

La discussione sui vantaggi e i danni della cannabis indiana è assai controversa: si tratta di una sostanza stupefacente che dà dipendenza o di un innocuo genere voluttuario? Fino a che punto è diventato «normale» consumare cannabis? Quali possono essere gli effetti e i rischi fisici e psichici dovuti all'uso e al consumo regolare di questa sostanza? Quali aspetti vanno considerati, a livello di prevenzione e di riduzione dei danni, se si vuole evitare di drammatizzare o, viceversa, di banalizzare il consumo di cannabis?

# Cannabis

## La cannabis – una pianta di origine antica

La cannabis è conosciuta da migliaia di anni, ad esempio nell'Asia anteriore, come sostanza terapeutica, rituale e stupefacente. Anche in Europa la coltivazione e l'uso della cannabis vantano una lunga tradizione. All'inizio del 20. secolo si ricavava infatti dalla pianta della cannabis una fibra importante per la produzione di cordami e stoffe, dai semi si estraeva l'olio di cannabis e già in età arcaica si conoscevano gli effetti psicoattivi di questa pianta. Nella medicina popolare si ricorreva agli estratti della cannabis a fini terapeutici.

La cannabis perse d'importanza con l'avvento delle fibre sintetiche, con la coltivazione di piante che producevano maggiori quantità d'olio e con l'arrivo nelle farmacie domestiche dei prodotti chimici della moderna industria farmaceutica.

La cannabis venne via via sempre più messa al bando non solo a causa degli effetti psicoattivi, ma anche per la concorrenza di nuovi prodotti.

### Cannabis – una sostanza proibita

In Italia, nel testo unico di legge sulle sostanze stupefacenti (Nr. 309/1990) la cannabis è stata introdotta nella tabella delle sostanze stupefacenti per legge a causa della sua componente psicoattiva THC. La coltivazione, il possesso e la cessione di cannabis sono punibili per legge.

Nel 2006 la legge è diventata più severa.

In Italia, la quantità massima permessa per «il consumo personale» viene stabilita sulla base della concentrazione della sostanza attiva THC nella cannabis ed è fissata al mo-

mento sui 500 mg. Ciò non significa però che i consumatori non siano perseguibili. Chi viene trovato in possesso di cannabis viene convocato al Commissariato del Governo o in Questura e può essere punito con il ritiro temporaneo della patente di guida, del porto d'armi e del passaporto o con il divieto ad ottenerli. Queste persone vengono inoltre segnalate ai Servizi per le Dipendenze in quanto consumatori.

Per il possesso di quantità maggiori di cannabis l'accusa è invece di spaccio di sostanze stupefacenti e viene perseguito in quanto tale. Il fatto che il divieto non sia soltanto sulla carta, ma che venga anche effettivamente applicato, lo prova il fatto che in Italia nel 2006 sono state segnalate ben 26.734 persone per consumo di cannabis.

AUTONOME PROVINZ  
BOZEN - SÜDTIROL

Abteilung 23  
Gesundheitswesen



PROVINCIA AUTONOMA  
DI BOLZANO - ALTO ADIGE

Ripartizione 23  
Sanità



ChanV ChanVin



## La pianta

Cannabis è la denominazione botanica della pianta di cannabis. In Europa la varietà più diffusa è la cannabis sativa. Per utilizzarla come sostanza psicoattiva si utilizzano:

- la marijuana (ossia le parti essiccate delle foglie, dei fiori e del fusto)
- L'hashish (ossia la resina dell'infiorescenza mischiata a parti dei fiori e delle foglie)
- L'olio di hashish (un concentrato denso simile al catrame)

La cannabis contiene ca. 460 componenti tra cui 60 cannabinoidi. La sostanza psicoattiva più importante è il delta-9-tetraidrocannabinolo (THC). La concentrazione di THC nella marijuana variava in passato a seconda della varietà tra lo 0,5% e il 5%.

Oggi esistono delle varietà di pianta che contengono una quantità maggiore di THC, tanto che in alcune varietà di marijuana e di hashish sequestrate si è riscontrato un contenuto di THC tra il 20% e il 25%. Non esistono studi scientifici sulle conseguenze per la salute dovute ad un consumo prolungato di queste varietà più forti di marijuana.

## Il consumo di cannabis

L'hashish e la marijuana sono oggi in Europa le più diffuse droghe illegali. Nonostante in Italia siano in vigore leggi che perseguono il consumo di cannabis, sono comunque tanti coloro che hanno avuto esperienze di consumo. Nel 2005 in Italia il 32% della popolazione ha dichiarato di aver consumato cannabis almeno una volta nella vita e il 12% di averne fatto uso negli ultimi 12 mesi (IPISAD).

Per ciò che riguarda l'Alto Adige l'indagine sui giovani del 2004 (869 persone intervistate tra i 15 e i 25 anni) ha rivelato che il 36,9% delle persone interpellate ha consumato cannabis almeno una volta nella vita, mentre il 7,9% ne consumava al momento dell'indagine. Nel 2006 il 23,2% dei ragazzi di 15 anni e il 22,2% delle ragazze coetanee avevano dichiarato di avere consumato cannabis per lo meno una volta negli ultimi 12 mesi (indagine HBSC della Provincia di Bolzano). A questo proposito è indicativo quanto sia minima la differenza tra i due sessi: sono infatti molti i giovani che hanno già fatto esperienza nel consumo della cannabis, ossia di una droga illegale.

### Modalità di assunzione

Se la cannabis viene assunta per via orale il THC viene assorbito prima nello stomaco

e nella parte superiore dell'intestino e trasportato poi dal sangue nel fegato e da lì al cervello. Fumando o inalando i vapori della cannabis, il THC entra in circolo nel sangue attraverso gli innumerevoli capillari presenti nella superficie dei polmoni e arriva direttamente al cervello senza passare attraverso il fegato. Gli effetti si differenziano notevolmente a seconda se la cannabis viene ingerita o fumata.

Se la cannabis viene fumata il suo pieno effetto si avrà al massimo dopo 10 minuti. Il livello massimo di THC nel sangue viene raggiunto invece dopo 15 - 30 minuti dal consumo. Gli effetti psichici durano da 2 a 4 ore. Viceversa, ingerendo la sostanza per via orale (ad es. in forma di biscotti a base di cannabis) gli effetti si fanno sentire più lentamente.

### Inizio e durata degli effetti

Gli effetti della cannabis dipendono dai seguenti fattori:

- la modalità del consumo (fumata o ingerita)
- la tecnica di assunzione (per es. la profondità dell'aspirazione)
- la quantità
- il contenuto di THC
- l'esperienza nel consumo di cannabis

- lo stato psichico del consumatore
- le condizioni del consumo

La parte del corpo in cui la cannabis agisce maggiormente è il cervello. Nel 1988 sono stati scoperti nel cervello e nel sistema nervoso dei ricettori specifici per i cannabinoidi. Pochi anni più tardi alcuni ricercatori americani hanno scoperto nel nostro corpo un cannabinoide (l'anandamide) che reagisce a questi ricettori. Con esperimenti sugli animali è stato dimostrato che gli anandamidi creano la stessa gamma di effetti del THC: gli anandamidi influenzano infatti la coordinazione motoria, le emozioni e le funzioni della memoria, fanno dimenticare il dolore, rendono socievoli e pacifici. Nel tronco cerebrale che controlla le funzioni vitali come la respirazione, non si trovano quasi o nessun ricettore per THC o anandamide. Da questo si può dedurre che il THC - a differenza ad es. degli oppiacei - non ha alcuna influenza sulle funzioni vitali essenziali.

### Rintracciabilità

La rintracciabilità della cannabis è molto differente da soggetto a soggetto e dipende dalla modalità di consumo, dalla concentrazione di grasso nel corpo e dal metabolismo. Il THC è molto liposolubile e si deposita nei tessuti adiposi. Questo THC depositato viene liberato molto lentamente, quindi il livello di THC nel sangue si abbassa solo gradualmente, permettendo di rilevarne la presenza nel sangue per un lungo lasso di tempo.

Nelle urine di consumatori cronici di cannabis il THC è rintracciabile ancora per settimane anche se, nel frattempo, il soggetto non ne ha più fatto uso. Tracce di un consumo occasionale di cannabis sono riscontrabili nelle urine anche ad alcuni giorni di distanza.

Nella saliva si possono rintracciare tracce di cannabis nelle 24 ore successive al consumo, nei capelli anche per molti mesi dopo l'ultimo consumo.

## Effetti e rischi

A seconda del dosaggio (quantità di THC apportata), della modalità di consumo, dell'esperienza con la cannabis, della personalità, dello stato psichico del consumatore al momento dell'assunzione e delle condizioni in cui la cannabis è consumata, possono subentrare diversi effetti collaterali e successivi. Gli effetti della cannabis possono essere più o meno intensi e possono suscitare sensazioni sia piacevoli che spiacevoli. La cannabis ha effetti molto differenti sulle singole persone, suscita sensazioni in parte contrastanti.

### Effetti fisici a breve termine

- sensazione di bocca e gola asciutte
- arrossamento della congiuntiva oculare
- aumento della frequenza cardiaca, alterazione della pressione del sangue
- rilassamento muscolare
- difficoltà di concentrazione, aumento dei tempi di reazione
- disturbi della memoria, pensiero frammentario
- disturbi motori e vertigini (soprattutto quando ci si alza)
- abbassamento della temperatura cutanea (sensazione di freddo)
- diminuzione della pressione oculare
- in caso di sovradosaggio anche problemi circolatori e vomito

### Effetti psichici a breve termine

- alterazione della percezione, ipersensibilità alla musica e alla luce
- frequenti associazioni di idee associate a impulso a parlare e a ridere
- euforia e disinibizione
- piacevole sensazione di rilassatezza, leggerezza, di avere i sensi ovattati
- socievolezza
- maggiore consapevolezza di sé
- alterazione della percezione del tempo, calma interiore, stimoli rallentati
- indifferenza con alienazione nei confronti dell'ambiente circostante
- stati occasionali e atipici di disorientamento, confusione, paura, panico e delirio specialmente nei casi di sovradosaggio

### Rischi del consumo di cannabis

Diventa sempre più difficile distinguere le ipotesi, le speculazioni, le minimizzazioni e rispettivamente le esagerazioni - legate a diverse politiche sulle sostanze stupefacenti - relative alla pericolosità della droga dai rischi obiettivi, e dimostrabili scientificamente, del consumo di cannabis. I rischi per la salute del consumo di cannabis sono legati a diversi fattori: la qualità della droga, il dosaggio, la frequenza e la durata dell'assunzione, lo stato di salute del consumatore, i danni preesistenti, la disposizione psichica e le condizioni di consumo.

### Rischi fisici e psichici

- La compromissione delle funzioni polmonari, bronchite cronica, malattie tumorali all'apparato respiratorio causate dal fumo sull'arco di diversi anni di miscele di cannabis e tabacco sono ormai dimostrate, come anche:
- possibili danni al sistema immunitario e al patrimonio genetico e i disturbi ormonali;
- nelle donne può probabilmente aumentare il rischio di infertilità e negli uomini può portare ad alterazioni dello sperma;
- i cannabinoidi passano attraverso la placenta e quindi non si possono escludere alterazioni nello sviluppo del feto e successivi disturbi comportamentali nel bambino;
- test effettuati su consumatori abituali di cannabis hanno mostrato disturbi sulla capacità di memoria e di attenzione. Il rischio di alterazioni strutturali cerebrali è tanto maggiore quanto più precoce è il consumo di cannabis;
- il consumo di cannabis è legato ad un aumentato rischio di schizofrenia o di disturbi psicotici. Allo stesso modo un consumo frequente di cannabis si accompagna spesso all'insorgere di paura e depressione. La relazione causa-effetto non è però ancora chiara;
- l'uso prolungato di cannabis può influire sulla motivazione delle persone specialmente nei porsì e perseguire degli obiettivi a lungo termine.

### Rischi alla guida

L'idoneità alla guida come pure l'utilizzo di macchinari complessi, sotto effetto di cannabis, sono fortemente compromessi e implicano un notevole rischio di errori e incidenti.

La guida sotto l'effetto di cannabis viene punita severamente ed include il ritiro della patente, l'arresto fino a tre mesi e ammende da 1.000 a 4.000 euro.

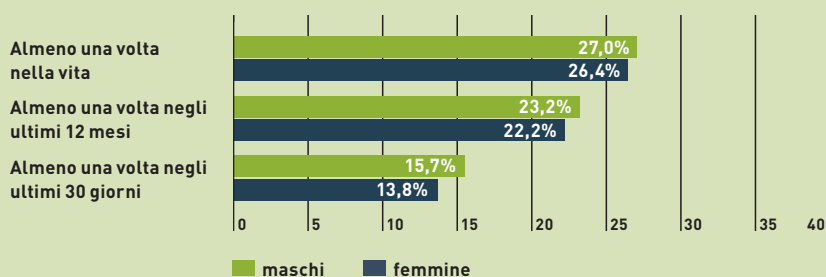
### Il rischio di dipendenza esiste

Nel caso di un consumo frequente di cannabis si può sviluppare una dipendenza fisica eventualmente anche con fenomeni di tolleranza, ossia è necessaria una concentrazione maggiore della sostanza per avere gli stessi effetti. Molto più grave è però il rischio di dipendenza psichica. Specialmente nei casi di consumo regolare e di uno stato di malessere psicologico sussiste il pericolo che il consumo di cannabis diventi una apparente forma di soluzione di problemi.

### Una droga «battistrada»?

Oggi la cannabis non si considera più un «battistrada» alle droghe pesanti, cioè il suo consumo non implica necessariamente il passaggio successivo a droghe più pesanti. Tuttavia il timore di sperimentare altre droghe cala. Oltretutto la cannabis viene spesso consumata in combinazione con altre sostanze stupefacenti e quindi aumenta anche il rischio di contrarre danni fisici e psichici.

## Consumo di cannabis fra i 15enni studenti e studentesse 2006 (HBSC-Alto Adige)



## Prevenzione

La prevenzione sull'uso della cannabis deve informare sui rischi e rivolgersi soprattutto alle persone particolarmente a rischio, ovvero quelle che devono essere esortate urgentemente a smettere. Tra queste ricordiamo in primo luogo:

- bambini e adolescenti: essi sono infatti particolarmente esposti ai danni alla salute e al loro sviluppo psico-sociale dovuti al consumo di cannabis
- le donne incinte e che allattano
- le persone che soffrono di disturbi cardiopolmonari
- le persone che soffrono di malattie psichiche

**Gli adolescenti: differenziare gli approcci a seconda dell'età e del tipo di consumo**  
Nonostante sia illegale, il consumo di cannabis è una realtà. Gli studi effettuati dimostrano che a partire dai 15 anni alcuni giovani iniziano a sperimentare la cannabis, alcuni la consumano in occasione di parties mentre altri ancora iniziano a farne un uso regolare. Viste le tipologie molto differenti di consumatori non è facile dare un messaggio di prevenzione che sia valido per tutti.

L'obiettivo su cui bisogna però orientarsi è che non si faccia consumo di questa sostanza. Non bisogna infatti dare l'impressione agli adolescenti che il consumo di cannabis venga accettato o addirittura approvato. Nel caso di giovani che hanno provato a

fare uso di cannabis, bisogna evitare che passino ad un consumo «da tempo libero», ossia bisogna far sì che non ne fumino più, nemmeno di tanto in tanto.

Gli adolescenti che già consumano cannabis occasionalmente dovrebbero venire motivati a ridurre la frequenza del consumo se non a smettere completamente, in modo che non passino ad un uso regolare o giornaliero (abituale) di questa sostanza. Si tratta quindi di trovare degli approcci individuali che si basano sul dialogo e la consulenza.

I giovani che consumano cannabis regolarmente o addirittura giornalmente si trovano in una situazione molto rischiosa. È necessario quindi motivarli perché interrompano il consumo o lo diminuiscano sensibilmente. Chi fa spesso uso di cannabis rischia di diventarne dipendente ed eventualmente di non essere più in grado di smettere autonomamente. In questi casi è importante e utile rivolgersi a medici o esperti presso i servizi di consulenza per le dipendenze.

### Riduzione dei danni negli adulti

Una politica per la prevenzione dei problemi legati al consumo di droghe che voglia essere vicina alla realtà deve essere pragmatica: nonostante i divieti e i rischi di contrarre danni alla salute o di incidenti, esistono comunque persone che consumano cannabis! È quindi importante rivolgersi a questi consumatori in modo che, nel

momento in cui ne fanno uso, incorrano in meno rischi possibile.

*Regola numero uno: Non consumare cannabis se non ti senti bene dal punto di vista psichico! La cannabis non è un mezzo per sentirsi meglio o per risolvere i problemi. Al contrario: se si sta vivendo una situazione di crisi, il consumo di cannabis non fa altro che peggiorare le sensazioni negative.*

*Regola numero due: non consumare mai cannabis in situazioni che richiedano concentrazione ed attenzione, ad es. a scuola o sul posto di lavoro, durante l'uso di macchinari complessi o alla guida di un veicolo. Le nuove leggi sulla circolazione stradale prevedono tolleranza zero per tutte le droghe illegali, quindi anche per la cannabis, quando si è alla guida.*

*Regola numero tre: per evitare l'insorgere di una dipendenza la frequenza del consumo e il dosaggio dovrebbero essere contenuti. Ovvero: il consumo di cannabis dovrebbe restare episodico e non deve assumere un ruolo troppo importante.*

*Regola numero quattro: evitare il consumo combinato di droghe. Mischiando la cannabis e l'alcol o consumando nel contempo cannabis e psicofarmaci o droghe alla moda, come l'ecstasy si creano dei cocktail i cui effetti sono difficilmente prevedibili.*

I consumatori e i loro familiari possono rivolgersi ai Servizi per le Dipendenze - Ser.D:

Comprendorio sanitario di Bolzano:  
Via Del Ronco 3, 39100 Bolzano, Tel. +39 0471 907 070

Comprendorio sanitario di Bressanone:  
Via Dante 26, 39042 Bressanone, Tel. +39 0472 835 695

Comprendorio sanitario di Brunico:  
Via Andreas Hofer 25,  
39031 Brunico, Tel. +39 0474 586 200

Comprendorio sanitario di Merano:  
Via Alpini 3, 39012 Merano, Tel. +39 0473 443 299

«La Strada - Der Weg»  
Via Visitazione 42, 39100 Bolzano  
Numero Verde 800 621606

Riproduzione per gentile concessione dell'Istituto svizzero per la prevenzione dell'alcolismo e di altre tossicomanie SFA, Losanna

Testo adattato alla realtà locale dal Forum Prevenzione, via Talvera 4, 39100 Bolzano, Tel. +39 0471 324801, info@forum-p.it e dai Servizi per le Dipendenze - Ser.D