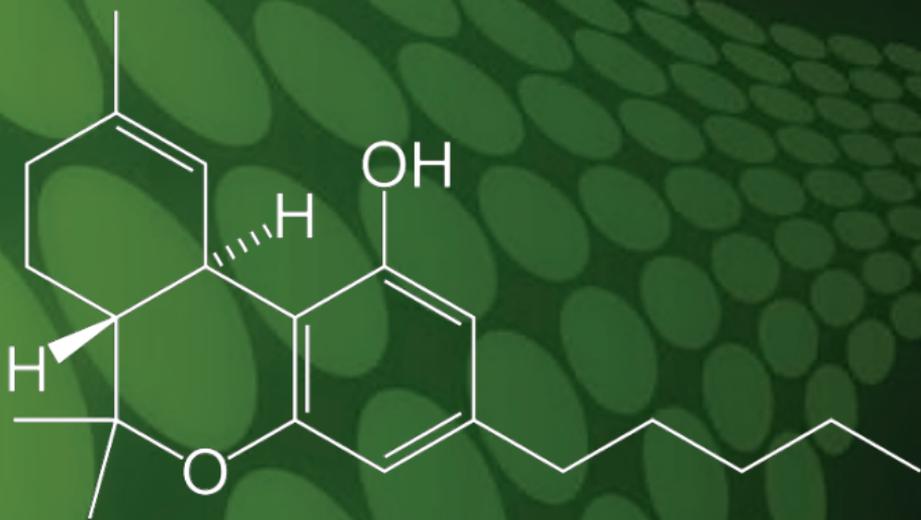


# cannabis



Quando si usano sostanze  
psicoattive,  
anche se naturali, e' molto  
importante sapere cosa si  
sta facendo.

Ogni individuo reagisce  
diversamente: conosci te  
stesso, il tuo corpo, le  
tue risorse.

Non assumere mai alcuna  
sostanza se non stai bene  
mentalmente o fisicamente.

## COS'E'

La Cannabis Sativa Linneus è una pianta annuale e dioica (esistono sia piante maschili che femminili) che, per i suoi effetti psicoattivi è considerata un allucinogeno. La Cannabis cresce bene nelle zone sub tropicali.

Nella canapa esistono diversi principi attivi o cannabinoidi, la cui concentrazione è maggiore nella resina delle infiorescenze femminili. Gli effetti psicoattivi prodotti possono variare in base alla concentrazione dei vari principi attivi ed alle loro sinergie. Il principio attivo più conosciuto e legato agli effetti psicoattivi ricercati, è il Delta-nove-tetraidrocannabinolo (THC).

La canapa è una pianta utilizzabile in tutte le sue parti e per questo estremamente versatile (sativa significa "utile"). Dalle piante di canapa (femmina) si possono ottenere: marijuana (foglie e fiori), hashish (resina) e olio di hashish. Il contenuto di

THC dipende da molti fattori (ad esempio il clima, il luogo e le tecniche di coltivazione).

## STORIA

La cannabis è una pianta che nel corso dei millenni si è propagata in quasi tutti i punti della terra, come origine si presume abbia l'Asia centrale.

I primi reperti del suo uso tessile sono databili al 4000 a.C., come rivestimento per vasellami rinvenuti in un villaggio Neolitico della Cina centro-settentrionale. Oltre agli usi pratici per corde e tele, se ne conosce anche il suo antico uso medico, testimoniato dalla sua presenza in un testo della medicina cinese databile tra il 2698 e il 2599 a.C., sempre in questo periodo la cannabis penetrò in India dall'Asia centrale. In queste terre fu sfruttato il suo potenziale inebriante per scopi religiosi e divinatori, considerata come cibo prediletto del dio Shiva (prese il nome di Bhang).

Facendo un salto temporale arriviamo al XIX secolo quando ricercatori come Carlo Erba continuarono a studiarla e la medicina la considerò fino al 1900 un farmaco analgesico, antispasmodico e antidepressivo. Nel 1937 Henry Ford produsse la prima vettura interamente composta di canapa e alimentata da carburante estratto dalla pianta medesima, e nello stesso periodo vengono promulgate le prime leggi atte a regolamentarne l'uso: eclatante fu la campagna condotta negli USA da H. Aslinger direttore della Federal Bureau of Narcotics, che denunciò al Congresso del '37 la Marijuana "istiga alla violenza più di qualsiasi altra droga mai conosciuta dall'uomo".

L'Italia risultava, sin dai primi del '900, la seconda produttrice mondiale di canapa da fibra.

La grande crisi economica del '29 e l'economia mondiale influenzarono pesantemente la produzione nazionale, che non seppe rinnovarsi

al termine della seconda Guerra Mondiale e andò riducendosi di anno in anno. Nel '58 anche la pianura padana rinunciò alla produzione.

In Italia, il primo provvedimento repressivo nei confronti della cannabis risale alla legge n°396 del 1923, a cura di Mussolini ed Oviglio.

## EFFETTI FISICI E PSICOATTIVI

I cannabinoidi possono essere assunti tramite il fumo, l'ingestione o la vaporizzazione.

Se fumati gli effetti si presentano quasi immediatamente, il picco arriva dopo circa 15 minuti, la discesa inizia gradualmente dopo un'ora e gli effetti svaniscono completamente dopo 3-5 ore. Se ingeriti l'assorbimento è più lento, gli effetti si presentano dopo 30-60 minuti, il picco si raggiunge dopo 2-3 ore e gli effetti svaniscono dopo circa 5 ore.

La vaporizzazione è un metodo poco conosciuto

che permette di liberare i principi attivi, senza liberare le tossine provocate dalla combustione.

I principi attivi della cannabis vengono eliminati dall'organismo molto lentamente, possono infatti permanere fino a 36 giorni dopo l'ultima assunzione.

Fisicamente provoca: un aumento della frequenza cardiaca, arrossamento delle congiuntive (occhi rossi), secchezza delle fauci. Può anche provocare sonnolenza, nausea e vomito.

Uno degli effetti più tipici è il senso di "fame" (fame chimica), la causa è nel fatto che la cannabis va a stimolare i meccanismi alla base del piacere e dell'appetito. Il tuo corpo non ha bisogno di mangiare, semplicemente prova piacere nel farlo.

La cannabis provoca euforia, improvvisa loquacità, benessere, eccitazione ed entusiasmo, che possono alternarsi a momenti di rilassamento e a volte di depressione. Si abbassa la soglia di reazione agli stimoli, ad esempio basta pochissimo per

provocare risate incontrollabili, il flusso di pensieri è più libero e rapido, a volte incontrollabile. La cannabis è un allucinogeno, può dare quindi anche distorsioni visive o uditive (bagliori di luce, sagome colorate, suoni percepiti in modo più accentuato o distorti). Anche la percezione del tempo e dello spazio si altera.

## EFFETTI TERAPEUTICI

I suoi principi attivi sono considerati efficaci per ridurre la pressione oculare nei casi di glaucoma (malattia cronica del nervo ottico); per ridurre gli spasmi muscolari in caso di lesione della spina dorsale; nei casi di sclerosi multipla per il suo effetto miorilassante (allenta la tensione muscolare) e per trattare l'epilessia, ma anche nel trattamento dell'AIDS e di alcuni tipi di tumore dove la cannabis contrasta la mancanza d'appetito, il deperimento organico e i sintomi (malessere e nausea) causati da

radioterapia e chemioterapia.

Naturalmente le modalità d'assunzione devono evitare i danni causati dal fumo ai polmoni, privilegiando metodi quali l'ingestione o la vaporizzazione.

## RISCHI

Fumando cannabis, uno dei rischi principali è quello causato dall'effetto negativo che il fumo ha sui polmoni e sui bronchi. Una canna equivale a circa 5 sigarette per l'impatto che ha nel nostro corpo e può dare (come il tabacco) problemi quali enfisema, e tumori.

La cannabis non dà dipendenza fisica, ma provoca tolleranza (bisogno di aumentare progressivamente le dosi per sentire gli stessi effetti).

Anche per la cannabis possono esservi situazioni di abuso ed uso problematico (dipendenza psicologica), ma i fattori che portano a questo

sono soggettivi e legati ai vissuti, alle esperienze, ed alle problematiche delle persone.

Come per tutte le sostanze il set (stato d'animo, carattere, esperienze passate di chi le assume) ed il setting (posto in cui si è, persone presenti nel momento) influiscono sugli effetti e quindi sui rischi. In alcuni casi le sensazioni negative che sono provocate dall'uso di cannabis (ansia, paranoie) possono portare fino a veri e propri vissuti di panico e paranoici, nei confronti dell'ambiente e delle persone presenti; allucinazioni e stati di confusione mentale. Normalmente queste sensazioni passano col finire degli effetti. Raramente, possono verificarsi situazioni di depressione acuta, anch'esse, però, passeggere. Un altro rischio cui si incorre è l'improvviso abbassamento della pressione sanguigna, situazione che può causare svenimenti, vomito ed altre sensazioni negative. Lo stesso genere di sensazioni può affiorare con l'uso

contemporaneo di grosse quantità di cannabis e alcolici.

L'uso di cannabis, come di tutte le altre sostanze psicoattive, può slatentizzare (far emergere) difficoltà psicologiche e psichiatriche già esistenti nell'individuo come depressioni, fobie, schizofrenie e psicosi.

A livello biologico esistono diverse ricerche sui danni cerebrali causati dalla cannabis ma per ora, i risultati dimostrano che le difficoltà mnemoniche (perdita di memoria a breve termine) e l'incapacità di svolgere alcune pratiche quotidiane (studio) sono legate alla dose ed alla durata degli effetti, cioè si dimostrano reversibili dopo un prolungato periodo di astinenza.

Sicuramente l'uso di cannabis incide negativamente sulla capacità di attenzione, il controllo motorio ed i tempi di reazione. Per questo è sconsigliabile mettersi alla guida dopo aver fumato o mangiato

cannabis. Questi rischi sono detti dose-related (in relazione alla dose): cioè aumentano con l'aumentare dei dosaggi.

## TUTELATI E RIDUCI IL RISCHIO!

- Evita di assumere cannabis se non ti senti bene, mentalmente o fisicamente.
- Se decidi di assumere cannabis, privilegia le modalità di assunzione meno rischiose per il tuo corpo.
- Trattenere a lungo il fumo nei polmoni fa aumentare a dismisura il rischio di tumore ed enfisema polmonare.
- Se hai problemi all'apparato respiratorio (enfisema, asma etc), evita di fumarla. L'impatto sui

polmoni può essere anche più pesante di quello delle normali sigarette.

- Se sei sotto effetto di cannabis, evita di compiere azioni che richiedono concentrazione ed attenzione come ad esempio: guidare, studiare, manovrare macchinari particolari ecc.

- Se hai problemi di cuore, l'uso di cannabis può risultare problematico. Meglio consultare il proprio medico.

- Evita di associare cannabis con altre sostanze: mixarla con alcol può causare sensazioni spiacevoli: nausea e vomito (si eliminano gli effetti piacevoli ed aumentano i rischi).

- Dato che non è possibile sapere a priori cosa è contenuto nell'hashish o nella marijuana in commercio,

okkio!! A volte l'hashish è tagliato con materiali plastici (mastice, ecc) molto dannosi e la marijuana è essiccata con prodotti quali l'ammoniaca, o adulterata con polvere di vetro. Se l'odore ed il sapore sono insoliti o "stranamente chimici", se senti reazioni fisiche particolari, fermati e non continuare ad assumere.

-Se decidi di mangiare cannabis fallo solo attraverso preparati cucinati (soprattutto se si tratta di hashish), la cottura fa sì che, almeno in parte, il materiale sia "sterilizzato".

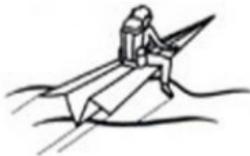
- Mangiando preparati a base di cannabis, la salita è molto più lenta. Se non senti nessun effetto aspetta almeno tre ore prima di assumerne ancora.

- Considera che gli effetti della cannabis, se ingerita, durano molto più a lungo, assicurati di aver a disposizione il tempo necessario per l'esperienza.

- Se dopo aver assunto cannabis avverti capogiri, stanchezza e abbassamenti di pressione, cerca di mangiare alimenti zuccherini ma non pesanti (frutta, biscotti, o caramelle) e di bere succhi di frutta, the o semplice acqua. Gli alimenti e bevande che contengono vitamina C sono molto efficaci nel contrastare gli effetti spiacevoli.

- Se un tuo amico sviene o si sente male stai tranquillo, rassicuralo e prova a fargli bere o mangiare qualcosa (vedi sopra). Se non si riprende non esitare a chiedere aiuto o a rivolgerti al 118.

- Se dopo aver fumato o mangiato cannabis avverti ansia, paranoie o pensieri negativi, cerca di rilassarti, non opporre resistenza. Le sensazioni negative passeranno con lo svanire degli effetti. Parlarne con un amico presente, potrà aiutarti a superare questo momento.



LA CAROVANA O.N.L.U.S  
Via Pellizza da Volpedo, 30  
Bologna - tel. 051-494721  
[www.lacarovanacoop.com](http://www.lacarovanacoop.com)

Si ringrazia per la collaborazione  
e la fornitura di testi U. P. Reggio Emilia

