

A VERDADE SOBRE OS INALANTES

poppers

aerosol

Boppers

cola

Medusa

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**.

O QUE SÃO OS INALANTES?

Inalantes” refere-se aos vapores de substâncias tóxicas que são inaladas para alcançar uma rápida elevação. De mais de 1000 produtos para a casa e outros produtos comuns dos quais se poderia abusar como inalantes, os mais frequentemente usados são verniz para os sapatos, cola, tolueno,¹ gasolina, fluido de isqueiro, óxido nitroso² ou “Tipex”, tinta em spray, líquido de correcção, líquido de limpeza, nitrito de amilo³ ou “poppers”, desodorizantes de vestuários ou “rush”, e o dissolvente de lacas ou outros dissolventes de tinta.

A maior parte destes produzem efeitos semelhantes aos anestésicos, que diminuem as funções do corpo. Depois de uma elevação inicial e perda da inibição vem sonolência, mal-estar da cabeça e estômago e agitação.

Os produtos químicos são absorvidos rapidamente através dos pulmões para a corrente sanguínea e alcançam rapidamente o cérebro e outros

órgãos, causando às vezes dano físico e mental irreversível.

Os consumidores inalam os vapores químicos directamente de recipientes abertos (“cheirar”) ou respiram os vapores de panos banhados em produtos químicos (“inalantes”). Alguns esborrifam as substâncias directamente dentro do nariz ou da boca ou vertem-nas no pescoço, mangas ou punhos e cheiram-nas periodicamente. Na “inalação,” o consumidor pode inalar vapores de substâncias dentro de uma bolsa de plástico ou de papel. Inalar numa área fechada aumenta bastante as possibilidades de asfixia.

Os “poppers” e os “whippets”, que são vendidos em concertos e discotecas ão compostos de produtos químicos venenosos que podem prejudicar permanentemente o corpo e o cérebro.

¹ tolueno: um líquido incolor usado como dissolvente e como combustível.

² óxido nitroso: um gás incolor de odor doce, que se usa como anestésico.

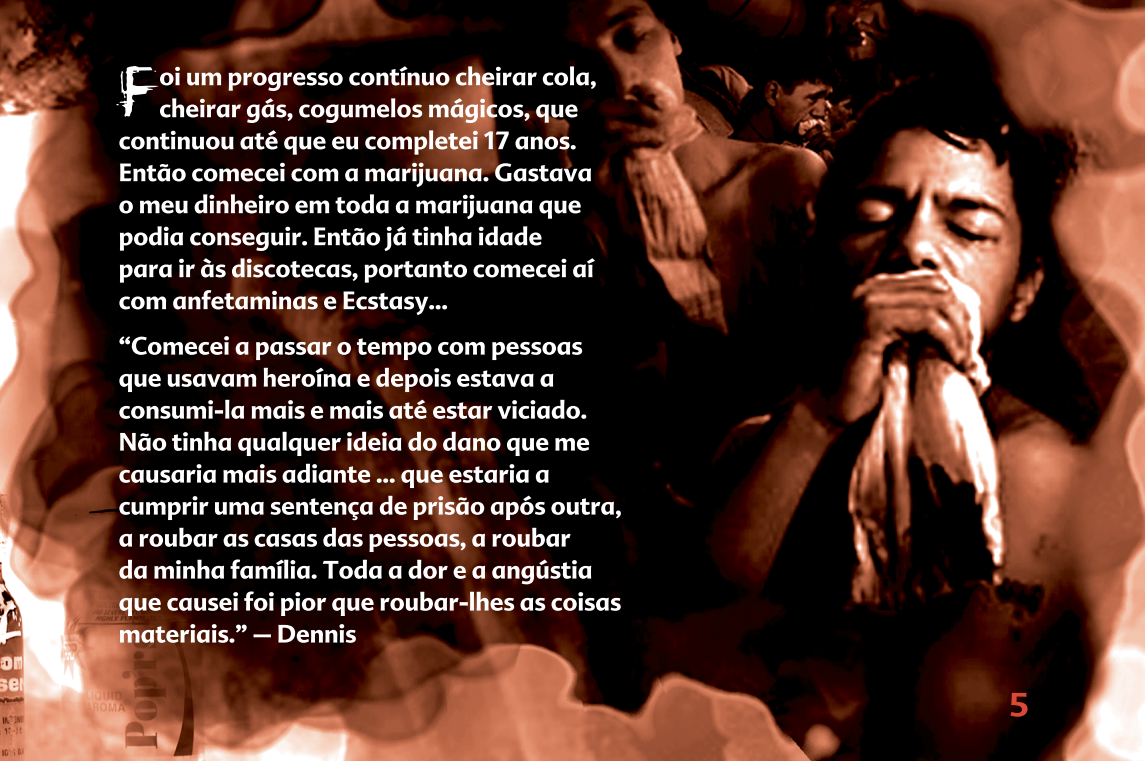
³ Nitrito de amilo: um líquido amarelo pálido usado para abrir ou dilatar vasos sanguíneos, do qual às vezes se abusa como inalante.



NÔMES DE RUA PARA OS INALANTES

- | | | | |
|-----------------------|---------------|---------------------|---------------------|
| ✖ Aerosol | ✖ Gás do riso | ✖ Propulsor | ✖ Disco duro |
| ✖ Highball | ✖ Moco | ✖ Bala rápida | ✖ Poppers |
| ✖ Segredo de satanás | ✖ Raio | ✖ Oz | ✖ Corrector |
| ✖ Ames | ✖ Gasolina | ✖ Colônia | tipográfico |
| ✖ Hippie crack | ✖ Spray | ✖ Lançadeira | ✖ Estimulador |
| ✖ Shoot the breeze | ✖ Popper | ✖ Pérolas | cardíaco |
| ✖ Amys | ✖ Medusa | ✖ Toncho | ✖ Mercúrio |
| ✖ Colas | ✖ Laca | ✖ Discorama | ✖ Hiagra em garrafa |
| ✖ Cola de carpinteiro | ✖ Bala | ✖ Panela do mendigo | ✖ Risos de orelha |
| ✖ Aroma de homem | ✖ Gás da lua | ✖ Inaladores | a orelha |





Foi um progresso contínuo cheirar cola, cheirar gás, cogumelos mágicos, que continuou até que eu completei 17 anos. Então comecei com a marijuana. Gastava o meu dinheiro em toda a marijuana que podia conseguir. Então já tinha idade para ir às discotecas, portanto comecei aí com anfetaminas e Ecstasy...

“Comecei a passar o tempo com pessoas que usavam heroína e depois estava a consumi-la mais e mais até estar viciado. Não tinha qualquer ideia do dano que me causaria mais adiante ... que estaria a cumprir uma sentença de prisão após outra, a roubar as casas das pessoas, a roubar da minha família. Toda a dor e a angústia que causei foi pior que roubar-lhes as coisas materiais.” — Dennis

Quando estava na 4.^a classe
um suposto “amigo” meu
introduziu-me aos inalantes. Sendo
tão jovem e não tendo um critério
melhor, comecei a cheirar gás todos
os dias até chegar ao 8.^o ano.
As minhas capacidades
motoras estão bastante
deterioradas e fico sentado
por horas sem objectivo
simplesmente a olhar
o espaço sem que
ao menos um só
pensamento
cruze a minha
mente.
É como se o
meu corpo

estivesse aqui, mas
eu não. É-me difícil
conservar postos de
trabalho e tenho vivido
só há já 12 anos. Pareço
normal por fora,
mas quando tento
mostrar interesse
e falar às mulheres
é aparente que sou
bastante vegetal.
Estou farto de viver assim
e preferiria estar morto
do que continuar a viver a
minha vida deste jeito porque isso
é como se eu já estivesse morto de
qualquer forma.”

— John

COMO É QUE OS INALANTES AFECTAM O SEU CORPO?

O uso de inalantes pode causar dano ao coração, aos rins, ao cérebro, ao fígado, à medula óssea e outros órgãos.

- ✖ Os inalantes privam o corpo de oxigénio e forçam o coração a bater de forma irregular e mais rapidamente.
- ✖ Os consumidores podem experimentar náuseas e sangramento no nariz e perder seu sentido da audição ou do cheiro. O uso crónico pode levar à perda de músculo e a um

tom muscular reduzido, e os produtos químicos venenosos danificam gradualmente os pulmões e o sistema imunológico.

- ✖ Um consumidor de inalantes arrisca-se a sofrer do Síndrome da Morte Súbita pelo Cheiro. A morte pode ocorrer na primeira ou na centésima vez que se usa um inalante.



EFEITOS A CURTO PRAZO



A maioria dos inalantes actuam directamente sobre o sistema nervoso para produzir efeitos de alteração da mente. Em segundos o usuário experimenta embriaguez e outros efeitos semelhantes aos do álcool. Há diversos efeitos que podem ser experimentados durante ou pouco depois do uso, incluindo:

- ✗ Transtornos da fala
- ✗ Aparência de bêbado, mal-estar da cabeça ou aturdido
- ✗ Incapacidade de coordenar o movimento
- ✗ Alucinações e delusões
- ✗ Hostilidade
- ✗ Apatia
- ✗ Falta de discernimento
- ✗ Inconsciência
- ✗ Fortes dores de cabeça
- ✗ Erupções ao redor do nariz e da boca
- ✗ Cheirar estes produtos químicos de forma

prolongada pode induzir a uma batida cardíaca irregular e rápida e conduzir a uma insuficiência cardíaca e à morte numa questão de minutos.

- ✗ Pode ser gerada a morte por asfixia ao substituir o oxigênio pelo produto químico primeiramente nos pulmões e a seguir no sistema nervoso central, de forma a que cesse a respiração.

EFEITOS A LONGO PRAZO

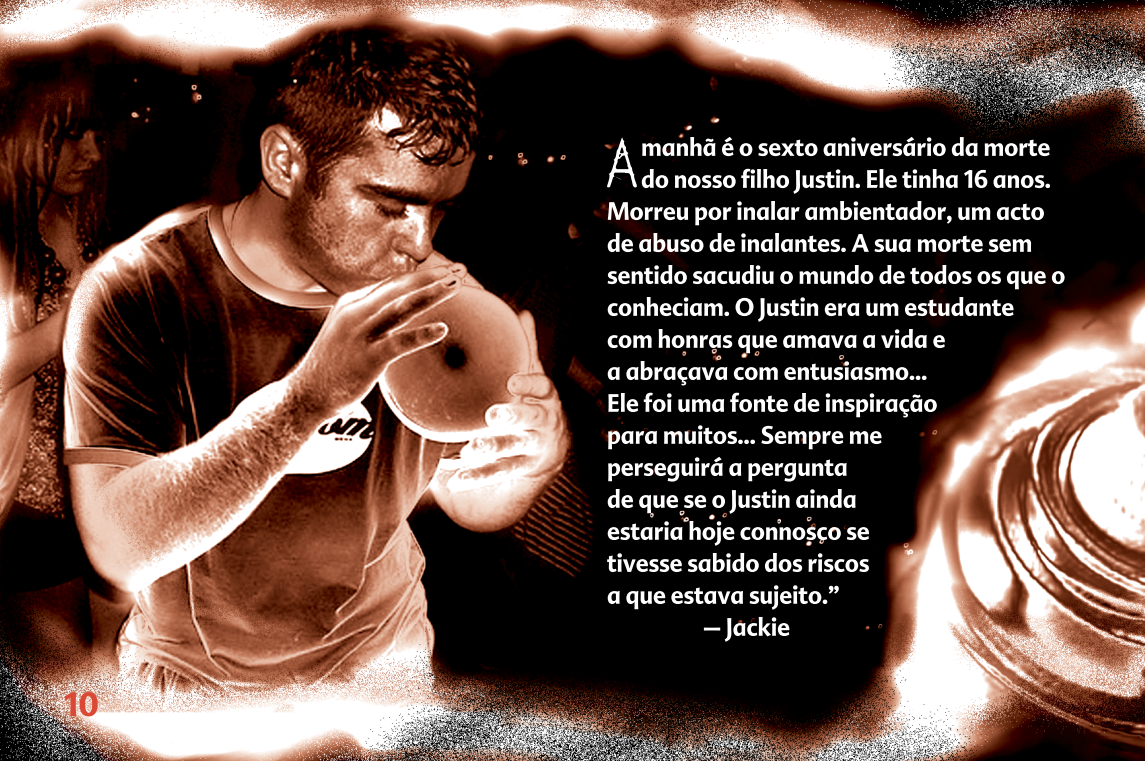
Os consumidores a longo prazo

experimentaram:

- × **Debilidade muscular**
- × **Desorientação**
- × **Falta de coordenação**
- × **Irritabilidade**
- × **Depressão**
- × **Danos sérios e às vezes irreversíveis no coração, fígado, rins, pulmões e cérebro**
- × **Deterioração da memória, diminuição da inteligência**
- × **Perda da audição**
- × **Danos na medula óssea**
- × **Morte por insuficiência cardíaca ou por asfixia (perda de oxigênio)**

A exposição crônica a inalantes pode produzir danos significativos, às vezes irreversíveis ao coração, pulmões, fígado e rins.

O uso crônico de inalantes foi associado a uma série de problemas de saúde sérios. Cheirar cola e dissolvente de tinta provoca problemas no fígado. Cheirar tolueno e outros dissolventes causa danos no fígado. O abuso de inalantes também deu como resultado a deterioração da memória e diminuição da inteligência.

A man with dark, curly hair is shown in profile, holding a CD up to his face as if looking at it. He is wearing a dark t-shirt with a white logo. The background is dark and moody, with a woman's face partially visible on the left and a bright, circular light source on the right. The overall tone is somber and reflective.

A manhã é o sexto aniversário da morte do nosso filho Justin. Ele tinha 16 anos. Morreu por inalar ambientador, um acto de abuso de inalantes. A sua morte sem sentido sacudiu o mundo de todos os que o conheciam. O Justin era um estudante com honras que amava a vida e a abraçava com entusiasmo... Ele foi uma fonte de inspiração para muitos... Sempre me perseguirá a pergunta de que se o Justin ainda estaria hoje connosco se tivesse sabido dos riscos a que estava sujeito.”

— Jackie



OS INALANTES SÃO ADITIVOS?



Os inalantes podem ser fisicamente e psicologicamente viciantes. Os consumidores informam de um forte impulso para continuar a usar inalantes, especialmente após um uso continuado por muitos dias.

Os consumidores habituais que estão a sair dos inalantes sofrem sintomas de retirada que podem incluir náuseas, suor excessivo, câibras musculares, dores de cabeça, calafrios, agitação, com tremores e alucinações. Em casos severos a retirada pode provocar convulsões.



ESTATÍSTICAS INTERNACIONAIS

Uma pesquisa nos EUA, que combina dados de 2002 a 2006, encontrou uma média anual de 593.000 adolescentes dos 12 aos 17 anos tinham usado inalantes pela primeira vez no ano anterior ao da pesquisa.

- ✖ Mais de 22,9 milhões de americanos experimentaram os inalantes nalgum ponto das suas vidas.
- ✖ Um estado nos EUA teve uma média de mais de 3800 visitas a emergências e 450 hospitalizações por ano devido a envenenamentos por inalantes, de acordo às estatísticas publicadas em 2008.
- ✖ Quando os estudantes nos EUA chegam ao 8.º ano um de cada cinco terão usado inalantes. Em 2007 os inalantes eram a substância que mais frequentemente os jovens de 12 ou 13 anos abusavam.
- ✖ 22% dos que abusavam de inalantes que morreram do Síndrome da Morte Súbita por Cheiro não tinham histórico anterior de abuso de inalantes — eram consumidores pela primeira vez.

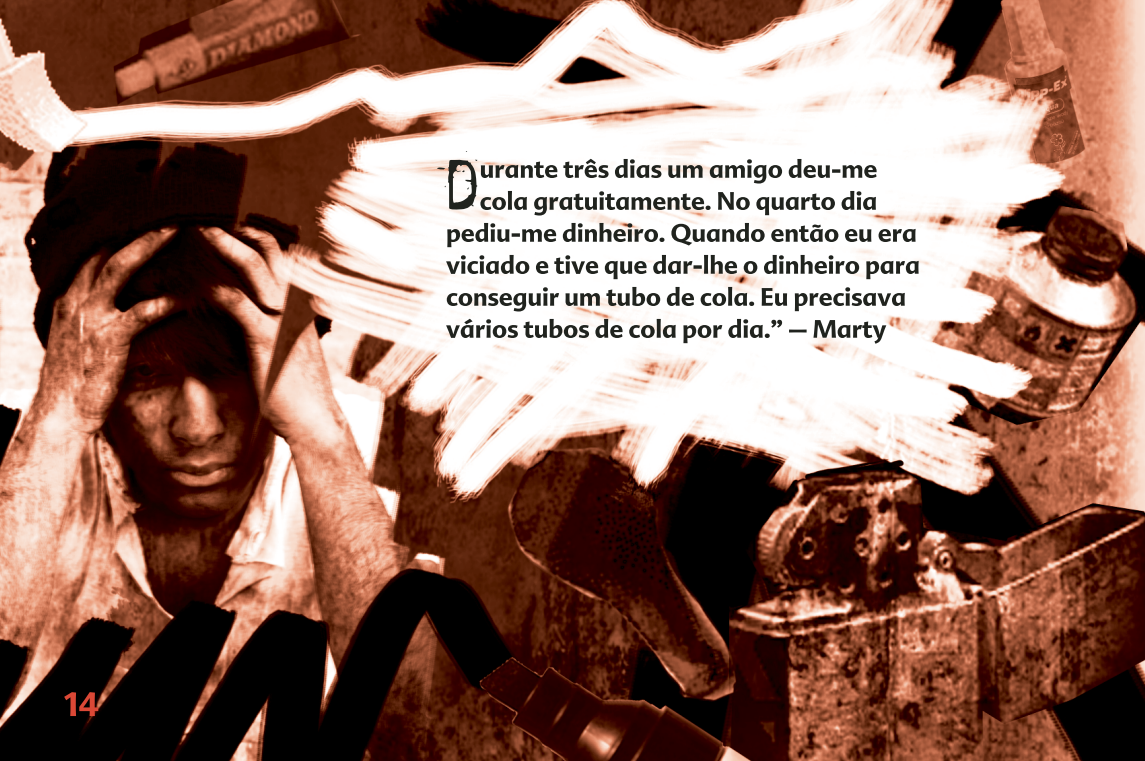
- ✖ Segundo o Projecto do Colégio Europeu sobre Álcool e Outras Drogas, 20% dos jovens no grupo de idade de 12 a 16 anos experimentaram inalantes.
- ✖ Em Portugal o inquérito da ESPAD de 2007 encontrou que 4% tinham experimentado inalantes pelo menos uma vez.
- ✖ Em Nairobi, Quênia, estima-se que 60.000 crianças vivem nas ruas e quase todas são viciadas de algum tipo de inalante.
- ✖ Na cidade paquistanesa de Karachi estima-se que há 14.000 crianças de rua, das quais de 80% a 90% cheiram cola ou dissolventes.
- ✖ Nos EUA, a Pesquisa Nacional sobre Uso de Drogas e Saúde de 2006 encontrou que 1,1 milhões de jovens entre 12 e 17 anos tinham usado inalantes no ano anterior.

22% dos que abusavam de inalantes e morreram não tinham histórico prévio de abuso de inalantes.

Em Karachi, Paquistão, de 80% a 90% das crianças nas ruas cheiram cola ou dissolventes.

80 - 90%

22%



Durante três dias um amigo deu-me cola gratuitamente. No quarto dia pediu-me dinheiro. Quando então eu era viciado e tive que dar-lhe o dinheiro para conseguir um tubo de cola. Eu precisava vários tubos de cola por dia.” — Marty

DIFERENTES TIPOS DE INALANTES

Os inalantes podem ser divididos em quatro tipos:

LÍQUIDOS

Os que se vaporizam a temperaturas ambiente. Estes são encontrados em muitos produtos para casa e industriais facilmente conseguidos, incluindo dissolventes de tinta, desengordurantes, gasolina, colas, líquidos de correcção e tintas de marcadores.

SPRAYS

como pinturas em spray, desodorizantes e sprays para o cabelo, sprays de azeite vegetal para a cozinha e sprays para proteger tecidos.

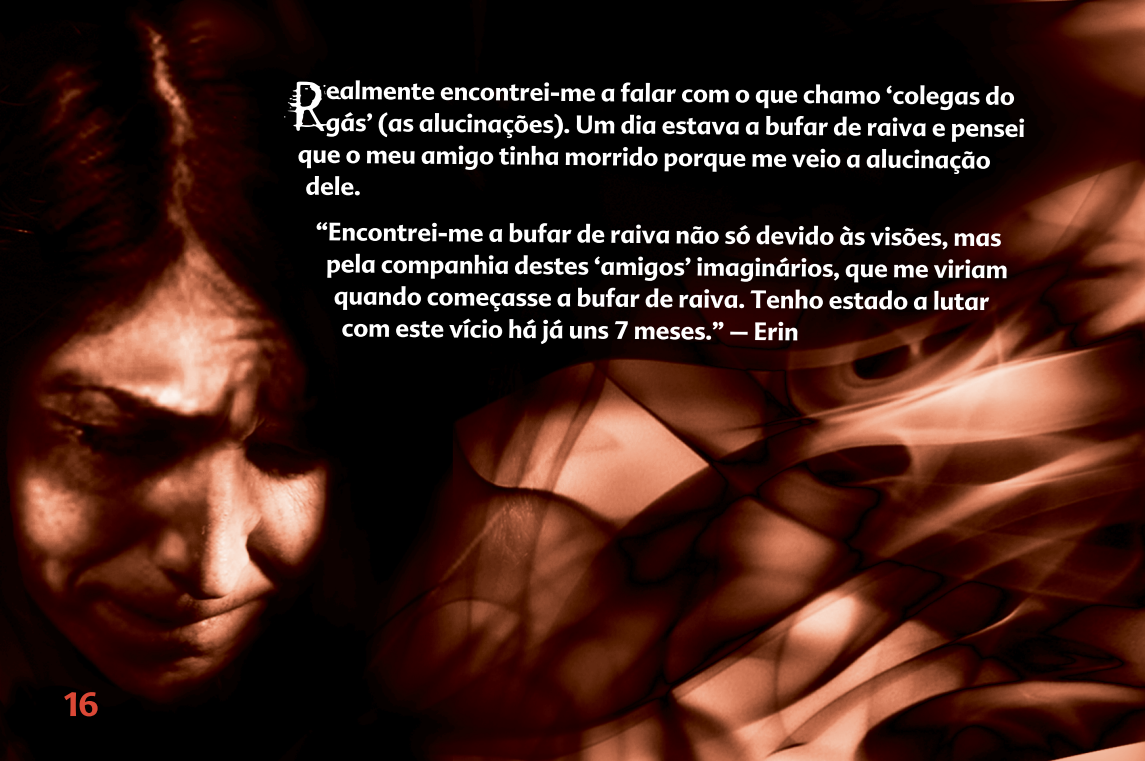
GASES

incluindo anestésicos médicos (éter, clorofórmio e óxido nitroso, geralmente chamado “gás do riso”), acendedores de butano, tanques de propano, dispensadores de nata e refrigerantes.

NITRITOS

(um composto químico que é encontrado em conservantes de comida, limpadores para couro, desodorizantes para a casa, etc.) são considerados uma classe especial de inalantes que actuam directamente sobre o sistema nervoso central, o cérebro e a medula óssea. São usados principalmente como estimulantes sexuais e são conhecidos comumente como “poppers” ou “snappers”.





Realmente encontrei-me a falar com o que chamo ‘colegas do Agás’ (as alucinações). Um dia estava a bufar de raiva e pensei que o meu amigo tinha morrido porque me veio a alucinação dele.

“Encontrei-me a bufar de raiva não só devido às visões, mas pela companhia destes ‘amigos’ imaginários, que me viriam quando comesse a bufar de raiva. Tenho estado a lutar com este vício há já uns 7 meses.” — Erin

OS INALANTES SÃO LEGAIS?

Mesmo que os inalantes não estejam regulados pela Lei de Substâncias Controladas nos EUA, 38 estados dos EUA estabeleceram restrições à venda e distribuição a menores de certos produtos os quais são comumente abusados como inalantes. Alguns estados introduziram multas, cadeia ou tratamento obrigatório pela venda, distribuição, uso e/ou posse de inalantes químicos.

Também existem leis em alguns estados dos EUA que proíbem a inalação recreativa de óxido nitroso.

Algumas comunidades da Austrália do Oeste e do Sul aprovaram leis locais que fazem o cheirar gasolina uma violação da lei. Em Vitoria e Austrália do Oeste a polícia pode procurar uma pessoa se há suspeita razoável de que esteja de posse de um inalante e pode confiscá-lo.

Na Inglaterra e em Gales é ilegal que as lojas vendam substâncias voláteis a menores de 18 se há razão para pensar que vão usá-las para fins de inalação e embriaguez.



INALANTES:

A inalação de vapores de produtos químicos como incenso, azeites, resinas, especiarias e perfumes para alterar a consciência ou como parte de cerimónias religiosas data dos tempos antigos do Egipto, Babilónia (o actual Iraque), Índia e China.

De acordo com alguns investigadores, o inalar vapores de gases para alterar o estado de consciência da pessoa foi praticado pelas sacerdotisas no Oráculo de Delfi¹ na antiga Grécia.

No começo do século XIX, o óxido nitroso, o éter e o clorofórmio eram os anestésicos usados normalmente como embriagantes.

O óxido nitroso era considerado como um substituto barato do álcool e foi popularizado pelo cientista britânico Sir Humphry Davy. Ele celebrava festas de óxido nitroso e inventou a expressão “gás do riso” em 1799. Ao observar os efeitos anestésicos, Davy propôs que o gás podia ser usado para operações, embora isto não tenha sido experimentado por outro meio século.

O uso de anestésicos para propósitos de diversão continuou ao longo do século XIX na Europa e EUA.

¹ Os gregos acreditavam que o Deus Apolo falava às sacerdotisas através do Oráculo de Delfi, um antigo santuário.

UMA BREVE HISTÓRIA



Sir
Humphry Davy

O éter foi usado como droga de diversão durante a época da proibição nos anos de 1920, quando o álcool foi ilegalizado nos EUA.

Nos anos de 1940 foi popularizado o uso de dissolventes por diversão, especialmente de gasolina.

O abuso de inalantes nos Estados Unidos aumentou nos anos 1950 e está agora estendido entre adolescentes.

Nos anos de 1960 a prática de cheirar dissolventes tinha estendido-se por uma ampla gama de produtos comerciais, incluindo dissolventes de tinta e laca, acetona de unhas, creme para lustrar sapatos, fluído para isqueiros, tinta em spray e outros.

Em anos mais recentes, o cheirar cola e gás transformou-se num problema estendido entre as crianças sem abrigo das ruas do sul da Ásia, México, Leste da Europa, Quênia e outras áreas do mundo. As crianças das ruas usam estes inalantes para enganar a dor da fome, frio e desespero.

O cheirar gases e tinta em spray também é comum em regiões remotas do Canadá, América, Austrália, Nova Zelândia e algumas ilhas do Pacífico.



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 afectam directamente a mente. Elas podem distorcer a percepção do consumidor do que está a ocorrer ao seu redor. Como resultado, as acções 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 black and white photograph of a person standing on a rock in a lake, looking out at mountains. The person is silhouetted against the bright sky and water. The mountains are dark and silhouetted against the sky. The water is calm and reflects the sky. The overall mood is contemplative and serene.

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

“Abuso de Inalantes,” Instituto Nacional sobre Abuso de Drogas (EUA)

“Os inalantes supõem uma ameaça para os adolescentes,” Departamento de Saúde Pública de Iowa, 24 de Março de 2008

“O uso de inalantes nos anos da adolescência”, Pesquisa Nacional Sobre o Uso de Drogas e a Saúde, 13 de Março de 2008

Relatório final do grupo de trabalho sobre abuso de inalantes, Melbourne, Austrália, Novembro de 2005

“Inalantes,” Timothy Kaufman, M.D., emedicine.com, 9 de Julho de 2007

“Sobre os inalantes,” Coalisão Nacional para a Prevenção de Inalantes

“Resumo de inteligência: Huffing,” Centro Nacional de

Inteligência sobre as Drogas, Novembro de 2001

“Inalantes: Descrição/visão geral,” Administração de Imposição sobre Drogas dos EUA

“Abuso de inalantes,” Série de Relatórios de Investigação, Instituto Nacional sobre Abuso das Drogas

“A Bufar de Raiva — Inalantes,” Fundação Nacional de Educação da América

“NIDA InfoFactos: Inalantes” Instituto Nacional sobre Abuso de Drogas

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

CRÉDITOS FOTOGRÁFICOS:
Página 4 (cola): BigStockPhoto
Página 7: Thomas Tamm
Página 8: Chadwick Meyers
Página 14: iStockphoto
Página 18: Talaria Enterprises

Foram distribuídos milhões de exemplares de folhetos como este para pessoas por todo o mundo, em 22 línguas. À medida que novas drogas aparecem nas ruas e se tem mais informação sobre os seus efeitos, os folhetos existentes são actualizados e são criados novos folhetos.

Os folhetos são publicados pela Fundação para um Mundo Sem Drogas, uma fundação pública benéfica com sede em Los Angeles, Califórnia.

A Fundação fornece materiais educativos, assessoramento e coordenação para a sua rede internacional de prevenção contra as drogas. Trabalha com jovens, pais, educadores, organizações de voluntários e agências do governo — qualquer pessoa que esteja interessada em ajudar as pessoas a levar vidas livres do abuso 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