

# **Dependência Química<sup>1</sup>**

## **Tratamentos da Dependência Química**

**Saber quando procurar tratamento para superar a dependência química é importante e muitas vezes a família ou os amigos são os primeiros a ajudar.**

Algumas vezes, os dependentes químicos são vistos pela sociedade como pessoas que não possuem força de vontade, fracas e que deveriam simplesmente abandonar o vício. No entanto, é preciso entender que a dependência química faz com que o usuário de substâncias perca o controle do uso e, como consequência, perca também aos poucos, o controle emocional, físico e psíquico. Por isso, ao chegar nessa situação, é preciso buscar ajuda.

### **O que é dependência química?**

A dependência de qualquer substância psicoativa, ou seja, que altere os comportamentos, é chamada de dependência química. Ela pode se referir a álcool, cocaína, crack, maconha e até mesmo medicamentos como calmantes. A dependência química é considerada como um transtorno mental resultante necessidade constante e uso abusivo de drogas.

### **Tratamento e reabilitação de dependentes químicos**

Uma variedade de programas de tratamento (ou recuperação) para o abuso de substâncias estão disponíveis em regime de internação ou ambulatorio. Os programas considerados são geralmente baseados no tipo de substância abusada.

- Internação ou tratamento ambulatorial;
- A desintoxicação (se necessária, com base na substância abusada);
- A gestão de acompanhamento de longo prazo ou sistemas de cuidados orientados para a recuperação são características importantes do tratamento bem-sucedido;
- O gerenciamento de acompanhamento de longo prazo geralmente inclui reuniões de grupo formalizadas e sistemas de apoio psicossocial, bem como supervisão médica contínua.

---

<sup>1</sup> **Fonte:** <https://hospitalsantamonica.com.br/dependencia-quimica/cocaina/>.

- A psicoterapia individual e familiar é frequentemente recomendada para abordar as questões que podem ter contribuído e resultado do desenvolvimento de um transtorno de abuso de substâncias.

### **Sinais e sintomas apresentados por dependentes químicos**



#### **Tentativas sem sucesso de redução do consumo**

Desejar continuamente ou tentar sem sucesso reduzir ou controlar o uso de drogas ou álcool.



#### **Aumentar o consumo de álcool ou drogas**

Usar ou beber grandes quantidades ou por mais tempo do que o planejado.



#### **Passar muito tempo com foco no consumo**

Gastar muito tempo obtendo, usando ou se recuperando do uso de drogas ou álcool.



### **Comprometimento da produtividade**

Uso contínuo de drogas ou álcool interferindo no trabalho, na escola ou nas tarefas domésticas. Até que desiste das atividades.



### **Aparecimento de doenças**

Usar drogas ou álcool, mesmo diante do aparecimento ou agravamento de problemas físicos ou psicológicos.



### **Comprometimento dos relacionamentos**

Usar drogas ou álcool, mesmo com problemas de relacionamento continuados causados pelo uso.



### **Assume riscos**

Correr riscos, como riscos sexuais ou dirigir alcoolizado.



### **Desenvolvimento de tolerância**

Desenvolvimento de tolerância ou necessidade de usar mais drogas ou álcool para obter o mesmo efeito.



### **Mudança de amizades**

Isolamento social da família, amigos e da sociedade. Permanecer mais tempo trancado no quarto ou outro ambiente.



### **Problemas financeiros**

Gastar a maior parte dos seus recursos financeiros com drogas, bebidas, cigarros.



### **Falta de higiene pessoal**

Não cuida da sua higiene pessoal como tomar banho, escovar os dentes, usar roupas limpas.



### **Outros sintomas**

Perda de peso, fadiga constante e olhos vermelhos.

## **Principais Substâncias Causadoras da Dependência Química**

### **Cocaína**

A cocaína é um estimulante do sistema nervoso central que afeta o cérebro ao estimular altos níveis de dopamina, uma substância química do cérebro associada ao prazer e à recompensa. Com o tempo, a cocaína afeta negativamente todas as partes do corpo com potencial para efeitos graves a longo prazo.

### **Crack**

O crack é uma forma fumável de cocaína, um estimulante derivado das folhas da planta da coca. Fumar crack – geralmente através de um cachimbo – cria uma “ euforia ” intensa que é, no entanto, comparativamente curta. Isso muitas vezes obriga os usuários a continuar consumindo crack minutos após a última dose, a fim de repetir e / ou manter a experiência.

### **Alucinógenos**

O alucinógeno, droga psicodélica, droga alucinógena ou droga alucinogénica é, literalmente, uma substância capaz de provocar alucinações. Os alucinógenos distorcem e intensificam as sensações, mas os efeitos efetivos variam bastante e são extremamente imprevisíveis. Os principais perigos são os efeitos psicológicos e o discernimento prejudicado que eles provocam.

### **Maconha**

O Transtorno por Uso da Maconha é uma condição caracterizada pelas consequências prejudiciais do uso repetido da maconha, um padrão de uso compulsivo e (às vezes) dependência fisiológica de maconha (ou seja, tolerância e / ou sintomas de abstinência). Esse transtorno só é diagnosticado quando o uso de maconha se torna persistente e causa prejuízo.

### **Medicamentos**

Os medicamentos podem ter riscos e efeitos colaterais, bem como benefícios. Alguns medicamentos podem causar dependência e vício quando você os toma por algum tempo. No entanto, se isso acontecer, a dependência ou o vício podem ser tratados.

## **Álcool**

O transtorno por uso de álcool se desenvolve quando você bebe tanto que ocorrem alterações químicas no cérebro. Essas mudanças aumentam a sensação de prazer que você tem quando bebe álcool. Isso faz você querer beber com mais frequência, mesmo que seja prejudicial.

## **Nicotina**

A nicotina é a substância no tabaco (presente tanto em cigarros, charutos, cachimbo e tabaco de mascar como em cigarros eletrônicos) da qual os usuários se tornam dependentes. Além da nicotina, cigarros fumados contêm alcatrão e monóxido de carbono, juntamente com quase 4.000 outros ingredientes, muitos dos quais são tóxicos.

## **Quando procurar tratamento para dependência química?**

Não se desespere. Diferentemente do que muitas pessoas podem pensar, a dependência química é considerada uma doença crônica que pode ser tratada. Os dependentes químicos precisam de ajuda para reconhecer o problema. Neste sentido, existem tratamentos psiquiátricos e terapias que ajudam na reabilitação e prevenção a recaídas.

Em muitos casos a internação, voluntária ou involuntária, é necessária para resgatar e desintoxicar o indivíduo e assim ajudá-lo a alcançar a sua harmonia e restaurar sua autoestima rumo a uma vida autônoma e livre de vícios.

## **Terapias e atividades que complementam o tratamento psiquiátrico**

### **Terapia em grupo**

Atuação de psicólogos e um grupo pacientes para trabalhar questões que envolvem a depressão, obesidade, transtorno do pânico, ansiedade social, dependência de substâncias, dentre outras questões.

### **Hidroginástica**

Supervisionada pela equipe de fisioterapeutas utiliza as propriedades da água como complemento das terapias convencionais. Os exercícios físicos são indicados como auxílio no tratamento de doenças mentais.

### **Pilates e alongamento**

Torna-se bem eficaz ao combinar exercícios de fisioterapia, técnicas da ioga, aparelhos e acessórios específicos no tratamento de dores, em idosos e pessoas com déficits neurológicos como os causados por derrames.

### **Musicoterapia**

Utiliza a música e os instrumentos musicais para reabilitação da saúde mental e física. Promove o relaxamento, melhora a comunicação, auxilia na expressão e integra os pensamentos, sentidos e emoções.

### **Dançaterapia**

Atividade terapêutica muito utilizada para a reabilitação de pacientes. Explora, com bastante habilidade técnica, o uso da dança e a execução de movimentos como complemento das intervenções clínicas.

### **Terapia com cães**

A terapia com cães tem sido amplamente utilizada como ponto de apoio emocional para melhorar a saúde e o bem-estar de pacientes, sobretudo de indivíduos que têm constantes crises depressivas ou de ansiedade.

### **Futebol, vôlei e basquete**

Práticas esportivas geram benefícios à mente, agem no cérebro das pessoas: melhora o humor, aumenta a concentração, reduz o estresse / depressão, qualidade do sono, desenvolve a autoconfiança e liderança.

### **Pintura e artesanato**

A pintura e artesanato potencializam e valorizam as formas singulares do processo de livre criação, elevação da autoestima, melhora do equilíbrio emocional e minimização dos efeitos negativos da doença mental.



### **Espiritualidade e emoções**

A espiritualidade e emoções reduzem o estresse psicológico que provoca dor. Pessoas religiosas são mais esperançosas, otimistas e resilientes. Pode ser grande aliada na manutenção da saúde mental e emocional.

### **Leitura**

Estudos indicam que a leitura tem benefícios cognitivos entre aqueles que mantêm o hábito de ler regularmente, ajuda a entender melhor o sentimento dos outros e também melhora a capacidade de mudança no dia a dia.

## **COCAÍNA**

A cocaína é uma substância pulverulenta branca que reage com o sistema nervoso central do corpo, produzindo energia e euforia. É mais comumente aspirado, mas também pode ser fumado ou dissolvido em água e injetado.

### **O que é Cocaína**

A cocaína é uma substância muito perigosa. Mesmo que os perigos da droga sejam conhecidos, continua sendo incrivelmente popular entre os usuários. Não há nenhuma outra substância ilícita que conduza para a emergência tantas pessoas como a cocaína. Não só a droga pode ser fisicamente e mentalmente viciante, mas também pode prejudicar o corpo de várias maneiras diferentes. Se as pessoas conhecessem mais sobre o assunto, entenderiam por que o tratamento de dependência de cocaína permanece tão importante.

### **Sintomas da Dependência a Cocaína**

Quando injetada por via intravenosa ou quando é inalada, a cocaína provoca uma sensação extrema de alerta, de euforia e de grande poder. Esses sentimentos são menos intensos quando a cocaína é aspirada. Como os efeitos da cocaína podem durar somente por pouco tempo, os usuários podem injetar, fumar ou cheirar a cada 15 ou 30 minutos. O uso excessivo, geralmente por vários dias, leva à exaustão e a uma necessidade de dormir.

## **Overdose**

Doses elevadas podem prejudicar o discernimento e provocar tremores, nervosismo extremo, convulsões, alucinações, insônia, delírios paranoides, delirium e comportamento violento. A pessoa transpira profusamente e as pupilas ficam dilatadas. Doses muito elevadas podem provocar uma temperatura corporal muito elevada que pode ser letal (hipertermia).

Overdose – A overdose de cocaína pode ser fatal. A cocaína aumenta a pressão arterial e a frequência cardíaca, e pode perturbar o ritmo cardíaco (um quadro clínico denominado arritmia). A cocaína causa o estreitamento dos vasos sanguíneos. Se ela causar o estreitamento dos vasos sanguíneos no coração, a pessoa pode ter dores no peito, ataque cardíaco (mesmo em atletas jovens e saudáveis) ou morte súbita. A cocaína pode também causar insuficiência renal, acidente vascular cerebral e problemas pulmonares, incluindo dificuldade em respirar e tossir sangue (“pulmão de crack”).

## **Sintomas longo prazo**

Os usuários de uso prolongado podem desenvolver tolerância, precisando de quantidades cada vez maiores da droga para ter os mesmos efeitos. Usuários de uso prolongado podem lesionar o tecido que separa as duas metades do nariz (septo), causando lesões (úlceras) que podem precisar de cirurgia. O uso intenso pode prejudicar a função mental, incluindo atenção e memória. O uso crônico pode também danificar o coração, causar fibrose e espessamento do músculo cardíaco e acabar dando origem a insuficiência cardíaca. A cocaína pode conter muitos preenchedores, adulterantes e contaminantes que, quando injetados, podem levar a complicações, como infecções.

Se as mulheres usarem cocaína durante a gestação, o feto estará mais propenso a ter problemas que podem provocar o aborto espontâneo.

## **Sintomas de abstinência**

As reações de abstinência (síndrome de dependência de cocaína) incluem fadiga extrema, sonolência e depressão, o oposto aos efeitos da droga. O apetite aumenta e a pessoa tem problemas para se concentrar. A vontade de se suicidar surge quando a pessoa deixa de usar a droga.

### **Sintomas longo prazo**

Alguns dos efeitos a longo prazo que os usuários enfrentam incluem arritmia cardíaca, dores de cabeça, úlceras, náuseas e dor abdominal. O uso prolongado de cocaína também pode prejudicar os rins. Tal como acontece com os efeitos a curto prazo, a forma como as pessoas consomem a droga pode influenciar os efeitos. A substância pode levar à irritação do septo nasal, hemorragias nasais e rouquidão; enquanto as injeções podem levar a marcas de punção, reações alérgicas e veias colapsadas.

### **Sintomas de abstinência**

As reações de abstinência (síndrome de dependência de cocaína) incluem fadiga extrema, sonolência e depressão, o oposto aos efeitos da droga. O apetite aumenta e a pessoa tem problemas para se concentrar. A vontade de se suicidar surge quando a pessoa deixa de usar a droga.

### **Diagnóstico da Dependência a Cocaína**

#### **Atenção: requer um diagnóstico de médico psiquiatra**

- Avaliação de um médico
- Exames de urina

Os médicos normalmente usam os sintomas para basear o diagnóstico de pessoas cujo uso dessa droga é conhecido. Exames de urina conseguem confirmar evidência de uso da droga.

### **Tratamento da Dependência a Cocaína**

#### **Atenção: requer um diagnóstico de médico psiquiatra**

- **Tratamento Médico e Terapias**
- **Medicamentos**

### **Internação para Dependência a Cocaína**

A cocaína é uma droga de ação muito curta, portanto, o tratamento de reações desconfortáveis não é normalmente necessário. A pessoa que estiver muito agitada ou delirante ou que tiver convulsões ou hipertensão arterial recebe benzodiazepínicos (sedativos), como lorazepam, por via intravenosa. Caso os sedativos não consigam controlar a pressão

arterial, é possível que o médico administre nitratos ou outros medicamentos anti-hipertensivos por via intravenosa. Os médicos evitam usar medicamentos anti-hipertensivos chamados betabloqueadores, porque eles podem piorar o efeito da cocaína sobre a pressão arterial. A hipertermia deve também ser tratada com terapia de resfriamento, como molhar o paciente e usar um ventilador para soprar a pele ou utilizar mantas frias especiais.

### **Desintoxicação e reabilitação**

A abstinência do uso prolongado de cocaína pode requerer monitoramento atento, pois a pessoa pode se tornar depressiva e suicida. Pode ser necessária internação em um hospital ou em um centro de tratamento. A psicoterapia é o método mais eficaz para tratar a toxicod dependência da cocaína. Muitos grupos de autoajuda e linhas de suporte para usuários de cocaína estão disponíveis, para ajudar a pessoa a permanecer livre da droga.

Às vezes, os transtornos de saúde mental que costumam ocorrer com toxicod dependentes da cocaína, como a depressão, são tratados com os medicamentos adequados.

### **Internação voluntária - com consentimento paciente**

Se o paciente está ciente de sua situação e dos problemas com os quais convive, a internação voluntária a ajuda a estar em contato com uma equipe multidisciplinar apta a zelar por seu tratamento e a reabilitá-lo de modo que possa voltar a conviver bem com si mesmo e com aqueles que ama.

### **Internação compulsória - contra a vontade do paciente**

§ **Internação compulsória:** neste caso não é necessária a autorização familiar. O artigo 9º da lei 10.216/01 estabelece a possibilidade da internação compulsória, sendo esta sempre determinada pelo juiz competente, depois de pedido formal, feito por um médico, atestando que a pessoa não tem domínio sobre a sua condição psicológica e física.

§ **Internação involuntária:** de acordo com a lei (10.216/01), o familiar pode solicitar a internação involuntária, desde que o pedido seja feito por escrito e aceito pelo médico psiquiatra. A lei determina que, nesses casos, os responsáveis técnicos do estabelecimento de saúde têm prazo de 72 horas para informar ao Ministério Público da comarca sobre a internação e seus motivos. O objetivo é evitar a possibilidade de esse tipo de internação ser utilizado para a prática de cárcere privado.

## **CRACK**

Se você ou sua família estiver passando por apuros por conta do uso de drogas, saiba que existe Tratamento para Dependência de Crack.

### **O que é Crack**

Trata-se de uma forma cristalizada de cocaína, o que significa que é diferente da forma tradicional de pó de cocaína. A droga vem em cristais ou blocos sólidos, a cor pode variar de rosa branco a rosa, até amarelar. A razão pela qual o “crack” tem seu nome é o som estalando ou quebrando que faz quando aquecido antes de ser fumado.

### **Sintomas da Dependência a Crack**

#### **Efeitos imediatos**

Quando injetada por via intravenosa ou quando é inalada, o crack provoca uma sensação extrema de alerta, de euforia e de grande poder. Como os efeitos do crack podem durar somente por pouco tempo, os usuários podem injetar ou fumar a cada 15 ou 30 minutos. O uso excessivo, geralmente por vários dias, leva à exaustão e a uma necessidade de dormir.

#### **Overdose**

Doses elevadas podem prejudicar o discernimento e provocar tremores, nervosismo extremo, convulsões, alucinações, insônia, delírios paranoides, delirium e comportamento violento. A pessoa transpira profusamente e as pupilas ficam dilatadas. Doses muito elevadas podem provocar uma temperatura corporal muito elevada que pode ser letal (hipertermia).

A overdose pode ser fatal. O crack aumenta a pressão arterial e a frequência cardíaca, e pode perturbar o ritmo cardíaco (um quadro clínico denominado arritmia). A cocaína causa o estreitamento dos vasos sanguíneos. Se ela causar o estreitamento dos vasos sanguíneos no coração, a pessoa pode ter dores no peito, ataque cardíaco (mesmo em atletas jovens e saudáveis) ou morte súbita. O crack pode também causar insuficiência renal, acidente vascular cerebral e problemas pulmonares, incluindo dificuldade em respirar e tossir sangue (“pulmão de crack”).

### **Efeitos no longo prazo**

Os usuários de uso prolongado podem desenvolver tolerância, precisando de quantidades cada vez maiores da droga para ter os mesmos efeitos. Usuários de uso prolongado podem lesionar o tecido que separa as duas metades do nariz (septo), causando lesões (úlceras) que podem precisar de cirurgia. O uso intenso pode prejudicar a função mental, incluindo atenção e memória. O uso crônico pode também danificar o coração, causar fibrose e espessamento do músculo cardíaco e acabar dando origem a insuficiência cardíaca. A cocaína pode conter muitos preenchedores, adulterantes e contaminantes que, quando injetados, podem levar a complicações, como infecções.

Se as mulheres usarem cocaína durante a gestação, o feto estará mais propenso a ter problemas que podem provocar o aborto espontâneo.

### **Sintomas de abstinência**

As reações de abstinência (síndrome de dependência de cocaína) incluem fadiga extrema, sonolência e depressão, o oposto aos efeitos da droga. O apetite aumenta e a pessoa tem problemas para se concentrar. A vontade de se suicidar surge quando a pessoa deixa de usar a droga.

### **Diagnóstico da Dependência a Crack**

#### **Atenção: requer um diagnóstico de médico psiquiatra**

- Avaliação de um médico
- Exames de urina

Os médicos normalmente usam os sintomas para basear o diagnóstico de pessoas cujo uso dessa droga é conhecido. Exames de urina conseguem confirmar evidência de uso da droga.

### **Tratamento da Dependência a Crack**

#### **Atenção: requer um diagnóstico de médico psiquiatra**

### **Desintoxicação e Reabilitação**

O crack é uma droga de ação muito curta, portanto, o tratamento de reações desconfortáveis não é normalmente necessário. A pessoa que estiver muito agitada ou delirante ou que tiver convulsões ou hipertensão arterial recebe benzodiazepínicos (sedativos),

como lorazepam, por via intravenosa. Caso os sedativos não consigam controlar a pressão arterial, é possível que o médico administre nitratos ou outros medicamentos anti-hipertensivos por via intravenosa. Os médicos evitam usar medicamentos anti-hipertensivos chamados beta-bloqueadores, porque eles podem piorar o efeito da cocaína sobre a pressão arterial. A hipertermia deve também ser tratada com terapia de resfriamento, como molhar o paciente e usar um ventilador para soprar a pele ou utilizar mantas frias especiais.

A abstinência do uso prolongado de cocaína pode requerer monitoramento atento, pois a pessoa pode se tornar depressiva e suicida. Pode ser necessária internação em um hospital ou em um centro de tratamento. A psicoterapia é o método mais eficaz para tratar a toxicod dependência da cocaína. Muitos grupos de autoajuda e linhas de suporte para usuários de cocaína estão disponíveis, para ajudar a pessoa a permanecer livre da droga.

Às vezes, os transtornos de saúde mental que costumam ocorrer com toxicod dependentes da cocaína, como a depressão, são tratados com os medicamentos adequados.

#### **- Tratamento Médico e Terapias**

#### **- Medicamentos**

### **Internação para Dependência a Crack**

#### **Internação voluntária - com consentimento paciente**

Se o paciente está ciente de sua situação e dos problemas com os quais convive, além de sofrer pelos sintomas da depressão, capazes de impactar vida, autoestima, trabalho e, principalmente, relacionamentos, a internação voluntária a ajuda a estar em contato com uma equipe multidisciplinar apta a zelar por seu tratamento e a reabilitá-lo de modo que possa voltar a conviver bem com si mesmo e com aqueles que ama.

#### **Internação compulsória - contra a vontade do paciente**

§ **Internação involuntária:** de acordo com a lei (10.216/01), o familiar pode solicitar a internação involuntária, desde que o pedido seja feito por escrito e aceito pelo médico psiquiatra. A lei determina que, nesses casos, os responsáveis técnicos do estabelecimento de saúde têm prazo de 72 horas para informar ao Ministério Público da comarca sobre a internação e seus motivos. O objetivo é evitar a possibilidade de esse tipo de internação ser utilizado para a prática de cárcere privado.

§ **Internação compulsória:** neste caso não é necessária a autorização familiar. O artigo 9º da lei 10.216/01 estabelece a possibilidade da internação compulsória, sendo esta sempre determinada pelo juiz competente, depois de pedido formal, feito por um médico, atestando que a pessoa não tem domínio sobre a sua condição psicológica e física.

## **ALUCINÓGENOS**

Os alucinógenos são um grupo diversificado de drogas que alteram a consciência de uma pessoa sobre o que está ao seu redor, bem como seus próprios pensamentos e sentimentos. Eles são comumente divididos em duas categorias: alucinógenos clássicos (como LSD) e drogas dissociativas (como PCP). Ambos os tipos de alucinógenos podem causar alucinações ou sensações e imagens que parecem reais, embora não sejam. Além disso, as drogas dissociativas podem fazer com que os usuários se sintam fora de controle ou desconectados de seu corpo e ambiente.

### **O que é Alucinógenos**

O alucinógeno, droga psicodélica, droga alucinógena ou droga alucinogénica é, literalmente, uma substância capaz de provocar alucinações.

Os alucinógenos distorcem e intensificam as sensações, mas os efeitos efetivos variam bastante e são extremamente imprevisíveis.

Os principais perigos são os efeitos psicológicos e o discernimento prejudicado que eles provocam. A maioria das pessoas tem consciência de que está tendo alucinações e é possível conversar racionalmente com elas.

Os alucinógenos podem ser derivados de plantas ou ser produtos químicos artificiais (sintéticos). Alguns exemplos comuns incluem

- LSD ou dietilamida do ácido lisérgico (derivado de um fungo)
- Psilocibina (derivada de vários tipos de cogumelos)
- Mescalina (derivada do cacto peiote)
- N,N-dimetiltriptamina (DMT)
- 5-metoxi-N,N-di-isopropiltriptamina (5-MeO-DIPT)

Muitos novos compostos estão sendo sintetizados e a lista de alucinógenos cresce.



## **Sintomas da Dependência a Alucinógenos**

### **Efeitos imediatos**

Os efeitos físicos costumam incluir náusea e vômitos. O LSD pode também provocar dilatação das pupilas, visão borrada, sudorese, palpitações e coordenação prejudicada.

Os alucinógenos distorcem e intensificam as sensações auditivas e visuais. Por exemplo, a pessoa pode sentir como se estivesse vendo sons e ouvindo cores (um quadro clínico denominado sinestesia). A pessoa sente como se não fosse uma pessoa real (chamado de despersonalização), ou que está desconectada do ambiente (chamado de dissociação). A pessoa sofre alterações do humor (com frequência euforia, mas em alguns casos, depressão) e seu poder de decisão fica prejudicado. Os usuários dizem que estão “viajando” quando estão vivenciando uma combinação desses efeitos.

O efeito real pode depender do humor e das expectativas que o usuário tem da “viagem”, da sua capacidade de lidar com as alucinações e do ambiente em que a droga é tomada. As alucinações visuais ocorrem com mais frequência com o uso da psilocibina e da mescalina do que com o LSD. Por exemplo, os usuários que estavam deprimidos antes de usar a droga, provavelmente ficarão mais tristes quando a droga surtir efeito. Os principais perigos do uso dessas drogas são os efeitos psicológicos e o discernimento prejudicado, que podem levar a tomada de decisões perigosas ou provocar acidentes. Por exemplo, os usuários podem pensar que são capazes de voar e até podem saltar de uma janela para o provar.

A capacidade do usuário de lidar com as distorções visuais e auditivas também afeta a experiência, ou “viagem”. Os usuários inexperientes e assustados estão menos capacitados para enfrentar essa sensação, do que alguém mais experiente e que não teme a “viagem”. Um usuário sob a influência de um alucinógeno, geralmente o LSD, pode ter ansiedade extrema e começar a sentir pânico, causando uma “viagem ruim”. O usuário pode querer parar a “viagem”, mas isso não é possível.

### **Overdose**

Doses elevadas (overdose, maiores que 0,5 mg) aumentam a pressão arterial e a frequência cardíaca. Algumas pessoas podem desenvolver uma temperatura corporal extremamente elevada (hipertermia), porque a droga prejudica a capacidade de regular a temperatura corporal. A hipertermia pode causar febre alta, náusea e vômitos.

A overdose raramente ocorre, mas às vezes pode ser fatal. Calcula-se que uma dose letal de LSD seria de 10 mg ou aproximadamente 200 unidades de papel de LSD. A maioria dos casos de morte por alucinógeno é atribuída ao 25I-NBOMe e ao 25C-NBOMe.

### **Efeitos no longo prazo**

Alguns usuários permanecem fora da realidade (psicóticos) durante muitos dias (ou mais) depois de os efeitos da droga terem passado. Não se sabe se o uso da droga causa psicose ou simplesmente revela um transtorno de saúde mental previamente desconhecido.

### **Abstinência**

Algumas pessoas, sobretudo as que fazem uso prolongado ou os usuários repetitivos de alucinógenos, particularmente de LSD, podem experimentar um retrospecto (flashback) depois de terem parado com as drogas. Os retrospectos são semelhantes, mas menos intensos que a experiência original. Normalmente, os retrospectos desaparecem depois de seis a doze meses, mas podem recorrer durante anos depois do último uso do LSD, especialmente em usuários que têm um transtorno de ansiedade ou outro transtorno de saúde mental ou depois do uso de maconha, álcool ou barbitúricos.

### **Diagnóstico da Dependência a Alucinógenos**

#### **Atenção: requer um diagnóstico de médico psiquiatra**

- Avaliação de um médico

Os médicos normalmente usam os sintomas para basear o diagnóstico de pessoas cujo uso dessa droga é conhecido. Não há exames disponíveis para confirmar o uso de muitas dessas drogas.

### **Tratamento da Dependência a Alucinógeno**

#### **Atenção: requer um diagnóstico de médico psiquiatra**

- Ambiente tranquilizador
- Às vezes, ansiolíticos, como benzodiazepínicos
- Às vezes, tratamento psiquiátrico

A maioria dos usuários não busca tratamento. Um quarto silencioso e escuro e uma conversa serena e tranquila podem ajudar um dependente que está passando por uma “viagem ruim”. Eles precisam de segurança de que os efeitos são provocados pela droga e de que acabarão. Se a ansiedade for grave, benzodiazepínicos (sedativos), como o lorazepam, podem ajudar. Uma pessoa que sente uma psicose prolongada pode necessitar de tratamento de saúde mental.

### **- Tratamento Médico e Terapias**

#### **- Medicamentos**

### **Internação para Dependência a Alucinógeno**

Nos casos de maior gravidade, pode ser preciso optar pela internação. Essa medida deve ser adotada quando o paciente apresenta uma ameaça a si mesmo ou para as pessoas de seu convívio.

#### **Internação voluntária - com consentimento paciente**

Se o paciente está ciente de sua situação e dos problemas com os quais convive, além de sofrer pelos sintomas da depressão, capazes de impactar vida, autoestima, trabalho e, principalmente, relacionamentos, a internação voluntária a ajuda a estar em contato com uma equipe multidisciplinar apta a zelar por seu tratamento e a reabilitá-lo de modo que possa voltar a conviver bem com si mesmo e com aqueles que ama.

#### **Internação compulsória - contra a vontade do paciente**

§ **Internação involuntária:** de acordo com a lei (10.216/01), o familiar pode solicitar a internação involuntária, desde que o pedido seja feito por escrito e aceito pelo médico psiquiatra. A lei determina que, nesses casos, os responsáveis técnicos do estabelecimento de saúde têm prazo de 72 horas para informar ao Ministério Público da comarca sobre a internação e seus motivos. O objetivo é evitar a possibilidade de esse tipo de internação ser utilizado para a prática de cárcere privado.

§ **Internação compulsória:** neste caso não é necessária a autorização familiar. O artigo 9º da lei 10.216/01 estabelece a possibilidade da internação compulsória, sendo esta sempre determinada pelo juiz competente, depois de pedido formal, feito por um médico, atestando que a pessoa não tem domínio sobre a sua condição psicológica e física.

## **MACONHA**

Devido às pressões sociais, a maconha pode ser uma das substâncias mais difíceis de abandonar. A crescente aceitação social da maconha contribui para isso da mesma forma que contribui para os alcoólatras não quererem parar. A maioria das pessoas com um vício não sente que tem um problema.

### **O que é Maconha**

Maconha é o nome popular atribuído à planta alucinógena — e com função terapêutica — que compõe o gênero Cannabis. Entretanto, há três espécies diferentes de maconha, mas a que se popularizou pelos efeitos entorpecentes mais fortes foi a sativa.

Há algumas décadas, a maconha era de uso livre, mas foi proibida devido à comprovação científica dos males que causava ao organismo, quando utilizada com **função recreativa**. Na época, a Cannabis era produzida para uso medicamentoso, contudo, o seu cultivo passou a ser considerado ilegal, por causa da popularização do consumo para outros fins.

### **Sintomas da Dependência a Maconha**

Os sintomas do vício em maconha podem variar de acordo com a **frequência do uso** e também do estado de saúde do dependente químico.

### **Sintomas psíquicos**

De maneira geral, os sinais mais evidentes que sugerem a necessidade de buscar tratamento de dependência à maconha são:

- apatia;
- ansiedade;
- mudanças no apetite;
- rápida perda de peso;
- tendência ao isolamento social;
- variação no humor e irritabilidade;
- fadiga, insônia e agitação noturna;
- afastamento dos amigos e de familiares próximos;
- crises de pânico e agressividade sem motivo aparente;
- desinteresse pelas atividades acadêmicas ou profissionais.

### **Sintomas físicos**

Neste tópico, vamos esclarecer como a maconha costuma agir no corpo. No entanto, esses são aspectos gerais, já que os efeitos podem ser adversos conforme os hábitos de consumo e o perfil do dependente químico. Vamos conferir?

### **Induz ao estado de amotivação**

**A amotivação é um dos efeitos crônicos resultantes da ação da maconha nas áreas cerebrais.** Isso porque o consumo continuado da droga interfere bastante na capacidade de concentração e aprendizagem. Por conseguinte, a pessoa pode ser induzida a um estado de amotivação: **letargia**, desânimo e desinteresse por atividades antes consideradas importantes.

Por isso, esse quadro resulta de um efeito crônico do THC conhecido por síndrome amotivacional. Geralmente, nesse estágio já existe dependência da substância, comprometimento das funções mentais e graves prejuízos às funções fisiológicas. **A amotivação é um sintoma que exige submissão ao tratamento de dependência à maconha.**

### **Eleva os riscos de câncer de pulmão**

Os efeitos fisiológicos da maconha são igualmente preocupantes. **O uso contínuo dessa substância provoca danos aos órgãos mais importantes do corpo.** Os pulmões são um deles, já que a fumaça tóxica inalada causa um efeito irritante sobre os alvéolos pulmonares e compromete a sua função.

Tal irritação frequente induz o desenvolvimento de **alergias e bronquites**. Assim como no cigarro comum, a fumaça de maconha apresenta um alto teor de alcatrão. Porém, como os cigarros de maconha são feitos artesanalmente, eles não têm filtro, o que favorece a ação de um agente potencialmente cancerígeno: o **benzopireno**.

### **Reduz a fertilidade masculina**

**Nos homens, o consumo de maconha diminui o número de espermatozoides e enfraquece a ação da testosterona**, um importante hormônio que controla as características masculinas. O tom mais grave na voz, o desenvolvimento muscular, o surgimento de pelos, o desejo sexual e a fabricação de espermatozoides ocorrem devido à testosterona.

Um estudo realizado pelo Centro Brasileiro de Informações sobre Drogas Psicotrópicas (CEBRID), em parceria com a Escola Paulista de Medicina da UNIFESP, fez importantes revelações: as substâncias presentes na maconha diminuem de 50% a 60% o nível de

testosterona circulante. Uma das consequências dessa alteração hormonal é a redução da fertilidade.

### **Existe relação entre maconha e esquizofrenia?**

#### **Atenção: requer um diagnóstico de médico psiquiatra**

Sim. Há uma intrínseca relação entre esquizofrenia e o vício em maconha. A hipótese é que os esquizofrênicos sejam mais vulneráveis à dependência de THC, quando aplicada como tentativa de minimizar os efeitos negativos da doença. Também existem suspeitas de que a Cannabis contribua para intensificar a esquizofrenia, conforme pesquisas da Universidade de Cambridge, no Reino Unido.

No primeiro caso, os indícios são de que as substâncias presentes na maconha estimulem sensações que os esquizofrênicos não conseguem dominar, o que justificaria a enorme dependência. Tais hipóteses podem auxiliar para a melhor compreensão dos **efeitos da maconha nos distúrbios mentais**.

Porém, os estudos para comprovação dessas possibilidades ainda não foram totalmente concluídos. Entretanto, se há o vício, o mais correto é encaminhar — urgentemente — o portador de esquizofrenia para tratamento de dependência à maconha, antes que o quadro evolua para situações de maior gravidade.

#### **Diagnóstico**

- Exame de urina

Um exame de urina consegue detectar THC por vários dias ou semanas depois de ela ter sido usada, mesmo nos usuários casuais. Nos usuários regulares, o exame pode detectar a droga em um período ainda maior, enquanto a droga é lentamente liberada pela gordura corporal. O exame de urina é uma maneira eficaz de identificar o uso da maconha, mas um resultado positivo significa apenas que a pessoa usou maconha. O exame de urina não prova que o usuário está incapacitado no momento (intoxicado).

#### **Tratamento da Dependência a Maconha**

#### **Atenção: requer um diagnóstico de médico psiquiatra**

Para pessoas que querem parar de usar maconha, a psicoterapia, a modificação do comportamento e programas de tratamento contra droga podem ser úteis. Contudo, o êxito baseia-se principalmente na motivação em parar de usar e, para alguns usuários, na vontade de se desassociar de seu círculo social de usuários regulares.

#### **- Tratamento Médico e Terapias**

#### **- Medicamentos**

#### **Internação para Dependência a Maconha**

Nos casos mais sérios, a internação hospitalar pode ser de grande valia, já que o paciente é acompanhado em tempo integral pela nossa equipe multidisciplinar. Além do mais, a internação traz importantes benefícios como o **afastamento de outros consumidores de drogas** e de locais que fornecem tais substâncias.

O Hospital Santa Mônica aposta em metodologias terapêuticas inovadoras e em propostas mais assertivas para a promoção da saúde mental e física. Os tratamentos utilizados seguem uma dinâmica diferenciada, na qual as equipes focam estratégias de terapias combinadas, com a finalidade de obter os melhores resultados.

#### **Internação voluntária - com consentimento paciente**

Se o paciente está ciente de sua situação e dos problemas com os quais convive, além de sofrer pelos sintomas da depressão, capazes de impactar vida, autoestima, trabalho e, principalmente, relacionamentos, a internação voluntária a ajuda a estar em contato com uma equipe multidisciplinar apta a zelar por seu tratamento e a reabilitá-lo de modo que possa voltar a conviver bem com si mesmo e com aqueles que ama.

#### **Internação compulsória - contra a vontade do paciente**

§ **Internação involuntária:** de acordo com a lei (10.216/01), o familiar pode solicitar a internação involuntária, desde que o pedido seja feito por escrito e aceito pelo médico psiquiatra. A lei determina que, nesses casos, os responsáveis técnicos do estabelecimento de saúde têm prazo de 72 horas para informar ao Ministério Público da comarca sobre a internação e seus motivos. O objetivo é evitar a possibilidade de esse tipo de internação ser utilizado para a prática de cárcere privado.

§ **Internação compulsória:** neste caso não é necessária a autorização familiar. O artigo 9º da lei 10.216/01 estabelece a possibilidade da internação compulsória, sendo esta sempre determinada pelo juiz competente, depois de pedido formal, feito por um médico, atestando que a pessoa não tem domínio sobre a sua condição psicológica e física.

## **MEDICAMENTOS**

Os medicamentos podem ter riscos e efeitos colaterais, bem como benefícios. Alguns medicamentos podem causar dependência e vício quando você os toma por algum tempo. No entanto, se isso acontecer, a dependência ou o vício podem ser tratados.

### **O que é Dependência de Medicamentos**

O vício em analgésicos geralmente começa depois que alguém recebe a prescrição de um medicamento para dor após um acidente ou lesão. Os pacientes recebem uma receita e dose especificada de um médico, sem intenção de abusar da medicação. No entanto, com o passar do tempo, a pessoa pode sentir que a droga não é mais tão eficaz quanto era no início. Essa sensação é causada por uma maior tolerância aos analgésicos, o que significa que a substância se acumulou no corpo de uma pessoa.

### **Sintomas da Dependência de Medicamentos**

#### **Efeitos imediatos**

Os opiáceos são medicamentos com efeitos analgésicos e sedativos potentes, fazendo com que as pessoas fiquem sonolentas e quietas. Os opiáceos também podem provocar euforia.

Outros efeitos menos desejáveis incluem

- Constipação
- Náusea e vômito
- Rubor facial
- Prurido
- Confusão (especialmente em pessoas idosas)

Os produtos resultantes da decomposição (metabolismo) do opiáceo meperidina podem provocar convulsões.

**Quando tomados com determinadas drogas**, alguns opiáceos podem provocar um transtorno grave chamado de síndrome de serotonina. Essa síndrome é caracterizada por



confusão, tremores, espasmos involuntários dos músculos, agitação, transpiração excessiva e alta temperatura do corpo.

### **Overdose**

Usar muito de um opiáceo de uma única vez (overdose) é letal. A respiração fica tão lenta e superficial que chega a ser perigosa e os pulmões podem parar de funcionar. Os pulmões podem ficar cheios de líquido. A pressão arterial, a frequência cardíaca e a temperatura do corpo podem diminuir, e as pupilas podem se retrair (ficando como pontos pequenos). A pessoa pode acabar ficando inconsciente ou morrendo, normalmente porque a respiração para. A combinação de opiáceos com álcool ou outros sedativos é uma prática potencialmente letal.

### **Efeitos no longo prazo**

Os opiáceos em si, não provocam muitas complicações no longo prazo, a não ser a dependência. Algumas pessoas apresentam efeitos colaterais leves, como constipação crônica, sudorese excessiva, sonolência ou redução da libido. No entanto, muitas complicações podem resultar do compartilhamento de agulhas com outras pessoas e por injetar, sem saber, outras substâncias com o opiáceo.

### **Sintomas de abstinência**

A abstinência dos opiáceos é desconfortável, mas não letal. Os sintomas podem surgir logo em quatro horas depois da interrupção do uso do opiáceo e, em geral, alcançam seu ponto máximo depois de 48 a 72 horas. Normalmente, esses sintomas desaparecem depois de cerca de uma semana, embora o período de tempo possa variar consideravelmente, dependendo de qual opiáceo é usado.

Cada opiáceo é eliminado do corpo a uma taxa diferente, o que altera a rapidez com que a abstinência progride e para. Os sintomas de abstinência são piores nas pessoas que usaram doses altas por um longo tempo:

- Primeiro, a pessoa se sente ansiosa e anseia pela droga.
- A respiração se torna rápida, normalmente acompanhada de bocejo, transpiração, olhos lacrimejantes, corrimento nasal, pupilas dilatadas e cólicas estomacais.
- Depois, a pessoa pode ficar hiperativa e agitada e ter seu estado de alerta aumentado.
- Aumento da frequência cardíaca e da pressão arterial.

Outros sintomas de abstinência incluem

- Pele arrepiada
- Tremores
- Espasmos musculares
- Febre e calafrios
- Dores musculares
- Perda de apetite
- Náusea e vômito
- Diarreia

O uso de opiáceos durante a gestação é especialmente grave, pois a heroína e a metadona atravessam facilmente a placenta e passam para o feto (Como os medicamentos atravessam a placenta). Como os bebês de mães toxicodependentes foram expostos às drogas que as mães usaram, eles podem, rapidamente, desenvolver sintomas de abstinência, incluindo

- Tremores
- Choro estridente
- Nervosismo
- Convulsões
- Respiração rápida

Se as mães usarem opiáceos imediatamente antes do parto, a respiração do bebê pode ser fraca.

### **Diagnóstico da Dependência de Medicamentos**

**Atenção: requer um diagnóstico de médico psiquiatra**

- Avaliação de um médico
- Às vezes, exames de urina

A intoxicação aguda por opiáceo normalmente fica aparente com base no que a própria pessoa ou os amigos informam ao médico e também com base nos resultados do exame físico. Se não estiver claro por que uma pessoa está agindo anormalmente, é possível que o médico faça exames para descartar outras causas possíveis dos sintomas, como níveis reduzidos de glicose no sangue ou lesão na cabeça. O médico pode também fazer exames de urina para verificar a presença da droga. Outros exames podem ser feitos para procurar complicações.

### **Tratamento da Dependência de Medicamentos**

**Atenção: requer um diagnóstico de médico psiquiatra**

Existem muitas opções de tratamento, mas a forma mais eficaz de tratamento para o vício em opiáceos é a desintoxicação hospitalar seguida pela reabilitação hospitalar. Os centros de reabilitação de pacientes internados têm programas especializados para indivíduos que sofrem desse tipo de transtorno por uso de substâncias. Esses programas ajudam os pacientes a cavar fundo em si mesmos para descobrir a causa raiz de seu uso de drogas. Saber o que os levou a usar drogas ou álcool ajudará a prevenir futuros gatilhos durante a recuperação.

## **- Tratamento Médico e Terapias**

### **- Medicamentos**

#### **Internação para quem tem Dependência de Medicamentos**

Uma overdose de opiáceos é um caso de emergência médica, que precisa ser tratada rapidamente para evitar a morte. Pode ser necessário suporte respiratório, às vezes com ventilação mecânica caso a overdose tenha suprimido a respiração.

Um medicamento chamado naloxona é administrado como um antídoto ao opiáceo, revertendo, rapidamente, todos os efeitos colaterais. Ela costuma ser administrada por injeção, mas um spray nasal começou a ser comercializado recentemente. Como algumas pessoas se tornam, por pouco tempo, agitadas e delirantes antes de se tornarem completamente conscientes, o confinamento físico pode ser aplicado por um curto período de tempo. Uma vez que a naloxona precipita o aparecimento dos sintomas da abstinência em dependentes de opiáceos, ela é usada apenas quando necessário (por exemplo, quando a respiração está fraca).

As pessoas que se recuperam de uma overdose devem ser observadas por várias horas, até que os efeitos da naloxona tenham desaparecido, para haver certeza de que não resta nenhum efeito colateral do opiáceo. Se a pessoa tiver usado opiáceo com efeitos duradouros (como a metadona ou formas de liberação lenta de outros opiáceos), ela será, normalmente, observada por um período mais longo.

#### **Desintoxicação**

Há diversos tipos de abordagens à desintoxicação:

- Parar o opiáceo abruptamente e permitir que a abstinência ocorra normalmente (desintoxicação “na marra”)
- Substituir por uma droga semelhante, mas menos potente e, depois, reduzir gradualmente a dose e interromper a droga

Em ambas as estratégias de desintoxicação, normalmente é necessário tratamento para diminuir os sintomas da abstinência. O medicamento clonidina normalmente oferece um pouco de alívio. No entanto, a clonidina pode provocar efeitos colaterais, como hipotensão e sonolência. A própria interrupção da clonidina pode provocar sintomas de abstinência, como inquietação, insônia, irritabilidade, frequência cardíaca elevada e dores de cabeça.

## **ALCOOLISMO**

A Dependência Alcoólica é um transtorno mental que afeta pessoas em todo o mundo. Saiba perceber os sinais, conheça os tratamentos e quando a internação é necessária para desintoxicar e recuperar a pessoa dependente de bebidas alcoólicas.

### **O que é Alcoolismo**

A dependência alcoólica não é uma enfermidade considerada estática. Em termos absolutos, além do viés social, ela constitui um transtorno que pode trazer sérias consequências ao indivíduo e seus familiares ao longo da vida. Porém, esse fenômeno está atrelado à interação de variadas questões biológicas e culturais. Tanto social como culturalmente, há evidências da influência de outros fatores implícitos à correlação do indivíduo com a substância e a opção pelo uso. Mesmo cientes dos prejuízos que o álcool representa a diferentes esferas da vida, muitos escolhem manter o consumo. Nesse processo, a figura do profissional de saúde é fundamental no suporte adequado para a redução dos efeitos do alcoolismo sobre mente e corpo. No âmbito clínico, convém buscar a melhor compreensão desse fenômeno, a fim de oferecer uma intervenção de qualidade e que possa frear os impactos da dependência alcoólica.

### **Estatísticas sobre o consumo de bebidas alcoólicas**

A Organização Mundial de Saúde (OMS) e a Organização Pan-Americana de Saúde (OPAS) apontam a importância de medidas de controle sobre os efeitos sociais e econômicos da dependência alcoólica.

No Brasil e no mundo, as estatísticas são extremamente preocupantes em relação à prevalência de consumo de bebidas alcoólicas entre adolescentes e jovens. Uma pesquisa divulgada pela Revista de Saúde Pública destacou que 75% dos entrevistados com idade entre 14 e 17 anos afirmaram já ter consumido álcool.

Em termos globais, alguns dados recentemente publicados pela OPAS alertam para uma realidade também preocupante. Observe:

- 2,3 bilhões de pessoas no mundo consomem álcool regularmente;
- 27% de todos os jovens entre 15 e 19 anos ingerem algum tipo de bebida alcoólica;
- o uso nocivo das bebidas alcoólicas contribui para mais de 5% da carga global de doenças e matou mais de 3 milhões de pessoas apenas em 2016;
- o consumo médio diário de álcool puro é cerca de 33 gramas, o equivalente a 300 ml de vinho, 750 ml de cerveja ou 80 ml de bebidas destiladas;
- entre meninos e meninas, pesquisas escolares mostram que o consumo de álcool começa antes dos 15 anos;
- em todo o planeta, 45% do total da produção de álcool é para fazer bebidas alcoólicas;
- no mundo, estima-se que 237 milhões de homens e 46 milhões de mulheres sejam vítimas de transtornos relacionados ao alcoolismo;
- dos óbitos atribuíveis ao álcool, 28% estão relacionados a acidentes de trânsito e violência interpessoal; 21% aos distúrbios digestivos e 19% a doenças do coração.

Mediante à simbologia que tais números representam em relação à dependência alcoólica, Tedros Adhanom Ghebreyesus, diretor-geral da OMS, declarou:

Muitas pessoas, suas famílias e comunidades sofrem as consequências do uso nocivo do álcool por meio de violência, lesões, problemas de saúde mental e doenças como câncer e acidente vascular cerebral. Por isso, é hora de intensificar as ações para evitar os impactos dessa grave ameaça ao desenvolvimento de sociedades saudáveis.

### **Sintomas do Alcoolismo**

O consumo excessivo de bebidas alcoólicas pode provocar diferentes sintomas na mente e no corpo. Todavia, o nível dos desequilíbrios orgânicos expressos nessas condições dependem de distintos fatores. Por essa razão, é necessário considerar, minimamente, o grau alcoólico, os hábitos de consumo e as condições fisiológicas do indivíduo. Para facilitar a compreensão do tema, vamos apresentar os sintomas subdivididos em dois tópicos: os gerais e os relacionados à abstinência alcoólica. Compare!

### **Sintomas gerais**

De modo geral, a embriaguez provoca alterações no estado comportamental, redução da sensação de timidez e de introversão e emotividade mais acentuada. Dependendo do teor alcoólico ingerido, pode haver tendência à euforia exagerada e à agressividade.

Além desses, também há sinais como:

- desejo de beber isoladamente;
- comportamento paranoico e evidência de alucinações;
- tendência à agressividade ou intimidação quando são confrontados;
- tentativas de esconder dos parentes ou dos amigos o vício;
- manutenção do vício mesmo diante dos prejuízos pelo distanciamento da família e dos amigos próximos;
- dificuldades para controlar o vício, mesmo percebendo os problemas relacionados a essa condição;
- perda gradativa de memória, tremores das mãos, insônia e redução de apetite.

Outro problema que merece destaque é o aumento da tolerância ao álcool. Pessoas que consomem a bebida por longos anos tendem a aumentar progressivamente a dose para obter o efeito desejado. Alguns indivíduos conseguem até mesmo realizar atividades rotineiras mesmo com altas concentrações de álcool no sangue.

### **Sintomas de abstinência**

A crise de abstinência acontece mediante a redução ou interrupção do consumo da bebida. Conseqüentemente, o organismo “estranha” a nova condição, assim surgem sintomas que podem apresentar intensidade variável. Nessas circunstâncias, as atividades profissionais ou acadêmicas são comprometidas, pois a pessoa é dominada por diferentes sensações de desânimo em relação à vida.

Inicialmente, os sinais são leves e não duram muito. Nas etapas mais severas da dependência alcoólica, ocorrem manifestações mais significativas e que podem resultar em graves prejuízos à saúde física e emocional.

Neste quadro mais avançado do alcoolismo pode-se perceber diferentes efeitos:

- **sintomas físicos:** tremores de extremidades ou generalizados, sudorese, calafrios, náuseas, vômitos, cefaleia e tontura;
- **sintomas afetivos:** irritabilidade, estresse excessivo, fraqueza mental, ansiedade e depressão;

- **sintomas sensoriais:** pesadelos, perda do senso de realidade, alucinações, paranoia e confusão mental.

### **Sintomas físicos**

Os impactos do álcool sobre o organismo devem ser considerados de acordo com os padrões de consumo da bebida. Algumas pessoas bebem esporadicamente e, por isso, não apresentam grandes problemas com o álcool. Porém, há aqueles que consomem álcool de forma abusiva e um terceiro grupo dependente do alcoolismo.

Um exemplo clássico são aqueles usuários de álcool que fazem uso nocivo da bebida, mas não integram o grupo dos dependentes alcoólicos. Apesar de terem problemas com a bebida em relação ao trabalho, à família ou mesmo em eventuais acidentes de trânsito, insistem em afirmar que bebem apenas socialmente.

Portanto, os efeitos no organismo são proporcionais à carga alcoólica recebida. De maneira geral, os homens são mais resistentes às consequências da bebida do que as mulheres. Logo, devido à maior sensibilidade aos danos biológicos do álcool, mesmo a ingestão de pequenas doses pode causar grandes prejuízos ao organismo feminino.

Resumidamente, os maiores problemas resultantes da dependência alcoólica sobre o organismo são:

- hipertensão arterial;
- comprometimento renal;
- doenças gástricas e hepáticas;
- envelhecimento precoce da pele;
- perda gradual da motricidade fina;
- cansaço e indisposição mental e física;
- prejuízos à memória a curto e médio prazo.

Quanto aos aspectos sociais e profissionais, a dependência alcoólica pode causar os seguintes impactos:

- tendência ao isolamento social;
- menor expectativa quanto ao futuro;
- afastamento dos familiares e amigos;
- maior risco de desemprego e de problemas financeiros;
- dificuldade para manter relacionamentos afetivos estáveis;
- maior probabilidade de envolvimento em conflitos familiares;

- dificuldade para progressão na carreira acadêmica ou profissional.

### **Diagnóstico do Alcoolismo**

#### **Atenção: requer um diagnóstico de médico psiquiatra**

A investigação diagnóstica de um paciente com dependência alcoólica é feita por meio de uma análise comportamental dos últimos três meses. São consideradas algumas questões, como a dificuldade para conter o desejo incontrolável de consumir bebida alcoólica e os impactos sobre a vida social e profissional.

Durante essa avaliação individual, o médico ou o psicólogo precisa verificar aspectos que definam se há dependência alcoólica ou somente o uso nocivo dessa substância. Tais observações são fundamentais à identificação do nível de gravidade do problema para adotar as condutas mais adequadas.

Os fatores mais relevantes para diagnóstico são:

- compulsão por bebidas alcoólicas;
- afastamento total ou redução do convívio social;
- características que apontam tolerância ao álcool;
- sinais evidentes de abstinência física e mental ao cessar o consumo;
- dificuldade para controlar a quantidade de bebida ou momento de parar de beber;
- diminuição da expectativa quanto ao futuro ou desinteresse pelas atividades da rotina.

### **Tratamento do Alcoolismo**

#### **Atenção: requer um diagnóstico de médico psiquiatra**

Segundo um artigo publicado no site Scielo, é preciso escolher as terapias conforme o nível de gravidade do quadro. Nessa perspectiva, listamos as melhores alternativas de tratamento para a reabilitação da saúde de quem enfrenta problemas com o alcoolismo. Veja quais são!

#### **- Tratamento Médico e Terapias**

#### **- Medicamentos**

#### **Internação para Pessoas Alcoólatras**

Nos casos de maior gravidade, pode ser preciso optar pela internação para desintoxicar a pessoa. Essa medida deve ser adotada quando o paciente apresenta uma ameaça a si mesmo ou para as pessoas de seu convívio.



### **Internação voluntária - com consentimento paciente**

Se o paciente está ciente de sua situação e dos problemas com os quais convive, além de sofrer pelos sintomas da depressão, capazes de impactar vida, autoestima, trabalho e, principalmente, relacionamentos, a internação voluntária a ajuda a estar em contato com uma equipe multidisciplinar apta a zelar por seu tratamento e a reabilitá-lo de modo que possa voltar a conviver bem com si mesmo e com aqueles que ama.

### **Internação compulsória - contra a vontade do paciente**

§ **Internação involuntária:** de acordo com a lei (10.216/01), o familiar pode solicitar a internação involuntária, desde que o pedido seja feito por escrito e aceito pelo médico psiquiatra. A lei determina que, nesses casos, os responsáveis técnicos do estabelecimento de saúde têm prazo de 72 horas para informar ao Ministério Público da comarca sobre a internação e seus motivos. O objetivo é evitar a possibilidade de esse tipo de internação ser utilizado para a prática de cárcere privado.

§ **Internação compulsória:** neste caso não é necessária a autorização familiar. O artigo 9º da lei 10.216/01 estabelece a possibilidade da internação compulsória, sendo esta sempre determinada pelo juiz competente, depois de pedido formal, feito por um médico, atestando que a pessoa não tem domínio sobre a sua condição psicológica e física.

## **NICOTINA**

A dependência da nicotina ocorre quando você precisa da nicotina e não consegue parar de usá-la. A nicotina é a substância química do tabaco que torna difícil parar de fumar. A nicotina produz efeitos agradáveis em seu cérebro, mas esses efeitos são temporários. Então você pega outro cigarro. Quanto mais você fuma, mais nicotina precisa para se sentir bem. Quando você tenta parar, você experimenta mudanças físicas e mentais desagradáveis. Estes são sintomas de abstinência de nicotina.

### **O que é Dependência de Nicotina**

A nicotina é a substância no tabaco (presente tanto em cigarros, charutos, cachimbo e tabaco de mascar como em cigarros eletrônicos) da qual os usuários se tornam dependentes. Além da nicotina, cigarros fumados contêm alcatrão e monóxido de carbono, juntamente com quase 4.000 outros ingredientes, muitos dos quais são tóxicos. A nicotina também é o princípio ativo em alguns produtos medicamentosos usados para ajudar a pessoa a parar de fumar.

Quando administrada por meio de fumar cigarros, a nicotina atinge o cérebro rapidamente (no prazo de 10 segundos) e, por isso, é extremamente viciante.

Grande parte da exposição à nicotina ocorre ao fumar tabaco, embora as crianças possam, acidentalmente, comê-la (normalmente cigarros ou bitucas deixados em cinzeiros ou, às vezes, goma de mascar ou adesivos de nicotina ou líquido de cigarros eletrônicos); além disso, algumas pessoas usam tabaco sem fumaça. Quase todos os fumantes fumam cigarros. Uma pequena porcentagem de fumantes fuma charutos ou cachimbo.

Dependência de nicotina – também chamada dependência do tabaco – é um vício de produtos do tabaco causado pela nicotina. Dependência à nicotina significa basicamente que você não tem dificuldades em parar de usar a substância, mesmo que esteja causando danos a sua saúde.

A nicotina produz efeitos físicos e alterações do humor em seu cérebro que podem ser temporariamente agradáveis. Estes efeitos fazem você querer usar o tabaco compulsivamente, o que leva à dependência. Ao mesmo tempo, parar de fumar causa sintomas de abstinência, incluindo irritabilidade e ansiedade.

Embora seja a nicotina no tabaco que causa a dependência, os efeitos tóxicos do tabaco resultam de outras substâncias. Fumantes têm taxas muito mais elevadas de doenças cardíacas, derrames e câncer do que os não-fumantes, além de problemas respiratórios.

### **Sintomas da Dependência de Nicotina**

Para algumas pessoas, usar qualquer quantidade de tabaco pode levar rapidamente à dependência de nicotina. Os sinais que alguém pode ser considerado dependente incluem:

**Não conseguir parar de fumar.** Você já fez uma ou mais tentativas sérias de parar de fumar, mas sem sucesso.

**Sentir sintomas de abstinência quando tenta parar.** Suas tentativas de parar causaram sintomas físicos e de humor, tais como ânsias fortes, ansiedade, irritabilidade, agitação, dificuldade que se concentrar, humor deprimido, frustração, raiva, fome aumentada, insônia, constipação ou diarreia.

**Continuar fumando apesar dos problemas de saúde.** Mesmo que você tenha desenvolvido problemas de saúde nos seus pulmões ou no seu coração, você não consegue parar.

**Desistir de atividades sociais ou recreativas para fumar.** Você para de ir a restaurantes ou para de se socializar com certos familiares ou amigos, porque você não pode fumar nesses locais ou situações.

### **Diagnóstico da Dependência de Nicotina**

#### **Atenção: requer um diagnóstico de médico psiquiatra**

- Entrevista de um fumante

Recomenda-se aos médicos que perguntem a todas as pessoas sobre o uso do tabaco. Para muitas pessoas, o tabagismo é uma toxicodependência que precisa de tratamento médico. Avaliar quanto uma pessoa está consumindo (o número de cigarros fumados por dia [atualmente e no passado]) e quanto tempo demora até ela fumar depois de acordar (no prazo de 30 minutos é uma medida útil) pode fornecer uma indicação da gravidade de dependência ao tabaco e do vício de nicotina. As respostas também podem ajudar a orientar a escolha da medicação para cessação do tabagismo e sua dose.

### **Tratamento da Dependência de Nicotina**

#### **Atenção: requer um diagnóstico de médico psiquiatra**

- Tratamento de sintomas
- Parar de fumar

Tratamento de emergência raramente é necessário, exceto para crianças que tiverem comido produtos que contêm nicotina. Os médicos normalmente administram carvão ativado via oral para absorver qualquer droga remanescente no trato gastrointestinal. Nas crianças muito agitadas, pode-se administrar um sedativo, como o lorazepam.

Parar de fumar pode ser muito difícil e a recaída é comum. Parar de fumar com sucesso geralmente exige várias tentativas. Tratamentos baseados em evidência mais do que duplicam as chances de sucesso em longo prazo.

#### **- Tratamento Médico e Terapias**

#### **- Medicamentos**

### **Internação para quem tem Dependência de Nicotina**

O tratamento para dependência de nicotina é feito ambulatorialmente.