



NUVOLE ALL'ORIZZONTE

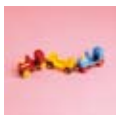
Piccolo manuale per i genitori



PER UN FUTURO
LIBERO
DALLE DROGHE



PRESENTAZIONE



CARI GENITORI, LAVORIAMO INSIEME.

Nel programma di prevenzione e lotta alla tossicodipendenza che la Regione Veneto persegue da anni a tutela delle giovani generazioni, riteniamo importante rivolgerci direttamente ai genitori delle nostre famiglie venete ed affidare a loro, con questo piccolo manuale di istruzioni, una guida-occasione per orientare insieme e nella maniera migliore i figli. I Genitori rimangono ancora i primi e più significativi riferimenti per una crescita responsabile dei figli, per una loro maturazione e consapevolezza sui rischi e sui danni derivanti dall'uso di droghe.

La presenza costante di genitori correttamente informati è la base nello sviluppo di opinioni, di atteggiamenti, di valori e norme, di comportamenti e condotte individuali dei figli.

Purtroppo l'uso, anche contemporaneo, di sempre nuove sostanze sta assumendo proporzioni preoccupanti, ma questo non deve scoraggiarci nel quotidiano impegno di promozione e di protezione della salute.

Il presente manuale intende accomunare genitori ed operatori del settore delle dipendenze in un impegno di collaborazione reciproca, sorretta dalla certezza della costante presenza di tutti gli operatori sia delle strutture pubbliche, del privato sociale e del volontariato, nonché dalle attese di un positivo risultato in famiglia.

Assessorato alle Politiche Sociali

Giocare, parlare, crescere insieme.



IL PICCOLO, PRINCIPE ?

CRESCERE SENZA DROGHE È CRESCERE!

INDICE



Premessa	Pag.	07
----------	------	----

Parte prima

L'educazione in pillole	Pag.	08
Quali padri, quali madri?	Pag.	10
E i figli?	Pag.	12
Lo spago e la libertà	Pag.	14
Il decalogo dei figli ai genitori	Pag.	16
Ombre	Pag.	18

Parte seconda

Vulnerabilità e fattori protettivi	Pag.	21
Parliamo delle sostanze	Pag.	26

Parte terza

Le domande più frequenti...	Pag.	56
Bibliografia	Pag.	62

Carta d'identità	Pag.	63
------------------	------	----

PREMESSA



Educare è una parola apparentemente semplice: in realtà è molto complessa. Si tratta di proporre comportamenti corretti a bambini, adolescenti e giovani e, al tempo stesso, farlo con una grande dose di pazienza, autorevolezza e ottimismo. Questa miscela così complessa un tempo la si somministrava ricorrendo massicciamente all'autorità e alle regole.

Adesso si concede tutto. Dalle proibizioni assolute si è passati al "tutto è possibile". Non è facile orientarsi nel trovare la nuova strada, vera e faticosa. Unire quotidianamente la presenza nella vita dei figli e, in parallelo, non essere troppo invadenti o ossessivi, non è uno scherzo. Dire no con saggezza alle infinite e scomposte sollecitazioni dei figli, obbliga tutti noi adulti ad un supplemento di "senso della vita" e di progettualità. Come padri e come madri, è molto importante orientare i figli fin dal primo giorno, stabilendo un dialogo permanente. All'inizio sarà un rapporto fatto di piccole cose banali e trascurabili all'occhio di noi adulti. Ogni esperienza è formativa per un bambino. Con il dialogo fatto di ascolto e di parola, è possibile mantenersi nel tempo dei giovani. I ragazzi sono portati a ciò che è più nuovo, più moderno; per loro è naturale entrare in un mondo completamente diverso. Noi adulti faticiamo ad adattarci, a mantenere i tempi. A volte siamo portati a strafare, concedendo troppo rispetto alle stesse domande dei figli, altre volte a non concedere nulla. La paura del cambiamento è spesso presente nei gesti degli adulti.

La famiglia deve lasciar intendere al figlio una presenza immediata, tempestiva e rassicurante ogni volta che ce ne fosse bisogno. Cioè non iperproteggere, ma essere presenza discreta nella crescita, vuoi dei figli, vuoi di noi genitori e adulti. Parleremo più avanti dei figli aquilone.

Un guaio pluridiagnosticato sta nel fatto che troppe famiglie non hanno e non si pongono degli obiettivi ben studiati. Ci si muove un po' giorno per giorno, si va incontro alle necessità quotidiane e ai capricci, quando la famiglia dovrebbe avere dei programmi di vita abbastanza interiorizzati. L'ideale sarebbe di poter costituire attorno alla famiglia una sorta di "team", un gruppo di persone grandi e piccole che lavorano tutte insieme per raggiungere determinati risultati. È un aspetto largamente sconosciuto o trascurato e non solo per colpa della famiglia. È quello che tentiamo di fare con questo libretto.

Alle nuvole rispondiamo con le previsioni!

L'EDUCAZIONE IN PILLOLE



PERCHÉ È MORTA LA PAROLA

Stiamo ricostruendo a tappe forzate, la seconda torre di Babele:

- nella scuola
- nella politica
- nella famiglia

PERCHÉ È NATA LA CHIACCHIERA

La sua dea è la televisione.

Un popolo che chiacchiera è un popolo che non pianta alberi.

LA PAROLA

- Unisce i buoni
- Disperde gli stupidi
- Divide l'anima
- Uccide gli ipocriti
- Disorienta i superbi
- Risuscita i poveri

LA PAROLA

è l'arma dell'educatore.

Non è né maschile,

Né femminile. È eterna, va oltre il tempo

QUANDO SCENDE LA SERA, LA PAROLA È

- tenerezza
- sincerità
- appartenenza
- dolcezza

QUANDO SI ALZA IL SOLE LA PAROLA È

- forza
- pazienza
- speranza
- progetto

I TOTEM DELLA NOSTRA SOCIETÀ

- La macchina, o dell'onnipotenza
- La televisione, o dell'apparenza
- L'eccesso come metodo
- La politica, o del sopruso
- Il lavoro, o dello stipendio
- La finanza
- I farmaci

LE SFIDE DI OGGI SONO TRA:

- Essere o avere
- Essere o sembrare
- Essere o emozionarsi
- Essere o non essere
- Essere o divenire
- Essere o comunicare
- O essere e basta?

I NUOVI EDUCATORI

- I dj
- Gli allenatori
- I pubblicitari
- I cantanti
- I divi
- "Gli internauti"

LE GAMBE DELLA SOCIETÀ

- Famiglia
- Scuola
- Lavoro
- Tempo libero
- Democrazia

ALCUNI VALORI

- Festa
- Fatica
- Parola
- Solidarietà - altruismo
- Pace
- Tolleranza
- Trascendenza
- Autenticità
- Pazienza
- Autorevolezza
- Senso del rischio
- Essenzialità
- Riflessione
- Gratuità

SI NASCE CINQUE VOLTE

- Nel pancione
- Durante l'adolescenza
- Al primo amore
- Quando si diventa padri e madri
- Quando si va in pensione

LE CINQUE UTOPIE DEGLI ADOLESCENTI

- L'amore
- La verità
- La libertà
- La felicità
- I desideri

QUALI PADRI?



IL PADRE COMPRENSIVO

È il padre che aiuta il figlio a ridare "contorni" alla sua libertà. Non lo cerca, lo aspetta, rischiando grosso...

IL PADRE CHE RILEGGE LA STORIA

È il padre saggio che aiuta il proprio figlio a rileggere meglio gli avvenimenti semplici di ogni giorno perchè la vita si gioca in essi.

IL PADRE CHE INVESTE SUL PIÙ DEBOLE

Il padre, educatore vero, non è quello che asseconda i migliori, ma quello che orienta il programma sul più lontano, il più difficile.

IL PADRE DELL'AQUILONE

È il padre che spinge il figlio verso quel lembo di terra che sarà la sua patria, accontentandosi di tessere un lungo filo.

IL PADRE – PADRONE

Uomo di comando al quale si deve solo obbedire. Non ha tempo da perdere. Appena mette piede in casa il dialogo finisce. Stereotipo vecchio e pericoloso

IL PAPI

Una specie di Babbo Natale lungo 365 giorni. Preoccupato di far star bene i figli, di coccolarli e accontentarli; pronto a lavorare notte e giorno, perché lui, il babbo, deve provvedere ad elevare lo status-symbol della famiglia. Non pensa ad educare, eventualmente a diseducare.

IL MAMMO

È l'uomo che si trova a dover svolgere le mansioni di mamma e di papà. La doppia mansione, talvolta, arriva fino al punto di sconvolgere la stessa identità del "mammo". Factotum, cuoco, lavoratore, baby sitter, affettuoso, frustrato.

PADRI USA E GETTA

Sono quei poveri uomini, immaturi, eternamente innamorati di loro stessi. Irrequieti, incapaci di rapporti profondi, veri, sofferti. Passano da una "casa all'altra".

PADRI IN CARRIERA

Intrappolati tra code, macchine, treni e aerei con borse piene di documenti e carte di credito. Vivono per gli affari, volontariamente e non, lontani da casa. Non c'è da ridere se molti di questi signori affidano al telefonino

QUALI MADRI?



LA MAMMA ITALIANA

Troppo iperprotettiva. Preferisce adorare i figli, più che amarli.
Se li sente troppo "suoi".

LA COMPAGNA

Purtroppo, per decenni, abbiamo sparato sul matrimonio come un'istituzione sorpassata e troppo bachettona.
Ne è uscita questa figura di amante camuffata.

LA DONNA IMPEGNATA

Nella società moderna, la donna, per giuste gratificazioni si impegna fuori casa. Talvolta, poi, questo impegno rischia di far passare in secondo ordine i doveri famigliari.

LA MAMMA - PAPÀ

Donna rimasta sola per vari motivi.

Talvolta fa l'errore di coprire il doppio ruolo. Meglio rimanere madri e far capire ai figli cosa significhi il posto lasciato vuoto dal padre.

LA MADRE-SPOSA-DONNA

Fino a ieri lo scopo principale di ogni donna era divenire madre.

Oggi urge coniugare, contemporaneamente, in modo armonico, i tre aspetti della donna= essere donna, sposa e madre.

...E I FIGLI?



IL BONSAI

- In miniatura ha tutto, ma poi all'atto pratico, se vai a "scavare", è una disidentità sofisticatissima.
- È un pò di tutto e niente nello stesso tempo.
- Diventare grande è troppa fatica. Sembrare grandi fa più tendenza.
- Ragiona come un adulto ma rimane un faggio di 40 cm, un pino alto una spanna.
- Fragilissimo, come i palloncini a gas. Non si deve chiamare narciso o egoista. Lui è maturo, è autosufficiente. Non ha bisogno di padri o di adulti.
- Lui è padre si se stesso.
- Le strade se le fa lui e le leggi anche.

LO SBIELLATO

- O il "macdonalizzato": se non fa uno sbattimento al minuto, non è lui. Il piacere è un valore ai cui imperativi tutto va piegato.
- Per ottenere il piacere è lecito tutto. Parte il venerdì notte e torna la domenica, cena, dopocena, discoteche, spiagge da day after.

IL BULLO

- È l'eroe del nulla. Il vero elemento distruttivo della loro adolescenza è la noia. Scomodano anche la geometria: "se non la pianta ti bombo il cervello a 45°"

IL SAMARITANO

- Detto dai più superstiziosi l'amico degli "sfigati". È sempre disponibile e tutti hanno diritto a tutto il suo tempo. Mai un minuto per sé, si fa troppo carico degli altri.

IL GREGARIO

- Ragazzo senza personalità. Poco amato e lasciato troppo solo nell'infanzia.
- È portato ad assumere le sfaccettature dei compagni più "forti".

IL BIFRONTI

- Talvolta può succedere che dove non c'è comunicazione tra genitori e figli, alla prima "sbandata", alcuni ragazzi iniziano a raccontare "balle" fino al punto di rischiare una seconda identità.

IL ROMPI

- È il vero adolescente: vorrebbe attraversare d'un fiato il grande ponte dell'adolescenza per battere prematuramente i territori dei grandi. Ragazzo vivace, scanzonato, loquace, quanto basta per innervosire, attaccabottoni.
- Esige un padre saggio, paziente.

IL CICCIOBELLO

- O figlio di papà: viziato, ridotto a boutique ambulante per baby. Figlio di genitori decotti dai mass-media, attenti soprattutto all'apparire.

LO SPAGO E LA LIBERTÀ



... TRATTO DA "IL FILO DEGLI AQUILONI"
(Don A. Mazzi)

I figli sono come gli aquiloni. Ai miei tempi gli aquiloni si costruivano a mano e costituivano uno dei pochi momenti belli della nostra povera infanzia. Vengo dalla campagna. Per me l'anno era scandito dalla raccolta e battitura del grano, dalla vendemmia, dal presepio, dal carnevale per le maschere e i coriandoli, e dagli aquiloni.

Oggi gli aquiloni non vanno più di moda e poi si comperano già fatti negli stramaledetti supermercati.

Male. Cari genitori, non avete idea di che cosa vi perdete a non fare l'aquilone a mano, con vostro figlio o nipote.

Per fare l'aquilone, quando avevo sette anni, bisognava racimolare le rare riviste a colori, preparare noi stessi la colla, cercare attorno ai fossi delle cannuce lunghe e sottili, che avrebbero costituito le nervature del testone dell'aquilone. La fase più delicata dell'intera operazione consisteva nell'andare di notte a scassinare la porta del gabbiotto degli attrezzi, dove il nonno custodiva gelosamente i rotoli di spago, con i quali avrebbe legato i salami.

L'aquilone è un aquilone se ha code lunghissime e coloratissime, se ha un grande testone dipinto esagonale o rettangolare e ha uno spago talmente lungo da volare oltre il sole.

Se non volasse oltre il sole, che aquilone sarebbe? Io, impazzivo. Arruolavo la mamma, le zie, i cugini e le cugine. Occupavamo per almeno una settimana il tavolone della cucina dei nonni.

Era largo, lungo e comodo.

Sbuffando, per quel periodo, gli zii sopportavano quelle invasioni. Dovevamo andare a mangiare altrove. Erano gli unici giorni nei quali la cucina era in mano nostra. Non vi dico il disordine!

Sei cuginetti scatenati, litigiosi, furbastri, per ore: a rubarci le cose, la colla, la carta velina... e botte quasi ogni giorno, erano urla e botte "da cugini". A me riusciva male la colla, sporcavo, mi sporcavo.

Ero specializzato nello strappare le pagine a colori, in casa d'altri, nella ricerca di carta velina, e nel rubare lo spago al nonno.

Nel giro di centinaia di metri, in tutte le case erano sparite tutte le carte colorate: facevo sparire persino i santini che gonfiavano i libri di preghiera delle nonne della contrada. Li raccoglievo e li nascondevo per trasformarli a tempo debito in coriandoli.

Era la fine che faceva sant'Antonio, santa Teresa, santa Lucia, santa Rita, la Madonna. Tutti coriandoli. Fu lì, a otto anni, che capii quante Madonne ci fossero al mondo. Solo dal librone di mia nonna ne avevo rubate una trentina, tutte diverse. Ripeto: la festa

durava una settimana ed era la festa per tutti, tranne gli uomini. Io sporco di colla, come un attacchino in tempo di elezioni, ballavo la samba attorno al tavolone e inviperivo perché a mia cugina riusciva, ogni anno, l'aquilone migliore, più artistico, più misterioso del paese. Nella parte infantile che resta nel cuore di chiunque, e quindi anche nel mio, l'aquilone occupa l'importanza che occupavano, allora, il presepe e le maschere di carnevale.

I figli sono come gli aquiloni. Tutti ci diamo troppo da fare a fabbricarli. Attorno al tavolo, a colori, belli, bellissimi, la famiglia intera, lì a costruire l'aquilone/figlio. L'aquilone, però, lo si costruisce, perché vada, presto e bene, ad occupare quel pezzo di cielo che il Padreterno ha preparato per lui. Voi genitori, vi perdetevi troppo nel levigare, nel cesellare i vostri figli ad altezza massima del tetto di casa. Tessete meno ragnatele. Aprite le porte di casa e spingeteli a respirare, a pieni polmoni, il sapore del cielo.

A voi, padri, tenere appena un filo, lungo, sottile, ma sufficiente per dare di tanto in tanto un impulso, un avviso. I vostri figli non devono far finta di avere doti che voi non avete mai inculcato loro. Dobbiamo preparare i nostri figli a volare, insegnando loro che volare è uscire di casa e affrontare il sole che scotta, il vento che scompiglia, il silenzio che spaventa, il freddo che brucia.

Dentro un adolescente, c'è concentrata tutta l'avventura di una vita. Rompere o farsi uno spinello, o fare "cavolate", è proprio degli adolescenti che, non avendo imparato a volare, si accontentano di sentirsi vivi, rompendo le "cristallerie". Il cielo costa. Gli adolescenti di domani saranno sempre più aquiloni smaniosi di volare, ma intimiditi dal rischio dell'infinito.

Allora parliamo di più, drammatizziamo di meno, scopriamo la capacità di perdonare. Prepariamo lo spago, presto: robusto, leggero, molto lungo. Sta qui l'avventura parallela dei genitori e di un figlio.

Non trasformiamo le ferite in sconfitte, ma in tappe verso il cielo aperto.

L'aquilone diventerà aquila, e il padre e la madre riscopriranno, con il naso all'insù, il fascino dell'essere genitori.

IL DECALOGO



1. Non viziarmi. So benissimo che non dovrei avere tutto quello che chiedo. Voglio solo metterti alla prova.
2. Non essere incoerente: questo mi sconcerta e mi costringe a fare ogni sforzo per farla franca tutte le volte che posso.
3. Non fare promesse : potresti non essere in grado di mantenerle. Questo farebbe diminuire la mia fiducia in te.
4. Non correggermi davanti alla gente. Presterò molta più attenzione se parlerai tranquillamente con me a quattr'occhi.
5. Non brontolare continuamente : se lo fai dovrò difendermi facendo finta di essere sordo.
6. Non badare troppo alle mie piccole indisposizioni. Potrei imparare a godere di cattiva salute, se questo attira la tua attenzione.
7. Non preoccuparti per il poco tempo che passiamo insieme. E' come lo passiamo che conta.
8. Non permettere che i miei timori suscitino la tua ansia perché allora diventerei ancora più pauroso. Indicami il coraggio.
9. Non dimenticare che non posso crescere bene senza molta comprensione e incoraggiamento ...ma non ho bisogno di dirtelo, vero?
10. Ricordati, io imparo di più da un esempio che da un rimprovero.

SE NON SEI STATO ODIATO DA TUO FIGLIO ALMENO UNA VOLTA
(PULITEVI LE LENTI DEGLI OCCHIALI, LEGGETE BENE, E POI... DEGLUTITE),
NON SEI MAI STATO UN GENITORE VERO.

OMBRE



GENITORI E FIGLI, ADULTI E GIOVANI

La società, il nostro tempo, le nuove generazioni. Sono in molti a domandarsi quale sia la strada giusta, da scegliere.

Ascolto, dialogo, confronto, libertà e quanta... Spesso non si sa da che parte andare. In fondo è proprio l'atteggiamento tipico dell'avventura, pieno di curiosità ma anche di motivazione a imparare.

È esattamente l'opposto di chi crede di sapere tutto e, quindi, di dover solo correggere, ordinare, dominare.

C'è un accorgimento che gli addetti ai lavori raccomandano: per capire meglio, serve la mentalità dello scopritore, in netta antitesi con quella del colonizzatore. Il mondo cambia e i giovani sono gli interpreti ricettivi del nuovo, perché cambiano continuamente, dunque bisogna prima ascoltare. Poi, proporre una relazione, che vuole dire una comunicazione, in cui si dà e si riceve.

Esiste una bella differenza tra il comprendere e lo spiegare.

Il comprendere presuppone di andare verso, di mescolarsi a ciò che si vuol capire.

Le nuove generazioni, soprattutto quelle d'oggi, hanno bisogno di comprensione. E quindi per capirle bisogna mescolarsi.

Ascoltate, parlate, perdonate. Imparate a capire il nuovo vocabolario dei vostri figli. La frase "sei un mito" lasciategliela usare.

E' un'esplosione che li aiuta a lasciarsi incantare. Quando erano piccoli avete insegnato voi il vostro vocabolario. Ora diventate loro alunni.

Volete capire se i vostri figli sono caduti in qualche trappola?

Osservate se hanno paura di vivere, depressione, sbalzi d'umore, sonnolenza, isolamento.

E poi, facciamo il possibile perché la lotta all'ecstasy non divenga una nuova campagna.

Quando la smetteremo di fare campagne?

Facciamo le campagne contro le bombe antiuomo, contro la fame nel mondo, contro la cocaina, contro la pedofilia, contro l'AIDS, contro la prostituzione.. e poi non cambia nulla.

E se trasformassimo le campagne in vita quotidiana?

Non possiamo cedere e non dobbiamo mollare, supponendo che la droga sia stata vinta.

Il mondo dei mass-media ha tralasciato, da tempo, di collocare il dramma droga tra gli argomenti forti e da prima pagina. Poiché si vedono meno automi ciondolare nei sottopassi delle metropolitane e vomitare negli angoli delle piazze, si è concluso, da ignoranti, che sia in via di estinzione il fenomeno. Tutti sanno, quanto nel frattempo,

Tuo figlio è già in

GRADO

di distinguere tra

ROGA

e

RAGO?

parlare, crescere insieme.





SE DI MEZZO CI SEI TU

per tuo figlio saranno due mondi distanti

Giocare, parlare, crescere insieme



VULNERABILITÀ E FATTORI PROTETTIVI



QUATTRO DOMANDE SEMPLICI

1. Perché le persone **UTILIZZANO** droghe?
2. Perché **ALCUNE** ne diventano dipendenti?
3. Esistono delle condizioni e dei fattori di rischio **PREVEDIBILI**?
4. Si può agire su questi fattori e **PREVENIRE** le dipendenze?

È stato segnalato che dal 50 al 80% dei giovani che hanno contatto con la droga almeno una volta nella vita circa il 10-20% ne diventa dipendente, il 40-50% ne fa un uso temporaneo e per il restante 30-40% non ne fa uso.

Esistono quindi persone che per proprie caratteristiche, se sperimentano nuove droghe, sono più a rischio di sviluppare dipendenza.

Questa particolare condizione viene definita in termini scientifici “ vulnerabilità ” alla dipendenza da sostanze. La vulnerabilità è una condizione dell'individuo per la quale vi è un maggior rischio, in presenza di disponibilità di sostanze d'abuso, ad esprimere un comportamento da assunzione reiterato con sviluppo di dipendenza. La vulnerabilità può avere basi congenite ed acquisite.

Esistono diversi fattori di vulnerabilità che possono essere collocati in vari ambiti:

BIOLOGICO

- Particolari genotipi che condizionano lo sviluppo di sistemi neurologici cerebrali e che sono più sensibili alle sostanze o esprimono comportamenti a rischio.

PSICHICO

- Particolari temperamenti e caratteri, stati di disagio derivanti da cause interne ed esterne alla persona
- Stati di disagio derivanti da stress ambientale esterno a cui l'individuo non sa rispondere in maniera adeguata.

SOCIOAMBIENTALE

- Ambienti particolarmente stressanti e/o ad alta disponibilità delle sostanze e/o pressione sociale del gruppo che incentiva l'uso di tali sostanze.
- La vulnerabilità, quindi, può essere dipendente esclusivamente da fattori interni all'individuo (intrinseca) o dipendente da fattori esterni (socio/ambientali) e in grado di generare disagio psichico a cui l'individuo non saprà adeguatamente rispondere.
- La vulnerabilità può essere anche sostenuta da ambedue i fattori in tal caso viene

definita doppia.

- Tale stato non è comunque sinonimo di "predestinazione" e non deve essere inteso come una condizione la cui esistenza fa sì che l'individuo sia "predestinato inevitabilmente" a diventare tossicodipendente.
- Il rischio derivante dai fattori neurobiologici può essere, infatti, controllato e contrastato da fattori psichici, educativi ed ambientali.
- Le aree di indagine per la valutazione precoce del rischio di vulnerabilità individuale sulla base degli indicatori riportati in letteratura scientifica sono molteplici.

I fattori che creano questo stato di vulnerabilità sono contemporaneamente di tipo:

- **biologico/genetico**
- **psichico/comportamentale**
- **socio/ambientale.**

La valutazione però deve essere sempre contemporanea.

FATTORI BIOLOGICI/GENETICI

- I principali fattori biologici/genetici scoperti ad oggi sono collegati a particolari assetti genetici che provocano delle alterazioni di sistemi cerebrali neuroendocrini e di risposta allo stress. Queste alterazioni biologiche sono quindi geneticamente determinate.
- Un esempio di alterazione è quella dei sistemi della serotonina e della dopamina che sono i neuroormoni che modulano l'affettività, l'umore, il sonno, la socievolezza, i sistemi di autocontrollo ecc..

FATTORI PSICO/COMPORTAMENTALI

- Questi fattori riguardano il temperamento, il carattere, la condotta e la socialità. Particolarmente a rischio sono risultati gli individui fortemente inclini alla ricerca di novità e di sensazioni forti (novelty seeking). Altri fattori importanti in ambito psichico sono l'autostima, l'aggressività, la percezione di autoefficacia nell'affrontare e risolvere i problemi, i sistemi di autocontrollo dell'impulsività, ecc.
- Una particolare importanza riveste soprattutto il rapporto con la madre nei primi anni di vita che sembra giocare un ruolo importantissimo nel creare sistemi psichici particolarmente resistenti allo stress e in grado di elaborare risposte efficaci alla

soluzione dei problemi durante la vita.

- Il rapporto prima con la madre e, successivamente, con il padre è il terreno su cui si sviluppa la dinamica affettiva di un individuo: l'alterato accudimento materno - mancato, intrusivo o possessivo - non promuove l'autonomia dei figli; l'assenza dei padri e, in generale, la crisi dell'autorevolezza delle figure adulte associata alla precarietà dei percorsi educativi, aprono la strada ad una condizione di insicurezza che influenzerà le competenze sociali soprattutto nella fase adolescenziale.

FATTORI SOCIO/AMBIENTALI

- Un ambiente particolarmente stressante e traumatizzante è in grado di indurre nell'individuo che incontra sostanze stupefacenti una maggiore probabilità di uso e, quindi, di diventarne dipendente.
- Con il termine ambiente intendiamo la famiglia, il gruppo dei coetanei, la scuola, la società, tutto ciò che proviene dall'esterno che è in grado di condizionare il comportamento dell'individuo.
- Uno studio americano sui fattori socio ambientali ha evidenziato come:
 - I genitori che fumano e bevono aumentano nei loro figli il rischio di abuso non solo di tabacco ed alcool ma anche di altre sostanze illecite.
 - I conflitti all'interno della famiglia e la scarsa capacità di confrontarsi e risolvere i problemi di tutti i giorni sono associati con un netto aumento del rischio di abusare droghe nei ragazzi che hanno difficoltà nel rapporto con i loro genitori e/o nell'affrontare i momenti di crisi.
 - La scarsa coesione familiare e l'uso di sostanze tra gli amici più cari è predittivo dei livelli (tipo e quantità) iniziali dell'abuso di droghe.
 - I modelli educativi e valoriali se fortemente orientati all'integrazione sociale e alla solidarietà risultano essere protettivi.

È importantissimo l'esempio che i genitori offrono ai figli nella quotidianità, quando devono superare le difficoltà grandi e piccole, quando cercano risorse per la soluzione dei problemi, se chiedono aiuto di fronte alle difficoltà, se difendono i loro valori senza "permettere" sempre tutto, se si lasciano coinvolgere dalle esperienze dei figli senza rinunciare al loro ruolo di educatori, se coltivano i desideri e i sogni dei propri figli. Una fortissima influenza sull'individuo la esercita la presenza nel gruppo dei pari e degli amici, di persone che usano sostanze.

Nell'adolescenza tutti i rapporti cambiano. Le figure dei genitori vengono in parte ridimensionate e i compagni diventano fondamentali. Ma il gruppo può anche trasformarsi in luogo distruttivo dove le differenze individuali non vengono tollerate: la paura

di sentirsi "diverso" dagli altri induce un senso di smarrimento e un bisogno di trovare una guida sicura, cui fare riferimento.

Il tempo trascorso a scuola esercita sempre influssi sull'alunno: ponte fra il mondo infantile e mondo adulto, tra famiglia e società, la scuola dovrebbe guardare sia verso i ragazzi riconoscendone esigenze, motivazioni centrali, compiti evolutivi nuovi, sia verso la società, cogliendo e proponendo modelli etici forti.

Una scuola che crede nella sua funzione educativa e che la difende, che dà chiare regole, è una scuola che protegge.

I genitori, spesso, si sentono perdenti di fronte ai figli: hanno l'impressione che il loro atteggiamento educativo venga indebolito e perfino svalutato dalle idee e dalle immagini che circolano nella società, soprattutto in un mondo in cui si sostiene l'idea che tutto è possibile e che ognuno può fare ciò che vuole.

Porsi il problema dell'uso di sostanze psicoattive in termini preventivi significa, quindi, curare il più possibile il rapporto educativo ed assicurarsi che ai figli giunga anche un'informazione corretta ed adeguata.

Prima della droga ci sono la crescita e l'educazione. In una visione più moderna l'educazione è anzitutto affettiva, sentimentale, emotiva e passa attraverso la consapevolezza che le esperienze compiute da un individuo nei suoi primissimi anni di vita hanno un'incidenza significativa, anche se non determinante, sulla sua formazione successiva.

Se la droga è la risultante di particolari condizioni è anche vero che a giocare un ruolo decisivo è l'equilibrio fra le forze che rendono vulnerabile un soggetto e quelle che, invece, lo proteggono.

Esperienze educative ricche di stimolazioni di carattere affettivo, intellettuale e sociale, possono aiutare i soggetti più vulnerabili a dotarsi di "armi" proprie, psicologiche e relazionali, efficaci per autodifendersi nel momento di un eventuale primo contatto con la droga.

Interventi attenti, costanti e duraturi favoriscono la conoscenza precoce di un possibile problema (non solo rispetto alla droga) nei nostri figli.

FABIO 18 ANNI:

"L'UNICO MODO PER NON AVERE PROBLEMI COL MONDO DELLA DROGA

È DI NON ENTRARCI MAI. MEGLIO PERDERE

UN AMICO, SAPENDO DI FARE IL PROPRIO BENE. IN FIN DEI CONTI,

UN AMICO CHE INSISTE A PROPORTI DI USARE DROGA, MA CHE AMICO È?"

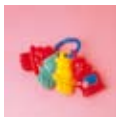


SE DI MEZZO CI SEI TU
per tuo figlio saranno due mondi distanti

Giocare, parlare, crescere insieme



PARLIAMO DI SOSTANZE



L'informazione relativa alle droghe e alle conoscenze dell'uso e dell'abuso è importante ai fini di:

- incoraggiare atteggiamenti appropriati (motivazioni, significati, valutazioni e modo di porsi individuale nei confronti delle droghe) verso l'argomento;
- incrementare l'interesse verso i problemi della tossicodipendenza;
- ridurre eventuali reazioni paniche all'uso di stupefacenti.

L'Organizzazione Mondiale della Sanità definisce con il termine droga le sostanze psicoattive che agiscono sul sistema nervoso centrale, provocando alterate percezioni della realtà.

Queste sostanze di uso non terapeutico creano dipendenza fisica e/o psicologica, tolleranza (dosi crescenti per avere lo stesso effetto iniziale), alterano il livello biologico (biochimica cerebrale), psicologico (annullano l'equilibrio psicologico e la capacità di adattamento) e sociale dei soggetti.

PERCHÉ VENGONO USATE?

Per la loro caratteristica di:

1. Produrre un effetto piacevole apprezzato dal soggetto: sono stimolanti o depressivi e alcune aumentano la performance fisica, psichica, relazionale;
2. Essere funzionali alla soddisfazione di specifici bisogni psichici dell'individuo con una sorta di "automedicazione" o "autocompensazione" di situazioni non gradite o disequilibrate. L'uso di sostanze è, in funzione secondaria, generato e mantenuto dai bisogni presenti nel soggetto che vengono parzialmente o totalmente soddisfatti dalle sostanze rispetto alla compensazione, alla stabilizzazione, all'empatia, alla gratificazione;
3. Hanno una capacità propria di indurre dipendenza e di legare l'individuo. Questa condizione, secondaria all'uso cronico di una sostanza, si manifesta con un bisogno fisico e psichico di assumere una determinata sostanza, accompagnato spesso da sindrome di astinenza successiva alla sospensione dell'uso, "craving" (un forte e spesso incontrollabile desiderio di droga) di vario tipo ed intensità in base alla sostanza d'abuso ed alle caratteristiche neuropsichiche dell'individuo.

STEFANO 19 ANNI:

"SI STUDIANO E SI CONSUMANO SEMPRE NUOVI TIPI DI DROGHE. VOGLIAMO

ESSERE SEMPRE ALL'AVANGUARDIA, MA QUESTO È UN MONDO IN CUI
PURTROPPO C'È CHI SI ARRICCHISCE E C'È CHI MUORE”

Possiamo, quindi classificare le sostanze psicoattive (alcune legali altre illegali) rispetto ai loro effetti:

STIMOLANTI

Alcool, nicotina, cannabis, cocaina, amfetamine, ecstasy, steroidi: aumentano i livelli di performance, anche relazionale, rendono infaticabili, brillanti, vigili, energici.

DEPRIMENTI

Oppio e suoi derivati (eroina): abbassano il tono psichico e nervoso; fanno dimenticare i problemi e le preoccupazioni, spengono la consapevolezza delle difficoltà.

IPNOTICI

Barbiturici, tranquillanti, Valium: placano l'ansia o sono prescritte come sedativi.

ALLUCINOGENI

Lsd, Mescalina: provocano allucinazioni e sensazioni forti.

SOSTANZE E SISTEMI NEUROBIOLOGICI

Le droghe interferiscono con i processi biochimici finalizzati al mantenimento delle condizioni normali dell'organismo. Agiscono cioè sui meccanismi delle funzioni cerebrali, interferendo sugli eventi biologici che sono alla base delle normali attività delle cellule nervose: la trasmissione e l'elaborazione di impulsi nervosi (di segnali ed informazioni).

Perturbando le funzioni delle cellule nervose, le droghe compromettono o addirittura annullano gli equilibri psicologici, la capacità di adattamento dell'individuo e le possibilità che esso ha di far fronte a situazioni di disagio psichico, ambientale e interpersonale.

La letteratura scientifica delinea oggi gli elementi essenziali attraverso i quali le sostanze psicoattive che possono indurre dipendenza e abuso agiscono sul cervello, e, quindi, sul comportamento.

Una fitta rete di interazioni tra azione del “farmaco” sui recettori di specifiche sostanze dei sistemi neurobiologici (neurotrasmissione – modulazione), rendono ragione delle impegnative interferenze che le droghe hanno sulla sfera psichica, sull'assetto relazionale e sul sistema comportamentale.



SE DI MEZZA
per tuo figlio saranno

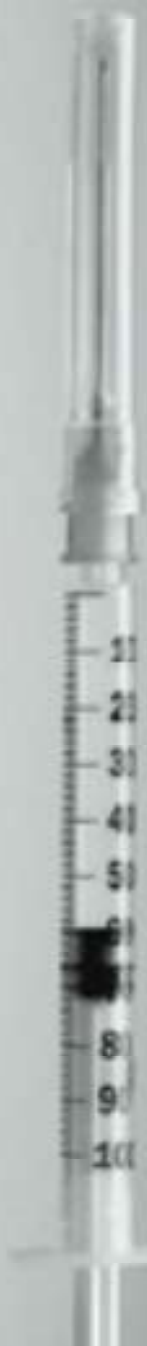
Giocare, parlare,



O CI SEITU

o due mondi distanti

crescere insieme



ALCOOL



CHE COS'È

L'alcool etilico è una sostanza ottenuta per fermentazione e/o distillazione di sostanze contenenti zuccheri o per sintesi.

L'ALCOOL È UNA DROGA

L'alcool è una sostanza psicoattiva, cioè in grado di modificare il funzionamento del nostro cervello e quindi la nostra percezione della realtà. L'alcool è però una droga giuridicamente legale, accettata dalla nostra cultura che da secoli apprezza e combatte i suoi effetti. A parità di azioni insensate, l'opinione pubblica si scandalizzerà sempre maggiormente per le azioni di un drogato che per quelle di un ubriaco che, se non inducono ad un compiacente sorriso, raramente sono oggetto di marcata riprovazione. L'alcool è infatti una sostanza molto tossica per la cellula epatica, più di molte droghe illegali, tanto che in medicina dello sport si individua in un 1/4 di litro di vino ai pasti la dose massima compatibile con l'esigenza di mantenere in piena efficienza la macchina umana. L'assunzione ripetuta di dosi massicce di alcool può determinare nel lungo periodo epatiti, cirrosi, arteriosclerosi, gastriti, ulcere, problemi circolatori, danni al sistema nervoso, ottundimento della memoria, crisi epilettiche, cancro allo stomaco, problemi digestivi e un'aggressività difficilmente controllabile.

GLI EFFETTI

Il ricorso agli alcolici può essere associato, nella vita di chiunque, a momenti di maggiore vulnerabilità e, se non si ha chiaro di aver a che fare con una sostanza pericolosa, può essere più facile usarla per ottenere quegli effetti psicoattivi (euforia, socializzazione, distensione....) che normalmente si possono raggiungere senza l'uso di sostanze. I gruppi che risultano più a rischio di sviluppare dipendenza sono le donne di mezza età ed i giovani di età compresa tra i 15 ed i 24 anni. Un dato preoccupante riferito a questi ultimi è l'aumento di casi di ubriachezza ripetuta, di guida in stato di ebbrezza e contemporanea assunzione di droghe.

FALSE CREDENZE SULL'ALCOOL

L'alcool dà forza? No, toglie solo momentaneamente la sensazione di fatica.

L'alcool dà sicurezza? No, può solo artificialmente far dimenticare la timidezza per un breve periodo, aggravando il problema poi. Sembra, infatti, che le persone timide siano più esposta a rischio di sviluppare una dipendenza alcolica. È bene rendersi

conto delle false credenze diffuse sugli alcolici perché queste inducono comportamenti scorretti.

LE CONSEGUENZE

Sul sistema nervoso centrale e periferico: altera la capacità di concentrazione, l'equilibrio e la deambulazione, crea confusione, ansia, allucinazioni e sonnolenza.

Sul sistema digerente: irrita ed ulcera le mucose che rivestono lo stomaco e l'intestino; danneggia in modo particolare il fegato e, a causa di un uso cronico, il forte bevitore può sviluppare epatite o cirrosi epatica

Sul sistema circolatorio: causa ipertensione arteriosa, arteriosclerosi.

Sul sistema endocrino: causa impotenza, riduzione della fertilità, ecc..

L'assunzione di alcool può portare alla dipendenza, un legame esclusivo con la sostanza che isola la persona dalla famiglia e dalla società, induce un comportamento irresponsabile nei confronti del lavoro, della famiglia. Il soggetto dipendente è costretto ad assumere alcool perpetuando i danni perché alla sospensione manifesta gravi disturbi fisici e psichici che prendono il nome di sindrome da astinenza.

La dipendenza da alcool è una vera e propria malattia.

L'ALCOOL E LA FAMIGLIA

È importante sottolineare che spesso i problemi alcoolcorrelati provocano disagio e sofferenza all'interno della famiglia. In presenza di tale problema i ruoli e le funzioni familiari spesso si modificano, la comunicazione si fa difficile o si interrompe del tutto. Aumentano le tensioni e le incomprensioni che spesso inducono la famiglia a disgregarsi ed isolarsi. I figli risentono del clima negativo che vivono in famiglia e possono manifestare il loro disagio attraverso alcuni comportamenti (difficoltà scolastiche, uso di sostanze illegali, aggressività, irrequietezza, sofferenze psicologiche). È molto importante che in famiglia ci sia da parte dei genitori, al di là delle belle parole, un "esempio educativo" al non uso di alcool e sostanze psicoattive.

TABACCO



DANNI DEL TABACCO

Quando si parla dei danni del fumo del tabacco, si tende a calcare la mano sulla maggior possibilità che il soggetto fumatore vada incontro a tumori; in primo luogo a quelli polmonari, ma anche della vescica, pancreas, utero... Ed è vero, è stato dimostrato ed è comprovato.

Ma ricordiamo i danni della nicotina in modo particolare sul cuore e alla circolazione. Tutti sanno che la prima sigaretta del mattino, oltre a stimolare le funzioni intestinali, provoca tachicardia, cioè l'aumento della frequenza cardiaca. Chi avverte poi senso di freddo a mani e piedi, capisce che si tratta di spasmi circolatori e se si misurasse la pressione, potrebbe constatare che è aumentata.

Fumare non giova ma fa danno a chi soffre di ipertensione, di angina o di insufficienza arteriosa o a chi, in precedenza, abbia avuto un infarto. Non giova nemmeno a chi ha il colesterolo o i trigliceridi alti; la nicotina infatti stimola la liberazione dei grassi dai depositi e fa aumentare la quota circolante, mantenendone elevato il tasso circolante. Negli anziani poi, in modo particolare, aumenta il rischio embolico e trombotico.

Effetti della nicotina sullo stomaco: la nicotina stimola la secrezione acida dello stomaco e quindi favorisce la gastrite e l'ulcera.

Chi poi è in cura con terapia antiulcera che al giorno d'oggi agisce facendo diminuire la secrezione acida, compie, fumando, una cosa senza senso.

Da una parte infatti fa diminuire la stimolazione acida (con la medicina) e dall'altra stimola la secrezione con la sigaretta.

PSICOFARMACI



Che cosa sono

NEUROLETTICI

Sono potenti sedativi del sistema nervoso centrale. Vengono prescritti dai medici a persone che soffrono di deliri, allucinazioni, percezioni alterate di se stesse e della realtà provocate da situazioni fortemente angosciose e stressanti che producono come conseguenza un grave senso di isolamento per l'impossibilità degli altri di condividere il loro vissuto.

ANTIDEPRESSIVI

Gli antidepressivi (ad esempio il Prozac) sono farmaci che tendono ad intervenire sui sintomi specifici attraverso i quali si manifesta la depressione, quando, cioè, la persona perde ogni passione per la vita e capacità di autostima. Sono, quindi, da prescrivere sulla base delle situazioni individuali e dalla risposta specifica di ognuno al farmaco.

ANSIOLITICI

Fanno parte di questa grande famiglia tutte le benzodiazepine (Tavor, Valium, Minias, Darkene, Roipnol, En). I singoli farmaci si differenziano molto per modalità di presentazione, dosaggio, velocità e potenza di azione, durata dell'effetto del farmaco sull'organismo.

Riducono l'ansia, danno una visione meno pressante, angosciante e immediata dei propri problemi. Provocano rilassamento, torpore, sonno.

L'abuso di questa sostanza, in associazione con alcool viene ricercato per staccare la spina, ricercare uno stato di completa incoscienza nel quale non pensare (esperienze che finiscono anche in overdose).



I rischi

NEUROLETTICI

- Scegliere da soli il neurolettico adeguato per tipo e dosaggio è sconsigliabile. È inopportuno assumere dei sedativi così potenti che possono provocare altri disturbi come rallentamento della attività mentale, impossibilità a concentrarsi, pesantezza degli arti, difficoltà a parlare. Si rischia di entrare in uno stato in cui comunicare con gli altri diventa difficile (può essere complicato anche solo alzare il ricevitore del telefono): le cose e le persone sono vissute con distacco, perdono di significato e si vive in una situazione di apatia e di spaesamento.

ANTIDEPRESSIVI

- I rischi sono legati all'assunzione senza prescrizione medica. Possono essere:
 - Gravi intossicazioni dovute alla tossicità dei farmaci.
 - Insorgenza di problemi nuovi e non valutabili: alterazione del sonno, stati confusionali, alterazione del sistema cardiocircolatorio, intossicazione da overdose (che può portare anche a convulsioni o coma).
 - Passaggio dalla fase depressiva a quella maniacale.
- Si può passare da una situazione di completo disinteresse per il mondo ad una in cui ci si sente molto eccitati e si vogliono fare tantissime cose senza portarne a termine nessuna, si rischia di prendere decisioni non sufficientemente motivate.

ANSIOLITICI

- Possono intervenire anche sul normale livello di attenzione e capacità nel percepire i pericoli e di attivare le difese.
- Possono togliere il potere di critica e di indirizzo della propria vita. Le benzodiazepine danno forte dipendenza fisica e psicologica, sono difficili da scalare perché, in tal caso, riaffiorano tutti i problemi con in più il problema di liberarsi della dipendenza.
- Inoltre possono dare sonnolenza, scadimento delle performance psicotellettiva, difficoltà di coordinazione motoria, minor rendimento nelle attività quotidiane, maggior rischio di infortuni o incidenti, in particolare se associati ad alcool, accentuazione di problemi epatici.

STEROIDI



Gli steroidi-anabolizzanti sono la versione sintetica di sostanze endogene come il testosterone, un ormone maschile secreto dal testicolo, presente nel plasma dei maschi. L'aggettivo "anabolizzante" indica la capacità di una sostanza di produrre un aumento del volume corporeo.

Il "doping" è l'impiego di sostanze per migliorare la prestazione fisica e atletica anche (ma non solo) attraverso l'aumento della massa muscolare. Nel "doping" vengono utilizzate sostanze stupefacenti dall'effetto stimolante (come cocaina, ecstasy, amfetamine) o analgesico (come la morfina), oppure farmaci a base di ormoni, farmaci diuretici che, utilizzati in modo improprio, provocano gravi danni all'organismo. Benché il "doping" sia illegale e contro l'etica sportiva, l'uso di sostanze per migliorare le prestazioni è molto diffuso, anche tra persone che praticano attività fisiche nel tempo libero.

ANABOLIZZANTI

(steroidi anabolizzanti androgeni)

Come il testosterone, aumentano la massa e la potenza muscolare.

DIURETICI

Aiutano l'eliminazione dei fluidi favorendo la riduzione repentina del peso corporeo. Vengono utilizzati anche per ridurre la presenza di altri farmaci nelle urine ed aggirare, in questo modo i controlli anti-doping.

ORMONI PEPTIDICI

Servono a stimolare la produzione di steroidi nel corpo e producono un effetto euforizzante.

SECONDO LA LEGGE

Il Ministero della Sanità, Ufficio Centrale Stupefacenti non ha ancora provveduto all'inserimento dei preparati anabolizzanti in nessuna delle tabelle previste dall'art. 11 della legge 22 dicembre 1975, n.268 (ora art.13 del T.U. 309/90) che le renderebbe illegali e/o utilizzabili solo sotto stretto controllo medico. Ne consegue che anche in presenza di ingenti rinvenimenti di tali sostanze, a meno che non ricorrano i presupposti di qualche altra fattispecie di reato, la polizia giudiziaria non può procedere al sequestro probatorio né, tanto meno, all'arresto del detentore. È attualmente allo studio un provvedimento legislativo che provvede a regolare la materia con la previsione di fattispecie e sanzioni penali per i contravventori.

LE CONSEGUENZE

L'assunzione degli anabolizzanti fa aumentare e accrescere la muscolatura e, di conseguenza, aumenta le prestazioni. Gravi e dannosi però sono gli effetti collaterali di ordine fisico e psicologico legati all'assunzione di queste sostanze a dosaggi elevati.

Gli anabolizzanti (steroidi anabolizzanti androgeni) possono comportare danni al fegato, all'epidermide, all'apparato cardiovascolare e all'apparato endocrino.

L'uso prolungato favorisce l'insorgenza di tumori e di disturbi psichiatrici. Negli uomini gli steroidi possono provocare un restringimento dei testicoli e sterilità; mentre nelle donne si verifica una mascolinizzazione: riduzione del seno e perdita delle mestruazioni e crescita eccessiva di peluria corporale. In entrambi i sessi si verifica una calvizia di modello maschile, bassa statura e facile rottura dei tendini.

L'uso di diuretici per raggiungere una riduzione repentina di peso corporeo può comportare gravi danni e squilibri all'organismo.

Gli ormoni peptidici possono comportare gravi effetti collaterali: allergie, diabete, acromegalia (grave malattia che negli adulti si manifesta con la crescita delle ossa e negli adolescenti con il gigantismo).

CANNABIS



CHE COS'È

La cannabis (Cannabis Sativa var. Indica), comunemente detta canapa indiana, è una pianta da cui derivano due sostanze stupefacenti: la marijuana e l'hashish.

La marijuana è formata da un miscuglio di foglie, fiori e semi secchi, di colore verde, marrone o grigiastro. L'hashish è la resina della pianta che può essere tagliata con sostanze come la paraffina, l'olio per macchine, talvolta anche la plastica.

COME VIENE ASSUNTA

Hashish e marijuana di solito si fumano, ma possono anche essere ingerite.

Lo "spinello" o "canna", ossia la sigaretta fatta a mano con cartine, filtri di cartoncino e tabacco mischiato a queste droghe, costituisce il metodo di assunzione più comune; vengono tuttavia usati anche colli di bottiglia, pipe ed altri sistemi.

GLI EFFETTI

Coloro che ne fanno uso in piccole quantità la trovano rilassante. I sensi vengono intensificati e l'appetito stimolato.

In quantità elevate (o qualità forte) la cannabis può dare sensazioni simili a quelle dell'LSD.

Tra gli effetti spiacevoli che possono derivare ci sono anche nausea, allucinazioni, ansia, attacchi di panico o paranoia. L'uso costante di cannabis può portare ad uno stato di apatia, perdita di interessi e demotivazione delle normali attività.

INFORMAZIONI

La cannabis da dipendenza. (NIDA, U.S. Department of Health and Human Services, National Institute of Health USA, Research report series 2002). Contrariamente a quanto comunemente e erroneamente creduto questa sostanza è in grado di creare uno stato di dipendenza che si manifesta soprattutto con sintomi psichici quali un forte e costante desiderio di assumere la sostanza, crisi demotivazionale, forte irritabilità ed aumento dell'aggressività, disfunzioni nella capacità di giudizio.

INFORMAZIONE GIÀ CONOSCIUTA? SÌ NO

La cannabis riduce la capacità di formulare giudizi corretti e di valutare oggettivamente la realtà. (NIDA, U.S. Department of Health and Human Services, National Institute of Health USA, Research report series 2002). Vari esperimenti su piloti di moto ed auto hanno dimostrato che questa sostanza non permette di valutare correttamente i propri risultati raggiunti, porta a sottovalutare gli errori e il reale rendimento.

INFORMAZIONE GIÀ CONOSCIUTA? SI NO

La cannabis riduce la motivazione a fare, cioè la voglia di fare sport, di stare con gli amici, compreso il coinvolgimento negli affetti, di impegnarsi nella scuola (Schwartz, 1987). Nel cervello umano c'è un sistema di cannabinoidi naturali (sostanze simili alla cannabis) che è deputato a far provare le soddisfazioni e sentirci "appagati": la cannabis introdotta dall'esterno interferisce con questo sistema che non utilizza più i propri cannabinoidi endogeni per funzionare ma quelli esterni, alterando il suo fisiologico funzionamento. Si produce quindi una disfunzione biochimica che porta alla caduta delle motivazioni e alla compromissione delle capacità di affrontare i problemi della vita.

INFORMAZIONE GIÀ CONOSCIUTA? SI NO

La cannabis può far diventare sospettoso e pensare che gli altri ce l'hanno con te, o ridono di te alle tue spalle, o ti perseguitano (Lutz, 1979; Reilly et al., 1998). Il sistema dei cannabinoidi endogeni ha un ruolo molto delicato e complesso a livello di sofisticate e particolari strutture cerebrali (limbico dell'ippocampo e corteccia frontale), che controllano la personalità e le modalità di relazione con le persone.

INFORMAZIONE GIÀ CONOSCIUTA? SI NO

La cannabis riduce la sensibilità e l'euforia per i risultati raggiunti: dopo aver raggiunto un obiettivo si prova un entusiasmo ridotto (o assente) e si rimane insoddisfatti ed in ansia, come se non si fosse ottenuto nulla (Kathuria et al., 2002). Nel cervello esposto alla marijuana si riduce la sensibilità per i neurotrasmettitori cannabinoidi naturali che producono la soddisfazione e controllano l'ansia.

INFORMAZIONE GIÀ CONOSCIUTA? SI NO

La cannabis aumenta la perdita di neuroni cerebrali deputati alla memoria di breve termine e impedisce di focalizzare sui concetti essenziali (Solowij et al., 2002; Harrison et al., 2002, Ameri A. Prog Neurobiol 1999). La cannabis danneggia i neuroni dell'ippocampo deputati alla memorizzazione provocando una frammentazione del DNA. Il sistema dei cannabinoidi endogeni è anche strettamente coinvolto nei meccanismi di apprendimento, e nel contribuire alla formazione della traccia biologica con cui si "scrive" la memoria.

INFORMAZIONE GIÀ CONOSCIUTA? SI NO

La cannabis rende più ostili, aggressivi e irritabili anche con il partner, gli amici, i familiari (Budney et al., 2001; Myerscough and Taylor, 1985). Anche queste modificazioni del carattere, e una vera e propria depersonalizzazione, sono dovuti alle interferenze con il sistema dei cannabinoidi endogeni che, a sua volta, interagiscono con altri siste-

mi cerebrali (sistema oppioide interno), e agiscono attraverso le vie della serotonina e della dopamina (importanti neuroormoni indispensabili per il normale funzionamento cerebrale).

INFORMAZIONE GIÀ CONOSCIUTA? SI NO

In soggetti predisposti la cannabis può provocare allucinazioni o gravi alterazioni della personalità: il sistema dei cannabinoidi naturali è un sistema di controllo che impedisce lo sviluppo di alcune forme di schizofrenia (van Os et al., 2002). I cannabinoidi endogeni sono stati trovati eccessivamente elevati nella schizofrenia, e un polimorfismo genico del sito FAAH (fatty acid amide hydroxylase) predisporrebbe sia all'uso di sostanze che alla schizofrenia, riducendo il catabolismo dell'anandamide.

INFORMAZIONE GIÀ CONOSCIUTA? SI NO

Nei vari preparati della cannabis che si trovano al mercato clandestino sono state riscontrate alte concentrazioni di pesticidi, piombo e mercurio, sostanze cancerogene e altamente tossiche per la salute (Dipartimento delle Dipendenze - Verona). Analisi sofisticate hanno dimostrato la presenza di sostanze dannosissime derivanti dai processi di coltivazione e lavorazione della cannabis che non utilizzano procedure di lavorazione che garantiscono la salute umana ma solo il profitto.

INFORMAZIONE GIÀ CONOSCIUTA? SI NO

La cannabis inibisce le cellule immunitarie deputate alla difesa dalle infezioni e dai tumori. (NIDA, U.S. Department of Health and Human Services, National Institute of Health USA, Research report series 2202). Questa azione è stata dimostrata sia negli animali da laboratorio che negli umani con l'osservazione di un aumento dell'incidenza di infezioni e forme tumorali.

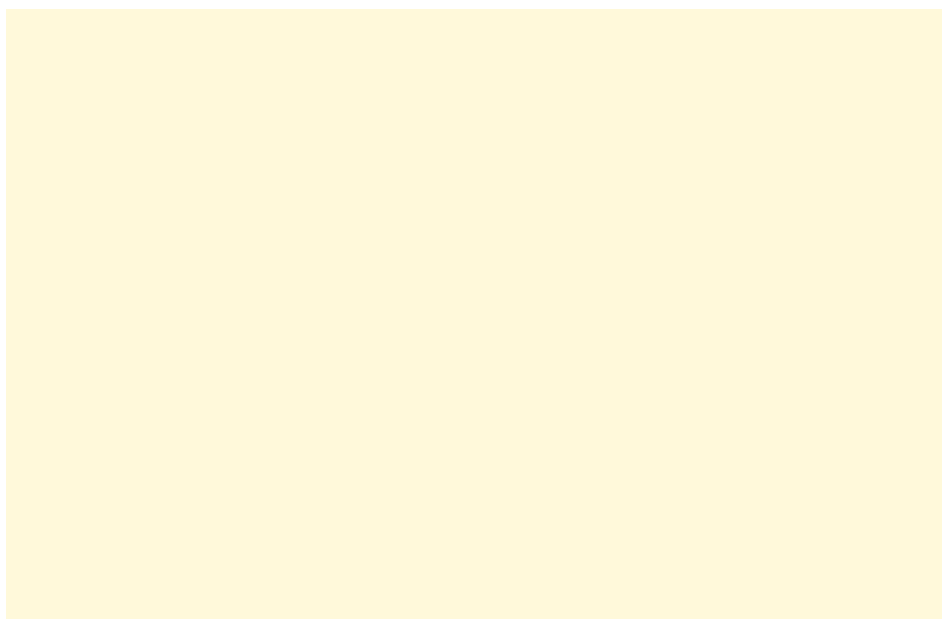
INFORMAZIONE GIÀ CONOSCIUTA? SI NO

Gli utilizzatori di cannabis sono più esposti a sviluppare infezioni polmonari, cancro e infarto miocardico (American Heart Association, Murray A Mittleman, Boston's Beth Israel Deaconess Medical Center. 2000). La cannabis contiene una maggior concentrazione di sostanze irritanti e cancerogene rispetto al tabacco e molti studi hanno dimostrato aumento dei livelli pressori dopo l'uso con crisi ipotensive subentranti e aumento di 5 volte del rischio di attacco cardiaco. La cannabis inoltre fa aumentare le pulsazioni cardiache e riduce la capacità di trasporto dell'ossigeno da parte del sangue.

INFORMAZIONE GIÀ CONOSCIUTA? SI NO

Fumare cannabis in gravidanza danneggia il bambino. (NIDA, U.S. Department of Health and Human Services, National Institute of Health USA, Research report series 2002). Sono stati documentati gravi danni sullo sviluppo neurologico dei bambini nati da madri fumatrici di cannabis.

INFORMAZIONE GIÀ CONOSCIUTA? SI NO



COCAINA E CRACK



COSA SONO

La cocaina è una sostanza stimolante molto forte estratta dalla pianta della coca. La cocaina si presenta come una polvere bianca che può essere inalata, quindi sniffata o fumata, oppure può essere iniettata in vena.

Il crack è un derivato della cocaina che è stata alterata chimicamente per formare dei cristalli che possono essere fumati. Il crack è molto più pericoloso della cocaina perché genera in chi lo utilizza non solo dipendenza psicologica ma anche fisica.

COME VENGONO ASSUNTE

Il metodo più diffuso è l'inalazione attraverso il naso (sniffo). L'uso può danneggiare le mucose interne del naso.

Alcune persone la iniettano direttamente in vena, correndo pericoli ancora maggiori. L'iniezione endovenosa di cocaina è molto rischiosa perché la cocaina è un potente vasocostrittore e può essere la causa di arresti cardiaci.

Come per l'eroina, con la sostanza vengono introdotte le impurità direttamente nel flusso sanguigno e questo può causare setticemia e altre infezioni. Inoltre le iniezioni danneggiano le vene, provocando trombosi e ascessi. Lo scambio di siringhe può essere veicolo di epatite e HIV, il virus dell'AIDS. Fumare il crack è più dannoso. Ha un'azione molto breve, può dare dipendenza fisica e danneggiare i polmoni.

GLI EFFETTI

Gli effetti della cocaina si presentano quasi immediatamente dopo il suo utilizzo ma spariscono nel giro di pochi minuti o alcune ore. Generalmente quelli che usano la cocaina in piccole quantità, fino a 100 mg., si sentono euforici, energetici, iperattivi, con la tendenza a parlare più del normale, con un'amplificazione delle sensazioni visive, uditive e tattili, un'amplificazione del desiderio sessuale e benessere temporaneo. Inoltre la cocaina può diminuire temporaneamente il desiderio di mangiare e dormire.

L'effetto però dura poco tempo e continua con una sensazione di depressione e disagio psichico che stimola il bisogno di riassumere la sostanza per sentirsi ancora "in forma".

INFORMAZIONI

La cocaina dopo poche volte che la usi crea una forte dipendenza “mentale”, tutte le altre cose passano in secondo ordine e pensi solo alla cocaina (Goldstein and Volkow, 2002; Bonbon et al., 2002). Tale forte dipendenza è connessa con l'azione diretta e negativa della cocaina su importanti parti del cervello (amigdala estesa) e sostanze cerebrali (dopamina) indispensabili per la vita. La dopamina è il neurotrasmettitore che regola l'intero sistema delle gratificazioni (sensazioni di piacere e tranquillità).

INFORMAZIONE GIÀ CONOSCIUTA? SI NO

La cocaina è “immaneggevole”, si crede di poterla maneggiare e controllare ed invece ti “maneggia” lei. (Goldstein and Volkow, 2002; Bonbon et al., 2002). Questa è la sensazione che riportano le persone che sono rimaste vittime della cocaina. La convinzione di poter gestire la sostanza e i suoi effetti è una delle cause principali di sviluppo successivo di forte dipendenza.

INFORMAZIONE GIÀ CONOSCIUTA? SI NO

La cocaina rende irritabile, ostile, nervoso, ansioso, agitato: non sai dove stare, ti senti fuori luogo, hai voglia di scappare, gli altri o ti danno fastidio o li usi come oggetti (Yudofsky, 1993). La cocaina è uno stimolante: blocca il normale funzionamento (reuptake) di importanti sostanze cerebrali (monoamine) inoltre compromette anche il sistema serotoninergico preposto al controllo degli impulsi.

INFORMAZIONE GIÀ CONOSCIUTA? SI NO

La cocaina provoca le aritmie cardiache gravi e l'infarto cardiaco (Vasica and Tennant, 2002). La sostanza provoca un forte e brusco incremento della pressione arteriosa e della frequenza cardiaca, producendo un sovraccarico di lavoro per il cuore peggiorato da un deficit di ossigeno che spesso si associa.

INFORMAZIONE GIÀ CONOSCIUTA? SI NO

La cocaina può provocare arresto cardiaco e respiratorio inaspettato anche alla prima assunzione (NIDA, U.S. Department of Health and Human Services, National Institute of Health USA, Research report series 2002). Sono stati segnalati casi di morte immediata alla prima assunzione di cocaina.

INFORMAZIONE GIÀ CONOSCIUTA? SI NO

La cocaina toglie le inibizioni e fa mancare il buon senso, i freni morali e il rispetto per le persone: fa commettere reati senza sentirsi responsabili (Chermack and Blow, 2002; Kasarabada et al., 2000). Gli effetti della sostanza sul cervello modificano la personalità e cambiano le capacità valutative e i parametri con cui si formulano normalmente i giudizi, nel campo degli affetti, delle relazioni, delle azioni ordinarie. Le gratificazioni

derivanti dalla vita “normale” vengono percepite come insignificanti a confronto con quelle ottenute con la cocaina. Questo per un effetto di memorizzazione degli effetti della cocaina che lascia una vera e propria traccia biologica nelle strutture cerebrali (nucleo accumbens).

INFORMAZIONE GIÀ CONOSCIUTA? SI NO

La cocaina crea difficoltà nei rapporti sessuali, inducendo meno capacità concreta nel rapporto anche se “immaginato” migliore. Spesso il nervosismo e l’ansia impediscono anche l’approccio sessuale e si litiga con il partner ancora prima di poter avere rapporti sessuali (Clayton and Shen, 1998). Il consumatore abituale va incontro ad un aumento di particolari ormoni (iperprolattinemia) che rendono più difficoltosa l’attività sessuale; lo stato d’ansia rende l’eiaculazione più precoce; l’irritabilità rende difficili gli affetti.

INFORMAZIONE GIÀ CONOSCIUTA? SI NO

La cocaina provoca in tempi brevi insonnia e a fasi alterne torpore, anedonia (incapacità di provare piacere), senso di affaticamento, mancanza di reattività (Miller et al., 1993; Markou and Koob, 1991). L’alterazione degli ormoni quali l’adrenalina e la noradrenalina (blocco del reuptake) determina un aumento delle ore passate da svegli con maggior affaticamento. Nella fase successiva di esaurimento, la carenza di tali ormoni induce lo stato di ridotta attività e torpore.

INFORMAZIONE GIÀ CONOSCIUTA? SI NO

La cocaina provoca episodi che sembrano di follia, con cambiamento della personalità improvviso, visioni alterate dei rapporti con le persone, paure ingiustificate (Ellinwood et al., 2002). Lo squilibrio indotto dalla continua stimolazione del sistema della dopamina viene a creare delle situazioni cerebrali simili a quelle riscontrate nella schizofrenia.

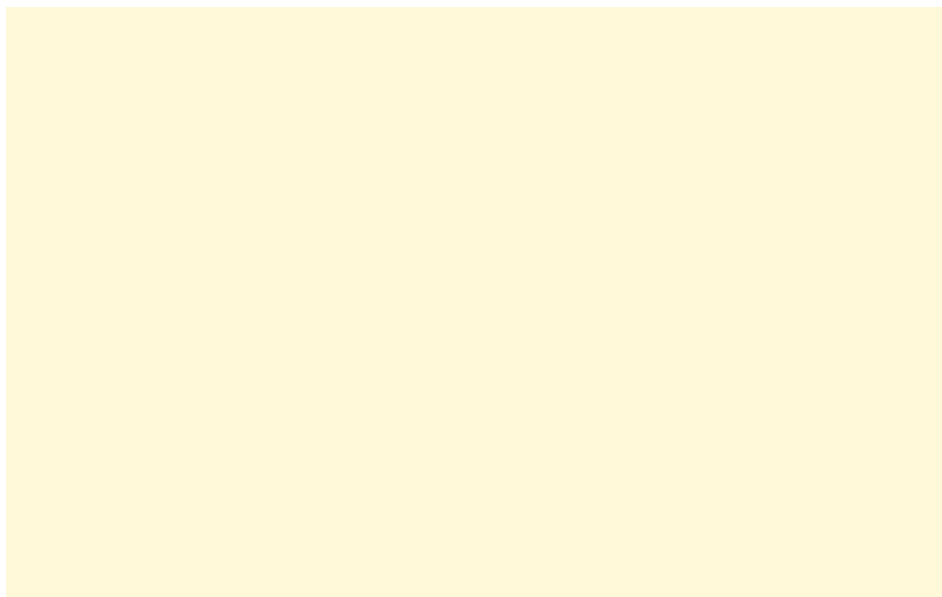
INFORMAZIONE GIÀ CONOSCIUTA? SI NO

Gli utilizzatori di cocaina sono più esposti a contrarre l’infezione da HIV, le epatiti e le malattie trasmesse sessualmente. Molti studi hanno osservato un incremento considerevole di queste gravi infezioni nelle persone che usano cocaina rispetto ai non utilizzatori.

INFORMAZIONE GIÀ CONOSCIUTA? SI NO

Usare cocaina in gravidanza danneggia il bambino. (NIDA, U.S. Departement of Health and Human Services, National Institute of Health USA, Research report series 2202). Sono stati documentati gravi danni sullo sviluppo dei bambini nati da madri utilizzatrici di cocaina.

INFORMAZIONE GIÀ CONOSCIUTA? SI NO



ECSTASY



CHE COS' È

È la combinazione di una droga allucinogena (che provoca visioni ad occhi aperti e forte distorsione della realtà) e una amfetaminica (che provoca eccitazione). Il nome chimico è MDMA o 3,4 metilenediossimetilamfetamina.

COME VIENE ASSUNTA

Viene quasi sempre assunta sotto forma di compresse o capsule. Alcuni giovani la usano abitualmente in discoteca perché dicono che permette loro di sentire sensazioni di empatia verso gli altri, sentimenti positivi, non sentire la stanchezza e continuare a ballare per ore esaltando le sensazioni musicali. La modalità d'uso più frequente è l'ingestione della pastiglia, ma occasionalmente viene sniffata, fumata o iniettata.

GLI EFFETTI

L'ecstasy è una droga che agisce circa 30 minuti dopo averla assunta. Provoca brevi stati di euforia accompagnati talvolta da nausea. Il massimo effetto si verifica un'ora dopo l'assunzione. Determina l'alterazione delle percezioni sensoriali, quindi induce effetti diversi di distorsione della realtà a seconda delle quantità delle componenti di cui è composta.

Gli effetti svaniscono dopo 3-4 ore.

Questa droga fa credere alla persona che l'ha assunta di essere diventata più "simpatica", più socievole, più aperta verso il mondo e verso gli altri. Il ragazzo si sente spigliato, disinibito, trascinante e divertente. Queste sono alla base delle motivazioni più frequenti del motivo per cui i giovani prendono l'ecstasy.

INFORMAZIONI

L'ecstasy da dipendenza. (NIDA, U.S. Department of Health and Human Services, National Institute of Health USA, Research report series 2202). Contrariamente a quanto comunemente e erroneamente creduto questa sostanza è in grado di creare uno stato di dipendenza che si manifesta soprattutto con sintomi psichici quali un forte e costante desiderio di assumere la sostanza, forte irritabilità ed aumento dell'aggressività, depressione ed ansia.

INFORMAZIONE GIÀ CONOSCIUTA? SI NO

L'ecstasy riduce la capacità di formulare giudizi corretti e di valutare oggettivamente la realtà. (NIDA, U.S. Department of Health and Human Services, National Institute of Health USA, Research report series 2202). La sostanza ha effetti allucinogeni e la maggior parte degli incidenti del fine settimana sono da mettere in relazione all'assunzione di ecstasy e alcool da parte dei guidatori coinvolti.

INFORMAZIONE GIÀ CONOSCIUTA? SI NO

L'ecstasy presa durante il week-end compromette negativamente il tuo umore durante tutta la settimana, rende molto irritabili, impulsivi e nervosi (Curran HV, Travill, 1997). L'ecstasy provoca una alterazione permanente sul sistema della serotonina con un esaurimento delle scorte e cattivo funzionamento. La serotonina è il neurotrasmettitore cerebrale che serve a controllare l'impulsività e a produrre un tono dell'umore elevato.

INFORMAZIONE GIÀ CONOSCIUTA? SI NO

L'ecstasy blocca importanti fenomeni cerebrali e fa venire la depressione dopo poche settimane o pochi mesi di assunzione, il pensiero di essere falliti, non farcela, non avere futuro, non avere amici (Parrott et al., 2002; Gerra et al., 1998). L'ecstasy produce un vero e proprio danno alle parti terminali delle cellule nervose (presinapsi) con alterazione completa della funzione di recupero della serotonina che viene così consumata, con dispersione della stessa e infine blocco del sistema di trasmissione (via serotoninergica), che è essenziale per la percezione del benessere e della serenità. Il tono dell'umore viene coinvolto dall'ecstasy producendo immediatamente un'elevazione dello stesso con euforia e senso di gratificazione e in un secondo tempo atteggiamenti depressivi e disforia fino alla paranoia.

INFORMAZIONE GIÀ CONOSCIUTA? SI NO

L'ecstasy produce una completa mancanza di appetito e in alcuni casi porta all'anorexia, che persiste dopo la sospensione delle pastiglie nei soggetti predisposti (Parrott et al., 2001; Schifano et al., 1999). La serotonina, infatti è fortemente implicata nella

comparsa dei gravi disturbi dell'alimentazione, e in particolare nell'anoressia e della bulimia.

INFORMAZIONE GIÀ CONOSCIUTA? SI NO

L'ecstasy fa aumentare il comportamento aggressivo in risposta alle provocazioni e la perdita di controllo rispetto ai propri impulsi (Gerra et al., 2001). L'alterazione della serotonina, infatti è stata trovata alterata in relazione al comportamento aggressivo e impulsivo, al disturbo antisociale di personalità.

INFORMAZIONE GIÀ CONOSCIUTA? SI NO

L'ecstasy può far venire la febbre molto alta, tipo colpo di calore, con possibili danni permanenti per il cervello esposto alla temperatura elevata (Gowing et al., 2002). Si tratta della "sindrome serotoninergica maligna", con alterazioni drammatiche del centro di controllo della temperatura e delle concentrazioni di elettroliti che possono portare alla morte.

INFORMAZIONE GIÀ CONOSCIUTA? SI NO

L'ecstasy fa alterare la pressione arteriosa e la frequenza cardiaca e danneggia il fegato, anche in modo acuto e irreversibile (Lester et al., 2000; Nunez et al., 2002). L'MDMA con la sua componente amfetaminica agisce sull'adrenalina, con conseguente negativa stimolazione sul cuore e sulla pressione arteriosa. Sono stati osservati inoltre casi di tossicità epatica acuta mortale.

INFORMAZIONE GIÀ CONOSCIUTA? SI NO

Nelle varie forme di ecstasy che si trovano al mercato clandestino sono state riscontrate, oltre ai principi attivi, anche alte concentrazioni di sostanze inquinanti ed altamente tossiche per la salute. (NIDA, U.S. Departement of Health and Human Services, National Institute of Health USA, Research report series 2002). Analisi sofisticate hanno dimostrato che oltre alla presenza di principi attivi vi sono anche altre sostanze dannosissime derivanti dai processi di lavorazione che non utilizzano procedure che garantiscano l'igiene e la salute umana. Le pastiglie di ecstasy sono state spesso trovate inquinate da batteri e parassiti fecali.

INFORMAZIONE GIÀ CONOSCIUTA? SI NO

L'ecstasy altera fortemente le capacità di guida perché deforma la percezione dello spazio e del tempo e facilita gli incidenti stradali (Vollenweider et al., 1998). Infatti l'ecstasy è anche un allucinogeno che non provoca forti allucinazioni tali da non permettere alla persona di muoversi, ma rende però indefiniti ed alterate le percezioni dello spazio, del tempo e la possibilità di calcolare bene le distanze, le velocità e le migliori cose da fare per evitare incidenti.

INFORMAZIONE GIÀ CONOSCIUTA? SI NO

Gli utilizzatori di ecstasy sono più esposti a contrarre l'infezione da HIV, le epatiti e le malattie trasmesse sessualmente. Molti studi hanno osservato un incremento considerevole di queste gravi infezioni nelle persone che usano ecstasy rispetto ai non utilizzatori.

INFORMAZIONE GIÀ CONOSCIUTA? SI NO

Usare ecstasy in gravidanza danneggia il bambino. (NIDA, U.S. Department of Health and Human Services, National Institute of Health USA, Research report series 2202). Sono stati documentati gravi danni sullo sviluppo neurologico dei bambini nati da madri utilizzatrici di ecstasy.

INFORMAZIONE GIÀ CONOSCIUTA? SI NO

La concentrazione di principio attivo nelle pastiglie di ecstasy non è stabile e varia moltissimo con dosaggi anche 10 volte superiori in pastiglie apparentemente simili. (NIDA, U.S. Department of Health and Human Services, National Institute of Health USA, Research report series 2002). La preparazione delle pastiglie non viene fatta da personale esperto e con macchinari di precisione, pertanto il dosaggio di principio attivo spesso è fortemente superiore a quello che la persona si aspetta, provocando reazioni non controllabili dal soggetto.

INFORMAZIONE GIÀ CONOSCIUTA? SI NO

LE CONSEGUENZE

- L'ecstasy crea dipendenza psicologica. Spesso può assumere grande importanza nella vita delle persone creando un bisogno a cui è molto difficile sottrarsi. I soggetti cronicamente intossicati che decidano o siano costretti a sospendere l'abuso di questa sostanza, possono subire gravi disturbi psicofisici, depressione, tremori, debolezza e disturbi gastrointestinali.
- Alcune persone risultano estremamente sensibili a questa droga e per loro una sola dose può essere letale.
- L'innalzamento della temperatura corporea come conseguenza dell'assunzione della sostanza è causa frequente di collassi, soprattutto dopo aver ballato a lungo in locali chiusi e sovraffollati.
- In Europa si sono già verificati casi di morte associati ad assunzione di ecstasy.
- Alcune ricerche dimostrano che l'uso può provocare lesioni cerebrali irreversibili e danni al fegato.

EROINA



CHE COS'È

L'eroina è una droga illegale che dà immediata assuefazione. Allo stesso tempo è l'oppiaceo più abusato e quello ad azione più rapida. L'eroina si ricava dalla morfina e si estrae dalla ghiandola di certe varietà di papaveri. In genere si vende sotto forma di polvere bianca o marrone, o come sostanza nera appiccicosa, che per strada è conosciuta con il nome di "gomma" o "catrame nero" (black tar heroine).

COME VIENE ASSUNTA

L'eroina può essere sniffata, fumata o iniettata in vena o in un muscolo. Gli effetti sono circa gli stessi anche se diversi sono i rischi.

L'uso dell'eroina per via iniettiva costituisce il metodo più rischioso perché viene assorbita immediatamente e può bloccare i centri del respiro residenti nel cervello, producendo così una sindrome che può essere mortale e che è chiamata "overdose". Inoltre con l'iniezione in vena le impurità vengono introdotte direttamente nel flusso sanguigno. Questo può causare setticemia (grave infezione diffusa) ed altre infezioni. Infine, ripetute iniezioni danneggiano le vene provocando trombosi (ostruzioni) e ascessi. Lo scambio di siringhe può essere veicolo di trasmissione di virus quali l'HBI e l'HCV (virus dell'epatite) e l'HIV (virus dell'AIDS).

GLI EFFETTI

Poco dopo l'iniezione, o l'inalazione, l'eroina arriva dal sangue al cervello. Nel cervello, l'eroina si trasforma in morfina e rapidamente si lega coi recettori degli oppioidi. Tipicamente i tossicodipendenti affermano di sentire un'ondata di sensazioni gradevoli, un "rush". L'intensità del "rush" è in funzione della quantità di droga che si è presa e della rapidità con cui la droga entra nel cervello e si lega coi recettori naturali degli oppioidi. L'eroina crea immediata dipendenza perché va al cervello molto rapidamente. Con l'eroina, generalmente il "rush" è accompagnato da un accaloramento della pelle, secchezza della bocca ed una sensazione di pesantezza nelle estremità che può essere accompagnato da nausea, vomito ed un prurito severo.

LE CONSEGUENZE

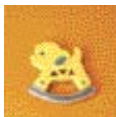
L'eroina crea una precoce, forte dipendenza con disturbi fisici e psicologici alla sua sospensione. La dipendenza si instaura qualsiasi sia la via di assunzione, e anche chi inizia fumando o sniffando, quasi sempre, arriva all'uso iniettivo in poco tempo.

Chiunque faccia uso di eroina regolarmente va incontro a:

- bisogno di incrementare sempre più le dosi per ottenere lo stesso effetto;
- un forte desiderio psicologico della sostanza che rende "schiavi" e dipendenti in brevissimo tempo;
- sintomi di astinenza se si interrompe l'uso, come naso che cola, sudore, brividi, crampi, vomito, dolori addominali e forte agitazione
- rischi di gravi malattie legate all'introduzione endovenosa di sostanze contaminate da batteri e virus;

Infatti l'eroina che viene venduta dagli spacciatori non è pura ma mescolata con varie sostanze (talco, mannite, gesso, ecc.); viene preparato dallo spacciatore in scarse condizioni igieniche e, spesso, è contaminata da vari batteri e microorganismi.

LSD



CHE COS'È

L'LSD è una sostanza che produce stati allucinatori. Questa droga viene anche detta "droga psichedelica" per le alterazioni delle percezioni dei colori che provoca.

COME VIENE ASSUNTA

La sostanza è liquida e per essere usata viene fatta assorbire, in piccola quantità, su piccoli pezzetti di carta di varia forma: francobolli, stelle, animali, fiori, ecc. L'LSD viene quasi sempre ingerito.

GLI EFFETTI

In genere gli effetti di LSD cominciano da 30 a 90 minuti dopo la sua ingestione e possono durare fino a 12 ore. Gli utenti chiamano le esperienze con l'LSD, e con le altre sostanze allucinogene, "trips" (viaggi) e le esperienze avverse ed acute vengono chiamate "bad trips" (viaggi cattivi). Anche se la maggior parte dei trips con l'LSD includono sia degli aspetti piacevoli che sgradevoli, gli effetti della droga sono imprevedibili e possono variare con la quantità ingerita, la personalità dell'utente, il suo umore, le sue aspettative e l'ambiente.

Gli utenti di LSD possono provare degli effetti fisiologici, quali l'aumento della pressione sanguigna e del battito cardiaco, le vertigini, la perdita dell'appetito, la bocca asciutta, la sudorazione, la nausea, l'intirizzimento e i tremori; ma gli effetti più notevoli di questa droga riguardano le emozioni e i sensi. Le emozioni dell'utente possono oscillare rapidamente per tutta una gamma di emozioni dalla paura all'euforia, con delle transizioni così rapide che l'utente può avere la sensazione di provare molte emozioni simultaneamente.

L'LSD ha anche effetti drammatici sui sensi. I colori, gli odori, i suoni e le altre sensazioni sembrano essere estremamente intensificati. In certi casi le percezioni sensorie possono mescolarsi in un fenomeno noto come sinestesia nel quale la persona sembra udire o sentire i colori e vedere i suoni.

LE CONSEGUENZE

Le conseguenze più dannose possono verificarsi anche dopo una sola dose.

L'LSD può provocare disturbi psicologici permanenti con alterazioni del tono dell'umore, del pensiero, della memoria fino ad uno stravolgimento della personalità. Falsa la capacità di giudizio e la percezione del pericolo.

Può provocare stati di estrema ansia e attacchi di panico non solo sotto l'effetto della droga, ma anche dopo qualche tempo.

SE DI MEZZO CI SEI TU

per tuo figlio saranno due mondi distanti

Giocare, parlare, crescere insieme



E LE ALTRE DROGHE?



Oltre alle sostanze precedentemente presentate ormai “famosi”, ci sono in circolazione una notevole varietà di sostanze psicotrope generalmente di sintesi chimica. Tra queste ricordiamo il GHB, nota anche con il nome di ecstasy liquida. Si tratta di uno psicostimolante, che generalmente si trova in flaconcini o bottigliette e che si beve. Qualcuno lo inietta anche

in vena.

Oltre agli effetti piacevoli, ne ha anche molti decisamente indesiderati: nausea, incontinenza, ipertensione, difficoltà respiratorie.

Un'altra sostanza di cui si sente sempre più spesso parlare è l'ICE, che per il suo aspetto a piccoli cristalli più che il ghiaccio ricorda il sale grosso da cucina. Solitamente viene sciolta in bevande alcoliche, o talvolta fumata in pipe come il crack. Questa sostanza alza i livelli di attenzione e abbassa i freni inibitori, e gli effetti possono durare anche per 24 ore.

Ci sono anche tutta una serie di sostanze, che hanno effetti simili alle amfetamine, e

LE SOSTANZE E LA LEGGE



Oggi la distinzione tra droghe legali ed illegali si sta facendo meno definita. Si discute sull'utilità di mantenere le tradizionali distinzioni tra droghe illegali (cannabis, cocaina), sostanze ricreative legali (alcolici, tabacco) e farmaci psicoattivi legali (tranquillanti analgesici). Lo status giuridico di altre sostanze (solventi e steroidi) aggiunge un'ulteriore dimensione.

Spesso i modelli illeciti del consumo di droghe riguardano anche sostanze legali quali alcolici, tabacco e tranquillanti (assunti per scopi non medici) perché sono caratterizzati dall'uso combinato di sostanze legali e illegali.

I centri terapeutici segnalano un aumento del consumo simultaneo di più droghe. Per questo le iniziative per la prevenzione sono generalmente volte a prevenire il consumo di qualsiasi sostanza, legale o non legale, e in campo terapeutico si tende ad unificare le cure per chi ha problemi di droga, alcool o farmaci.

La normativa vigente (D.P.R. n. 309/90) stabilisce che le sostanze stupefacenti o psicotrope sottoposte alla vigilanza ed al controllo del Ministero della Sanità sono raggruppate in sei tabelle.

Le predette tabelle contengono l'elenco di tutte le sostanze e i preparati indicati nelle convenzioni e negli accordi internazionali e sono sottoposte a continuo aggiornamento.

SANZIONI PENALI

ART.73 DPR. 309/90

1° comma

“chiunque, ... coltiva, produce, fabbrica, estrae, raffina, vende, offre o mette in vendita, cede o riceve a qualsiasi titolo, distribuisce, commercia, acquista, trasporta, esporta, importa, procura ad altri, invia, passa o spedisce in transito, consegna per qualsiasi scopo o comunque illecitamente detiene sostanze stupefacenti di cui alle tabelle I e III (oppio e i suoi derivati, le foglie di coca e gli alcaloidi ad azione eccitante da queste estraibili, le sostanze di tipo amfetaminico ad azione eccitante, le sostanze di tipo barbiturico ad effetto ipnotico e sedativo nonché ogni altra sostanza che produca effetti sul sistema nervoso centrale ed abbia capacità di determinare dipendenza fisica o psichica nell'assuntore)

è punito con la reclusione da 8 a 20 anni e con la multa da 25.822,845 a 258.228,45 euro”.

4° comma

“per stessi fatti per sostanze di cui alle tab. II e IV (cannabis e i prodotti da essa ottenuti- i.e. marijuana, olio di hashish) e le preparazioni che contengono le sostanze in esse indicate

la reclusione sarà da 2 a 6 anni e con multa da 5.164,57 a 77.468,53 euro”

SANZIONI AMMINISTRATIVE

(ART. 75) DPR.390/90

“chiunque, per farne uso personale, illecitamente importa, acquista o comunque detiene sostanze stupefacenti (preparazioni contenenti le sostanze indicate nelle tabelle I, II, III e IV) quando, per la loro composizione qualitativa e quantitativa e per le modalità del loro uso, non presentano rischi di abuso e, pertanto non devono essere assoggettate alla disciplina (penale) delle sostanze con cui vengono prodotte e i prodotti ad azione ansiolitica, antidepressiva o psicostimolante che possono dar luogo al pericolo di abuso e alla possibilità di farmacodipendenza, è sottoposto alla sanzione amministrativa della:

- a) sospensione della patente;
- b) sospensione della licenza di porto d'armi, del passaporto e di ogni altro documento equipollente;
- c) se straniero, del permesso di soggiorno turistico.

In base alla normativa vigente, il Prefetto convoca dinanzi a sé o ad un suo delegato,

LE DOMANDE PIÙ FREQUENTI



Perchè i ragazzi si drogano?

Non c'è mai una sola causa. Vi son più fattori e molteplici ragioni.

Va in ogni modo riconosciuto che le droghe per la maggior parte degli utilizzatori danno effetti considerati molto piacevoli e per loro "utili".

Questa piacevolezza e finta "utilità" le rende attraenti e, una volta sperimentate, sono in grado di attivare meccanismi di ricerca attiva nel tempo, legando molto spesso l'individuo che le ricercherà anche successivamente.

La moderna ricerca scientifica ha evidenziato che esistono vari fattori in grado di rendere l'individuo più vulnerabile a sperimentare sostanze stupefacenti (droghe e alcool compreso) alcuni legati al patrimonio genetico della persona che si droga che condizionano l'esistenza di determinati temperamenti, altri ai modelli di comportamento familiari (che sono trasmessi ai figli attraverso il processo educativo e l'esempio), ed altri ancora, alle influenze socio-ambientali (primi fra tutti la disponibilità e la facile reperibilità delle droghe, la pressione del gruppo dei coetanei e le mode comportamentali). L'effetto contemporaneo di tali fattori può essere molto pericoloso per il giovane. L'esistenza di particolari fattori genetici è in grado di incentivare i comportamenti di ricerca e sperimentazione (tipici dell'età giovanile e del tutto fisiologici) orientandoli particolarmente verso l'uso di sostanze con una sottovalutazione dei rischi di assunzione: la potenzialità nociva e la contemporanea capacità delle sostanze di legare patologicamente e fortemente l'individuo.

Le persone geneticamente predisposte (per una particolare conformazione dei loro sistemi cerebrali) hanno anche una maggiore sensibilità agli effetti gradevoli delle droghe, restandone così molto più attratti e fatalmente vincolati.

Oltre al comportamento di sperimentazione spesso, associata, esiste una condizione di malessere psichico (stati ansiosi, difficoltà relazionali, timidezza, scarsa considerazione di sé, noia, senso di insicurezza, ecc..) che a volte trova una artificiosa e "troppo facile" ma, purtroppo efficace soluzione (anche se temporanea, virtuale, nefasta) con le droghe. Queste condizioni di malessere derivanti da condizioni proprie del giovane, o della famiglia in cui vive e dell'ambiente in cui è inserito sono assai frequenti in adolescenza perché connesse all'assolvimento di nuovi compiti evolutivi o di ricerca di nuove e gratificanti sensazioni.

L'impulso alla sperimentazione, associato a particolari temperamenti, a condizioni di malessere psichico, a condizioni familiari problematiche, a basse "difese psichiche" del giovane e al facile accesso alle droghe può, quindi, provocare una condizione di rischio che passa prima attraverso un uso saltuario di sostanze stupefacenti e, spesso, in seguito, a usi continuativi con l'instaurazione di una vera e propria dipendenza.

Pertanto alla domanda possiamo rispondere che i giovani si drogano per questo insieme di fattori:

- le droghe e l'alcool sono molto disponibili;
- l'effetto delle sostanze viene considerato piacevole;

- le sostanze danno una risposta artificiale a molti dei problemi e malesseri esistenziali (spesso molto forti);
- vengono percepite come "utili" per risolvere, senza sforzo, vari problemi relazionali e della propria personalità;
- aiutano i giovani a relazionarsi e ad essere "parte del gruppo", molti giovani non hanno "difese psichiche" per rifiutare il primo contatto e molto spesso hanno condizioni geneticamente determinate di aumentare il rischio di dipendenza.

Come faccio ad accorgermi se mio figlio si droga?

In genere l'assunzione di sostanze stupefacenti è constatabile sia attraverso segni comportamentali (cambiamenti immotivati nei gusti e nelle abitudini, aumentata dispendiosità e richiesta di denaro, perdita di interessi, tendenza ad isolarsi, irritabilità crescente, alterazioni del ritmo sonno sveglia), sia attraverso segni fisici (espressione del viso, alterazione dello sguardo, rallentamento motorio o, all'opposto, eccitazione e iperattività: dipende dal tipo di sostanze). Nella normale situazione di convivenza familiare è difficile che un frequente uso di droghe possa passare a lungo inosservato. E' da tenere comunque presente che, prima di giungere all'approccio con le sostanze, possono esistere varie forme di disagio che si manifestano già in età prescolare e scolare che non vanno sottovalutate.

È possibile smettere?

Sì, con aiuto e interventi tempestivi. Fondamentale è la capacità di utilizzare tutte le risorse attualmente disponibili sul piano terapeutico e della modificazione dei comportamenti. Questi ultimi, infatti, vengono pesantemente interferiti dal progressivo instaurarsi della dipendenza, vissuta soggettivamente come stato di bisogno imperioso e incontenibile di assunzione della droga.

Di chi è la colpa?

Non ci sono "colpevoli" e non è di alcuna utilità affrontare la questione in termini di "colpa".

Si può forse delineare un ampio quadro di responsabilità, più che di colpe, che certamente vede in primissimo piano chi non esita a organizzare il traffico e lo spaccio per realizzare criminali guadagni, per arrivare ad includere la difficoltà nei rapporti affettivi e l'indifferenza per il progressivo scadimento delle scelte di valore e di impegno nei confronti degli altri e di se stessi. Esistono poi il ruolo e le funzioni della famiglia che dovrebbe aiutare i propri figli ad interiorizzare valori personali e sociali e ad acquisire senso critico e di responsabilità, al fine di dotarsi di meccanismi di difesa adeguati ad

affrontare le difficoltà quotidiane. Va comunque tenuto presente che la dipendenza può svilupparsi non solo nei confronti delle droghe, ma anche di altre situazioni che, a vario titolo, impediscono e/o rendono difficoltosa la possibilità di creare relazioni sociali con i pari e con gli adulti (dipendenza da video giochi, computer, televisione, sports, disturbi alimentari ecc.). Tuttavia, qualsiasi strumento, se utilizzato in modo adeguato, può diventare veicolo e, quindi, possibilità di relazione con i propri figli: riconoscere i loro interessi, dividerli, significa creare una possibilità di incontro il cui valore risiede nel "vivere insieme" e nel "comprendere insieme" il significato di queste esperienze. Non va poi dimenticata la responsabilità delle organizzazioni e delle agenzie educative (la Scuola, il Comune, le aziende Ulss, ecc.) che prima di tutto dovrebbero "parlare chiaro" ai giovani con un atteggiamento tutt'altro che ambiguo nei confronti dell'uso delle sostanze stupefacenti (droghe e/o alcool) affermando che il consumo di droga è un disvalore e che il "giusto", il "sano", il "fisiologico", il "normale", il "di moda" è "non usare nessun tipo di droga". Questo impegno dovrebbe essere costante, senza mai mollare la presa, attraverso continue campagne informative permanenti (soprattutto nelle scuole) e sistemi di individuazione precoce delle situazioni di rischio.

Infine non va dimenticato che il principale responsabile è il giovane stesso che, con consapevolezza e serietà, è il vero artefice dei propri comportamenti. La costrizione in questi casi serve molto a poco per non addirittura rivelarsi controproducente, ma la tolleranza, la superficialità, la sottovalutazione dei rischi e la falsa scelta di rispettare "la scelta" del drogarsi, comportano conseguenze che per alcuni giovani, particolarmente vulnerabili, sono nefaste.

La logica da privilegiare, quindi, è quella di una condivisione di responsabilità che accomuna educatori, genitori e figli, orientata all'acquisizione di competenze efficaci nell'ambito dei rispettivi ruoli.

Come comportarsi con i figli rispetto alla droga?

La presa di posizione deve essere chiara e senza tentennamenti, affermando in modo netto che drogarsi nuoce alla salute psichica e fisica.

Questa posizione va sostenuta prima di tutto con la coerenza dei propri comportamenti senza alcuna rinuncia alle prerogative del proprio ruolo genitoriale.

L'obiettivo che va posto è quello della "tolleranza zero" nei confronti dell'assunzione di sostanze stupefacenti in un percorso di cambiamento che vede coinvolti sia i genitori sia i figli.

Come comportarsi di fronte alla scoperta?

Attivandosi per la ricerca immediata di rimedi efficaci, senza lasciarsi prendere in modo irrazionale dall'ira o dalla depressione. E' essenziale non mollare mai, qualunque cosa accada, parlandone apertamente con il ragazzo.

Si tenga conto però che un meccanismo di difesa tipico di chi assume sostanze è la bugia e, quindi, difficilmente si arriverà in prima battuta a comprendere come stanno realmente le situazioni. Per questo è fondamentale che i genitori vengano supportati e consigliati da persone esperte che sono presenti, e a cui ci si può rivolgere, sia presso i Sert, sia presso le Comunità Terapeutiche.

Quando fra genitori non si è d'accordo su cosa fare, come ci si deve comportare?

Il raggiungimento di un livello sufficiente di accordo è una condizione irrinunciabile e deve essere cercato in ogni modo, anche con l'aiuto di operatori esperti che sappiano dare indicazioni valide.

È importante che il figlio percepisca che i genitori sono uniti e solidali nel portare avanti una linea di condotta nei suoi confronti. Nel disordine e nella confusione indotti dall'uso di sostanze la chiarezza dell'interlocutore "genitore" può essere un punto di riferimento e di limite per il figlio.

Laddove questo accordo non sia raggiungibile risulta comunque necessario mantenere una posizione chiara e coerente rispetto alle decisioni assunte.

Cosa posso fare se ho il dubbio che mio figlio si droga?

Cercare di chiarire il dubbio in un rapporto trasparente e leale con il figlio, parlando apertamente, senza ricorrere a sotterfugi o inganni e nei limiti del possibile senza atteggiamenti da indagine poliziesca.

Le droghe cosiddette "leggere" sono davvero leggere?

No. La loro nocività per il sistema nervoso è documentata da numerosi studi, come anche la loro innegabile funzione di approccio iniziale a un percorso comportamentale caratterizzato da livelli progressivamente crescenti di dipendenza psicologica e fisica.

Queste definizioni promuovono rischiosi stili culturali e comportamentali che minimizzano o giustificano l'uso di sostanze psicoattive ed i rischi correlati. Usare la parola "leggere" è confusivo e fuorviante perché induce una falsa sicurezza nei giovani che le utilizzano con più disinvoltura.

Gli effetti delle droghe sono diversi da soggetto a soggetto e non sono prevedibili: basti ricordare che alcune persone sono decedute dopo la prima assunzione di ecstasy.

In particolare, quando queste droghe vengono utilizzate in "via iniziale e sperimentale" dagli individui vulnerabili, sono in grado di indurre un impulso non contrattabile a ricercare droghe a più alta efficacia (quali per esempio, l'eroina, la cocaina) rendendo l'individuo dipendente ed inserendolo in percorsi fortemente pericolosi e ad alto

rischio di morte e di invalidità.

Se so che un amico di mio figlio si droga, come mi comporto?

Può essere opportuno cercare di parlarne con il proprio figlio, secondo quanto indicato precedentemente.

Se si tratta di figli minorenni, è doveroso darne comunicazione ai genitori, cercando di trovare il modo più adeguato a rendersi disponibili per un eventuale aiuto.

Cosa fare per smettere?

Superare una condizione di dipendenza da sostanze psicoattive è sempre un percorso lungo e non facile, percorso nel quale le ricadute sono frequenti.

Si deve considerare che alcune sostanze, oltre ad una dipendenza psicologica, determinano anche una dipendenza fisica (eroina, alcool, benzodiazepine) che alla sospensione dell'assunzione provoca la comparsa di sintomi fisici non facilmente tollerati dall'assuntore.

Queste problematiche peraltro possono essere egregiamente controllate e risolte con l'utilizzo di farmaci specifici.

La fase più problematica è quella della dipendenza psicologica che si manifesta con un desiderio persistente di tornare ad assumere la sostanza. Per controllare questa fase è possibile avere un aiuto da supporti farmacologici, antiastinenziali o sostitutivi, ma è fondamentale avviare parallelamente programmi riabilitativi che prevedano interventi psicoeducativi.

Per curarsi, infatti, esistono appositi servizi pubblici a cui ci si può rivolgere anche in anonimato (SER.T e le Comunità Terapeutiche) per l'attuazione di programmi personalizzati a breve, medio e lungo termine. Qualunque sia la sostanza assunta è sempre opportuno affrontare apertamente l'argomento con l'interessato e rivolgersi ad un servizio specifico per avere le indicazioni ed il supporto necessari.



AGLI OCCHI DI
UN BAMBINO
OGNI COSA E'
STUPEFACENTE

Giocare, parlare, crescere insieme.

AIUTIAMOLO A DISTINGUERE



BIBLIOGRAFIA



- Paolo Crepet, Non siamo capaci di ascoltarli - Riflessioni sull'infanzia e l'adolescenza, Einaudi 2001
- G. Pietropolli Charmet, Un nuovo padre Mondadori 2001
- G. Pietropolli Charmet, Segnali d'allarme. Disagio durante la crescita. Mondadori 1999
- G. Thomas, Genitori efficaci Bompiani 1998
- Giuliana Ukmar, Se mi vuoi bene, dimmi di no, Franco Angeli/ Le Comete 1997
- Luciano Ballabio, Figli miei, figli tuoi, Franco Angeli 1996
- Fulvio Scaparro, Talis pater, Rizzoli 1996
- Silvia Vegetti Finzi- Anna Maria Battisitini, I Bambini sono cambiati, Mondadori 1996
- V. Andreoli, Giovani, Rizzoli 1995
- B. Bettheleim, Un genitore quasi perfetto, Feltrinelli 1987
- Roland Barthes, Frammenti di un discorso amoroso, Einaudi 1979
- Dalai Lama-Howard Cutler, L'arte della felicità, Mondadori 2000
- Kahlil Gibran, Il profeta, Rizzoli 1996
- Don Antonio Mazzi, Un'ala di riserva, Mondadori 2001
- A. Saint Exupery, Il piccolo principe, Fabbri 2000
- Paulo Coelho, L'Alchimista, Bompiani 1995
- G. Rodari, I cinque libri. Storie fantastiche, favole, filastrocche di Gianni Rodari, Einaudi 1995
- C. Collodi, Le avventure di Pinocchio, Paoline 1990
- Arundhati Roy, Il dio delle piccole cose, Edizioni Guanda (Narratori della Fenice) 1979
- Uri Orlev, L'Isola in Via degli Uccelli, Salani 1981
- Silvana Gandolfi, L'isola del tempo perso, Salani- Gli Istrici 1997
- Roald Daal, Il GGG Il grande gigante gentile, Salani- Gli Istrici 1987
- I. Allende, Paula, Feltrinelli 1995
- S. de Beauvoir, Una morte dolcissima, Einaudi Tascabili 2001
- G. Serpelloni, G. Gerra Vulnerabilità all'addiction

CARTA D'IDENTITÀ



Noi adulti che tipo di società vogliamo lasciare alle nuove generazioni? La società dello spinello libero, del telefonino, dell'orologio di marca, dell'auto di grossa cilindrata con la quale fare colpo?

Oppure la società degli onesti, dei laboriosi, delle persone serie che sanno anteporre l'essenziale al superficiale, la solidità all'effimero, l'educazione all'apparenza?

Qui dobbiamo fare il processo a noi adulti ai vari livelli, dai genitori ai docenti, ai politici, ai magistrati, ai preti, a tutti quelli che oggi imprinono la traiettoria alla società.

Quanti sono gli svampiti e i fuori di testa?

Quanti sono convinti che parlare sotto voce significa dire la verità? Occorre recuperare trasparenza, autenticità, fiducia, resistendo al rischio di quel pericoloso mulinello che è fatto dal qualunquismo, dal pessimismo, dalla disinvoltura nel generalizzare. Ripartiamo dalla famiglia: dove, contrariamente alle tendenze in atto, non deve esserci posto per nessun tipo di egoismo e dove bisogna insegnare che le persone hanno la precedenza assoluta, e comunque, sulle cose.

È dentro le mura di casa che dobbiamo testimoniare attenzione e sensibilità ai valori quali la condivisione e l'appartenenza.

Nella famiglia le debolezze vengono superate con la solidarietà. Il bambino, il vecchio, l'handicappato, il tossicodipendente fanno scattare in famiglia il massimo e il meglio delle sinergie. Sarà una scuola preziosa per trasferire questi comportamenti dentro la società. Il politico, il magistrato, il docente sanno che c'è una legge scritta dentro il cuore, interpretativa di tutte le altre ed è quella che va riscoperta anche facendo politica. Come adulti dobbiamo sfidarci nel credere che v'è guadagno anche nel saper perdere quello che abbiamo guadagnato, purché sia nella linea della condivisione fraterna delle pari dignità per ogni uomo che vive in questo mondo.



REGIONE DEL VENETO

Assessorato alle Politiche Sociali



PER UN FUTURO
LIBERO
DALLE DROGHE

www.upgo@dronet.org

