

TABACO E CANÁBIS

Consellería de Sanidade [*Secretaria para a Saúde*]. Dirección Xeral de Saúde Pública [*Direção Geral de Saúde Pública*], Santiago de Compostela. Galiza, Espanha.

Resumo: A inalação é a única forma atual de consumo da mistura de ambas as substâncias, o que condiciona riscos e danos inerentes ao acesso por via alveolar e a alta velocidade de absorção da mesma. A nicotina é o composto psicoativo presente na planta do tabaco, responsável pelo desenvolvimento da dependência, e o tetrahydrocannabinol é o composto canabinoide com maior capacidade psicoativa e o que mais contribui para a sua capacidade para provocar dependência da canábis.

Tanto a nicotina como o tetrahydrocannabinol produzem complexas ações farmacológicas no sistema nervoso central, cardiovascular, respiratório, etc. A dependência do tabaco é possivelmente o efeito indesejado mais frequente que afeta os consumidores de canábis.

Palavras-chave: tabaco e canábis, dependência.

TABACCO AND CANNABIS

Abstract: The inhaled route is the only current form of mixed consumption of both substances, which conditions risks and damages inherent to access via alveolar and at the high absorption rate of it. Nicotine is the psychoactive compound present in the tobacco plant, responsible for the development of addiction and tetrahydrocannabinol is the cannabinoide compound with the highest psychoactive capacity and the one that contributes most to the addictivity of cannabis.

Both nicotine and tetrahydrocannabinol produce complex actions pharmacological on the central nervous system, cardiovascular, respiratory system, etc. Tobacco addiction is possibly the most frequent unwanted effect that it affects cannabis users.

Keywords: tobacco and cannabis, addiction.

TABACO E CANÁBIS

TABACO Y CANNABIS

Resumen: La vía inhalada es la única forma actual de consumo mezclado de ambas sustancias, lo cual condiciona unos riesgos y daños inherentes al acceso por vía alveolar y a la alta velocidad de absorción de la misma. La nicotina es el compuesto psicoactivo presente en la planta del tabaco, responsable del desarrollo de la adicción y el tetrahidrocannabinol es el compuesto cannabinoide con mayor capacidad psicoactiva y el que contribuye en mayor medida a la adictividad del cannabis.

Tanto la nicotina como el tetrahidrocannabinol producen complejas acciones farmacológicas sobre el sistema nervioso central, aparato cardiovascular, respiratorio, etc.. La adicción al tabaco es posiblemente el efecto no deseado más frecuente que afecta a las personas consumidoras de cannabis.

Palabras clave: tabaco y cannabis, adicción.

TABACO E CANÁBIS

INTRODUÇÃO

O consumo de substâncias psicoativas entre os jovens tornou-se num dos problemas que atualmente mais preocupam os pais e os educadores. Os jovens dos países desenvolvidos são expostos desde a mais tenra idade ao contacto com a oferta de substâncias passíveis de criar dependência. Não é rara a combinação de vários consumos (policonsumos) entre os jovens, onde podemos encontrar consumos simultâneos.

Um exemplo claro destes consumos é a combinação de tabaco e canábis, habitualmente denominado “charro”.

Atualmente, estão a ser realizados ensaios com animais para investigar diferentes aspetos destes consumos combinados: a inter-relação com a dependência, efeitos compensatórios da sintomatologia de abstinência, etc. No entanto, ainda são só hipóteses que precisam de tempo para serem demonstradas.

DADOS EPIDEMIÓLOGOS

Os dados do ESTUDES 2016 mostram que 82,3% dos estudantes de 14-18 anos que fumam canábis o fazem em combinação com tabaco.

A maioria da população adolescente que consome derivados da canábis já experimentou antes (uma média de seis meses) o tabaco; apenas numa percentagem muito baixa, o consumo é anterior ao do tabaco ou independentemente dele.

A percentagem de consumidores entre os 15 e 17 anos é o dobro da dos com mais de 35 anos (12,6% vs. 5,5%), sendo o consumo médio de 3,2 charros por dia.

Muitos dos consumidores de charros não “reconhecem” o consumo de tabaco associado e, portanto, não são conscientes do risco e das consequências do tabagismo. (Ministerio de Sanidad Consumo y Bienestar Social, 2018)

EFEITOS BIOLÓGICOS

O uso simultâneo de tabaco e canábis poderia produzir efeitos complementares, antagónicos ou sinérgicos. Por exemplo, o relaxamento do sistema nervoso central (SNC) poderia ser compensado pela ativação do mesmo produzida pelo tabaco.

Também aumentaria a possibilidade de desenvolver dependência, pela interação de ambos os consumos, sendo mais frequente nestes consumidores o surgimento da dependência do tabaco.

É muito difícil individualizar os danos orgânicos produzidos por cada uma das substâncias nos consumos simultâneos.

TABACO E CANÁBIS

Nestes consumidores (tabaco + canábis), o profesional de saúde deve fazer uma intervención conjunta de forma simultânea ou sequencial, para obter a cessaçã. Existem evidências científicas de melhores resultados na cessaçã quando a abstinência é simultânea.

FORMA DE AGIR DURANTE UMA CONSULTA PARA AMBAS AS SUBSTÂNCIAS

Devemos ter um cuidado especial com os termos que usamos nas consultas quando nos referimos aos consumos destas substâncias; falar sobre hábito, vício, consumo responsável, consumo social, consumo excessivo, pode prestar-se a confusão ou gerar uma percepção baixa ou nula do risco associado ao seu consumo.

Devemos ter sempre em mente que estamos a falar de consumos que geram dependência e representam um risco para a saúde, conforme confirmado por evidências científicas.

As seguintes recomendações são válidas para ambas as substâncias, quer sejam consumidas individualmente quer em combinação e podem ajudar-nos a estabelecer um clima adequado para a intervenção:

- 1) Não ser alarmista nem usar mensagens assustadoras ou catastróficas.
- 2) Ouvir de forma ativa, demonstrando interesse pelo que lhe é dito e sem minimizar as preocupações do menor ou do adolescente.
- 3) Responder a perguntas ou dúvidas do menor, não falar apenas sobre o que o profissional de saúde acha que o menor precisa de saber, mas também sobre o que desperta a sua curiosidade.
- 4) Transmitir uma mensagem clara, simples, compreensível e inequívoca sobre a NÃO existência de um consumo de tabaco e/ou canábis sem riscos.
- 5) Reforçar as opiniões de “não consumo de substâncias psicoativas”.
- 6) Utilizar a entrevista motivacional em formato breve, para intervenções oportunas em jovens.

TABACO E CANÁBIS

REFERÊNCIAS BIBLIOGRÁFICAS

Esteban Herrera A. (2015). *Comité Nacional para la Prevención del Tabaquismo*. Comité Nacional para la Prevención del Tabaquismo.

Gregor Burkhart, Manuel Isorna, Carmen Barreiro, Jesús Varela, Sandra Golpe, A. R. (2018). Consumo de cannabis entre adolescentes: patrón de riesgo, implicaciones y posibles variables explicativas. *Adicciones*, 31(1), 64–77. Retrieved from <http://adicciones.es/index.php/adicciones/article/view/1212>

Ministerio de Sanidad Consumo y Bienestar Social. (2018). Portal Plan Nacional sobre Drogas - Encuestas y estudios. Retrieved February 24, 2020, from http://www.pnsd.mscbs.gob.es/profesionales/sistemasInformacion/sistemaInformacion/encuestas_ESTUDES.htm

WHO. (n.d.). WHO/Europe | Health Behaviour in School-aged Children (HBSC) - Health Behaviour in School-aged Children (HBSC). Retrieved February 24, 2020, from <http://www.euro.who.int/en/health-topics/Life-stages/child-and-adolescent-health/health-behaviour-in-school-aged-children-hbsc>

TABACO E CANÁBIS

RINSAD

A *Revista Infância e Saúde (RINSAD)*, ISSN: 2695-2785, surge da colaboração entre as administrações de Portugal, Galiza, Castela e Leão, Extremadura e Andaluzia no âmbito do projeto [Interreg Espanha-Portugal RISCAR](#) e visa divulgar artigos científicos relacionados com a saúde infantil, de forma a proporcionar aos investigadores e profissionais da área uma base científica onde conhecer os avanços nos seus respetivos campos.

O projeto RISCAR é cofinanciado pelo Fundo Europeu de Desenvolvimento Regional (FEDER) através do Programa Interreg V-A Espanha-Portugal (POCTEP) 2014-2020, com um orçamento total de 649.699 €.

Revista fruto do projeto [Interreg Espanha - Portugal RISCAR](#) com a [Universidade de Cádiz](#) e o [Departamento de Enfermagem e Fisioterapia da Universidade de Cádiz](#).

As obras publicadas na revista RINSAD estão sob licença de [Creative Commons Reconocimiento-NoComercial-ShareAlike 4.0 Internacional](#).