

A VERDADE SOBRE O CONSUMO DE RITALINA

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 é a Ritalina?

Ritalina é o nome comum de *metilfenidato*, classificado pela Drug Enforcement Administration como um narcótico de Tabela II — a mesma classificação que a cocaína, a morfina e as anfetaminas.* É consumida por adolescentes devido aos seus efeitos estimulantes.

Mesmo quando a Ritalina é usada como uma droga prescrita, pode ter graves efeitos secundários incluindo nervosismo, insônia, anorexia (distúrbios alimentícios), mudanças de pulso, problemas cardíacos e perda de peso. Os fabricantes dizem que a droga causa dependência.

Em Junho de 2005, a Food and Drug Administration dos EUA publicou uma série de conselhos públicos de saúde advertindo que a Ritalina e as suas drogas irmãs podem causar alucinação visual, pensamentos suicidas, comportamentos

psicóticos, assim como comportamentos agressivos e violentos.

Um escritor colocou desta forma: “Aos pais nunca se diz: ‘Ah, é verdade, de vez em quando uma criança morre simplesmente por tomar a sua medicação prescrita’, ou ‘É verdade, as crianças que tomam medicamentos estimulantes têm duas vezes mais probabilidades de consumir drogas’, ou ‘É verdade, um terço de todas as crianças nestes medicamentos desenvolvem sintomas de comportamento compulsivo obsessivo dentro do primeiro ano’.”



* anfetamina: um estimulante potente do sistema nervoso central (cérebro e medula espinhal), frequentemente chamado de “speed”.

Onde se encontra?



Infelizmente, a Ritalina e o tipo de drogas relacionadas para a “hiperactividade” podem ser encontradas quase em qualquer parte. Se está na escola ou na universidade, provavelmente tem um fácil acesso ao abastecimento, com “traficantes” (especialmente nos seus colegas) ansiosos de obter lucro fácil, através de si.

Nalgumas escolas, 20% dos estudantes consomem drogas regularmente. A Drug Enforcement Administration (DEA) descobriu que muitas destas escolas têm mais destas drogas do que na farmácia vizinha.

Porque é que é tão comum? É demasiado fácil para um “amigo” pegar alguns dos comprimidos prescritos do seu irmãozinho e vendê-los a \$5. Ou um aluno ansioso por uma solução rápida conta à enfermeira da escola que ele sofre de “distúrbio de estudo” e “não se consegue concentrar”. Ele consegue uma prescrição e armazena os comprimidos para uso futuro, distribuindo os extras aos seus amigos.

Embora a lei proíba uma distribuição sem restrição de tais poderosos estimulantes,* permanece o triste facto de que estas substâncias estão à livre disposição quase em qualquer parte. A Cocaína Infantil, como tem sido chamada, é repartida como doces.

* Estimulante: uma droga que aumenta a energia e agilidade instantâneas mas que vem acompanhada de aumentos de pressão sanguínea, da frequência cardíaca e da respiração.



**"Os sintomas de
quase uma
overdose retrocedem.
A pessoa fica muito
hiper, hipersensível,
hiperalerta, com
mudanças de humor
muito intensas.
É de doidos." — Jake**



Como começa o consumo de Ritalina

Parece tão simples ao princípio. Um estudante atrasa-se um pouco nos seus estudos. Há um exame e ele precisa se preparar. Terá que ficar acordado até tarde para conseguir uma boa nota. O café dá-lhe nervosismo, mas muitos dos seus amigos usam estes comprimidos para obter a energia extra que necessitam. Porque não? Alguns dólares; um comprimido; uma noite inteira de estudo; um sentimento de “concentração”.

Isto pode ser onde começa, mas frequentemente não é onde acaba.

Alguns estudantes estão a esmagar a Ritalina e a inalá-la como a cocaína para uma absorção mais rápida. “Mantém-no desperto durante horas”, disse um.

E assim como a cocaína ou qualquer outro estimulante, a sensação agradável de “viagem” é inevitavelmente seguida por uma “queda”, um sentimento de fadiga, depressão e um estado de alerta diminuído. Um estudante dependente em Adderall, outro estimulante amplamente consumido nos campos universitários, recontou que um sentimento de “quase esclarecimento” tornava-se um estado de “tudo perdido” no dia a seguir. Como um consumidor disse: “Normalmente, depois, dá-me um sono profundo.”

E, claro, o consumidor depressa fica a saber que esta sensação de “queda” pode ser aliviada com uma “ajuda” de outro comprimido que o deixa outra vez “elevado”. E assim continua.

A seguir podem ser doses maiores, ou “cheirar” para uma viagem maior. A tolerância aumenta, por isso uma pessoa consome mais. Nestas doses mais elevadas, a Ritalina pode levar a convulsões, dores de cabeça e alucinações. Esta poderosa substância parecida com a anfetamina pode inclusive levar à morte, como nos muitos casos de crianças que morreram de ataque cardíaco causado pelo dano ligado à droga.

“Provei a Ritalina pela primeira vez quando estava no 7.º ano. Foi-me prescrita, pensavam que tinha um ligeiro DDA [Distúrbio de Déficit de Atenção], porque o fingia, e desta forma poderia ter uma desculpa para não obter bons resultados na escola (quando era apenas preguiçoso). Nunca me dei conta de que estava a ficar dependente e, portanto, não tinha nenhuma diferença com qualquer outro consumidor de drogas habitual.

“Consumi cerca de 40 mg num dia e sentia que podia ir ao limite do meu jogo. Permanecia desperto por dias, a ponto de sofrer um surto psicótico grave. Foi terrível! Tudo parecia estar a derreter e a transformar-se noutra coisa e estava aterrorizado.” — Andrea

Que aspecto tem a Ritalina?

E outros factos



A Ritalina vem em pequenos comprimidos, aproximadamente do tamanho e da forma de um comprimido de aspirina, com o nome “Ciba” (do fabricante) gravado neles. Os comprimidos de 5 mg são amarelo pálido, os de 10 mg são verde pálido, e os de 20 mg são ambos brancos e amarelo pálido.

É descrito como um estimulante do sistema nervoso central. Contudo, até o seu fabricante, nas instruções do pacote da droga, admite que ninguém realmente conhece como afecta o corpo humano: “O modo de acção no homem não é completamente compreendido.”

Os consumidores reduzem a pó os comprimidos e “cheiram-no”. A droga é solúvel em água, sendo fácil de transformar em líquido o qual pode ser injectado.

Como apontado pela Drug Enforcement Administration: “os produtos farmacêuticos desviados dos canais legítimos são a única fonte em que o metilfenidato está disponível para os consumidores.”

Por outras palavras, cada comprimido da droga que é consumida, quer na sua forma original ou desfeita em pó, ou dissolvida com água, é originada pelos fabricantes. Nenhuma delas é fabricada nas ruas.



“Construi agora uma tolerância a tomar entre 2 ou 3 comprimidos de 20 mg para ficar elevado. Reconheço a minha dependência... Tornei-me ‘louco’ ou zombie.” – Alex



Nomes de rua

A man with dark hair is looking down at a large pile of white, round pills on a city street at night. The background is filled with the blurred lights of cars and street lamps, creating a bokeh effect. The overall tone is somber and gritty.

A Ritalina é chamada por uma variedade de nomes na rua, incluindo:

- Coca de Dieta
- Crack Infantil
- Ritalin LA
- Vitamina R
- R-ball
- Rubifen
- Metilfenidato
- Skittles
- Smarties

Cocaína do pobre

A Ritalina é fácil de se conseguir e é barata. Conseguídos de alguém que tenha uma prescrição, roubados de um irmão ou obtidos com prescrição fraudulenta, esses comprimidos são então largamente vendidos. O preço está à volta de \$1 ou \$2 na escola e \$20 por comprimido no mercado negro.

A comparação da Ritalina com a cocaína não é apenas um slogan. A Ritalina é quimicamente similar à cocaína. Quando injectada, manda aquele “golpe” que os viciados imploram tanto.

Em 2000, a US Drug Enforcement Administration (DEA) revelou os resultados dos estudos em animais e em humanos que receberam cocaína e Ritalina. O teste não consegue mostrar a diferença. A DEA concluiu que “Eles produzem efeitos que são quase idênticos.”

Pessoas testadas a quem lhes tinha sido dado cocaína e Ritalina não poderiam dizer a diferença.



O âmbito do uso da Ritalina

O abuso de drogas prescritas tal como a Ritalina está a aumentar:

Por volta de 2006, quase 7 milhões de americanos abusaram de drogas prescritas, incluindo Ritalina — mais do que o número daqueles que abusaram de cocaína, heroína, alucinógenos, Ecstasy e inalantes, combinados. Em 2007, 3,8% de estudantes do 12.º ano relataram ter consumido Ritalina sem a prescrição médica pelo menos uma vez no ano anterior.

Um factor importante que contribui para o abuso é o grande aumento no número de prescrições de Ritalina e outros estimulantes. Nos EUA, o número de prescrições de estimulantes subiu de aproximadamente 5 milhões em 1991 para quase 35 milhões em 2007.

Trends in the Prescribing of Psychotropic Medications to Preschoolers

g May Be for Ritalin

DEA takes action to stop advertising: ADHD drug use rises

Hyper-Drugging of Active Kids

Back to school for ADHD drugs

Metilfenidato (Ritalina **está** disponível em todos os Estados-membros de toda a Europa sob vários nomes incluindo Concerta, Equasym, Medikinet e Rubifen

Em 2004, o metilfenidato (Ritalina) esteve envolvida em aproximadamente 3601 visitas ao departamento de emergência do hospital, comparado com os 271 em 1990.

De 1990 a 2000, 186 mortes nos EUA estavam ligadas à Ritalina. O risco é o mais alto para aqueles que aspiram grandes quantidades da droga.

Desde 1995 que tem estado incluída na lista dos medicamentos “mais roubados” de US Drug Enforcement Administration.

**Em 2004
verificou-se
13 vezes mais
viciados em
Ritalina em salas
de emergência do
que em 1990**

1990
Entradas em
Prontos Socorros a
envolver Ritalina

2004

Entradas
em Prontos
Socorros
a envolver
Ritalina

**“A cabeí a consumir
anfetaminas muito
mais potentes que me
puseram em baixo
rapidamente, e não sei
se me teria interessado
nelas se não tivesse
começado a consumir
Ritalina.” — Andy**



Os efeitos viciantes de estimulantes prescritos

Esta substância parecida com a anfetamina causa o mesmo tipo de efeitos no corpo que outras formas de drogas: perda de apetite, insônia, aumento do ritmo cardíaco. O consumo desta droga em grandes doses, especialmente através da injeção ou ao “cheirá-la”, cria inclusive uma tensão maior sobre o corpo. O stress sobre o coração pode ser fatal.

Veja o caso de um adolescente, um consumidor habitual de Ritalina, que um dia sofreu um colapso enquanto andava de skate. Morte de ataque cardíaco.

A injeção de Ritalina tem um horrível efeito adicional sobre o corpo. Enquanto o componente químico, metilfenidato, se dissolve completamente na água, os comprimidos também têm partículas minúsculas de

enchimento insolúveis. Estes materiais sólidos bloqueiam os pequenos vasos sanguíneos quando injectados dentro da corrente sanguínea, causando sérios danos nos pulmões e olhos.

Independentemente do impacto físico, há também as condições emocionais severas causadas pelo consumo desta droga mesmo em curtos períodos. Alucinações e comportamento psicótico não são incomuns.

Um pesquisador no Texas descobriu que o uso de Ritalina poderia estar relacionado com um maior risco de cancro. Este estudo descobriu que após somente três meses, cada uma das doze crianças tratadas com metilfenidato, experimentaram anormalidades genéticas associadas com um risco aumentado de cancro.

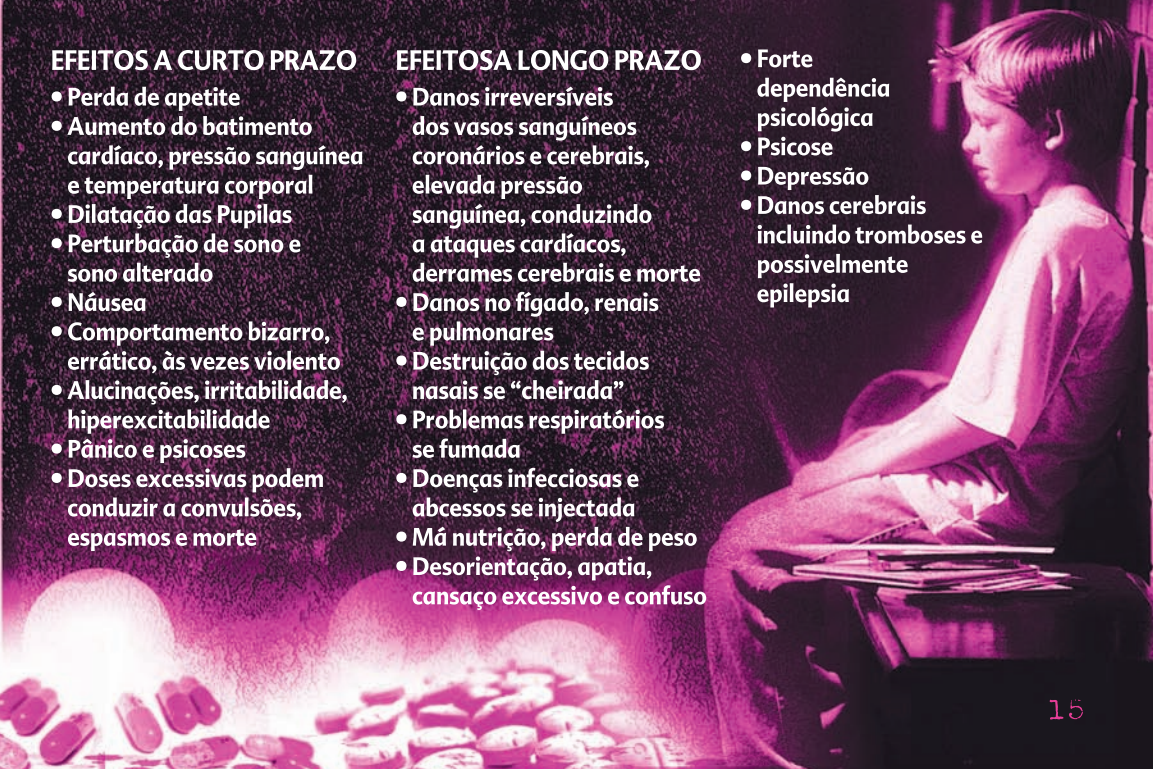
EFEITOS A CURTO PRAZO

- Perda de apetite
- Aumento do batimento cardíaco, pressão sanguínea e temperatura corporal
- Dilatação das Pupilas
- Perturbação de sono e sono alterado
- Náusea
- Comportamento bizarro, errático, às vezes violento
- Alucinações, irritabilidade, hiperexcitabilidade
- Pânico e psicoses
- Doses excessivas podem conduzir a convulsões, espasmos e morte

EFEITOS A LONGO PRAZO

- Danos irreversíveis dos vasos sanguíneos coronários e cerebrais, elevada pressão sanguínea, conduzindo a ataques cardíacos, derrames cerebrais e morte
- Danos no fígado, renais e pulmonares
- Destruição dos tecidos nasais se “cheirada”
- Problemas respiratórios se fumada
- Doenças infecciosas e abscessos se injectada
- Má nutrição, perda de peso
- Desorientação, apatia, cansaço excessivo e confuso

- Forte dependência psicológica
- Psicose
- Depressão
- Danos cerebrais incluindo trombozes e possivelmente epilepsia



Ritalina leva a outras drogas

Um estudo apoiado pelo National Institute on Drug Abuse descobriu que os consumidores de Ritalina e drogas similares “exibiam a maior porcentagem de consumo de cocaína.

Devido ao aumento da tolerância, o consumo de Ritalina pode levar a consumir drogas mais fortes para conseguir a mesma euforia. Quando os efeitos começam a desaparecer, a pessoa pode procurar drogas mais potentes para se libertar

A HISTÓRIA DE KURT: A lenda do Rock Kurt Cobain começou com Ritalina aos 7 anos de idade. A viúva de Cobain, Courtney Love, acreditou que esta droga levou-o a consumir mais tarde drogas mais fortes. Ele cometeu suicídio com um tiro de espingarda em 1994. Love, também foi prescrita com Ritalina quando era criança. Ela descreveu a experiência desta forma: “Quando é uma criança e tem esta droga que o faz sentir esse sentimento [eufórico], para que outra coisa se irá converter quando é adulto?”



das condições indesejadas que a levaram a consumir a droga em primeiro lugar.

A própria Ritalina não conduz a pessoa a outras drogas: as pessoas consomem drogas para se livrarem de situações ou sentimentos indesejados. A droga mascara o problema durante algum tempo (enquanto o consumidor está eufórico). Quando a “viagem” se desvanece, o problema, a condição indesejada, a situação retorna mais intensamente do que antes. O consumidor pode então voltar-se para drogas mais fortes visto que a Ritalina já não “funciona” mais.

Um estudo com 500 estudantes durante um período de 25 anos descobriu que aqueles que consumiam Ritalina teriam uma maior probabilidade de consumir cocaína e outros estimulantes mais tarde na sua vida.

De acordo com um estudo de 2005, os adolescentes que consomem drogas prescritas eram 12 vezes mais propensos a consumirem heroína, 15 vezes mais propensos a consumirem Ecstasy e 21 vezes mais prováveis a consumir cocaína, comparando com adolescentes que não consomem tais drogas.

Justificações comuns (Não caia na armadilha):

Há muitas justificações para consumir esta droga poderosa. Reconheça-as pelo que são: Falsas!

- **Todas as pessoas a usam.**
 - **É só para estudar.**
 - **O meu irmão consome para tratar um distúrbio de aprendizagem, não pode ser tão má.**
 - **Não causam dependência.**
 - **Pode controlar. Não tem que tomá-la outra vez se não quiser.**
- Não permita que outros, ao fingirem ser seus amigos, o persuadam para a armadilha.**

MORTE causada por Ritalina

Altas doses de Ritalina levam a sintomas similares ao consumo de outros estimulantes, incluindo tremores e convulsões musculares, paranóia * e uma sensação de vermes ou larvas a rastejar debaixo da pele.

Há a história do jovem de 17 anos que após inalar comprimidos esmagados de Ritalina e ter ficado desperto durante dias, ficou psicótico, matou os seus pais e feriu severamente os seus irmãos

A HISTÓRIA DO MATTHEW:

O Matthew era um adolescente que consumiu Ritalina durante sete anos. Morreu repentinamente em Março de 2000. Embora não tivesse histórico de problemas cardíacos, a autópsia revelou sinais claros de pequenos danos dos vasos. Aos seus perturbados pais foi-lhes dito por um dos examinadores médicos que o coração de um homem adulto saudável pesa cerca de 350g. O coração do Matthew pesava 402g. No seu atestado de óbito lê-se: "Morte causada por Uso de Longa Data de Metilfenidato (Ritalina)."

* Paranóia: suspeita, desconfiança ou medo de outras pessoas.



e irmã com uma machadinha. E depois havia o rapaz de 14 anos que consumia Ritalina desde os seus 7, que espancou outro rapaz até a morte com um taco de baseball.

A Ritalina pode causar agressão, psicose e batimento cardíaco irregular que pode levar à morte.

É CRIME ABUSÁ-LA

Nos Estados Unidos, a Ritalina está sujeita a rígidos controlos e penas criminais graves pelo consumo. As penalidades de primeira ofensa por tráfico (da qual seria culpado mesmo que só tivesse partilhado um ou dois comprimidos com um amigo) inclui até 20 anos na prisão e uma multa que pode ir até 1 milhão de dólares.

Se a morte ou um dano sério resultar desta primeira ofensa, a pena seria de 20 anos à prisão perpétua. Se a droga é injectada, seria uma ofensa classificada como classe A, com penalidades ainda mais pesadas.

Percebo que o meu interesse e a resultante dependência em “speed” começaram quando me prescreveram Ritalina. No início era em todos os fins-de-semana e daí passou para todos os dias.

“Comecei a ter alucinações de aves a voarem em cima de mim, sensações de pessoas no mesmo quarto quando eu estava só, e o começo da paranóia. Usei toda a prescrição de Dexedrina [do meu amigo] numa semana. Então voltei para a minha Ritalina e daí continuei.

“Não me lembro muito do meu 12.º ano, mas lembro-me da depressão esmagadora e de uma incapacidade de entender qual era a verdadeira razão de estar a ir tão mal na escola. Mal me formei e não fiz absolutamente nenhum plano para a faculdade.

“Matriculei-me no último minuto na faculdade local. Estive limpo por uns 17 dias antes da necessidade por “speed” superar tudo. Frequentei as aulas por uma semana, e falhei miseravelmente.” — Sam

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

Folha Informativa sobre o Abuso de Drogas Prescritas de Drug Enforcement Administration dos EUA

A Vigiar o Futuro — Resultados Nacionais sobre o Uso de Drogas pelos Adolescentes, Visão Geral das Descobertas de 2007, Instituto Nacional sobre o Abuso de Drogas

Departamento da Saúde e Serviços Humanos dos EUA, Testemunho de Nora D. Volkom, MD, perante o Subcomitê Judiciário do Senado sobre o Crime e as Drogas, 12 de Março de 2008

Departamento de Emergências Visitas a Envolver Medicamentos Estimulantes para a ADHD, Administração do Abuso de Substâncias e Saúde Menta, 2006
Gabinete das Nações Unidas sobre Drogas e Crime

“Milhões Usaram Mal as Drogas Estimulantes para a ADHD, Diz o Estudo”, Shankar Vedantam, *Washington Post*, 25 de Fevereiro de 2006

“NIDA InfoFacts: Medicamentos Estimulantes para a ADHD — Metilfenidato e Anfetaminas”, Instituto Nacional sobre o Abuso de Drogas

Departamento de Psicologia
Universidade Vanderbilt

O Centro Crimson de Harvard para a Pesquisa do Abuso de Substâncias

Norvatis (descrição da Ritalina)

Departamento Médico da Universidade do Texas, Galveston

Centro de Recurso de Prevenção
Universidade de Indiana

Polícia Montada Real
Canadense

Centro de Saúde da
Universidade de Nova Iorque

O Conselho Familiar sobre a Consciência sobre as Drogas

Agências Médicas Europeias

CRÉDITOS FOTOGRÁFICOS:
Páginas 4 e 5: istockphoto.
com/Matty Symons; Página 11:
Itar-Tass

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° 16B, 1169-112 Lisboa
naoasdrogas.com.pt
info@naoasdrogas.com.pt