

Papo Reto

"Meus amigos usam drogas e querem que eu use. E agora?"

Conheça o efeito de cada droga

DROGAS:

UM CAMINHO QUASE SEM VOLTA



“Era sábado à noite e, junto com outros amigos, fui para a casa do Cesinha, meu amigo de infância. Enquanto seus pais foram visitar uns parentes, chamamos a galera pra casa dele. Foi a primeira vez que fumei um baseado, porque todo mundo experimentava e eu não queria pagar mico. A sensação era boa no começo, mas foi o início de um caminho quase sem volta.”

Essa é uma história que muita gente já deve ter ouvido falar, mas afinal, o que leva as pessoas a consumirem drogas?

- Depressão;
- Baixa autoestima;
- Desejo de aceitação pelo grupo de amigos;
- Vontade de experimentar o que é proibido, testando os limites.

Celebridades dizem “não”

5

Sentimos saudades

7

Raio X das drogas

9

Passou na telona

13

Por quê não vale a pena?

14

Mito ou verdade?

15

Mande bem!

18

Será que as drogas realmente vão resolver o seu problema?

CONFIRA OS DEPOIMENTOS DE QUEM JÁ USOU



Divulgação

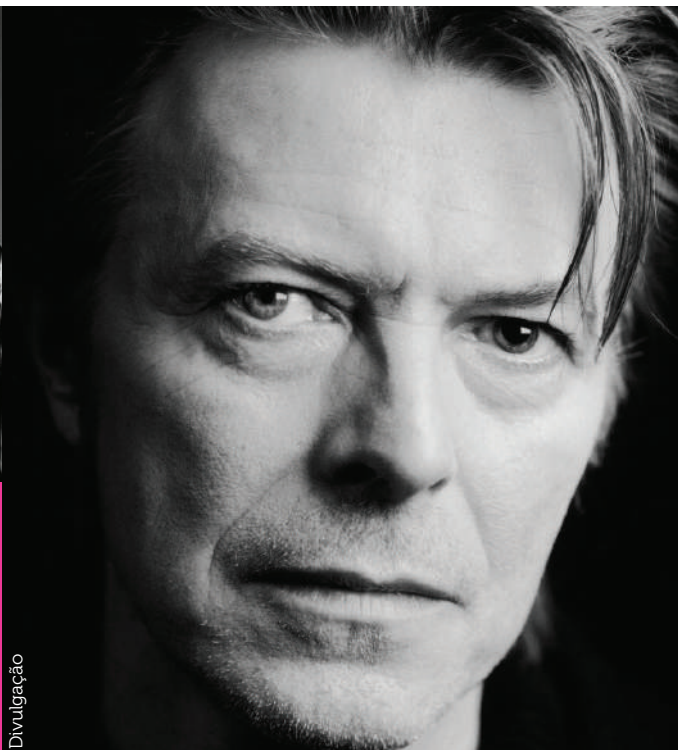
“ É uma maneira terrível de preencher o vazio, porque só aumenta esse vazio, não é real”
Lady Gaga, cantora.



Divulgação

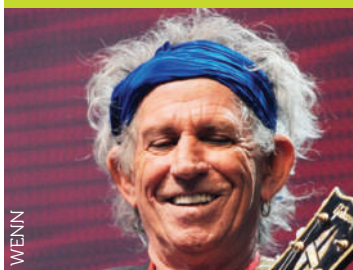
“ Droga não dá talento, nem aumenta a criatividade”
David Bowie, músico.

Divulgação



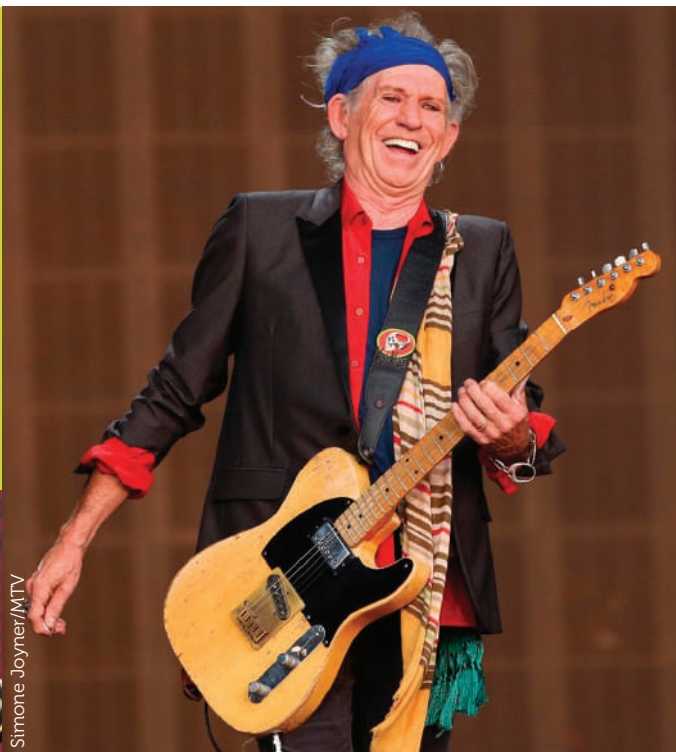
“Ninguém se torna um herói só porque usa drogas. Herói é quem consegue se livrar delas”

Keith Richards, guitarrista dos Rolling Stones.



WENN

Simone Joyner/MTV



Bob Wolfenson/divulgação

“Fui brincar com uma coisa que eu não tinha a dimensão de quanto é perigosa”

Fábio Assunção, ator.

Se não fossem as drogas, eles ainda poderiam estar com a gente!

Divulgação



Amy Winehouse

Foi uma **cantora e compositora** britânica conhecida por seu poderoso e profundo contralto vocal e sua mistura eclética de gêneros musicais. Faleceu aos **27 anos**, em 2011. Testes realizados afirmaram que a causa da morte foi o **excesso de álcool**, após um período de abstinência. Amy era dependente de álcool e utilizava outras drogas.

Google Images

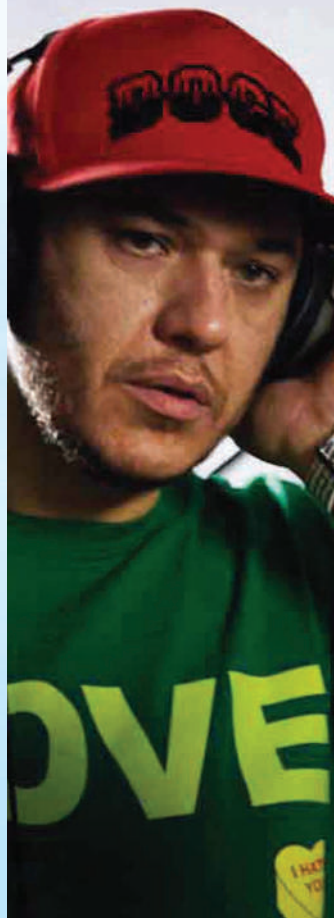


Janis Joplin

Considerada a **“rainha do rock and roll”**, Janis faleceu aos **27 anos**, em Los Angeles (EUA), no quarto de um hotel, em 1970. A causa da morte foi **overdose de heroína**, possivelmente combinada com efeitos do álcool.



Google Images



Chorão

Vocalista e compositor da banda Charlie Brown Jr., morreu em 2013, aos 42 anos, por **overdose de cocaína**.



Google Images



Elis Regina

Considerada por muitos a **melhor cantora brasileira** de todos os tempos, morreu em janeiro de 1982, por conta de uma overdose de **cocaína e álcool**, aos **36 anos**.



Google Images



Raul Seixas

Grande cantor e compositor brasileiro, morreu aos 44 anos. Seu **alcoolismo**, agravado pelo fato de ser diabético e por não ter tomado insulina na noite anterior, causou-lhe uma pancreatite aguda fulminante.



Experimental

SAIBA RECONHECER AS PRINCIPAIS DROGAS E SEUS EFEITOS.

Cigarro

O que acontece: quando o fumante dá uma tragada, pode ficar estimulado ou tranquilo. Só que os malefícios do cigarro vão muito além do mau cheiro no corpo e nas roupas: já foram identificadas no fumo, além da nicotina, mais de 4.700 substâncias tóxicas.

Consequências: enfisema pulmonar, câncer no pulmão, entre outros.



Ansiolítico/tranquilizante

Este medicamento tem propriedade de atuar quase exclusivamente sobre a ansiedade e a tensão. Quando usado sob orientação médica, o principal efeito é diminuir ou acabar com a ansiedade das pessoas, sem afetar as funções psíquicas e motoras. No entanto, quando usados durante meses seguidos, pode levar as pessoas a um estado de dependência.

Consequência: sem a droga, o dependente passa a sentir muita irritabilidade, insônia excessiva, sudorese, dor pelo corpo todo, podendo — em casos extremos — apresentar convulsões.



pode ser fatal.



Álcool

O que acontece: nos primeiros momentos, após a ingestão de álcool, podem aparecer efeitos “agradáveis”, como euforia, desinibição e maior facilidade para falar. Mas, com o passar do tempo, começam a surgir os efeitos negativos, como falta de coordenação motora, descontrole e sono. Quando o consumo é exagerado, os efeitos negativos ficam muito exacerbados, podendo até provocar estado de coma.

Consequência: alcoolismo, cirrose, entre outros.

Maconha

É o nome popular da planta chamada *Cannabis Sativa*, que tem sido usada há séculos por várias culturas em diferentes momentos da história, com fins médicos e industriais. Desde os anos 60, cientistas descobriram que seus efeitos negativos eram mais fortes que os positivos: a maconha tem o propósito de alterar a consciência, pois perturba o sistema nervoso central.

Consequência: prejuízo de atenção, diminuição do reflexo (aumento do risco de acidentes), redução de motivação para atividades do cotidiano e até mesmo câncer.



Solventes e inalantes

Solvente significa substância capaz de dissolver coisas. Inalante é toda substância que pode ser introduzida no organismo por meio da aspiração, seja ela pelo nariz ou pela boca. Há vários produtos comerciais como esmaltes, cola de sapateiro, tintas, tineres, gasolina, removedores, vernizes, entre outros, que contêm solventes.

Quando aspirados, tanto por motivo de trabalho, quanto por desejo próprio, seus efeitos são desde euforia inicial até depressão, podendo também surgir processos alucinatorios. A aspiração crônica dos solventes pode levar à destruição dos neurônios, causando lesões irreversíveis no cérebro, dificuldade de atenção e déficit de memória.

Consequência: o uso de solventes e inalantes é muito perigoso, pois pode levar ao coma e à morte.



Rebite ou anfetaminas

São drogas estimulantes da atividade cerebral, isto é, fazem o cérebro trabalhar mais depressa, deixando as pessoas mais "acesas", "ligadas", com menos "sono", "elétricas". O termo "rebite" é usado principalmente entre os caminhoneiros que precisam dirigir durante várias horas seguidas sem descanso, a fim de cumprir prazos apertados. No meio estudantil são mais conhecidos como "bola" sendo utilizados por aqueles que passam noites inteiras estudando. Também são consumidos por pessoas que fazem regimes para emagrecer.

Consequência: sentimento de falta de energia e depressão.



Cocaína

É uma substância natural, extraída das folhas de uma planta encontrada exclusivamente na América do Sul, conhecida como coca.

Consequência: quando a cocaína é aspirada ou injetada, a tendência do usuário é aumentar a dose da droga na tentativa de sentir efeitos mais intensos. Essa alta quantidade pode levar o usuário a ter um comportamento violento, irritabilidade, tremores e taquicardia.

Crack e Merla

O crack é uma substância derivada da cocaína e possui a forma de pedra. Seu efeito dura em torno de 5 minutos. Isso faz com que o usuário volte a utilizar a droga com mais frequência, levando-o à dependência muito mais rapidamente que os usuários da cocaína por via nasal ou que injetam na veia. A merla é uma pasta produzida da cocaína sem refino e contaminada com substâncias utilizadas na extração do pó.

Consequência: ambas substâncias provocam estado de excitação, hiperatividade, insônia, perda de sensação do cansaço e falta de apetite. Em menos de um mês, o consumidor pode chegar a perder de 8 a 10 kg. Com o uso frequente, a merla e o crack podem provocar dores no peito, contrações musculares, convulsões e até coma. Os efeitos nocivos dessas duas substâncias são maiores do que a cocaína, pois são fumadas e alcançam o pulmão e a circulação mais rapidamente.



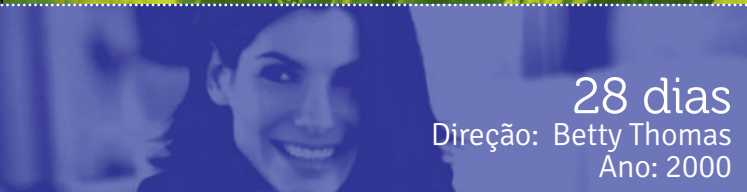
Dicas de filmes que vão fazer você pensar a respeito do assunto



Bicho de sete cabeças

Direção: Laís Bodanzky

Ano: 2000



28 dias

Direção: Betty Thomas

Ano: 2000



Cazuza – O tempo não para

Direção: Sandra Werneck e Walter Carvalho

Ano: 2004



Tropa de Elite

Direção: José Padilha

Ano: 2007

Tropa de Elite 2

Direção: José Padilha

Ano: 2010



Heleno

Direção: José Henrique Fonseca

Ano: 2012



Faroeste Caboclo

Direção: René Sampaio

Ano: 2013



Meu nome não é Johnny

Direção: Mauro Lima

Ano: 2008



Por que não
vale a pena?

Fique ligado ⚡

QUANDO VOCÊ FAZ USO DE DROGAS, A SUA ATITUDE CONTRIBUI
PARA UMA SÉRIE DE IMPACTOS NA COMUNIDADE.

Aumento do
tráfico de drogas.

Você vai passar a
roubar para comprar
mais drogas.

Você se envolverá
em brigas e problemas
na comunidade.

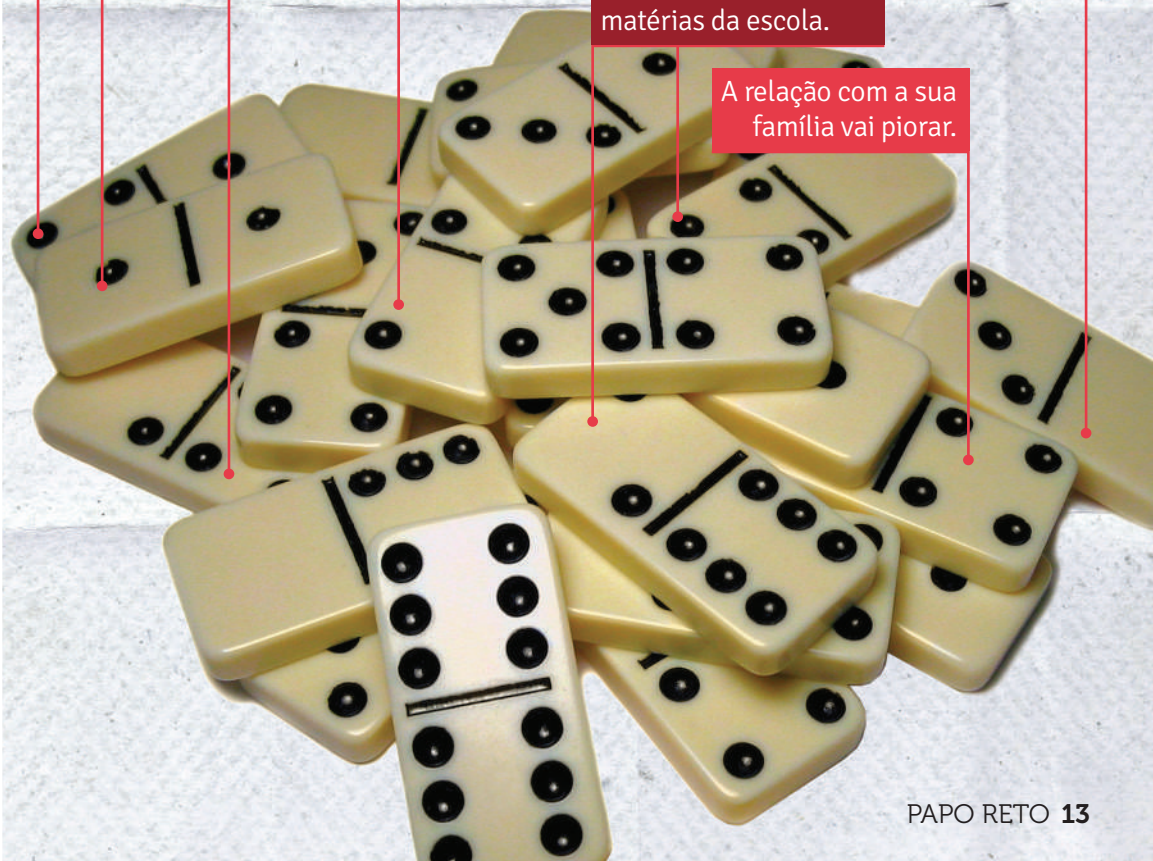
O uso pode causar
doenças levando
até à morte.

Mais pessoas se
tornarão dependentes
de drogas porque
você vai influenciá-las.

Vai fortalecer o
poder dos criminosos.

Você vai ter dificuldade
de entender as
matérias da escola.

A relação com a sua
família vai piorar.



MITO ou VERDADE?

Chuveiro gelado e café amargo ajudam na cura da bebedeira.

Mito. A única maneira de curar a “bebedeira” é esperar o álcool ser metabolizado pelo nosso corpo. Não há outra forma, nunca houve. Por exemplo: Alguém que tomou 2 caipirinhas, 3 copos de cerveja e um chope, precisará de seis horas para ficar totalmente sóbrio.



Fumar durante a gravidez não faz mal para o bebê.

Mito. A mulher grávida que fuma, além de correr o risco de abortar, tem maior chance de ter filho de baixo peso, menor tamanho e com defeitos congênitos. Os filhos de fumantes adoecem duas vezes mais do que os filhos de não fumantes.

O efeito de uma droga é o mesmo para qualquer um.

Mito. Os efeitos dependem basicamente de três fatores: da droga, do usuário e do meio ambiente.



Uma pessoa que toma calmante pode dirigir automóveis.

Mito. É aconselhado de que não se dirija. Este tipo de medicamento diminui a atividade do cérebro e, como consequência, as faculdades psicomotoras podem ficar prejudicadas para algumas atividades, como operar maquinários em fábrica e dirigir automóveis.



O uso da maconha causa dependência, prejudica a memória e habilidade de processar informações complexas de quem usa.

Verdade. Pessoas que usam maconha por muitos anos, têm dificuldade de parar de usá-la e sentem ansiedade quando não a tem disponível.



As mulheres são mais sensíveis aos efeitos do álcool que os homens.

Verdade. Homens e mulheres metabolizam o álcool de maneira diferente. Por causa da maior proporção de gordura corpórea, a mulher atinge maiores concentrações de álcool no sangue. Uma mulher com o mesmo peso corporal e que beber a mesma quantidade de álcool que um homem vai ficar mais embriagada do que ele.



É perigoso o uso de drogas associadas ao álcool.

Verdade. A combinação das substâncias das diversas drogas com álcool potencializa seus efeitos e as tornam mais perigosas, podendo se tornar fatal.





Uma pessoa sob o efeito do álcool está mais vulnerável a contrair o HIV?

Verdade. Quando ingerimos altas doses de álcool, nosso discernimento fica comprometido e isto pode influenciar no esquecimento do uso do preservativo.

Tomar café e aspirina evita a embriaguez.

Mito. Eles não ajudam em nada contra a embriaguez. A aspirina é um medicamento utilizado para fins específicos constados em sua bula.



A cerveja é menos viciante do que o licor, vodca ou cachaça.

Mito. A dependência do álcool independe da forma ou da quantidade consumida. O risco é o mesmo para qualquer tipo de bebida alcoólica.

A maconha é a porta de entrada para outras drogas.

Verdade. A maconha, assim como qualquer outra droga, pode ser uma porta de entrada para outros tipos de drogas, mas quem é receptivo à ideia de experimentar qualquer droga é mais propenso à dependência.



5 sugestões para evitar o contato com as drogas

1

Construa um círculo de amizades com pessoas que não tenham o vício. Participando do Escotismo, por exemplo, você vai encontrar pessoas da sua idade que estão em busca de fazer amizades para a vida toda, com muita diversão e aventura. Você poderá encontrar um Grupo Escoteiro perto de você no site dos Escoteiros do Brasil (www.escoteiros.org.br).

2

Caso tenha um **amigo** que esteja **fazendo uso de drogas, comunique seus pais.** Eles poderão conversar com os pais de seu amigo, sugerindo maneiras de auxílio. É importante que você apoie esse amigo a sair do mundo das drogas.

3

Não tenha medo de dizer não. Quem é seu amigo de verdade, vai respeitar as suas escolhas.

4

Quando estiver triste, converse com as pessoas de que mais gosta. Elas poderão te aconselhar para tomar as decisões mais corretas.

5

Se o único grupo que quer ser seu amigo é justamente o que usa drogas, **não desanime.** Você encontrará outras pessoas que terão afinidade contigo.



- Drogas: cartilha álcool e jovens/Secretaria Nacional de Políticas sobre Drogas; conteúdo e texto original: Beatriz H. Carlini. - 2.ed. reimpr. Brasília: Ministério da Justiça, Secretaria Nacional de Políticas sobre Drogas, 2011. Acessado em 31/10/2013.
- Drogas: cartilha sobre tabaco/Secretaria Nacional de Políticas sobre Drogas (SENAD); conteúdo e texto original: Beatriz H. Carlini. - 2. ed., reimpr. - Brasília : Ministério da Justiça, Secretaria Nacional de Políticas sobre Drogas, 2011. Acessado em 31/10/2013.
- Adolescentes e Jovens para a Educação entre pares – Saúde e Prevenção nas Escolas – Álcool e outras Drogas – Ministério da Saúde – 2010. Acessado em 31/10/2013.
- Adolescência – O dia a dia do professor: afetividade, sexualidade e drogas. volume 5,2ª edição, editora FAPI – 2002: Fernanda Rodrigues Gandra, Cristina do Valle G. Pires, Regina Célia Villaça Lima. Acessado em 31/10/2013.
- Site: Jovem sem tabaco - <http://www.obid.senad.gov.br/portais/jovemsemtabaco/>. Acessado em 31/10/2013.
- Blog: Campanha Jovem Pan pela vida contra as drogas: <http://blogs.jovempan.uol.com.br/campanha/amy-winehouse-mais-uma-vitima-da-dependencia-quimica/>. Acessado em 31/10/2013.
- Site: M de Mulher - <http://mdemulher.abril.com.br/tv-novelas-famosos/reportagem/acontece/fabio-assuncao-fala-inferno-viveu-drogas-tititi-498990.shtml>. Acessado em 31/10/2013.
- Site: Revista Quem - <http://revistaquem.globo.com/Revista/Quem/0,,EMI304623-9531,00.html>
<http://musica.terra.com.br/morte-aos-27-liga-winehouse-a-hendrix-joplin-morrison-e-cobain,dc1ac4bdea737310VgnCLD10000bbcceb0aRCRD.html>. Acessado em 31/10/2013.
- <http://ultimosegundo.ig.com.br/cultura/musica/geniosa-exigente-e-kamikaze-elis-regina-morria-ha-30-anos/n1597581838345.html>. Acessado em 31/10/2013.
- <http://musica.uol.com.br/noticias/redacao/2013/04/04/morte-de-chorao-foi-causada-por-overdose-de-cocaina-diz-laudo.htm>. Acessado em 31/10/2013.
- <http://rollingstone.uol.com.br/edicao/35/moleque-maravilhoso>. Acessado em 31/10/2013.
- <http://blogs.jovempan.uol.com.br/campanha/campanha-esclarece-mitos-sobre-drogas/>. Acessado em 31/10/2013.
- <http://g1.globo.com/Noticias/PopArte/0,,MUL1302853-7084,00-APOS+MESES+DE+AFASTAMENTO+FABIO+ASSUNCAO+VOLTA+A+GRAVAR+PARA+A+TV.html>. Acessado em 31/10/2013.

A cartilha Papo Reto é uma publicação dos Escoteiros do Brasil e faz parte do Projeto Escotismo Amazônico. O projeto dos Escoteiros do Brasil tem o patrocínio do Banco da Amazônia e do Governo Federal e conta com o apoio do Programa Mensageiros da Paz da Organização Mundial do Movimento Escoteiro. Distribuição gratuita.

Conselho Editorial: Marco Aurélio Romeu Fernandes, Renato Bini, Rafael Rocha de Macedo, Marcos Carvalho e David Marcial Ortolan.

Coordenação: Luiz César de Simas Horn e Megumi Tokudome.

Redação: Megumi Tokudome e Shenara Pantaleão. **Projeto Gráfico e diagramação:** Fabio Souza.

Revisão: Shenara Pantaleão. **Colaboradores:** Álvaro Adriano Braz, Raphael Luís Klimavicius e Vitor Augusto Gay.

Impressão: longraf. **Tiragem:** 3.000 unidades.

Patrocínio:



Apoio:





ESCOTEIROS
DO BRASIL

ESCOTISMO

Viva essa aventura!

Conheça o Escotismo

O Escotismo é a **maior organização mundial de jovens**, com mais de **40 milhões de membros** em 216 países e territórios. Por meio de **atividades atraentes**, o Escotismo contribui para que os jovens desenvolvam seus valores e potencialidades físicas, sociais, afetivas, intelectuais e espirituais, levando seus participantes ao **contato com a natureza** em um ambiente rico em aprendizagem e valores para a vida. De maneira voluntária, os membros são incentivados a **contribuírem em suas comunidades, sociedade e país**, assumindo um papel importante na **construção de um mundo melhor**.

www.escoteiros.org.br



/EscoteirosDoBrasilOficial



/escoteirosbrasil



/Escoteiros



ESCOTEIROS
DO BRASIL

Escritório Nacional
Rua Coronel Dulcídio, 2107
Bairro Água Verde - CEP 80250-100
Tel.: 41 3353.4732
Fax: 41 3090.7928