



# DIPENDENZE. FUMO, ALCOL, DROGA

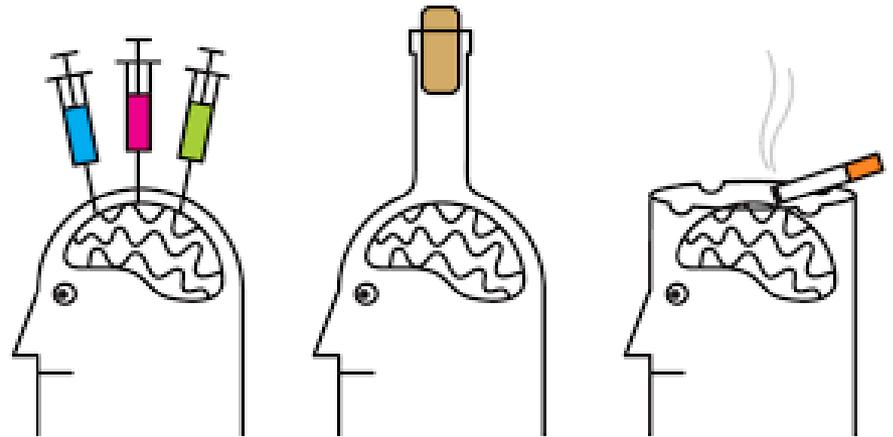
CORSO « Star bene dipende da te »  
2018-2019

# CHE COSA SIGNIFICA «DIPENDENZA»



«*La dipendenza* è uno stato psichico e talora fisico, che deriva dall'interazione con una sostanza responsabile di modifiche del comportamento e la necessità di assumerla nuovamente per ottenere gli stessi effetti psichici e per evitare la *sindrome da astinenza*»

# TIPI DI «DIPENDENZA»



- **Dipendenza fisica.** L'interruzione dell'assunzione della sostanza provoca sensazioni spiacevoli: tremori, nausea, stato d'ansia
- **Dipendenza psicologica.** Bisogno incontrollabile di continuare ad usare la sostanza

# QUANDO DEFINIRE UNA PERSONA «DIPENDENTE» DA UNA CERTA SOSTANZA (1)

**Devono essere presenti almeno 2 dei seguenti segni:**

- consumo della sostanza in quantità sempre maggiori
- incapacità a interrompere l'assunzione
- impiego di molto tempo nella ricerca della sostanza
- Incapacità a svolgere i propri compiti ( a casa, sul lavoro, a scuola)
- perdita dei legami con gli amici, la famiglia
- uso della sostanza in circostanze pericolose

# QUANDO DEFINIRE UNA PERSONA «DIPENDENTE» DA UNA CERTA SOSTANZA (2)

## *Continuazione...*

- Mancata interruzione nonostante i problemi di salute
- Necessità di assumere quantitativi sempre maggiori per ottenere gli effetti desiderati
- Sintomi di astinenza con l'interruzione dell'assunzione (tremori, nausea/ vomito, vomito, stato d'ansia..)

## SINTOMI DA ASTINENZA



EMICRANIE



NAUSEA



ANSIA



SUDORAZIONE



INSONNIA



CALO  
DELL'APPETITO

# PERCHE' SI DIVENTA «DIPENDENTI»

## Nell'arco della vita tutti potrebbero diventare «dipendenti»

La probabilità è più elevata in persone

- con disturbi mentali ( depressione, stress post-traumatico)
- con storia familiare di «dipendenza»
- che iniziano ad abusare della sostanza in giovane età
- facilmente influenzati dal gruppo di coetanei
- che assumono certi tipi di sostanze (farmaci contro il dolore, cocaina etc)



# EFFETTI DI SOSTANZE CHE INDUCONO «DIPENDENZA»

# TABACCO

- La pianta del tabacco è originaria del Sud America, dove veniva masticata, fiutata e già a quel tempo fumata, anche in relazione a cerimonie.
- L'Introduzione del tabacco e delle sigarette in Europa si è verificata verso la fine del XV secolo quando i conquistatori spagnoli portarono la pianta verso il Sud Europa.
- L'esagerata diffusione dell'uso di sigarette si è verificato nel XX secolo, in corrispondenza della seconda guerra mondiale



# TABACCO



- La « dipendenza » da fumo di tabacco è legata alla presenza di nicotina
- Come per altre droghe, nicotina aumenta nel cervello i livelli di dopamina. Questa sostanza viene prodotta normalmente quando si provano sensazioni piacevoli, quali mangiare il cibo preferito, fare l'attività preferita, passare il tempo con gli amici.
- Durante la combustione del tabacco si liberano sostanze tossiche per la salute

# ALCOL



BIRRA  
330 ml



oppure



VINO  
125 ml



oppure



SUPERALCOLICO  
40 ml



La dipendenza alcolica è uno dei principali problemi di salute a livello globale

## **Conseguenze nel breve termine del consumo di alcolici:**

- Difficoltà nel prendere decisioni
- Poco consapevole che il proprio comportamento potrebbe essere inappropriato
- Maggiori probabilità di intraprendere comportamenti a rischio
- Ridotta capacità di riconoscere reali pericoli

# ALCOL



**Conseguenze nel lungo termine del consumo di alcolici**, specie se si è iniziato in giovane età

In particolare

- È impedito il normale sviluppo del cervello
- Si riduce la capacità di imparare
- Aumenta il rischio di sviluppare malattie correlate all'abuso di alcolici

# EROINA E OPPIACEI

- L'oppio è il lattice essiccato che si estrae dalle capsule dei semi del *Papaver somniferum*.
- Le droghe più conosciute, preparate a partire dall'oppio, sono eroina e morfina.

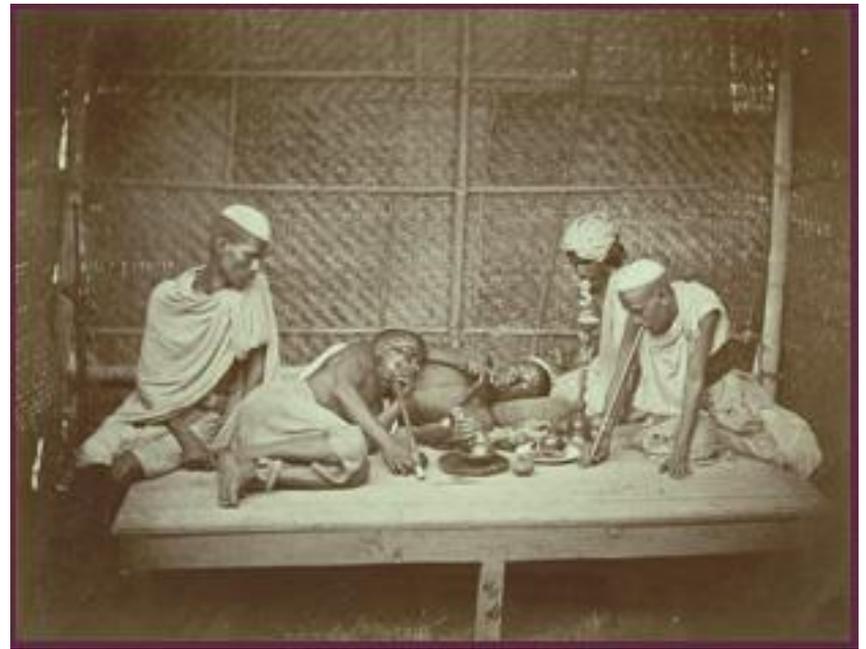


# EROINA . MODALITA' D'USO

- *Per via parenterale*  
(endovenosa, sottocutanea e intramuscolare)
- *Per inalazione*: la polvere di eroina è riscaldata su una superficie di metallo e i fumi prodotti vengono inalati, utilizzando una cannuccia in carta o una superficie metallica.



# EROINA. EFFETTI



- L'eroina esplica un' azione inibitoria sul comportamento emotivo. Provoca senso di indifferenza verso il mondo, di distacco, di disinteresse affettivo.
- Dopo un primo intenso momento di piacere (FLASH), segue uno stato di appagamento, di rallentamento del pensiero, dei gesti e dei comportamenti sino alla sonnolenza.

# COCAINA

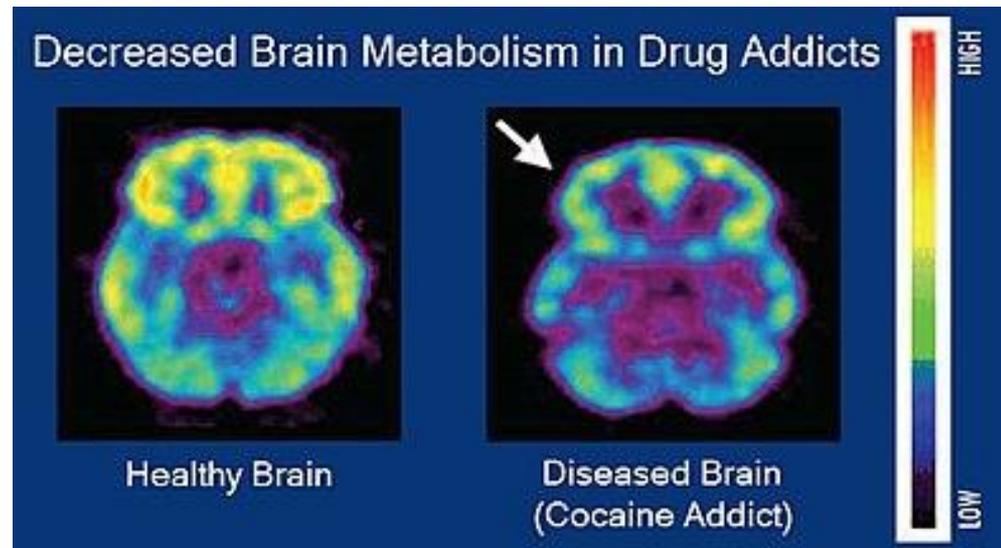


La cocaina ottiene dalle foglie della coca ( *Erithroxylum coca*), pianta originaria del Sud America, dove è stata utilizzata per secoli contro la fame e come anestetico, specie nel corso di rituali religiosi che prevedevano pratiche sacrificali

La cocaina può essere:

- Assunta per via nasale (sniffing): gli effetti compaiono in 15-60 min
- Iniettata via endovenosa (speedball)
- Fumata con “pipe” o “joint” o inalate da fogli di carta d’alluminio precedentemente riscaldati. Attraverso questa via gli effetti sono raggiunti molto rapidamente.

# COCAINA. EFFETTI



Gli effetti sul sistema nervoso centrale possono riassumersi in quattro stadi di diversa gravità in rapporto alla dose e alla frequenza d'uso.

Possono verificarsi:

- accresciuta performance cognitiva e motoria
- tristezza, malinconia, difficoltà di attenzione e concentrazione
- allucinazioni e insonnia
- perdita di autocontrollo, disorientamento.

# CANNABIS



- Con il termine “Cannabis” sono comprese sostanze psicoattive che si ottengono dalle infiorescenze femminili di *Cannabis sativa*
- Sono noti circa 60 componenti attivi: tra questi *Hashish e Marijuana* I derivati della cannabis sono tra le più diffuse droghe illegali.
- Hashish e marijuana sono generalmente fumati con tabacco in forma di sigarette rollate a mano (“joint”) o in pipe speciali (“chillums”).



# CANNABIS. EFFETTI

Gli effetti variano in rapporto alla personalità e allo stato psicologico di chi l'assume, a condizioni esterne, al modo d'uso e alla quantità assunta.

Possono verificarsi:

- moderata euforia e senso di "pace"
- sonnolenza, modificazioni nella percezione spazio-temporale (guidare sotto gli effetti della cannabis è pericolosissimo)
- agitazione, irritazione, congiuntivite, midriasi (pupille dilatate)





# ECSTASY. EFFETTI



- Compaiono dopo 30-60 min dall'assunzione e consistono in
- forte sensazione di benessere
  - accresciuta confidenza con gli altri
  - rimozione delle barriere emotive e comunicative
  - esaltazione delle sensazioni
  - maggiore capacità di percepire il ritmo e la musica

# DANNI PER L'ORGANISMO DA SOSTANZE CHE INDUCONO «DIPENDENZA»

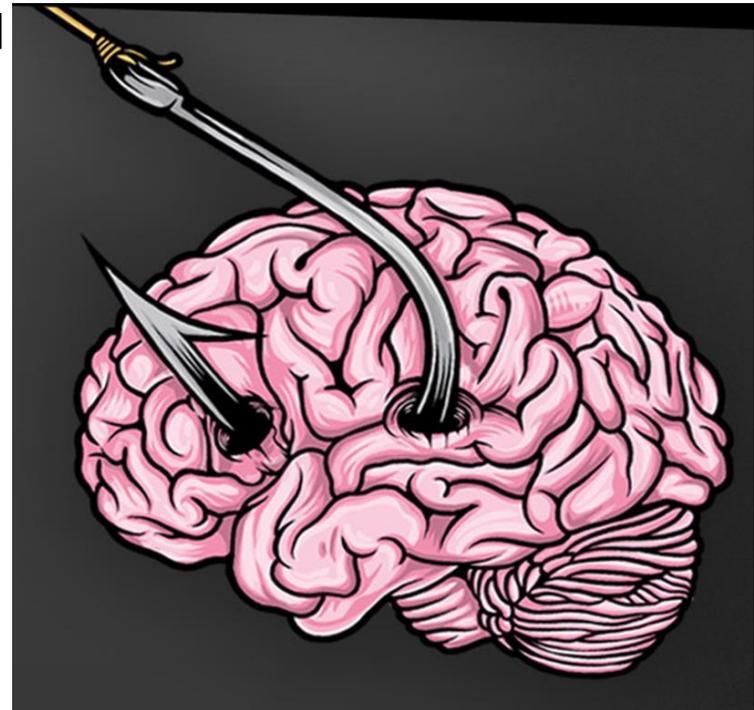
<https://www.youtube.com/watch?v=V2Aj-iJ6p38>

# DANNI AL SISTEMA NERVOSO (1)

Le sostanze che danno dipendenza cambiano il funzionamento del cervello

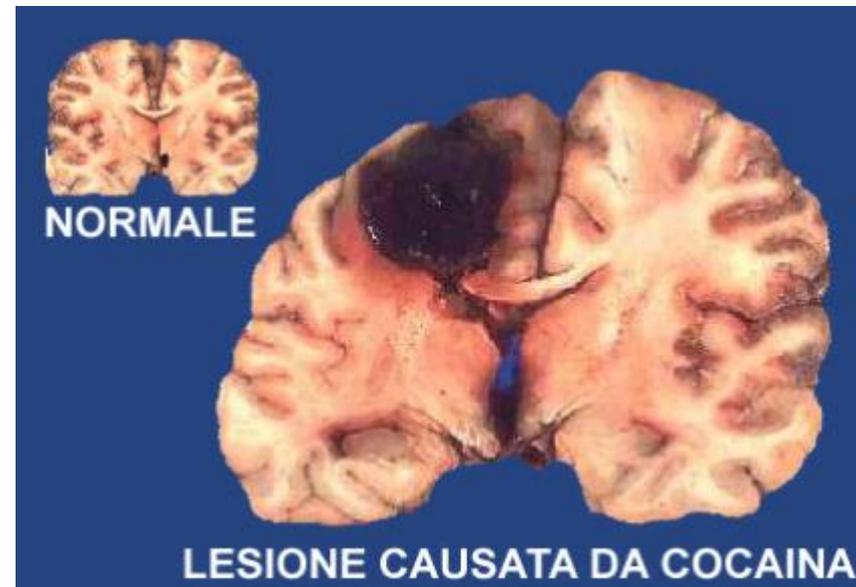
Nel tempo vengono modificate le aree del cervello coinvolte

- nei processi decisionali
- nell'apprendimento
- nella memoria
- nel sonno
- nelle emozioni
- nel controllo del comportamento



# DANNI AL SISTEMA NERVOSO (2)

- Marijuana e alcol possono influenzare le capacità di coordinamento, compromettere attività sportive e l'abilità di guida.
- Abusare di cocaina, ecstasy, o altri stimolanti (soggetti a prescrizione) può causare ansia e ostilità
- Fumare o ingerire marijuana, oppure bere in fretta grandi quantità di alcol può rendere difficile ricordare ciò che si è appena detto o fatto.



# EFFETTI SULLA CUTE



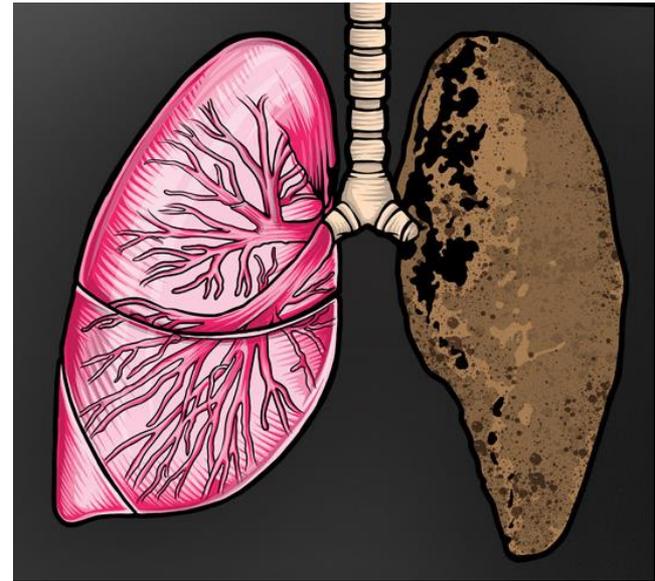
- Chi usa sostanze stimolanti ( tra cui ecstasy o anfetamine in genere) può sviluppare acne, pelle opaca e ferite autoinflitte per alleviare la sensazione di insetti che strisciano sotto la pelle
- Anfetamine riducono l'appetito e, nel tempo, si può assumere un aspetto scheletrico
- La nicotina provoca restringimento dei vasi sanguigni, privando la pelle di importanti nutrienti e ossigeno.
- I prodotti chimici presenti nelle sigarette danneggiano la pelle facendole assumere un aspetto vecchieggiante

# DANNI ALLA BOCCA E AI DENTI



- Il catrame del tabacco si accumula sui denti e sulla lingua.
- Il tabacco da masticare provoca un accumulo di placca e tartaro con conseguente alitosi, malattie gengivali e perdita dei denti.
- Sigarette e tabacco da masticare contengono sostanze cancerogene che aumentano il rischio di cancro alla bocca, alle corde vocali e alla gola.
- Anfetamine possono favorire alitosi, malattie gengivali e caduta dei denti

# DANNO AI POLMONI

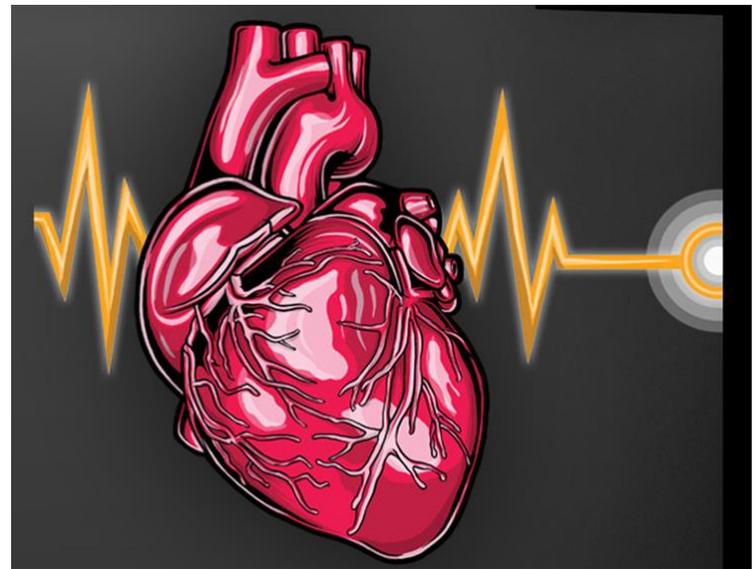


Il fumo di sigaretta:

- riempie i polmoni di oltre 7000 sostanze chimiche di cui centinaia sono dannose e circa 70 possono causare il cancro
- è associato al 90% di tutti i casi di cancro ai polmoni
- aumenta il rischio di malattie respiratorie (enfisema, bronchite, tosse cronica e asma), come anche il fumo di marijuana

**Adulti fumatori muoiono 10 anni prima dei non fumatori**

# EFFETTI SUL CUORE



- Cocaina e anfetamine possono causare battito cardiaco irregolare, anche in assenza di situazioni di panico.
- L'esagerata stimolazione cardiaca può portare a infarto, ictus, danni cardiaci o morte improvvisa.
- Fumatori e soggetti esposti a fumo di sigarette sono a rischio di malattia coronarica e di morte per tale causa
- Sostanze ad azione sedativa, tra cui l'eroina, possono provocare rallentamento del battito cardiaco sino alla morte. Tale effetto è potenziato dall'alcol.

# DROGA E MORTE



- Abusare di farmaci prescrittibili (sedativi e antidolorifici) o di oppioidi (come l'eroina) può rallentare la respirazione e la frequenza cardiaca a livelli pericolosi, sino a provocare coma o morte. La combinazione con alcol aumenta tale rischio.
- Il rischio di morte per incidente d'auto è 17 volte più elevato in giovani di 16-20 anni che abusano di alcolici
- Negli Stati Uniti il 60% dei decessi per overdose è correlato all'abuso di farmaci da prescrizione.

# TRATTAMENTO DELLE DIPENDENZE

# TRATTAMENTO DELLE DIPENDENZE



- Trattare una dipendenza significa aiutare l'individuo a interrompere l'assunzione della sostanza, e a recuperare il proprio ruolo in famiglia, sul lavoro o nella società.
- Il trattamento varia a seconda del paziente e della tipologia di sostanza utilizzata; si dovrà scegliere tra
  - Trattamento farmacologico
  - Psicoterapia
  - oppure una combinazione di entrambi.

# TERAPIA FARMACOLOGICA



- La terapia farmacologica viene usata, prevalentemente, per gestire i sintomi dell'astinenza e prevenire le ricadute.
- I farmaci aiutano a eliminare i sintomi dolorosi che si manifestano durante la disassuefazione e a evitare che si ricominci ad assumere la sostanza; rappresenta il primo passo per il cambiamento.

# PSICOTERAPIA



La psicoterapia ha lo scopo di modificare il comportamento di dipendenza facendo acquisire comportamenti più funzionali alla vita della persona.

Il successo della psicoterapia dipende dall'alleanza che si forma tra paziente e psicoterapeuta, con il quale vengono

- concordate le attività da svolgere all'esterno
- analizzate le possibili difficoltà e le situazioni di rischio
- valutati i punti di forza e le risorse del paziente
- fatte apprendere abilità che aiutano il paziente a risolvere lo stato di dipendenza.

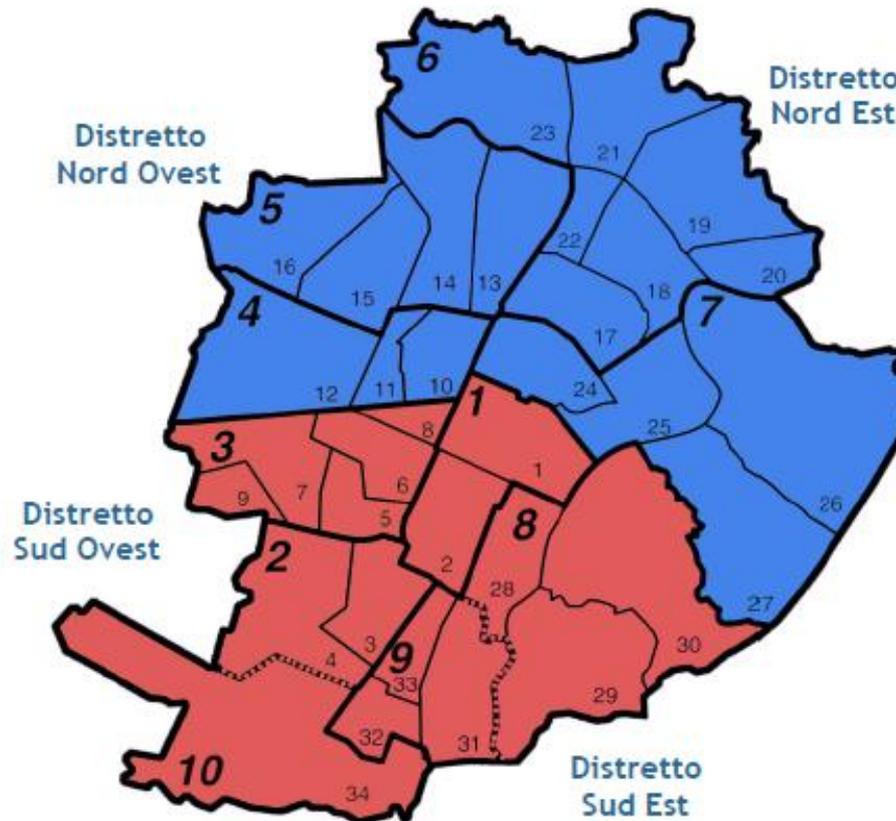
# TORINO

## SERVIZI PER LE TOSSICODIPENDENZE

- I cittadini che hanno un problema di dipendenza da una o più sostanze psicoattive legali o illegali (droga, alcol, fumo) o con comportamenti di dipendenza senza uso di sostanza (gioco d'azzardo) vengono accolti dai Servizi di patologie delle dipendenze (Ser.T.), che svolgono attività di prevenzione, educazione sanitaria, cura e riabilitazione.
- Le attività sono svolte con l'intervento di équipe multidisciplinari integrate, composte da medici, infermieri, psicologi, educatori e assistenti sociali.
- L'accesso al Ser.T. è gratuito e diretto, cioè non serve la ricetta del medico curante. A chi si rivolge al Servizio è garantito il pieno rispetto dell'anonimato.

SC SERD Nord

<http://www.asl102.to.it/sert.html>



1. Centro
2. Crocetta
3. Santa Rita
4. Mirafiori Nord
5. Borgo San Paolo
6. Cenisia
7. Pozzo Strada
8. Cit Turin
9. Borgata Lesna
10. San Donato
11. Campidoglio
12. Parella
13. Borgo Vittoria
14. Madonna di Campagna
15. Lucento
16. Vallette
17. Barriera di Milano
18. Regio Parco
19. Barca
20. Bertolla
21. Falchera
22. Rebaudengo
23. Villaretto
24. Aurora
25. Vanchiglia
26. Sassi
27. Madonna del Pilone
28. San Salvario
29. Cavoretto
30. Borgo Po
31. Nizza Millefonti
32. Lingotto
33. Filadelfia
34. Mirafiori Sud

SC SERD Sud



**ASPIC ODV** Associazione Studio Paziente Immuno Compromesso

Sede c/o Centro SERVIZI Vol.To, Via Giolitti 21, 10123 Torino CF. 97574720013

[www.aspiconlus.it](http://www.aspiconlus.it) +39 3343898714 [info@aspiconlus.it](mailto:info@aspiconlus.it)

## Progetto

«ELISA 8. Malattie croniche non trasmissibili.  
Adattare gli interventi di prevenzione»

Materiale preparato per il  
Corso «Star bene dipende da te»