

# VÍCIOS QUE QUEREMOS ABANDONAR

TRANSTORNO POR USO DE MACONHA



## TRANSTORNO POR USO DE MACONHA

### Introdução



Cannabis ou maconha recebe diversos outros nomes e apelidos. Cannabis sativa é o nome da planta da qual são extraídas folhas, flores, brotos e sementes com os quais são produzidos diversos tipos de maconha.

Há mais de 100 componentes químicos encontrados na maconha dos quais os mais conhecidos são o tetraidrocanabinol (THC) e o canabidiol (CBD). O primeiro tem efeitos estimulantes e eufóricos. O segundo tem uma gama de aplicações médicas que incluem tratar desmaios, convulsões, dor e ansiedade.

A manipulação da cannabis vem fazendo com que nas últimas décadas a concentração de THC nas plantas venha aumentando, e em decorrência disso, também o risco de causar adição e dependência.

As pessoas consomem cannabis em diferentes formas: fumando cigarros ou cigarreiras eletrônicas, inalando fumaça de cachimbos, charutos, cachimbos com água (hookahs), comendo doces, produtos assados e outras comidas e bebidas contendo cannabis.

Qualquer tipo de uso da planta continua ilegal, mas alguns usos medicinais estão sendo liberados pela ANVISA. Há países onde o uso recreativo da maconha foi autorizado, mas no Brasil continua proibido, portanto é ilegal.

Cerca de 9% das pessoas que fizeram uso de maconha se tornam adictos, e cerca de 20% deles, podem ficar dependentes. Em países onde o uso medicinal foi autorizado, observou-se um número maior de dependentes do que nos países onde é proibido.

### Como cannabis afeta a pessoa

O uso de cannabis provoca euforia, sensação de relaxamento e alegria; estimula os sentidos (fazendo as cores parecerem mais brilhantes, por exemplo), altera o senso de tempo e aumenta o apetite. Algumas pessoas sentem ansiedade, medo, desconfiança e pânico em especial em doses maiores.

O uso na adolescência e na infância afeta o desenvolvimento cerebral, reduzindo a habilidade de raciocínio, a memória, o aprendizado e a capacidade de pensar. O uso regular na adolescência está relacionado a maior risco de doença mental.

## **Tratamento**

Como em outras formas de adição a terapia comportamental cognitiva, o gerenciamento das contingências, terapia de aumento motivacional e encontros com narcóticos anônimos são formas de procurar aliviar ou eliminar o vício.

## **Faça você mesmo**

Dicas para parar: usar as estratégias recomendadas para o tabagismo, pois podem ajudar a parar de fumar maconha, assim como o fazem em relação ao tabaco.

## **Gerenciando sintomas de abstinência**

A abstinência se manifesta com irritabilidade, problemas para dormir, mudança do humor e desconforto físico. Ocorrem dentro da primeira semana após a interrupção do uso e perduram por cerca de duas semanas.

Alguns medicamentos podem ser usados sob prescrição médica: zolpidem, buspirona, gabapentina. Está sendo estudado o uso de N-acetilcisteína.

Se ainda estiver enfrentando dificuldades, procure a ajuda de uma equipe assistencial.