



Universidade do Estado do Pará

Centro de Ciências Sociais e Educação

Departamento de Ciências Naturais

Campus XI da UEPA em São Miguel do Guama Curso de Licenciatura em Ciências Naturais -Química

Coordenador do projeto: Flávio Carvalho

Monitores: Antonio Denilson Leandro da Silva

Edilene Alves da Silva

Luciano Almeida Watanabe Thiago Araújo Teles do Vale

Aprendendo juntos, educando juntos.



Drogas: saiba como prevenir e combater.

Drogas

Drogas são todas e quaisquer substâncias naturais ou artificiais que ao serem introduzidas no organismo, são capazes de alterar o comportamento e afetar a saúde das pessoas. Várias substâncias são consideradas drogas, como remédios ou alimentos. Aqui iremos tratar daquelas drogas que causam dependências e são nocivas para a saúde.

Estas drogas são divididas em dois tipos:





Drogas legalizadas cigarro e bebida alcoólica.

Drogas ilegais maconha, cocaína, crack, ecstasy entre outras.

Mas o que leva uma pessoa a usar drogas?

Geralmente o primeiro contato com as drogas ocorre já na adolescência, ali mesmo na roda de amigos. Várias são as causas que estão relacionadas com o início da utilização das drogas:

Autoafirmação; Baixa autoestima;



Problemas familiares;

Aliviar dores, tensões, angústias, depressões;

Ajuda a esquecer ou fugir dos problemas familiares ou profissionais;

A facilidade de acesso e obtenção;

Buscas de novas sensações e satisfações;

Influência de amigos, traficantes e propagandas;

Para estar na moda;

Barato que sai caro

Difícilmente uma pessoa que é dependente de drogas consegue abandonar o vício sem ajuda. Por isso é importante identificar as pessoas que usam drogas o mais cedo possível para poder ajudá-las. Mesmo no começo do uso de drogas, já ocorrem algumas mudanças no comportamento e atitudes desta pessoa.

Como identificar possíveis situações de uso de drogas?

Queda no rendimento escolar ou abandono dos estudos;

Queda na qualidade do trabalho ou abandono;

Abandono das amizades (fica trancado no quarto ou desaparece por várias horas);



Perda de interesses pelas atividades favoritas. Esportes e passatempos são deixados de lado;

Inquietação, irritabilidade e insônia;

Como identificar possíveis situações de uso de drogas?

Mudanças de turma. O jovem afasta-se dos antigos amigos para procurar um grupo da “pesada” ou estreita o vínculo com poucos amigos;

Brigas em casa. Aumentam as hostilidades com os familiares;

Olhos avermelhados ou dilatados (arregalados) frequentes;

Atitudes furtivas ou impulsivas. Uso de óculos escuros mesmo sem excesso de luz, camisas de manga longa mesmo no calor;

Desaparecimento de objetos de valor em casa ou no local de trabalho;

O que as principais drogas causam no corpo? O que as principais drogas causam no corpo?

OS EFEITOS DAS DROGAS		
DROGAS	EFEITOS	CONSEQUÊNCIAS
Cocaína e Crack	Excitação, euforia, perda do sono e da fome;	<ul style="list-style-type: none">• Aumento da pressão sanguínea;• Insônia, ansiedade, paranóia ou pânico;• Irritabilidade e liberação da agressividade;• Derrame cerebral e infarto cardíaco;
Maconha	Relaxamento, euforia, problemas com o tempo e o espaço, falar em demasia e fome intensa. Olhos avermelhados, pupilas dilatadas e boca seca;	<ul style="list-style-type: none">• Prejudica a memória e causa alucinações;• Diminuição dos reflexos, aumentando o risco de acidentes;• Ansiedade intensa, pânico, paranóia ou depressão;
Inalantes (Cola de sapateiro e lança perfume)	Euforia, sonolência, diminuição da fome, alucinações, vômitos, visão dupla, fala enrolada e confusão mental;	<ul style="list-style-type: none">• Arritmia do coração e baixa a pressão arterial;• Problemas nos rins e destruição dos neurônios;• Tentativa de suicídio;
Ecstasy	Perda do sono, sede, euforia, perda do medo;	<ul style="list-style-type: none">• Alucinações;• Febre e desidratação;• Ansiedade, sensação de medo, pânico e delírios;

Prevenção

O primeiro passo para prevenir o uso de drogas ilegais é saber que qualquer droga, em qualquer dose, faz

DIZ NÃO



ÀS DEPENDÊNCIAS!

mal para a saúde. A informação é a melhor arma para combater as drogas. Fonte: Livia karynnelivia.blogspot.com

O que você pode fazer para evitar as drogas na sua família?

Bom diálogo familiar: o bom relacionamento familiar entre pais e filhos, marido e mulher, gera confiança suficiente para conversar sobre drogas;

Organizar na sua empresa, escola ou comunidade, atividades que abordem temas relacionados às drogas ou que diminuam as causas que levam as pessoas a usarem drogas;



Informando e denunciando.

Os traficantes de drogas são muitas vezes protegidos pela “lei do silêncio”, por isso existem formas denúncia anônima;

Conversando com o usuário de drogas

Geralmente são os familiares ou amigos que percebem que a pessoa está usando drogas. Neste momento o principal é saber o que fazer e o que não fazer.

O que fazer

Acolhimento e apoio mesmo nos momentos mais difíceis;

(Parte 2 de 3)



Redução de danos: evitar que o usuário coloque sua vida em risco;

Diálogo com usuário sobre drogas e os danos que esta lhe causa - primeiro passo para ajudar o usuário é fazer com que ele aceite ajuda;

O que não fazer

Bater, surrar, trancar ou acorrentar, não resolve o problema. Em casos mais graves procure ajuda médica;

Posturas autoritárias e violentas só vão piorar as coisas;



Medidas salvadoras e milagrosas só complicam a situação;

Humilhação do usuário, só irá reforçar sua dependência;

O que fazer então?

De acordo com o grau de dependência, as medidas a serem tomadas são diferentes. Variam desde consultas e terapias até internamentos em casos mais graves, por isso o acompanhamento de um profissional é fundamental.



Fonte: dr Franciscobravim.site.med.br

O Álcool

As bebidas alcoólicas são as principais drogas consumida sem nosso meio.



O álcool atinge várias partes do corpo humano como o fígado, estômago, cérebro, coração entre outras, causando doenças irreversíveis e podendo levar à morte.

O álcool é responsável pela maioria dos acidentes de trânsito, sendo responsável por mais de 25 mil mortes por ano.



Dentre os adolescentes e jovens, o uso de bebida alcoólica é alto. Em média 10% dos adolescentes e jovens bebem regularmente, 46% bebem em festa e ocasiões sociais e 43% não bebem.

O Álcool

O contato com a bebida alcoólica geralmente começa em casa por causa dos pais ou parentes. A criança muitas vezes começa a beber com o exemplo dos pais. Estes hábitos são reforçados na adolescência e juventude, nas rodas de amigos onde a bebida



é meio de aproximação das pessoas.

Quem consome bebida alcoólica começa a desenvolver tolerância e necessita de uma quantidade cada vez maior de álcool para atingir o mesmo efeito.

O próximo passo é a dependência, que consiste na necessidade de utilizar a bebida e incapacidade de abandoná-la ou diminuir a dose sem ajuda profissional.

Além dos males que causa à saúde, a bebida alcoólica interfere diretamente nas relações familiares, no trabalho e na escola. Acredita-se que o consumo de álcool precede e/ou funciona, como um fator para o consumo de outras drogas.



Sem dúvida o alcoolismo é uma doença que precisa de tratamento médico. A melhor maneira de combater o alcoolismo é a prevenção que começa dentro de casa, da escola e das empresas. O bom diálogo entre pais e filhos, aulas sobre o assunto e grupos de apoio, são formas que ajudam a prevenir o uso do álcool.

Muitas pessoas negam que tem problemas com o álcool e que só bebem socialmente. Por isso foram desenvolvidas algumas perguntas para identificar comportamento de risco para o alcoolismo:

- 1) Alguma vez, sentiu que deveria diminuir a quantidade de bebida?
- 2) As pessoas o aborrecem porque criticam o seu modo de beber?
- 3) Sente culpa pela maneira como bebe?
- 4) Costuma beber de manhã para diminuir o nervosismo ou a ressaca?

Dicas

Evite beber próximo a crianças, pois pode

despertar o desejo de consumir álcool. Lembre-se, oferecer bebida para menores de 18 anos é crime;

O diálogo familiar e o exemplo dos pais é fundamental para que os filhos não bebam;

Não existe o momento nem a quantidade certa para beber. Seja responsável;

Qualquer bebida alcoólica, mesmo as mais fracas, são capazes de causar dependência.

Tabaco

A dependência pelo cigarro atinge todas as idades e sexos, fazendo as pessoas morrerem por causa dos efeitos do tabaco. O início do uso é relatado desde a infância (10-12 anos), aumentando o consumo com a idade.

A facilidade ao acesso, a aceitação social do cigarro e o uso do cigarro pelos pais, são fatores que contribuem para o uso do cigarro pelos jovens e crianças.



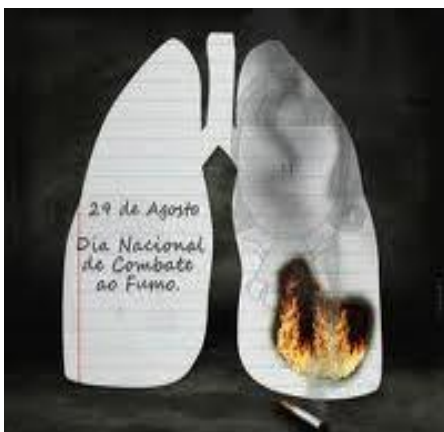
Muitas pessoas acham que o cigarro não é uma droga. Na verdade o cigarro causa dependência e ataca a saúde como qualquer outra droga.

A substância do cigarro responsável pela dependência, é a nicotina que atua no cérebro.

Além da nicotina o cigarro contém mais de 3.0 substâncias químicas, sendo que 40 delas causam câncer! O cigarro atinge o pulmão, coração, estômago e outras partes do corpo causando câncer, infarto, impotência sexual e outras doenças, além de atingir o bebê durante a gravidez.

Tabaco

A fumaça do cigarro atinge todas as pessoas próximas. São os “fumantes passivos” que também sofrem com os efeitos do cigarro.



Pesquisas apontam que o álcool e cigarro pode ser porta de entrada para outras drogas. As pessoas que fumam pela primeira vez com menos de 15 anos, têm 80 vezes mais chances de usar alguma droga ilegal. É importante evitar o uso do cigarro.

Fonte: apatotadopitaco.blogspot.com

Dicas

Evite fumar próximo aos seus filhos e outras crianças. Além de causar mal para a saúde delas, o exemplo pode despertar o interesse em fumar;

Converse com outras pessoas sobre o hábito de fumar. Em grupo é mais fácil obter sucesso na luta contra o cigarro;



Refleta com sua família e amigos sobre o uso do cigarro por atores em filmes ou novelas e as consequências que isto pode trazer à saúde; Fonte: cassind.com.br

Lembre-se que se uma pessoa parar de fumar após alguns anos, seu corpo pode voltar a ser saudável e vigoroso como antes;



Praticar esporte junto aos familiares reforça conceitos de boa saúde e diminui a procura pelo cigarro e outras drogas;

Dicas

(Parte 3 de 3)

Fonte: eduardo-ventura.blogspot.com

“DROGAS” é um tema inesgotável e cercado de dúvidas e desafios. A abordagem precoce e preventiva desta problemática é a medida de maior impacto sobre as crianças, adolescentes e jovens. As posturas autoritárias e restritivas devem ser substituídas pelo diálogo e respeito as crenças e necessidades dos jovens.



O compromisso do governo, empresários e sociedade organizada é a garantia da continuidade das ações de prevenção e do pleno desenvolvimento da juventude.

Para Refletir Se liga !!

Agradecimentos

Ao bom DEUS; A GESTÃO da Escola IRMÃ CARLA pelo convite;

Aos DISCENTES pela atenção e participação.

Esta palestra foi construída com o material do SESI.

Através do Projeto SESI Jovem Vida.