

A tua saúde depende de ti!

Unidade de Saúde da Ilha do Faial

Vista Alegre - 9901-853 Horta

Telefone: 292 207 200

E-mail: sres-usifaial@azores.gov.pt

Elaboração: Saúde Escolar-Diana Escobar

Imagem: Diana Escobar

Revisão: Equipa de Comunicação

Referências: SICAD. Programa cuida-te e as substâncias psicoativas.

Acedido em 28 de março, em: [http://www.sicad.pt/PT/Intervencao/Materiais/Paginas/detalhe.aspx?](http://www.sicad.pt/PT/Intervencao/Materiais/Paginas/detalhe.aspx?itemId=53&lista=SICAD_MATERIAIS&bkUrl=BK/Intervencao/Materiais/)

itemId=53&lista=SICAD_MATERIAIS&bkUrl=BK/Intervencao/

Materiais/

Elaborado: abril de 2016

Data última revisão: maio 2019

Ref.ª USIFaial: 06|01|32|01

O que são as Drogas?



O que são as Drogas?

As “drogas” são substâncias (produtos) que alteram a forma como vês e sentes o que te rodeia. Podem ter origem nas plantas ou serem produzidas em laboratório.

Drogas = substâncias psicoativas

Existem milhares de substâncias psicoativas e algumas delas estão presentes no nosso dia-a-dia, como por exemplo:



Tabaco

O tabaco contém mais de 4000 substâncias químicas, entre as quais se incluem estimulantes como a nicotina, e outras com efeitos cancerígenos (alcatrão, cádmio, níquel, chumbo etc.)

Os fumadores têm menor resistência física e cansam-se mais

Álcool

Beber álcool em excesso traz graves consequências para a tua saúde.

O álcool tem um efeito amnésico que pode resultar na perda de noção do que se passa contigo e à tua volta.

Até os 21 anos o teu fígado não está preparado para eliminar o álcool sem fazer estragos no teu organismo.

Cannabis

A cannabis sativa é uma planta da qual se produz o haxixe e a erva. É a mais popular de todas as drogas ilegais e tem vários riscos quando é consumida:

- o sensação de paranóia e ansiedade, que em situações extremas podem nunca mais passar;
- o dificulta a aprendizagem por diminuir a capacidade de concentração, memorização e rapidez de raciocínio.

Há quem acredite que fumar cannabis faz menos mal que fumar tabaco mas isso não é verdade. Por exemplo, para os teus pulmões o consumo de um charro equivale ao consumo de 8 cigarros.

Outras substâncias

Algumas substâncias são vendidas como se fossem legais, mas nem tudo o que parece legal, quer dizer que não faz mal!