

**A VERDADE SOBRE A**

**MARIJUANA**

Erva

Marijuana

Soruma

Liamba Boi

Maconha

Charro

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



## PORQUE É QUE ESTE FOLHETO FOI PRODUZIDO

**H**á 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)**.

# O QUE É A MARIJUANA?

**M**arijuana é a palavra usada para descrever as flores secas, sementes e folhas da planta de cânhamo indiano. Na rua, é chamada por muitos outros nomes, tais como: marijuana, cânhamo, erva, boi (Portugal), liamba (Angola), maconha (Brasil) e seruma (Moçambique).

Haxixe é uma forma relacionada da droga, feito das resinas da planta de cânhamo indiano. Também chamado “chocolate”(Portugal), “hash”(EUA), ou “shit”(EUA), é uma média de 6 vezes mais forte que a marijuana.

“Cannabis” descreve qualquer uma das diferentes drogas que provêm do cânhamo indiano, incluindo marijuana e haxixe.

Independentemente do nome, esta droga é um alucinógeno, uma substância que altera a forma como a mente percebe o mundo em que vive.

O elemento químico na cannabis que cria esta alteração é conhecido como THC. A quantidade de THC encontrada em qualquer quantidade de marijuana pode variar substancialmente, mas geralmente, a porcentagem de THC tem aumentado em anos recentes.





# COMO É USADA?

A marijuana é a droga ilegal mais comumente consumida no mundo. Pelo menos 71 milhões de europeus experimentaram-na pelo menos uma vez.

A marijuana normalmente é fumada como um cigarro (charro), e pode-se fumar também num cachimbo. Com menos frequência, é misturada com os alimentos e comida ou preparada como chá. Algumas vezes, os consumidores abrem os cigarros e tiram o tabaco, misturando-o com marijuana, chamado uma “ganza”(Portugal). Os charros e as ganzas são algumas vezes adicionados a outras drogas mais potentes, tais como o crack ou PCP (fenclidina, um alucinógeno muito poderoso).

A marijuana é uma mistura de folhas, caules, flores e sementes secas da planta do cânhamo. É geralmente de cor verde, castanha ou cinzenta.

O haxixe é uma resina cor de canela, castanha ou negra que é seca e pressionada em barras, paus ou bolas. Quando são fumados, tanto a marijuana como o haxixe emitem um aroma doce e característico.

Quando uma pessoa fuma um charro, normalmente sente os seus efeitos em minutos.

As sensações imediatas são aumento do ritmo cardíaco, diminuição da coordenação e equilíbrio e um estado mental irreal e de “sonhador”: alcançam o seu auge dentro dos primeiros 30 minutos. Estes efeitos a curto prazo desaparecem normalmente em duas ou três horas, mas podem permanecer mais tempo, dependendo da quantidade tomada pelo consumidor, a potência do THC e a presença de outras drogas introduzidas na mistura.

Como o consumidor típico aspira mais fumo e o mantém mais tempo do que o que faria com um cigarro, um charro cria um impacto severo nos pulmões de uma pessoa. À parte do incómodo que se associa à dor de garganta e resfriados, descobriu-se que o consumo de um charro expõe tanto aos químicos produtores de cancro como se fumasse cinco cigarros.

As consequências mentais do uso da marijuana são igualmente severas. Os fumadores de marijuana têm memória e aptidão mental mais pobre do que os não fumadores.

Aos animais a que lhes foi administrada marijuana por pesquisadores sofreram também danos estruturais cerebrais.

## NOMES DE RUA

**Maconha (Brasil)**

**Erva**

**Baseado (Brasil)**

**Beck (Brasil)**

**Boi (Portugal)**

**Liamba (Angola)**

**Seruma**

**(Moçambique)**

**Cânhamo**

**Papel de Galo (Brasil)**

**Parampo**

**Passa**

**Sabonete**

**Porro**

**Tablete**

**Taco**

**Tarolo**

**Ganza**

**Charro**

**Haxixe**

**Chocolate (EUA)**

**Hash (EUA)**



# MARIJUANA OS SEUS ANTECEDENTES

**A** planta de cânhamo (da qual se elabora as drogas da cannabis como a marijuana e haxixe) foi cultivada para uso como alucinógeno há mais de 2.000 anos.

Embora a cannabis contenha mais de 400 componentes químicos diferentes, o ingrediente principal que afecta a mente é o THC. A quantidade de THC na planta do cânhamo determina a potência da droga. O clima, a terra e outros factores determinam a percentagem de THC encontrado na planta. Mas com o uso das técnicas de agricultura modernas,

os cultivadores de cânhamo desenvolveram variedades de cannabis as quais contêm níveis muito mais elevados de THC do que no passado. Os níveis de THC usados em 1974 eram de 1%, mas em 1994 esta média subiu para 4%. Em 2008, os níveis pesquisados foram de 9,6%, mais altos que nunca desde que a análise das drogas começou nos anos 70.

Uma forma de cannabis, chamada Sinsemilla (Espanhol para “sem sementes”) pode conter níveis de THCs de 7,5% até um máximo de 24%.

# ÁLCOOL VERSUS MARIJUANA



**F**umar marijuana é igual a beber álcool? Você decide. Aqui estão os factos:

A marijuana contém mais de 400 toxinas e componentes químicos conhecidos, incluindo as mesmas substâncias causadoras de cancro encontradas no fumo do tabaco. Diferente dos fumadores de cigarro, os fumadores de charros tendem a inalar profundamente e a segurar a fumaça tanto quanto possam para aumentar o efeito da droga, piorando o dano nos pulmões.

O álcool é eliminado do corpo em poucas horas; o THC permanece na gordura do corpo durante semanas, possivelmente meses, dependendo de quanto tempo e qual a intensidade do uso.

O THC danifica o sistema imunológico. O álcool não o faz.

Não temos a intenção de aqui minimizar os danos do consumo de álcool, o qual pode ser igualmente prejudicial. Os consumidores, no entanto, precisam de estar cientes da química contida na marijuana, algumas delas provocam cancro, e permanecem no corpo muito tempo depois da droga ter sido consumida.

# ESTATÍSTICAS INTERNACIONAIS

**D**e acordo com as Nações Unidas, 161 milhões de pessoas por todo o mundo consomem marijuana, mais de 3.8% de toda a população no planeta Terra.

- Mais de 94 milhões de pessoas nos EUA admitiram consumi-la pelo menos uma vez.
- A cannabis (marijuana ou haxixe) é a droga ilegal mais comumente

consumida em Portugal. Um inquérito de 2007 aos estudantes portugueses descobriu que 13% tinha-a consumido pelo menos uma vez.

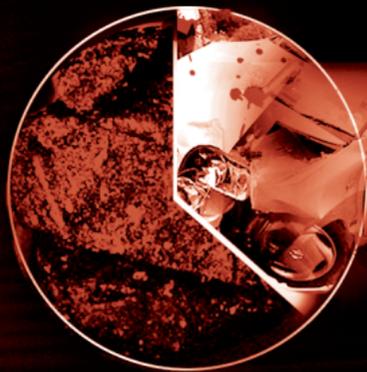
- Entre os jovens dos 12 aos 17 anos nos EUA 6,7% eram actualmente consumidores de marijuana em 2007.
- De acordo com as estimativas do governo dos EUA a produção caseira de marijuana aumentou em 10 vezes nos últimos 25 anos: de 100 toneladas métricas em 1981 para 10.000 toneladas em 2006. Não surpreendentemente 58% daqueles jovens entre os 12 e 17 anos declaram ser muito fácil obter erva. Os consumidores americanos de marijuana gastaram aproximadamente \$10,5 milhares de milhões na droga no ano 2000.

- Em 2005, 242.200 visitas às salas de emergências nos EUA envolveram marijuana.

- De acordo com o US Drug Enforcement Administration, uma grande porcentagem daqueles presos por crimes tiveram exames de marijuana positivos. Por toda a nação, 40% dos homens adultos deram positivo neste exame no momento em que foram presos.

- Dos adultos com 26 anos ou mais que usaram marijuana antes dos 15 anos, 62% partiram para o uso de cocaína em algum ponto de suas vidas; 9% partiram para heroína pelo menos uma vez; e 54% consumiram algum medicamento prescrito que altera a mente.

Seguindo-se ao álcool, a marijuana é a segunda substância mais frequentemente encontrada nos corpos de condutores envolvidos em acidentes automobilísticos fatais.



# OS EFEITOS PREJUDICIAIS DA MARIJUANA

**O**s efeitos imediatos de consumir marijuana incluem batimentos cardíacos rápidos, desorientação, falta de coordenação física, frequentemente seguida por depressão ou sonolência. Alguns consumidores sofrem de ataques de pânico ou ansiedade.

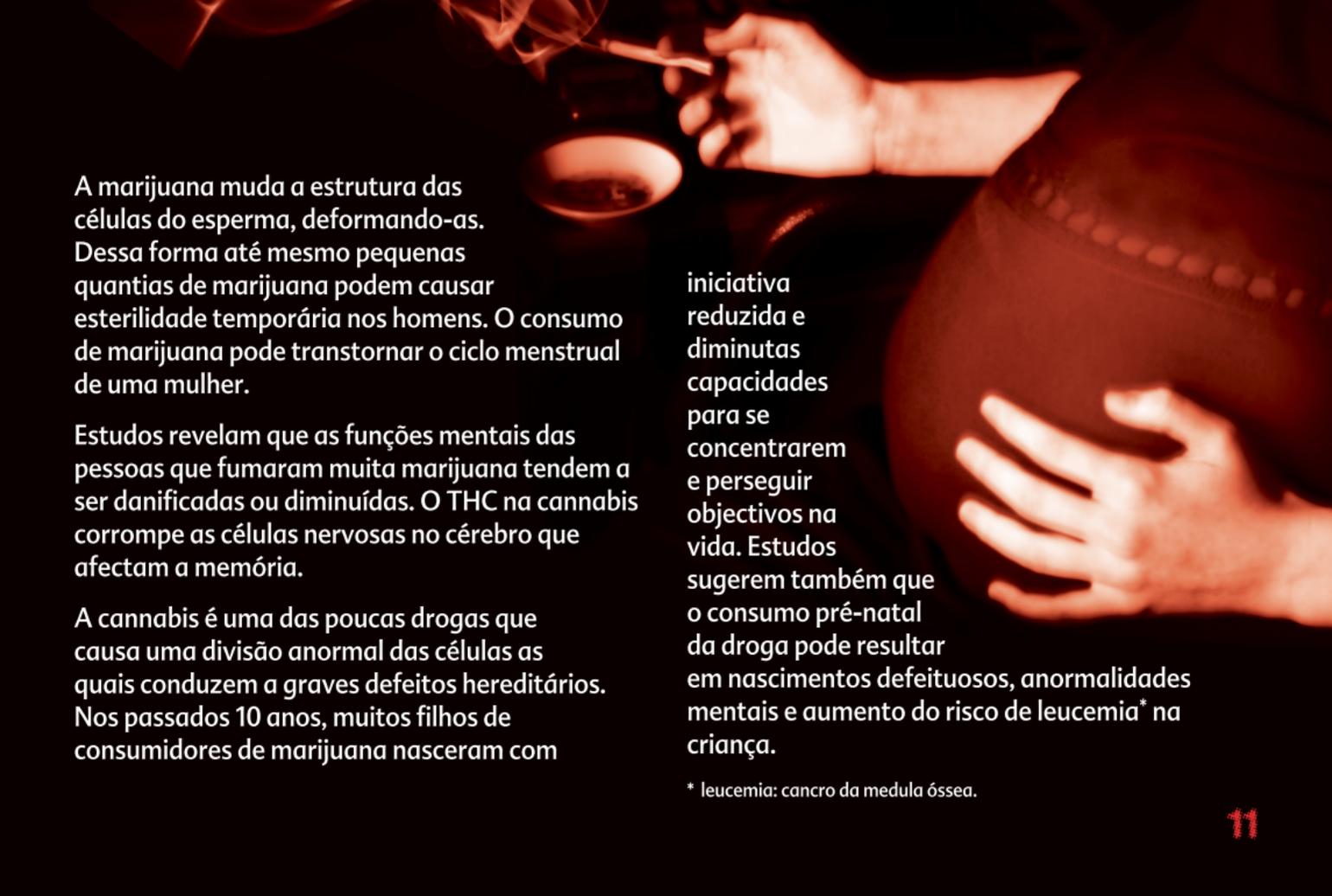
Mas o problema não acaba aqui. O ingrediente activo na cannabis, THC, permanece depositado no corpo por semanas ou mais.

O fumo de marijuana contém 50% a 70% mais de hidrocarbonatos causadores de cancro do que os cigarros e um charro é equivalente a 5 cigarros de tabaco. Uma das principais pesquisas relatou que um só charro poderia causar tanto dano nos pulmões quanto mais de 5 cigarros comuns

fumados um atrás do outro. Os fumadores de charro crónicos sofrem frequentemente de bronquites, uma inflamação da região respiratória.

A droga pode afectar mais do que a sua saúde física. Estudos na Austrália em 2008 associaram anos de uso pesado de marijuana a anormalidades no cérebro. Isso é respaldado por uma pesquisa anterior sobre os efeitos a longo prazo da marijuana, que indica que as mudanças no cérebro são similares àquelas causadas pelo uso a longo prazo de drogas mais pesadas. E muitos estudos têm mostrado a conexão entre uso continuado de marijuana e psicose.





A marijuana muda a estrutura das células do esperma, deformando-as. Dessa forma até mesmo pequenas quantias de marijuana podem causar esterilidade temporária nos homens. O consumo de marijuana pode transtornar o ciclo menstrual de uma mulher.

Estudos revelam que as funções mentais das pessoas que fumaram muita marijuana tendem a ser danificadas ou diminuídas. O THC na cannabis corrompe as células nervosas no cérebro que afectam a memória.

A cannabis é uma das poucas drogas que causa uma divisão anormal das células as quais conduzem a graves defeitos hereditários. Nos passados 10 anos, muitos filhos de consumidores de marijuana nasceram com

iniciativa reduzida e diminutas capacidades para se concentrarem e perseguir objectivos na vida. Estudos sugerem também que o consumo pré-natal da droga pode resultar em nascimentos defeituosos, anormalidades mentais e aumento do risco de leucemia\* na criança.

\* leucemia: cancro da medula óssea.

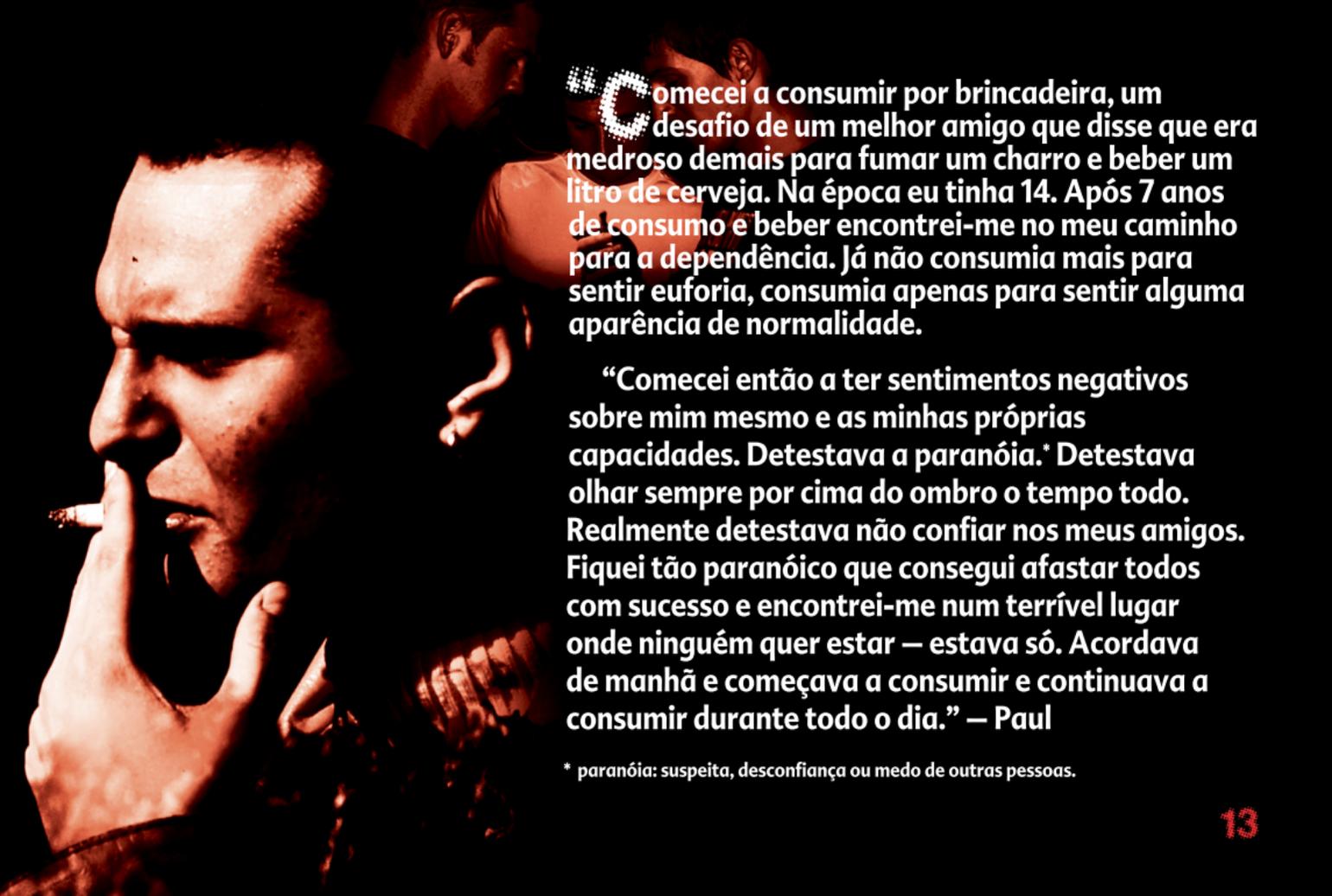


## EFEITOS A CURTO PRAZO

- Distorção sensorial
- Pânico
- Ansiedade
- Coordenação escassa de movimento
- Tempo de reacção mais reduzido
  - Depois de uma “subida” inicial o consumidor sente-se sonolento ou deprimido
  - Batimento cardíaco aumentado (e risco de ataque cardíaco)

## EFEITOS A LONGO PRAZO

- Resistência reduzida a doenças comuns (resfriados, bronquites, etc.)
- Supressão do sistema imunológico
- Distúrbios de crescimento
- Aumento de células no corpo anormalmente estruturadas
- Redução de hormonas sexuais masculinas
- Destruição rápida das fibras dos pulmões e lesões (feridas) cerebrais que poderão ser permanentes
- Capacidade sexual reduzida
- Dificuldades no estudo: capacidade reduzida para aprender e reter informação
- Apatia, sonolência, falta de motivação
- Mudança de personalidade e humor
- Incapacidade para compreender as coisas claramente



**C**omecei a consumir por brincadeira, um desafio de um melhor amigo que disse que era medroso demais para fumar um charro e beber um litro de cerveja. Na época eu tinha 14. Após 7 anos de consumo e beber encontrei-me no meu caminho para a dependência. Já não consumia mais para sentir euforia, consumia apenas para sentir alguma aparência de normalidade.

**“Comecei então a ter sentimentos negativos sobre mim mesmo e as minhas próprias capacidades. Detestava a paranóia.\* Detestava olhar sempre por cima do ombro o tempo todo. Realmente detestava não confiar nos meus amigos. Fiquei tão paranóico que consegui afastar todos com sucesso e encontrei-me num terrível lugar onde ninguém quer estar — estava só. Acordava de manhã e começava a consumir e continuava a consumir durante todo o dia.” — Paul**

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

# NA ROTA DO CONSUMO DE DROGAS

**P**or construir uma tolerância, a marijuana pode levar os consumidores a consumirem drogas mais fortes para alcançar a mesma viagem. Quando os efeitos começam a desaparecer, a pessoa pode voltar-se para drogas mais potentes para se libertar de condições indesejáveis que prontamente o levaram a consumir marijuana em primeiro lugar. A própria marijuana não leva a pessoa a outras drogas; as pessoas consomem

drogas para se livrarem de situações ou sentimentos indesejados. A droga (marijuana) mascara o problema durante algum tempo (enquanto o consumidor está elevado). Quando a “viagem” desvanece, o problema, condição ou situação indesejável retorna mais intensivamente do que antes. O consumidor pode então voltar-se para drogas mais fortes uma vez que a marijuana já não “funciona”.

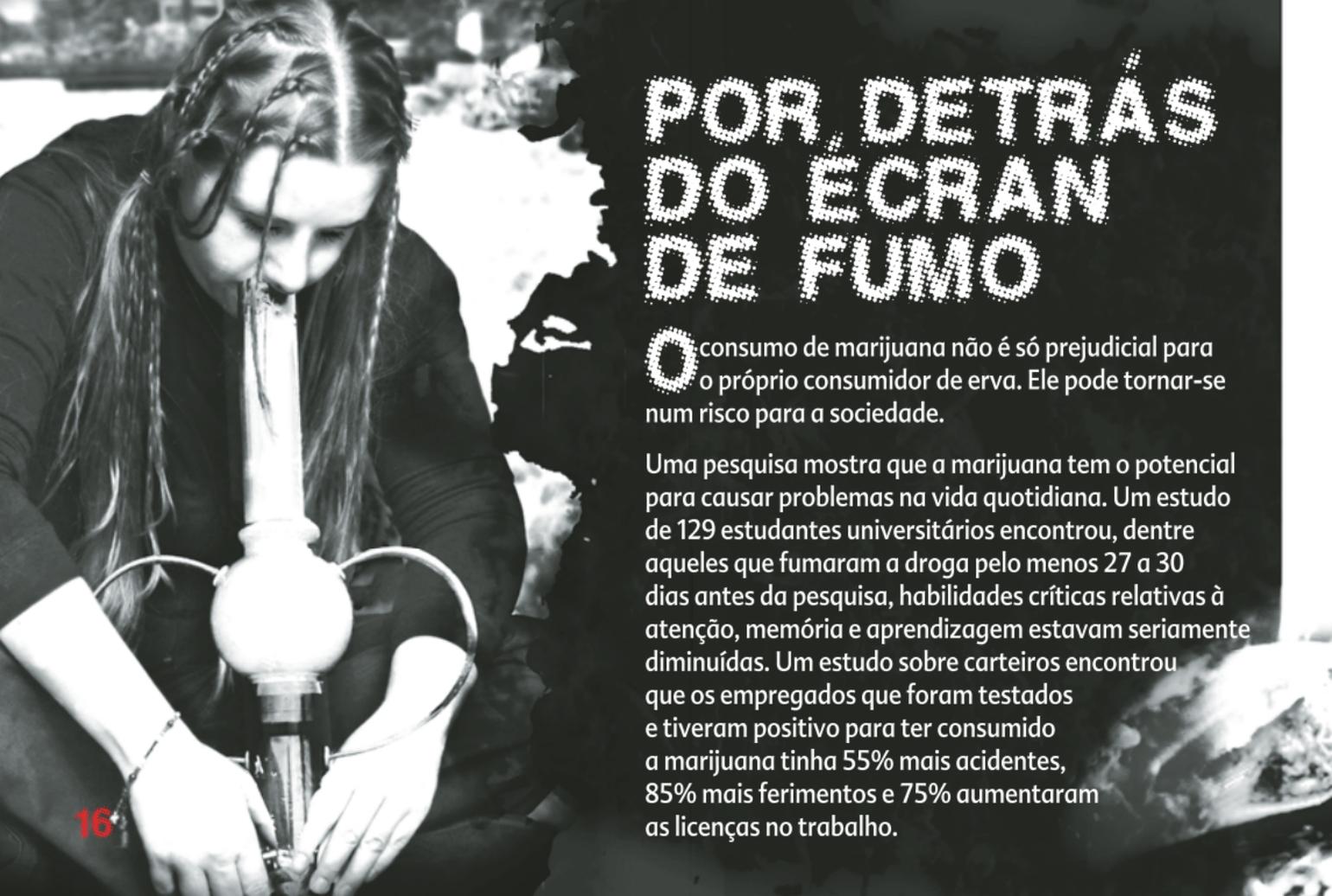
A vasta maioria dos consumidores de cocaína (99,9%) começaram primeiro por consumir uma “droga de apresentação” como a marijuana, os cigarros ou o álcool. Claro que nem todos que consomem marijuana e haxixe começam a consumir drogas mais pesadas. Alguns nunca o fazem. Outros desistem completamente de consumir marijuana. Mas alguns viram-se mesmo para drogas mais pesadas. Um estudo descobriu que os jovens (dos 12 aos 17 anos) que consomem marijuana, têm 85 vezes mais probabilidade de consumir cocaína do que as crianças que não consomem erva e que 60% das crianças que fumam erva antes dos 15 anos passam a consumir cocaína.

A marijuana algumas vezes é combinada com drogas mais pesadas. Os charros às vezes são banhados em PCP, um alucinógeno poderoso. PCP é um pó branco o qual está disponível na forma líquida, a qual é usada com a cannabis. O PCP é conhecido por causar comportamento violento e criar reacções físicas severas incluindo convulsões, coma e até a morte.



**#0 meu primeiro charro foi dado no pátio da escola. Agora sou um dependente de heroína e acabo de finalizar o meu oitavo tratamento para a dependência de drogas.”**

— Christian



# POR DETRÁS DO ÉCRAN DE FUMO

O consumo de marijuana não é só prejudicial para o próprio consumidor de erva. Ele pode tornar-se num risco para a sociedade.

Uma pesquisa mostra que a marijuana tem o potencial para causar problemas na vida quotidiana. Um estudo de 129 estudantes universitários encontrou, dentre aqueles que fumaram a droga pelo menos 27 a 30 dias antes da pesquisa, habilidades críticas relativas à atenção, memória e aprendizagem estavam seriamente diminuídas. Um estudo sobre carteiros encontrou que os empregados que foram testados e tiveram positivo para ter consumido a marijuana tinha 55% mais acidentes, 85% mais ferimentos e 75% aumentaram as licenças no trabalho.

Na Austrália, um estudo descobriu que a intoxicação por cannabis era responsável por 4,3% das fatalidades nas estradas.

É quase impossível crescer nos Estados Unidos e não estar exposto às drogas. A pressão social para consumir drogas é elevada e a informação honesta sobre os perigos das drogas nem sempre está disponível.

Muitas pessoas dir-lhe-ão que a maquiuaana não é perigosa. Considere quem lhe está a dizer isso. Estas são as mesmas pessoas que estão a tentar vender-lhe a erva?



**#0** professor da escola que frequentei fumava três ou quatro charros por dia. Ele fez com que muitos dos estudantes começassem a fumar charro, eu incluída. O fornecedor dele levou-me a começar a consumir heroína, o que fiz sem resistir. Nessa hora, era como se a minha consciência já estivesse morta.” — Veronique



A marijuana pode afectar a memória de uma pessoa — e este impacto pode durar dias ou semanas após os efeitos imediatos da droga se desvanecerem. Num estudo, foi pedido a um grupo de fortes consumidores de marijuana que recordassem palavras de uma lista. A sua capacidade para recordar correctamente as palavras não voltou a ser a mesma até 4 semanas após pararem de fumar.

Os estudantes têm os níveis mais baixos e são menos prováveis de alcançarem a Universidade do que os não fumadores. Eles simplesmente não têm as mesmas capacidades para recordar e organizar informação comparada com os que não consomem estas substâncias.

# O QUE OS TRAFICANTES LHE DIRÃO

Quando se pesquisou junto aos adolescentes para saber o porquê deles terem começado a usar drogas em primeiro lugar, 55% responderam que foi devido a pressão dos seus amigos. Eles queriam ser porreiros e populares. Os traficantes sabem disto.

Eles aproximam-se de si como um amigo e oferecem-se para “ajudá-lo” com “algo que o coloca para cima”. A droga irá “ajudá-lo a enquadrar-se” ou “a ser porreiro”.

Os traficantes de drogas, motivados pelos lucros, dizem qualquer coisa para

conseguir que você compre as suas drogas. Eles dizem-lhe que “a marijuana não levará a drogas mais duras”.

Eles não se preocupam se as drogas arruinam a sua vida desde que eles sejam pagos. O dinheiro é tudo com que eles se preocupam. Traficantes reformados admitiram que eles viam os seus compradores como “peões de um jogo de xadrez”.

Consiga os factos sobre as drogas.  
Tome as suas próprias 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 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 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

Instituto de Pesquisa Médica da Nova Zelândia

“Estudo da força da marijuana em casos de danos cerebrais,” *ABC News*, 4 de Junho de 2008

“Cannabis causa danos piores do que tabaco,” *BBC News*, 31 de Julho de 2007

“Novo Relatório Encontra Níveis de THC maiores que Nunca na Maconha nos Estados Unidos,” Escritório Nacional de Controlo de Drogas — lançamento à imprensa, 12 de Junho de 2008

Especialistas em Toxicologia Nacional Inc.

“A Produção de Maconha nos Estados Unidos,” Jon Gettman

Rede de Alerta de Uso de Drogas, 2005: Estimativas Nacionais de Drogas

Relacionadas às entradas em Pronto-Socorros

“NIDA Infofacts: Maconha”, 14 de Janeiro de 2008, Instituto Nacional sobre Uso de Drogas

Escritório das Nações Unidas sobre Drogas e Crime 2007 Relatório Mundial de Drogas

Universidade da Carolina do Sul

U.S. Drug Enforcement Administration

Academia Americana de Pediatras

Projecto de Pesquisa da Escola Europeia sobre Álcool e Outras Drogas, Resultados Chave de Portugal, 2007

Centro Europeu de Monitoramento de Drogas e Dependência Química de 2008 Relatório Anual

CRÉDITO FOTOGRÁFICOS: Páginas 10, 12, 14: Alamy.

Milhões de exemplares do folheto de educação sobre as drogas foram distribuídos em todo o mundo em 22 línguas. À medida que surgem novas drogas nas ruas e mais informação sobre os seus efeitos fica disponível, os folhetos existentes são actualizados e são criados outros novos.

Os folhetos são publicados pela Fundação para um Mundo Sem Drogas, uma organização não religiosa e sem fins lucrativos sediada em Los Angeles, Califórnia.

A Fundação providencia materiais educacionais, conselhos e coordenação à sua rede de prevenção das drogas internacional. Ela trabalha com os jovens, pais, educadores, organizações voluntárias e agências governamentais — qualquer pessoa que tenha um interesse em ajudar as pessoas a levarem vidas livres do abuso de 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)