NOMES DE RUA para HEROÍNA

O consumidor que compra heroína na rua nunca sabe a verdadeira potência da droga desse pacote em particular. Assim, os consumidores estão constantemente em risco de uma overdose.

A heroína pode ser injectada, fumada ou “snifada” (pelo nariz). Da primeira vez que é usada, a droga cria uma sensação de se estar na maior. Uma pessoa pode sentir-se extrovertida, capaz de comunicar facilmente com outros e pode sentir uma sensação de alto desempenho sexual — mas não por muito tempo.

A heroína é extremamente viciante e a abstinência extremamente dolorosa. A droga incapacita rapidamente o sistema imunitário, finalmente deixando uma pessoa adoentada, magra, e, por fim morta.

- Chinesa
- H
- Castanha
- Pó
- Cavalo
- Veneno
- Palha
- Tirito
- Caramelo



A partir do dia que comecei a consumir, nunca parei. Numa semana passei de inspirar heroína a injectá-la. Num mês fiquei dependente e a gastar todo o meu dinheiro. Vendi tudo o que tinha de valor e por fim tudo o que era da minha mãe. Num ano, perdi tudo.

“VENDI O MEU CARRO, PERDI O MEU EMPREGO, FUI EXPULSA DE CASA DA MINHA MÃE, TINHA 25.000 DÓLARES DE DÍVIDA NO CARTÃO DE CRÉDITO,

e vivia nas ruas de Camden, Nova Jersey. Mentia, roubava, enganava.

“Fui violada, espancada, estrangulada, roubada, presa, sem-abrigo, doente e desesperada. Sabia que ninguém podia sustentar um estilo de vida assim muito tempo e sabia que a morte estava iminente. Se valesse algo, a morte era melhor do que a vida como drogada.” — Alison

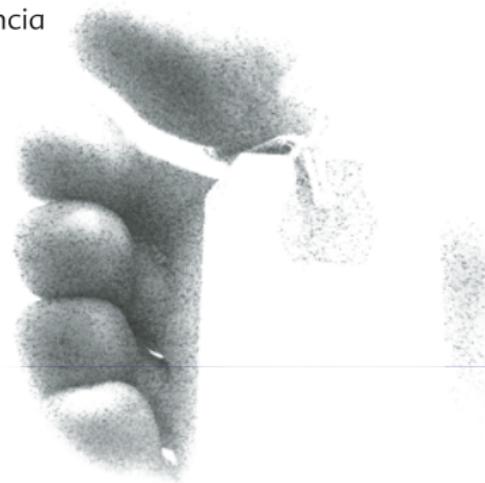
ESTATÍSTICAS INTERNACIONAIS

Festima-se que 13,5 milhões de pessoas mundialmente consomem opiáceos (substâncias originárias do ópio), incluindo 9,2 milhões que consomem heroína.

- Em 2007, 93% do fornecimento mundial de ópio vinha do Afeganistão. (O ópio é o material primário para o fornecimento de heroína.) O seu valor total de exportação foi de cerca de \$4 milhares de milhões, dos quais quase $\frac{3}{4}$ foram para os traficantes. Apenas $\frac{1}{4}$ foi para os cultivadores de ópio afegãos.
- O Inquérito Nacional sobre o Consumo de Drogas e Saúde de 2007 relatou 153.000 heroinómanos actuais em 2007. Outras estimativas dão números tão elevados como 900.000.
- Os opiáceos, nomeadamente a heroína, estiveram envolvidos em 4 ou 5 mortes

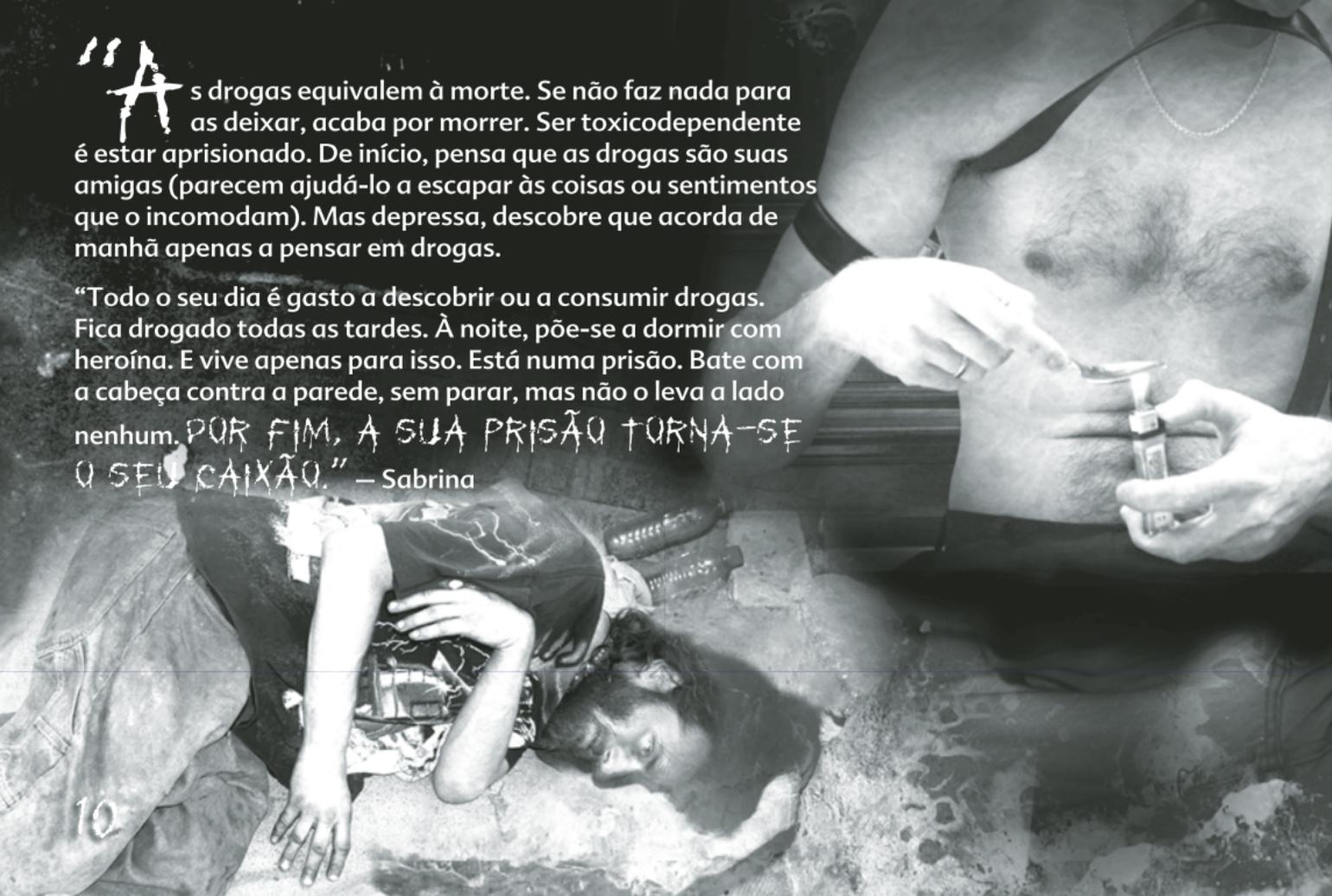
relacionadas com as drogas na Europa, de acordo com um relatório de 2008 do Centro Europeu de Vigilância sobre as Drogas e Toxicod dependência.

- Em Portugal, 72,8% das pessoas em tratamento por toxicod dependência em 2006 consumiam heroína como a principal substância. Os opiáceos estiveram relacionados em 62% das mortes relacionadas com as drogas.



As drogas equivalem à morte. Se não faz nada para as deixar, acaba por morrer. Ser toxicodependente é estar aprisionado. De início, pensa que as drogas são suas amigas (parecem ajudá-lo a escapar às coisas ou sentimentos que o incomodam). Mas depressa, descobre que acorda de manhã apenas a pensar em drogas.

“Todo o seu dia é gasto a descobrir ou a consumir drogas. Fica drogado todas as tardes. À noite, põe-se a dormir com heroína. E vive apenas para isso. Está numa prisão. Bate com a cabeça contra a parede, sem parar, mas não o leva a lado nenhum. POR FIM, A SUA PRISÃO TORNA-SE O SEU CAIXÃO.” – Sabrina



OS EFEITOS DESTRUTIVOS DA HEROÍNA

DANOS IMEDIATOS: Os efeitos iniciais da heroína incluem um aumento da sensação — uma “elevação”. Isso é acompanhado frequentemente de um sentimento quente da pele e boca seca. Por vezes, a reacção inicial pode incluir vômitos ou severa comichão.

Depois destes efeitos iniciais se desvanecerem, o consumidor fica sonolento durante várias horas. As funções básicas do corpo tais como respiração e batimento cardíaco abrandam.

Horas após os efeitos da droga terem diminuído, o corpo do dependente começa a ansiar por mais. Se ela não arranja outra “cena”, irá começar a sentir a abstinência. A abstinência inclui os efeitos físicos e mentais extremos os quais são sentidos se o corpo não é abastecido outra vez com a dose seguinte de heroína. Os sintomas da abstinência incluem insónias e dores nos ossos, diarreia, vômitos e desconforto severo.

A intensa subida que um consumidor pretende dura apenas alguns minutos. Com o uso continuado, a pessoa necessita de quantidades crescentes da droga apenas para se sentir “normal”.

EFEITOS A CURTO PRAZO

- **“Subida”**
- **Respiração deprimida**
- **Funcionamento mental pouco claro**
- **Náuseas e vômitos**
- **Tranquilização; sonolência**
- **Hipotermia (temperatura corporal mais baixa do que o normal)**
- **Coma ou morte (devido a overdose)**

EFEITOS A LONGO PRAZO

Os efeitos no corpo devido ao uso continuado desta droga são devastadores.

Injecções frequentes podem destruir veias, e podem levar a infecções dos vasos sanguíneos e válvulas do coração. A tuberculose* pode resultar da generalizada pobre condição do corpo. A artrite é outro

resultado a longo prazo da dependência de heroína.

O estilo de vida do dependente —

A abstinência de heroína é uma experiência terrífica que começa a torturar o corpo nas horas seguintes à última dose.

no qual os consumidores de heroína partilham frequentemente as suas agulhas com outros — leva ao SIDA e outros contágios infecciosos. Estima-se que das 35.000 novas infecções de hepatite C2 (doença do fígado) por ano nos Estados Unidos, mais de 70% são de consumidores de droga que usam agulhas.

“As pessoas crêem que a heroína é o máximo, mas perdes tudo: trabalho, pais, amigos, confiança, a tua casa. Mentir e roubar tornam-se um hábito. Não respeitas mais nada nem ninguém.” — Pete

* tuberculose: uma doença infecciosa que afecta os pulmões e outros órgãos.

EFEITOS A LONGO PRAZO

- Má dentição
- Inflamação das gengivas
- Constipação
- Suores frios
- Comichão
- Enfraquecimento do sistema imunitário
- Coma
- Doenças respiratórias
- Enfraquecimento muscular, paralisia parcial
- Capacidade sexual reduzida e impotência a longo prazo nos homens
- Perturbações menstruais nas mulheres
- Incapacidade de atingir o orgasmo (homem e mulher)
- Perda da memória e desempenho intelectual
- Introversão
- Depressão
- Pústulas na cara
- Perda de apetite
- Insônia

Abcessos devido ao uso de agulhas subcutâneas marcam o corpo de toxicodependente de 16 anos



CONSUMO DE HEROÍNA proporciona uma gama de destruição física e mental – que levam todas à morte.

"VOU SÓ EXPERIMENTAR UMA VEZ."

AVISO: ATÉ UMA ÚNICA DOSE DE HEROÍNA PODE PÔR UMA PESSOA NO CAMINHO PARA A DEPENDÊNCIA.

Muitas pessoas que experimentam heroína pensam, "Vou experimentar uma vez ou duas. Posso sempre parar." Mas aqueles que começam por esse caminho fora descobrem que é quase impossível de regressar. Considere as palavras do Sam, um toxicodependente de 15 anos: "Quando injecta pela primeira vez, é bem provável que vomite e que se sinta repellido, mas depressa experimenta outra vez. Irá agarrá-lo como uma amante obcecada. O estalo repentino de maneira a que queira mais, como se estivesse privado de ar — é assim que o irá armadilhar."

A ameaça de dependência não é a pior consequência de experimentar heroína. O Jim tinha 21 anos e costumava passar as suas tardes a beber cerveja com os amigos. Ele já tinha tido experiências com heroína, então quando os amigos lhe ofereceram uma linha para "snifar", ele aceitou. Quinze minutos depois de ter inalado, perdeu os sentidos, depois entrou num coma profundo que durou mais de dois meses. Hoje está confinado a uma cadeira de rodas, incapaz de escrever, praticamente incapaz de ler.

Quaisquer sonhos ou aspirações que tenha tido desapareceram.



O "CHIQUE" DE HEROÍNA

Fm tempos a heroína assustava as pessoas. Mais recentemente, algumas pessoas tentaram tornar "moda" o uso de heroína.

Na década passada, o "ar de heroinómano" — expressão pálida, aspecto mole, olheiras nos olhos, esquelético na cara, magreza excessiva, cabelo oleoso — foi promovido em revistas populares e no meio da moda como "chique."

Tal como as estrelas do rock contribuíram para tornar popular

o LSD durante os anos 60, também alguns designers de moda, fotógrafos e pessoas dos anúncios de hoje influenciaram uma geração inteira de jovens ao retratarem o consumo de heroína em revistas e vídeos de música como moda e até mesmo desejável.

É horrivelmente irónico que Davide Sorrenti — fotógrafo de moda cujo trabalho era sinónimo de "chique da heroína" — morreu com 20 anos devido a uma overdose de heroína.



UMA INCLINAÇÃO MUITO ESCORREGADIA



Algumas crianças fumam cigarros e bebem álcool enquanto ainda muito novas.

Na altura em que acabem o liceu, aproximadamente 40% de todos os jovens terão experimentado marijuana. Alguns passam mais tarde a substâncias mais viciantes.

Nós não podemos assumir que todas as crianças que fumam marijuana hoje tornar-se-ão viciados de heroína amanhã. Mas o perigo existe. E estudos a longo prazo de estudantes de liceu mostram que muito poucos jovens usam outras drogas sem primeiro terem experimentado marijuana. A partir da altura que a pessoa não sente mais a “intensidade”, procura e começa a aumentar o consumo de droga ou procurar algo mais forte.

VAMOS ENFRENTAR A REALIDADE

As crianças a ter contacto com drogas ilegais estão a aumentar.

Quando os jovens nos clubes nocturnos e outros pontos recreativos em Lisboa foram inqueridos em 2006, 66% tinha tido experiências com a cannabis, e 11,1% consumia-a entre 1 e 3 vezes ao mês.

O Inquérito Nacional sobre o Consumo de Drogas e Saúde de 2007 descobriu que mais de 9,5% dos jovens com idades entre os 12 e 17 nos EUA eram actualmente consumidores de drogas ilícitas.

De acordo com o Gabinete para as Drogas e Crime das Nações Unidas estima-se que em 2008 16 milhões de pessoas mundialmente consumiam opiáceos: ópio, morfina, heroína e opiáceos sintéticos.

A NOVA CARA DA HEROÍNA

A imagem de um jovem heroinômano apático caído num imundo beco escuro é obsoleta. Hoje, o jovem toxicodependente pode ter 12 anos, brincar com jogos de vídeo e desfrutar a música da sua geração. Pode ter uma aparência de inteligente, com estilo e não exibir nenhum dos traços comuns de consumo de heroína, tais como marcas de agulha no seu braço.

Por estar disponível em várias formas que são mais fáceis de consumir e mais acessíveis, a heroína hoje em dia é mais tentadora do que nunca. Entre 1995

e 2002, o número de adolescentes na América com idade entre os 12 e 17 anos que usou heroína nalguma altura das suas vidas aumentou 300%.

Um jovem que possa pensar duas vezes em pôr uma agulha no braço pode mais facilmente fumar ou “snifar” a mesma droga. Mas isto é dar falsa garantia e pode dar à pessoa a ideia de que há menos perigo. A verdade é que a heroína em todas as suas formas é perigosa e viciante.



Perdi a minha irmã mais nova para uma overdose de heroína. Ela tinha um talento artístico maravilhoso, reconhecido numa idade muito nova.

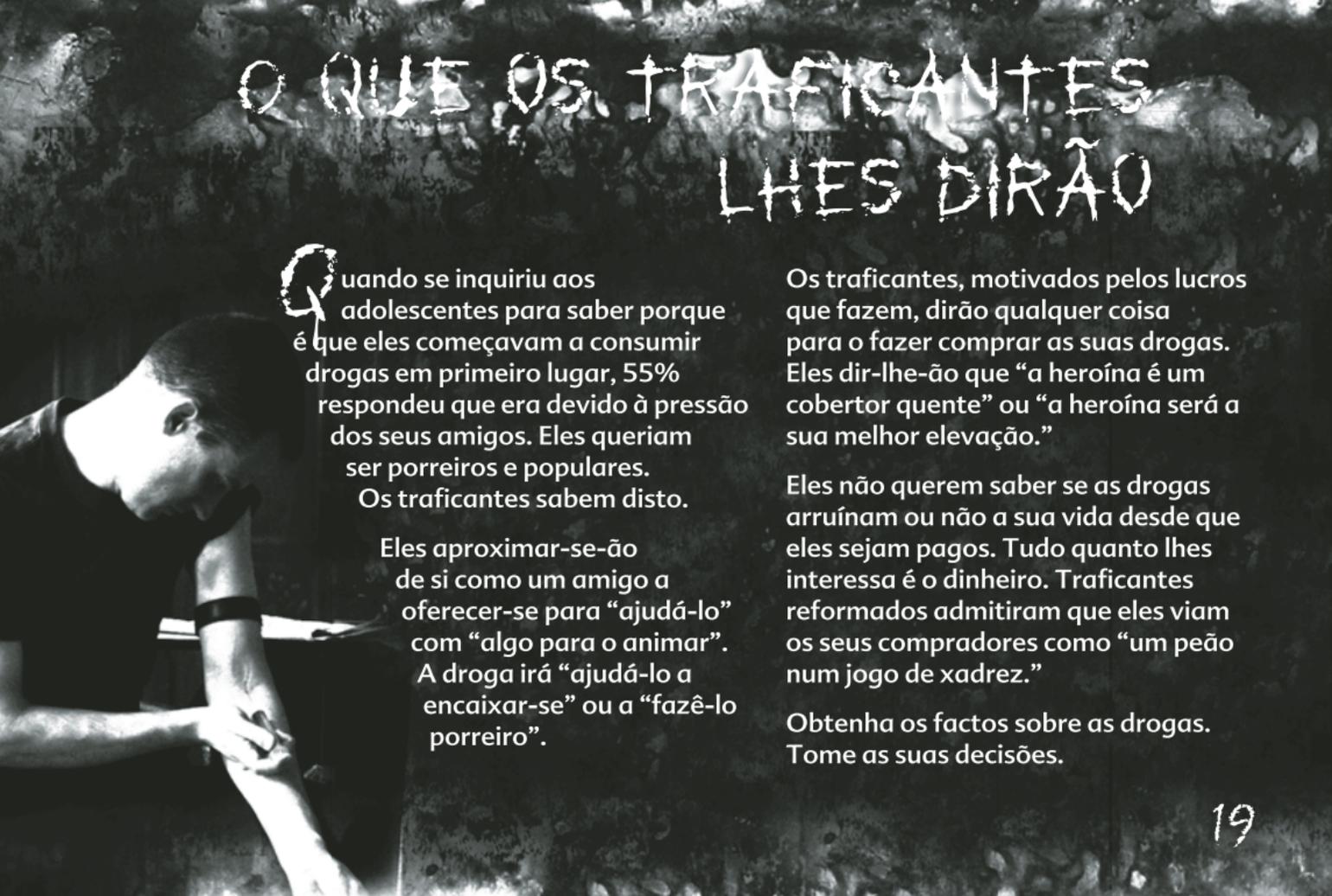
“Quando ela tinha 14 anos ela estava a fumar erva. Quando ela tinha 15 anos ela começou a dar-se com um rapaz que era um ‘bom amigo’. Ele recomendou-lhe uma ‘elevação melhor, mais melodiosa do que a erva.’ Isso foi quando ela começou com a heroína.

“Ela foi expulsa de uma escola de Artes apenas alguns meses depois de ter começado. Aos 22 anos, ela telefonou-me e disse-me que estava numa casa a meio do caminho.

“Ela permanecera desintoxicada por pouco mais de um ano e depois recaiu. Nunca saberemos porque é que ela recaiu — só daquilo que lemos nos seus diários. A sua dependência era uma luta para a sua vida quotidiana.

“Uma manhã o meu telefone tocou e o meu pai estava na linha. Ele disse-me: ‘Eles dizem que ela está morta.’ Eu estava a gritar e a chorar incontrolavelmente. Nunca esquecerei esse momento.”
— Megan

O QUE OS TRAFICANTES LHES DIRÃO



Quando se inquiriu aos adolescentes para saber porque é que eles começavam a consumir drogas em primeiro lugar, 55% respondeu que era devido à pressão dos seus amigos. Eles queriam ser porreiros e populares.

Os traficantes sabem disto.

Eles aproximar-se-ão de si como um amigo a oferecer-se para “ajudá-lo” com “algo para o animar”. A droga irá “ajudá-lo a encaixar-se” ou a “fazê-lo porreiro”.

Os traficantes, motivados pelos lucros que fazem, dirão qualquer coisa para o fazer comprar as suas drogas. Eles dir-lhe-ão que “a heroína é um cobertor quente” ou “a heroína será a sua melhor elevação.”

Eles não querem saber se as drogas arruinam ou não a sua vida desde que eles sejam pagos. Tudo quanto lhes interessa é o dinheiro. Traficantes reformados admitiram que eles viam os seus compradores como “um peão num jogo de xadrez.”

Obtenha os factos sobre as drogas. Tome as suas decisões.

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

Relatório de Drogas no Mundo do Gabinete sobre Drogas e Crime das Nações Unidas de 2008

Gabinete da Política Nacional de Controle das Drogas da Casa Branca

Institutos Nacionais de Saúde (EUA)

Drug Enforcement Administration (EUA)

“Série de Relatório de Pesquisa – Abuso e Dependência de Heroína”, Instituto Nacional sobre o Abuso de Drogas (EUA)

Departamento dos Serviços de Saúde e Humanos (EUA)

Centro para a Pesquisa do Abuso de Substâncias (EUA)

“Treatment Episode Data Set (TEDS) Highlights—2006,” Administração dos Serviços de Abuso de Substâncias e Saúde Mental

“Resultados do Inquérito Nacional sobre o Consumo de Drogas e Saúde: Descobertas Nacionais de 2007,” Administração dos Serviços de Abuso de Substâncias e Saúde Mental (EUA)

Biblioteca Nacional de Medicina (EUA)

Conselho Americano para as Crônicas de Educação sobre as Drogas de Medicina Interna (Abril de 1999)

The Lancet (Reino Unido)

Laboratório da Polícia Municipal de Amsterdão

Centro Médico da Universidade de Columbia

Organização Mundial de Saúde

Centro Europeu de Vigilância sobre as Drogas e Toxicodependência

Relatório Nacional de 2007 (dados de 2006) para o Centro Europeu de Vigilância de Drogas e Toxicodependência, Portugal

“Mensagem do Presidente,” O Centro Nacional sobre Toxicodependência e Abuso de Substâncias da Universidade de Columbia, Outono de 2008

CRÉDITOS FOTOGRÁFICOS:
Página 5, 12: istock.com/Peeter Viisimaa; Página 6: istock.com/Stephanie Horrocks;
Página 13: Stockxpert;
Página 13: Departamento da Tesouraria dos EUA, Divisão de Narcóticos/dependentes de heroína;
Página 15: Cortesia de Francesca Sorrenti

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
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
info@naoasdrogas.com.pt