



# TABACO

Trabalho Realizado por:

Joana Sousa

Jessica Agostinho

Mariana Bico

Teresa Pereira

# INTRODUÇÃO

- Este trabalho foi pedido no âmbito de Formação Cívica .
- Tem como tema o tabaco e ao longo do trabalho iremos falar sobre o que é o tabaco, os seus constituintes, doenças que provoca, o que leva as pessoas utiliza-lo ...

# O QUE É O TABACO

O tabaco deriva do género de plantas *Nicotiana*, das quais existem várias espécies. Mas é a partir da folha da espécie *Nicotiana Tabacum*, que este é produzido.

Esta é originária da América do Sul, da qual é extraída a nicotina.



Fig.1- *Nicotiana Tabacum*

# COMO É FABRICADO

Depois da extracção da planta, as folhas são misturadas com vários aditivos e expostas a vários compostos aromatizantes. Por fim, é triturada e enrolada em papel no qual é colocado um filtro de celulose – formando o cigarro.



Fig.2- *Cigarro a ser enrolado*

# OS SEUS CONSTITUENTES

O tabaco tem mais de 4700 substâncias, das quais 60 são cancerígenas.

## Exemplos:

- Xileno: Presente em tintas de caneta.
- Acetato de Chumbo: Presente na fórmula de tintura para cabelo.



Fig.3- Xileno



Fig.4- Acetato de Chumbo

# OS SEUS CONSTITUENTES



Fig.5- Alguns constituintes

# O QUE LEVA AS PESSOAS A UTILIZÁ-LO

## Publicidade enganosa



Publicidade enganosa,  
que transmite a ideia  
que fumar emagrece

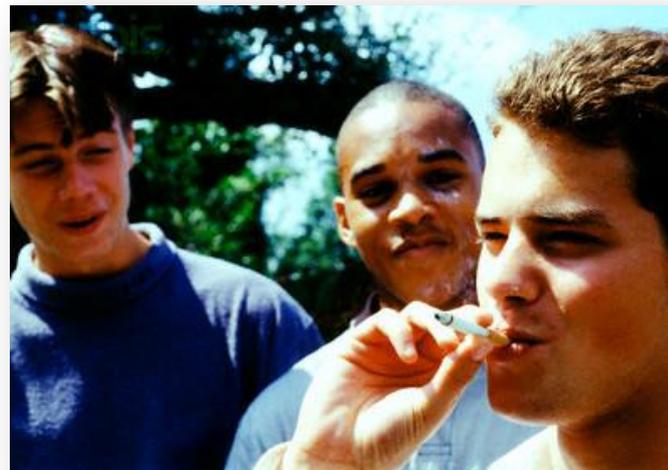


Este anúncio pretende  
transmitir que fumar é  
sensual.

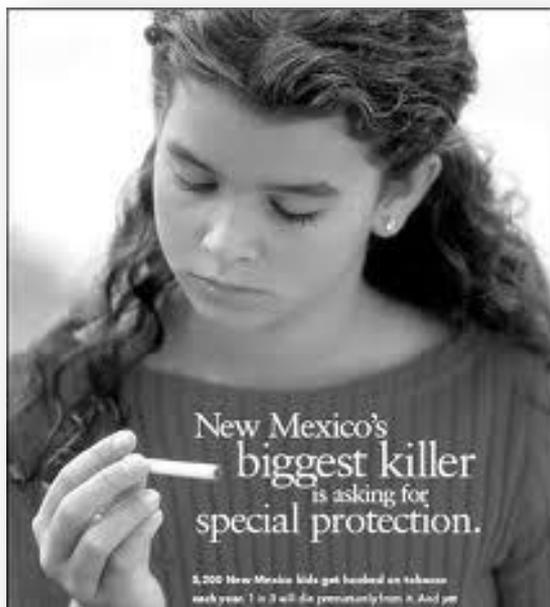
## Stress



## Influência social



## Curiosidade



## Vício/prazer



# CONSEQUÊNCIAS



## **Cancro do Pulmão:**

87% das mortes por cancro do pulmão ocorrem entre os fumadores



## **Doenças Cardíacas:**

Os fumadores correm um risco de 70% maior de apresentar doenças cardíacas do que os não-fumadores



## **Cancro da Mama:**

As mulheres que fumam 2 maços ou mais por dia têm uma probabilidade 74% maior de morrer de cancro da mama.



## **Deficiências Auditivas:**

Os bebés de mulheres fumadoras têm maiores dificuldades auditivas.

# CONSEQUÊNCIAS



Asma



Cancro do Colón



Redução de destreza mental



Depressão Profunda



Infertilidade



Osso com osteoporose

Osso normal

Osteoporose



Agravação da Diabetes

# CANCRO DO PULMÃO

O tabaco contém substâncias chamadas carcinogênicas, que afetam o metabolismo celular dos pulmões. Estas células danificadas podem tornar-se cancerígenas.



# DOENÇAS CARDIACAS

O fumo do tabaco aumenta a pressão e espessura do sangue o que dificulta a sua circulação pelo organismo. Isto leva ao mau funcionamento do sistema cardiovascular provocando várias doenças.

# DOENÇAS CARDIACAS

- Fumadores que consomem mais do que um maço por dia, têm 4 vezes mais enfartes do miocárdio.
- Fumadores que consomem entre um a cinco cigarros por dia, aumenta o risco de enfarte do miocárdio em 40%.
- Os enfartes ocorrem 10 anos mais tarde nos não-fumadores.



# BIBLIOGRAFIA

- [http://www.sapientiae.org.br/pdf%5C10\\_mandasmentos.pdf](http://www.sapientiae.org.br/pdf%5C10_mandasmentos.pdf)
- <http://www.portaldasaude.pt/portal/conteudos/enciclopedia+da+saude/doencas/doencas+do+aparelho+circulatorio/doencascardiovasculares.htm>
- <http://www.areaseg.com/toxicos/fumo.html>
- [http://www.pmi.com/pt\\_pt/tobacco\\_regulation/smoking\\_and\\_health/pages/smoking\\_and\\_health.aspx](http://www.pmi.com/pt_pt/tobacco_regulation/smoking_and_health/pages/smoking_and_health.aspx)

# Tipos de drogas



José Eduardo  
Cruz.

Nº 22 10ºE

# Drogas estimulantes

As drogas estimulantes mais conhecidas são as anfetaminas, a cocaína e seus derivados. As **anfetaminas** podem ser ingeridas, injetadas ou inaladas. Sua ação dura cerca de quatro horas e os principais efeitos são a sensação de grande força e iniciativa, excitação, euforia e insônia. Em pouco tempo, o organismo passa a ser tolerante à substância, exigindo doses cada vez maiores. A médio prazo, a droga pode produzir tremores, inquietude, desidratação da mucosa (boca e nariz principalmente), taquicardia, efeitos psicóticos e dependência psicológica.

A cocaína também pode ser inalada, ingerida ou injetada. A duração dos efeitos varia, as a chamada euforia breve persiste por 15 a 30 minutos, em média. Nos primeiros minutos, o usuário tem alucinações agradáveis, euforia, sensação de força muscular e mental. Os batimentos cardíacos ficam acelerados, a respiração torna-se irregular e surge um quadro de grande excitação. Depois, ele pode ser náuseas e insônia. Segundo os especialistas, em pessoas que têm problemas psiquiátricos, o uso de cocaína pode desencadear surtos paranóides, crises psicóticas e condutas perigosas a ele próprio ou a terceiros. Fisicamente, a inalação deixa lesões graves no nariz e a injeção deixa marcas de picada e o risco de contaminação por outras doenças (DST/aids). Em todas as suas formas, causa séria dependência, sendo o crack o principal vilão.

MÉDICO VETERINÁRIO

ANDOU  
TOMANDO AS  
MINHAS VITAMINAS  
HEIM?!

BIRATAN





TABACOSENSITIVADO.COM

# Drogas depressoras

No conjunto das drogas depressoras, as mais conhecidas são o álcool, os soníferos, a heroína, a morfina, a cola de sapateiro, os remédios ansiolíticos e antidepressivos (barbitúricos) e seus derivados. Seu principal efeito é retardar o funcionamento do organismo, tornando todas as funções metabólicas mais lentas.

A **heroína** é uma substância inalável. Excepcionalmente, pode ser injetada, o que leva a um quadro de euforia. Quando inalada, porém, resulta em forte sonolência, náuseas, retenção urinária e prisão de ventre – efeitos que duram cerca de quatro horas. A médio prazo, leva à perda do apetite e do desejo sexual e torna a respiração e os batimentos cardíacos mais lentos. Instalada a dependência, o organismo apresenta forte tolerância, obrigando o usuário a aumentar as doses. A superdosagem pode resultar em coma e morte por insuficiência respiratória.

Os derivados da **morfina** apresentam efeitos muito parecidos com os da heroína, porém, com características euforizantes menores. Seu efeito depressor é explorado pela Medicina há várias décadas, principalmente no alívio da dor de pacientes com câncer em estado terminal.

Outra preocupação constante dos médicos é o uso abusivo dos **antidepressivos, soníferos e ansiolíticos (barbitúricos)**. Para pessoas que têm doenças psiquiátricas, como as depressões e os distúrbios de ansiedade, estas drogas são extremamente importantes, pois o tratamento adequado atenua o mal-estar e permite que o indivíduo leve uma vida normal. No entanto, só um médico é capaz de identificar quem deve usar e em que dosagem. Como o próprio nome indica, os antidepressivos aliviam a ansiedade e a tensão mental, mas causam danos à memória, diminuição dos reflexos e da função cardiorrespiratória, sonolência e alterações na capacidade de juízo e raciocínio. A conduta do usuário é muito parecida com a do dependente alcoólico. Em pouco tempo, estas drogas causam dependência, confusão, irritabilidade e sérias perturbações mentais.



# Alucinógenos

- As drogas alucinógenas mais comuns são a maconha, o haxixe, o LSD, os cogumelos e o ecstasy.

A maconha e o haxixe são usadas em forma de cigarro (também pode ser cheirada ou ingerida). Seu efeito dura entre uma e seis horas. Inicialmente, o usuário tem a sensação de maior consciência e desinibição. Ele começa a falar demais, rir sem motivo e ter acessos de euforia. Porém, ele pode perder a noção de espaço (os ambientes parecem maiores ou menores) e a memória recente, além de apresentar um aumento considerável do apetite (“larica”). A maconha costuma afetar consideravelmente os olhos, que ficam vermelhos e injetados. Com o tempo, pode causar conjuntivite, bronquite e dependência. Em excesso, pode produzir efeitos paranóicos e pode ativar episódios esquizofrênicos em pacientes psicóticos.

O **LSD** é encontrado em tabletes, cápsulas ou líquido e é ingerido. Sua ação dura entre 10 e 12 horas. Inicialmente, a droga intensifica as percepções sensoriais, principalmente a visão, e produz alucinações. Com o tempo, pode causar danos cromossômicos sérios, além de intensificar as tendências psicóticas, à ansiedade, ao pânico e ao suicídio, pois gera um medo enlouquecedor. O usuário costuma dizer que ouve, toca ou enxerga cores e sons estranhos; fala coisas desconexas e tem um considerável aumento da pupila.

Já o **cogumelo**, geralmente, é ingerido em forma de chá. Seu efeito dura cerca de seis a oito horas, propiciando relaxamento muscular, náuseas e dores de cabeça, seguidos de alucinações visuais e auditivas. A médio prazo, não se conhecem seus efeitos sobre o organismo. Seus sintomas são muito parecidos com os do LSD.

Mais recentemente, surgiu no mercado das drogas o **Ecstasy**, um comprimido que vem sendo comercializado cada vez mais em todo o mundo. Seus efeitos também são alucinógenos, como no caso do LSD e a dependência é inevitável.







**DROGGAS**

**FIM**

# DROGAS NA ADOLESCÊNCIA

**Trabalho realizado por:**

Bernardo Raimundo N°3

Bruno Montes N°3

Daniel Alves N°5

João Bernardino N° 20

José Sequeira N°21

---

## • Drogas seus efeitos e características

- As drogas são substâncias químicas, naturais ou sintéticas, que provocam alterações psíquicas e físicas a quem as consome e levam à dependência física e psicológica. Seu uso sistemático traz sérias conseqüências físicas, psicológicas e sociais, podendo levar à morte em casos extremos, em geral por problemas circulatórios ou respiratórios. É o que se chama overdose. Além das drogas tradicionais, os especialistas também incluem na lista o cigarro e o álcool.



- O emprego e abuso propagado de drogas não se restringem aos adolescentes e não começou com o advento da cultura jovem dos anos 60, como qualquer um que tinha 20 anos na década de 20 pode atestar



- Os adolescentes estão entre os principais usuários de drogas. Calcula-se que 13% dos jovens brasileiros entre 16 e 18 anos consomem maconha. Em 2001, cresce o uso de crack e drogas sintéticas, como o ecstasy. Os consumidores de cocaína são os que mais procuram tratamento para se livrar da dependência, o qual é feito por meio de psicoterapias que promovem a abstinência às drogas e do uso de antidepressivos em 60% dos casos. Atualmente, cerca de 5% dos brasileiros são dependentes químicos de alguma droga.



Ouch! Her knuckles look swollen



Ouch! Her heel is bruised and bloody



Ouch! Her knee seems to be gashed



**3.30AM THURSDAY**

Ouch! Amy's temple is bruised and she has a cut near her eyebrow

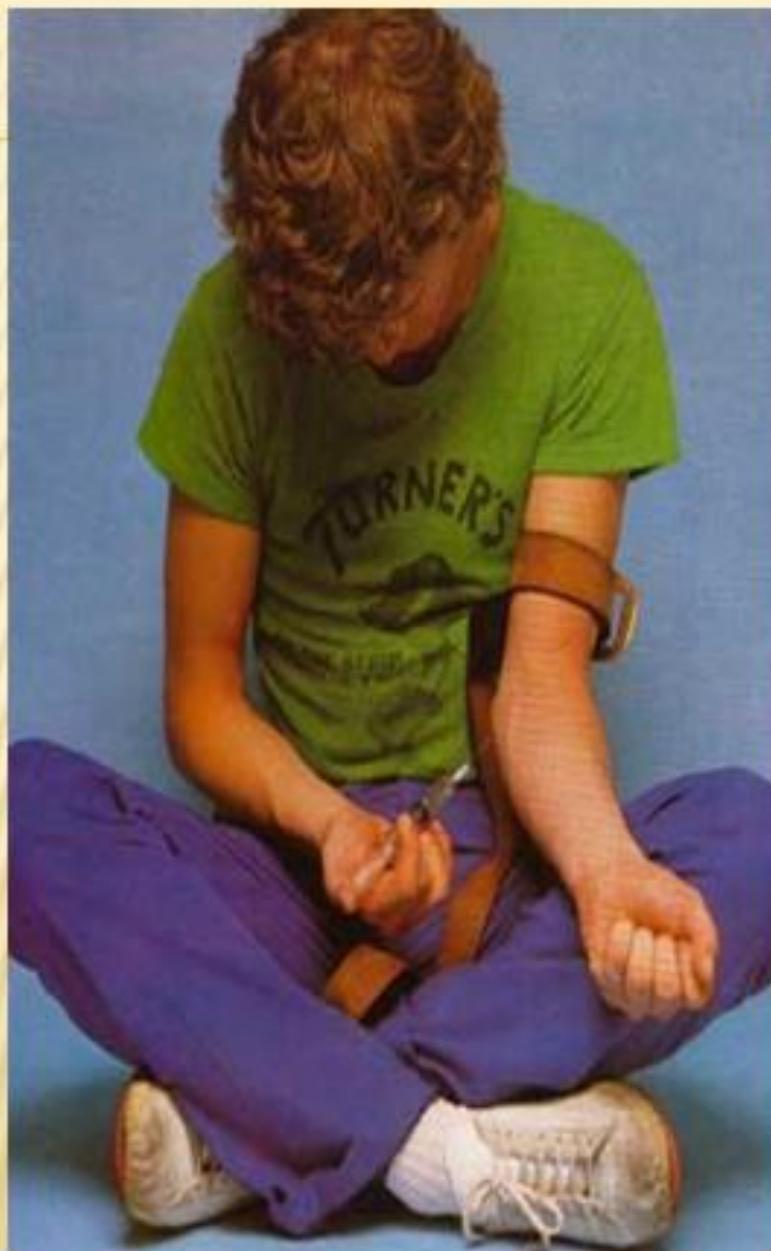




- **Tipos de droga** - As drogas são classificadas de acordo com a ação que exercem sobre o sistema nervoso central. Elas podem ser depressoras, estimulantes, perturbadoras ou, ainda, combinar mais de um efeito.

• **Depressoras** - Substâncias que diminuem a atividade cerebral, deixando os estímulos nervosos mais lentos. Fazem parte desse grupo o álcool, os tranqüilizantes, o ópio (extraído da planta Papoula somniferum) e seus derivados, como a morfina e a heroína.

- **Estimulantes** - Aumentam a atividade cerebral, deixando os estímulos nervosos mais rápidos. Excitam especialmente as áreas sensorial e motora. Nesse grupo estão as anfetaminas, a cocaína (produzida das folhas da planta da coca, Erytroxylum coca) e seus derivados, como o crack.



## FUMAÇA TÓXICA



O Ministério da Saúde adverte:  
Respirar a fumaça deste produto causa  
pneumonia e bronquite.



**PARE DE FUMAR**  
DISQUE SAÚDE  
0800 61 1997

- **Perturbadoras** - São substâncias que fazem o cérebro funcionar de uma maneira diferente, muitas vezes com efeito alucinógeno. Não alteram a velocidade dos estímulos cerebrais, mas causam perturbações na mente do usuário. Incluem a maconha, o haxixe (produzidos da planta Cannabis sativa), os solventes orgânicos (como a cola de sapateiro) e o LSD (ácido lisérgico).
- **Drogas com efeito misto** - Combinam dois ou mais efeitos. A droga mais conhecida desse grupo é o ecstasy, metileno dioxi-metanfetamina (MDMA), que produz uma sensação ao mesmo tempo estimulante e alucinógena.

- **Drogas e doenças infecciosas** - O uso comum de seringas para a injeção de drogas é um dos principais meios de transmissão do HIV e do vírus da hepatite B e C.
- **Prevenção e tratamento** - Os especialistas afirmam que o melhor modo de combater as drogas é a prevenção. Informação, educação e diálogo são apontados como o melhor caminho para impedir que adolescentes se viciem. Para usuários que ainda não estão viciados, o tratamento recomendado são a psicoterapia e a participação em grupos de apoio. Para combater o vício, além das terapias são usados medicamentos que reduzem os sintomas da abstinência ou que bloqueiam os efeitos das drogas.

# E tem gente que diz que o cigarro não é droga



Contém TEREBINTINA,  
que dilui tinta óleo

Contém ACETONA,  
removedor de esmalte

Contém FORMOL,  
conservante de cadáver



Contém AMÔNIA,  
desinfetante para pisos,  
azulejos e privadas

Contem NAFTALINA,  
eficiente mata-baratas

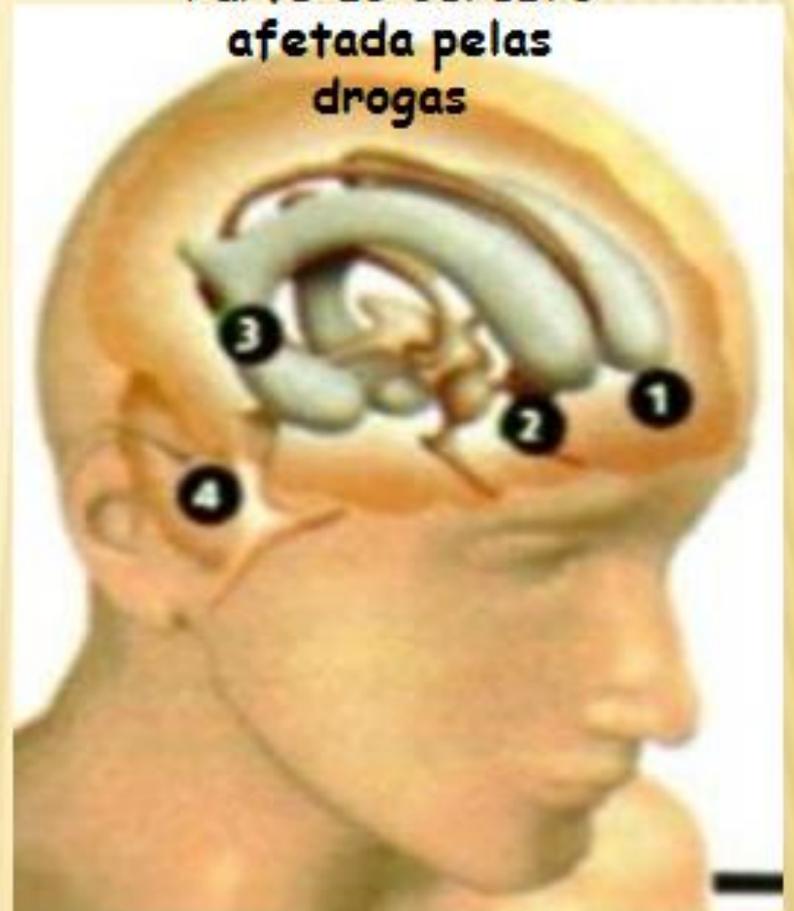
Contém FÓSFORO  
P4/P6, usado em  
veneno para ratos

## Cigarro faz mal até na propaganda

## Antes e depois das drogas



## Parte do cérebro afetada pelas drogas



- Há alguns fatores que contribuem para que um jovem tenha maiores probabilidades de se viciar.

O primeiro é genético, Já se provou que pessoas com histórico familiar de alcoolismo ou algum outro vício correm maiores riscos de também ser dependentes.

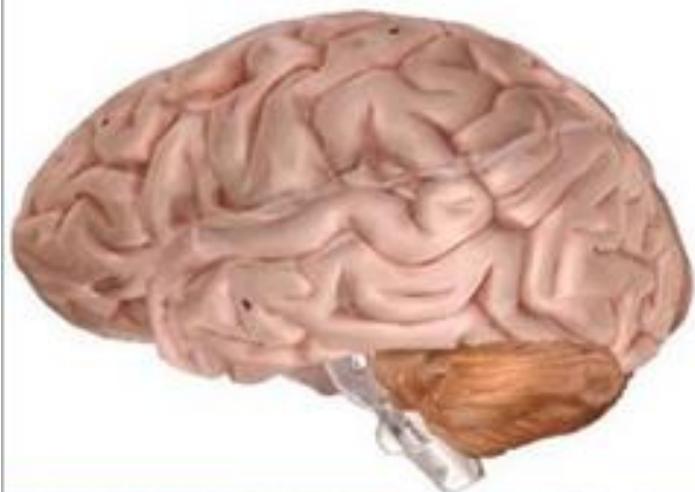
Os demais estão relacionados com a personalidade, Adolescentes tímidos, ansiosos por algum tipo de reconhecimento entre os amigos, apresentam maior comportamento de risco para a dependência.

# CONSEQUÊNCIAS DO ÁLCOOL NO CORPO HUMANO

## Orgãos Humano



Fonte: [www.hellophoto.com.br](http://www.hellophoto.com.br)

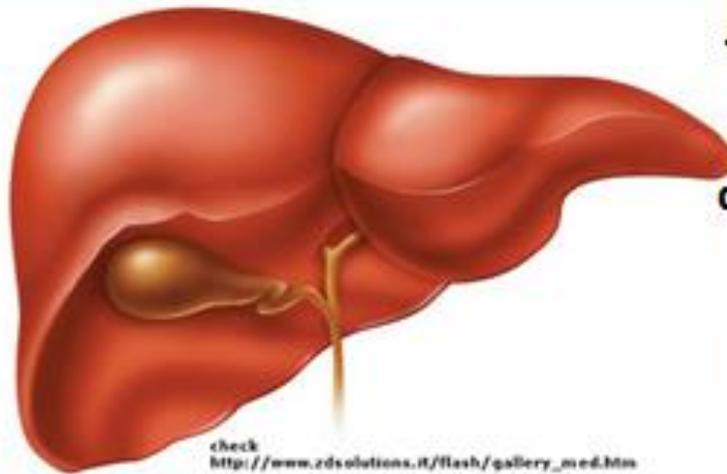


**CÉREBRO** – Eleva o risco de derrames.

**CORAÇÃO** – Provoca dilatação e enfraquecimento resultando em insuficiência cardíaca e aumento da pressão arterial.

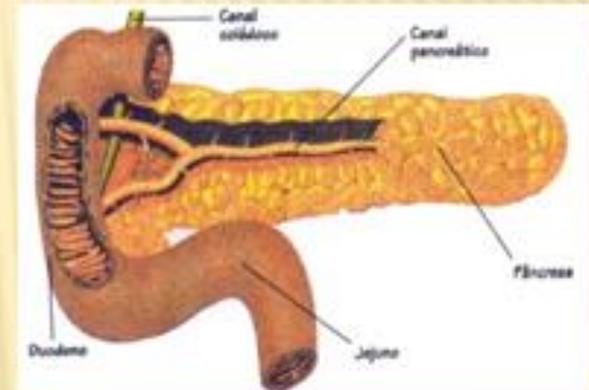
**ESTÔMAGO**-  
Desenvolve  
inflamação  
crônica  
(gastrite).





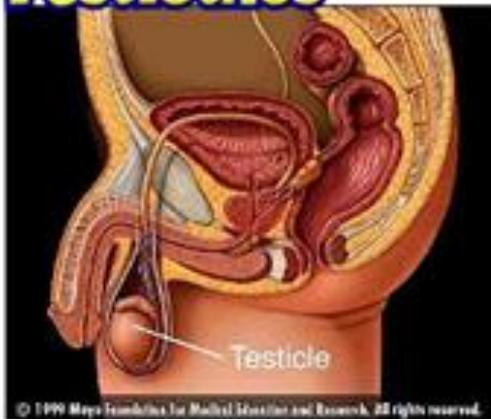
check  
[http://www.zdsolutions.it/flash/gallery\\_med.htm](http://www.zdsolutions.it/flash/gallery_med.htm)

**FÍGADO** – Aumento da presença de gorduras no interior das células do fígado, futuramente causando hepatite alcoólica aguda.



**PÂNCREAS** – A digestão se torna deficiente e parte dos alimentos não é absorvida, abrindo caminho para a desnutrição crônica.

## **Testículos**



**TESTÍCULOS** – Diminuição da capacidade reprodutora.



**MUSCULATURA** – Perde-se a massa muscular e sobrevém

# MACONHA

- ✦ Os efeitos físicos mais frequentes são avermelhamento dos olhos, ressecamento da boca e taquicardia (elevação dos batimentos cardíacos, que sobem de 60 - 80 para 120 - 140 batidas por minuto).
- ✦ Com o uso contínuo, alguns órgãos, como o pulmão, passam a ser afetados. Devido à contínua exposição com a fumaça tóxica da droga, o sistema respiratório do usuário começa a apresentar problemas como bronquite e perda da capacidade respiratória. Além disso, por absorver uma quantidade considerável de alcatrão presente na fumaça de maconha, os usuários da droga estão mais sujeitos a desenvolver o câncer de pulmão.
- ✦ O consumo da maconha também diminui a produção de testosterona. A testosterona é um hormônio masculino responsável, entre outras coisas, pela produção de espermatozoides. Portanto, com a diminuição da quantidade de testosterona, o homem que consome continuamente maconha apresenta uma capacidade reprodutiva menor.



# MACONHA

## EFEITOS IMEDIATOS

1. Perda da noção do tempo e espaço, lentidão de raciocínio, euforia. Pode provocar depressão e crises psicóticas. Em doses altas, alucinações.

2. Dilatação dos vasos sanguíneos do globo ocular.

3. Taquicardia.

4. Dilatação dos brônquios.

5. Perda da coordenação motora.

6. Aumento do apetite.



## EFEITOS A LONGO PRAZO

1. A memória e a capacidade de raciocínio podem ficar prejudicadas em fumantes pesados.

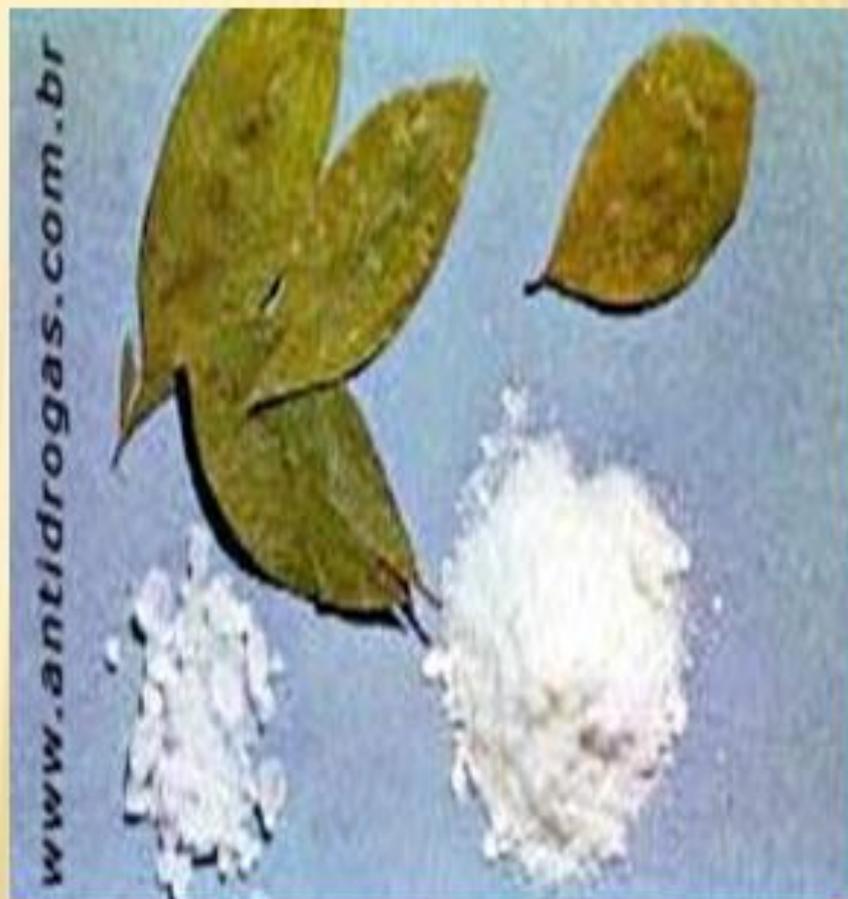
4. Pode provocar o câncer.

7. Ciclo menstrual desregulado nas mulheres. Fumar durante a gravidez prejudica o feto.



# COCAÍNA

- A cocaína é uma droga psicoativa que estimula e vicia, promovendo alterações cerebrais bastante significativas. A mesma é extraída da folha da coca, e se consumida por muito tempo, ocasiona danos cerebrais e diversos outros problemas de saúde.
- Aceleração ou diminuição do ritmo cardíaco, dilatação da pupila, elevação ou diminuição da pressão sanguínea, calafrios, náuseas, vômitos, perda de peso e apetite são alguns dos efeitos biológicos da cocaína.

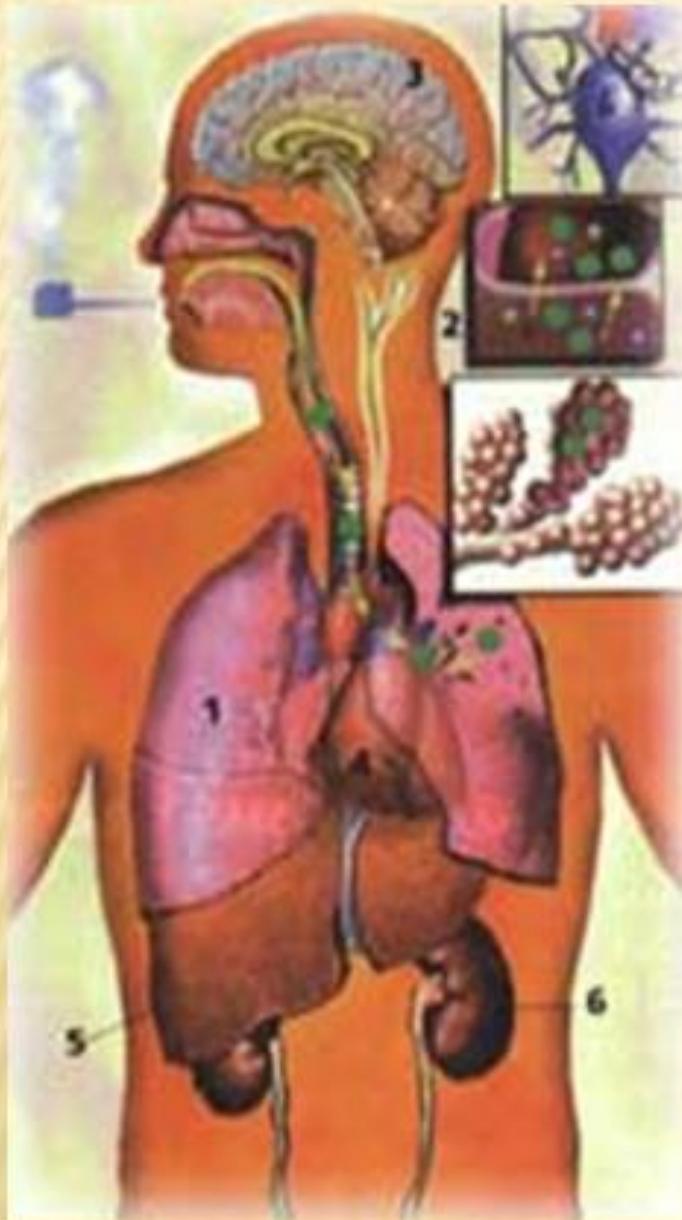


## ANTES E DEPOIS DAS DROGAS



Penny, aos 36 anos e acabada, aos 40: em tratamento, ela diz que "o efeito por dentro é pior" do que a desfiguração

## CRACK

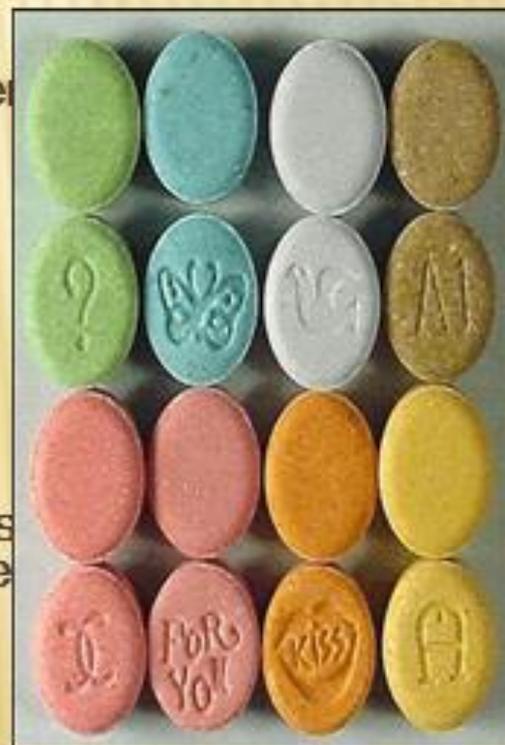


1. O crack é queimado e sua fumaça aspirada passa pelos alvéolos pulmonares
2. Via alvéolos o crack cai na circulação e atinge o cérebro
3. No sistema nervoso central, a droga age diretamente sobre os neurônios. O crack bloqueia a recaptura do neurotransmissor dopamina, mantendo a substância química por mais tempo nos espaços sinápticos. Com isso as atividades motoras e sensoriais são superestimuladas. A droga aumenta a pressão arterial e a frequência cardíaca. Há risco de convulsão, infarto e derrame cerebral
4. O crack é distribuído pelo organismo por meio da circulação sanguínea
5. No fígado, ele é metabolizado
6. A droga é eliminada pela urina

# ECSTASY - A DROGA DO AMOR

- Os principais efeitos do ecstasy são uma euforia e um bem-estar intensos, que chegam a durar 10 horas. A droga age no cérebro aumentando a concentração de duas substâncias: a dopamina, que alivia as dores, e a serotonina, que está ligada a sensações amorosas. Por isso, a pessoa sob efeito de ecstasy fica muito sociável, com uma vontade incontrolável de conversar e até de ter contato físico com as pessoas. O ecstasy provoca também alucinações.

Os malefícios causados pela droga ao corpo do usuário são ressecamento da boca, perda de apetite, náuseas, coceiras, reações musculares como câimbras, contrações oculares, espasmo do maxilar, fadiga, depressão, dor de cabeça, visão turva, manchas roxas na pele, movimentos descontrolados de vários membros do corpo como os braços e as pernas, crises bulímicas e insônia.



JOVEM



NÃO

ESTRAGE  
TUA A

VIDA



# ÁLCOOL



Trabalho realizado por: Laminatou Diallo 7ºA nº22  
Raquel Palma 7º A nº 16

# ÁLCOOL

- **Bebidas alcoólicas**, ou seja, contendo álcool etílico, são conhecidas há muito tempo, sendo a droga mais antiga utilizada pelos homens. Em certos padrões, o uso por adultos é legal e aceite pela sociedade. Os consumidores apresentam alterações de comportamento. O consumo excessivo ou o consumo crónico é um problema social e médico.

# ÁLCOOL

- O alcoholismo é geralmente definido como o consumo consistente e excessivo e/ou preocupação com bebidas alcoólicas ao ponto que este comportamento interfira com a vida pessoal, familiar, social ou profissional da pessoa. O alcoholismo pode potencialmente resultar em condições (doenças) psicológicas e fisiológicas, assim como, por fim, na morte.

# ÁLCOOL

- O alcoolismo é um dos problemas mundiais de uso de drogas que mais traz custos. Com exceção do [tabagismo](#), o alcoolismo é mais custoso para os países do que todos os problemas de consumo de droga combinados.
- Normalmente os alcoólicos têm dificuldades em cumprir os seus deveres profissionais.

# ÁLCOOL



# ÁLCOOL

- **Todas as pessoas têm uma ideia do significado da palavra droga. Em linguagem comum, de todo dia ("Ah que droga" ou "logo agora droga" ou ainda, "esta droga não vale nada!") droga tem um significado de coisa ruim, sem qualidade. Já em linguagem médica, droga é quase sinonimo de medicamento. O termo droga teve origem na palavra droga (holandês antigo) que significa folha seca , isto porque antigamente quase todos os medicamentos eram feitos à base de vegetais. Atualmente, a medicina define droga como sendo: qualquer substância que é capaz de modificar a função dos organismos vivos, resultando em mudanças fisiológicas ou de comportamento.**

# ÁLCOOL

- Tipos de drogas:
  - [Anfetaminas](#)
  - [Barbitúricos](#)
  - [Cocaína](#)
  - [Heroína](#)
  - [Ópio](#)
  - [Cogumelos](#)
  - [Inalantes](#)
  - [Tranquilizantes](#)
  - [Maconha](#)
  - [Yagé](#)
  - [Chá de ST. Daime](#)
  - [Tabaco](#)
  - [Álcool](#)
  - [Crack](#)



# ÁLCOOL

## TRATAMENTO:

- No tratamento do alcoolismo, existem diversos tipos de clínicas e cada clínica de alcoolismo tem procedimentos próprios no tratamento do alcoolismo a fim de responderem objetivamente a cada caso de dependentes alcoólicos.
- No entanto existem pontos em comum em cada clínica de alcoolismo que correspondem a padrões específicos de tratamento exigidos para uma elevada taxa de sucesso.

# ÁLCOOL

- No tratamento do alcoolismo é necessário ter em conta várias etapas e vários tipos de tratamento, depois do processo de desintoxicação e reabilitação é preciso ter em conta que o alcoolismo é considerado uma “doença” sem cura e grande parte das vezes a doença pode ser progressiva mesmo em períodos de abstinência. Assim, torna-se essencial haver a intervenção de vários tipos de tratamentos de acompanhamento a fim de travar a tendência impulsiva ao consumo e abuso de drogas e álcool.

# ÁLCOOL



# ÁLCOOL

## PREVENÇÃO:

- Não há nenhum modo absoluto de se prevenir o alcoolismo. Porém, o forte apoio da família e as relações sólidas com pessoas que não bebem e os amigos, podem ajudar. De forma geral, para qualquer tipo de vício, o importante é nunca começar a utilizar a droga causadora da dependência em questão e, no caso do alcoolismo, esta afirmativa é muito mais importante para aqueles indivíduos que têm histórico de outros familiares portadores da doença, já que a questão da hereditariedade influi em uma maior facilidade em se adquirir o alcoolismo ou síndrome de dependência do álcool.

# ÁLCOOL



FIM



DIZ NÃO



ÀS DEPENDÊNCIAS!

# TABACO



- Trabalho realizado por:
  - António Sousa, n.º 2
  - Luís Martins, n.º 12
  - Miguel Martins, n.º 13
- Do 7.º A para a disciplina de Formação Cívica

# Origem

As suas formas mais antigas foram atestadas na América Central por volta do século IX na forma de cachimbos feitos de bambu. Os maias e posteriormente os astecas, fumavam várias drogas psicoativas durante rituais religiosos que eram frequentemente retratados em cerâmicas e gravuras nos seus templos.

No Caribe, México e nas Américas Central e do Sul, o cigarro e o charuto eram o método mais comum para se fumar até tempos recentes. Por volta de 1830, o cigarro foi inserido na França, lá recebeu o nome "cigarette" e a partir de 1845 começou a ser produzido em escala industrial sob monopólio estatal. Durante a Guerra da Crimeia (1853–1856) o uso do cigarro foi popularizado entre as tropas francesas e britânicas, estas imitavam os turcos que fumavam o tabaco em cachimbos. Em 1833, aparecem em Espanha os primeiros pacotes que são chamados "cigarrillo" ou "cigarrito", termos que vem da palavra "cigarro", assim chamados devido sua forma parecida com a de uma cigarra. Introduzido por comerciantes do Brasil, continuou a sua expansão até Portugal e, posteriormente, por toda a Europa. Atualmente existem outras maneiras de consumir tabaco, como em pó ingerido pelas vias respiratórias.

# Efeitos

A incidência de impotência sexual é aproximadamente oitenta e cinco por cento maior em fumadores masculinos do que em não fumadores e é uma causa importante de disfunção erétil. O tabagismo leva à impotência por causar o estreitamento das artérias (do pênis e do corpo).

O risco aumentado da pessoa em contrair doenças é diretamente proporcional à duração do tempo em que a pessoa continua a fumar assim como à quantidade fumada. Entretanto, se parar de fumar, então estas hipóteses diminuem gradualmente já que os danos ao corpo são reparados.

O tabagismo é o vício do tabaco, causada principalmente por um de seus componentes ativos, a nicotina

De acordo com a Organização Mundial da Saúde o tabagismo é a principal causa de incapacidade e morte prematura no mundo. Na Europa, a cada ano ocorrem 1,2 milhão de mortes por doenças causadas pelo tabaco .O tabaco está diretamente relacionada com a ocorrência de 29 doenças, dos quais 10 diferentes tipos de cancro e mais de 50% das doenças cardiovasculares . O tabagismo é diretamente responsável por cerca de 90% das mortes por cancro do pulmão e cerca de 80-90% de doença pulmonar obstrutiva crônica (DPOC) e enfisema .

Além disso, o tabaco , apesar de não tanto como as outras drogas, também é caro. Se alguém comprar um pacote de cigarros dia sim, dia não, essa pessoa vai gastar, num ano, cerca de 650 euros!

# Nicotina

A nicotina é um estimulante poderoso e é um dos principais fatores que levam ao consumo contínuo de tabaco. Embora a quantidade de nicotina inalada no fumo seja muito pequena (a maior parte da substância é destruída pelo calor), ela ainda é suficiente para causar dependência psicológica e/ou física. A quantidade de nicotina absorvida pelo corpo depende de diversos fatores, incluindo o tipo do tabaco, se o fumo é inalado e se é usado um filtro.



# Conclusão

Não se deve consumir de nenhuma forma tabaco nem nenhuma outra droga, pois estes causam dependência, danos financeiros e danos físicos por vezes muitíssimo graves, podendo levar à morte prematura.



FIM





Trabalho realizado por:  
Pedro Augusto Silva Moisão  
7º B N° 19  
Formação Cívica

**DIZ NÃO**



**ÀS DEPENDÊNCIAS!**

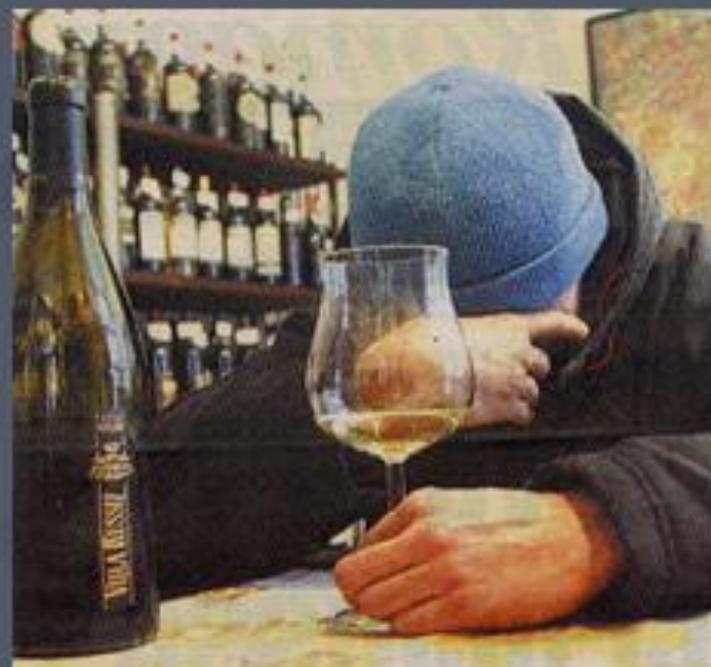
# Índice

- Introdução
- Efeitos fisiológicos do alcoolismo
- As quatro fases do alcoolismo
- Quais são os fatores de risco nos jovens?
- Quais são os sintomas da dependência alcoólica?
- Como se trata o alcoolismo ou dependência alcoólica?
- Quais são as consequências, físicas e mentais, da dependência severa do álcool?
- O alcoolismo ou dependência alcoólica tem cura?
- Conclusão

# Introdução

- O alcoolismo é geralmente definido como o consumo consistente e excessivo e/ou preocupação com bebidas alcoólicas, ao ponto deste comportamento interferir com a vida pessoal, familiar, social ou profissional da pessoa. O alcoolismo pode potencialmente resultar em condições (doenças) psicológicas e fisiológicas, assim como, por fim, na morte.

O alcoolismo ainda é um dos maiores causadores de destruição familiar no mundo. Esta doença atinge cerca de 12 mortes a cada 100 mil habitantes todo ano.



- O alcoolismo pode levar a morte.
- 'Alcoolismo' é uma doença, um problema psicológico muito grave, que precisa de tratamento multiprofissional.
- O alcoólico pode apresentar prejuízos relacionados com o uso de álcool em todas as áreas da vida (Prejuízos físicos, mentais, morais, profissionais, sociais, entre outros).
- O alcoólico perde a capacidade de controlar uma quantidade de bebida que ingere, uma vez que vence uma ingestão. Abuso, uso pesado, vício e dependência são todos rótulos comuns usados para descrever os hábitos de consumo, mas o real significado dessas palavras muito podem variar, dependendo do contexto em que são usadas.

**Dependência**

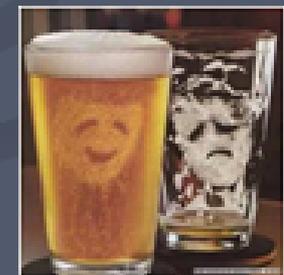


# Efeitos fisiológicos do alcoolismo

Alcool no sangue (gramas/litro)	Estados	Sintomas
0,1 a 0,3	Sobriedade	Nenhuma influência aparente
0,3 a 0,9	Euforia	Perda de eficiência, diminuição da atenção, julgamento e controle
0,9 a 1,8	Excitação	Instabilidade das emoções, descoordenação muscular. Menor inibição. Perda do julgamento crítico
1,8 a 2,7	Confusão	Vertigens, desequilíbrio, dificuldade na fala e distúrbios da sensação.
2,7 a 4,0	Estupor	Apatia e inércia geral. Vômitos, incontinência urinária e fezes.
4,0 a 5,0	Coma	Inconsciência, anestesia. Morte
Acima de 5,0	Morte	Parada respiratória

# As fases do alcoolismo

**Fase 1** : (Fase social, sem dependência física, apenas dependência Emocional). Inicia-se na primeira vez que se bebe (lembrando-se que dois fatores são fundamentais: Predisposição Orgânica e Benefícios, do contrário, a doença não se desenvolve). O primeiro sintoma é a dependência Emocional. O desenvolvimento emocional pára e a pessoa torna-se pouco tolerante. Como geralmente isso acontece na infância ou na adolescência, a mudança emocional geralmente não é percebida, pois confunde-se com malcriação, infantilidade ou temperamento forte. A partir daí, a doença desenvolve-se mais ou menos devagar, dependendo da predisposição orgânica. Bebe-se pouco e socialmente, não há perdas em virtude do uso. Não há problemas físicos.



- **Fase 2:** (Fase social, sem dependência física, apenas dependência emocional). O organismo modifica-se: tem-se a tolerância aumentada (bebe-se mais que na fase 1) . Não há problemas em consequência da ingestão de álcool. Não há problemas físicos. Não há dependência física, apenas emocional.
- **Fase 3:** (Fase problemática, com dependência física e emocional). Bebe-se muito (altíssima tolerância).O beber torna-se um problema. Muitos problemas emocionais, ressacas constantes, problemas em decorrência da bebida , problemas familiares, problemas de relacionamento. Há o início da síndrome de abstinência, começam as tentativas de "paradas estratégicas", pode-se haver internações. Há boas expectativas de recuperação física.

- **Fase 4:** (Fase problemática, com dependência física e emocional). Bebe-se muito pouco, menos que na fase 1. Inicia-se a atrofia do cérebro. Pode-se ter delírios. Pode-se ter as mãos trêmulas por períodos excessivamente longos. Problemas físicos e emocionais extremos. Pode-se ter Esquizofrenia. Muitas vezes confunde-se com PMD (psicose maníaco-depressiva). Há poucas expectativas de recuperação física. Perdas extremas.



# Quais são os factores de risco nos jovens?

- História familiar relacionada com o alcoolismo;
- Ambiente sociocultural. A integração em famílias ou em meios sociais propensos ao consumo de álcool (ter de frequentar festas, reuniões sociais, etc.);
- Situações imprevisíveis de rotura na vida quotidiana;
- Distúrbios emocionais – pessoas deprimidas ou ansiosas;
- Conflitos entre os pais, divórcio, separação ou abandono, de um ou de ambos os progenitores;
- Dificuldades de adaptação à escola;
- Dificuldades de aprendizagem.

# Quais são os sintomas da dependência alcoólica?

- Sentir grande necessidade de consumir bebidas alcoólicas;
- Incapacidade para controlar o consumo, seja o início, o fim ou os níveis de consumo;
- Síndrome de abstinência – estado de abstinência fisiológica quando se para ou reduz os consumos;
- Tolerância ao álcool;
- Abandono progressivo de interesses alternativos em favor do uso da substância;
- Persistência no uso da substância, apesar da evidência de consequências manifestamente nocivas.

# Quais são as consequências, físicas e mentais, da dependência severa do álcool?

- Dependem da duração da dependência e das quantidades de álcool ingeridas. As pessoas com dependência severa do álcool podem padecer de:
- Desnutrição;
- Alterações sanguíneas – ao nível dos glóbulos vermelhos, glóbulos brancos e plaquetas;
- Esofagites;
- Gastrites;
- Úlcera péptica;
- Pancreatite crónica ou crises de pancreatite aguda;
- Esteatose hepática;
- Hepatite alcoólica;

- Cirrose hepática;
- Hipertensão arterial;
- Cardiomiopatia alcoólica;
- Acidentes vasculares cerebrais;
- Alterações endócrinas e metabólicas;
- Alterações musculoesqueléticas - como a osteoporose;
- Alterações dermatológicas;
- Maior prevalência de tuberculose e de infecções bacterianas;
- Maior prevalência de cânceros a nível de todos os órgãos;
- Síndrome de abstinência;
- Delirium tremens;
- Síndrome de Wernicke;
- Síndrome de Korsakov;
- Demência alcoólica.

# Como se trata o alcoolismo ou dependência alcoólica?

- O tipo e a duração do tratamento variam em função do grau de dependência e do estado de saúde geral do doente.
- Quanto mais cedo o problema do alcoolismo for diagnosticado, maiores são as probabilidades de sucesso do tratamento e da recuperação.
- Requere-se o uso de medicação, sobretudo na fase aguda de abstinência, e apoio para manutenção dessa abstinência, com vigilância médica, podendo incluir medicamentos que reduzem a vontade de beber, e também psicoterapias estruturadas individuais ou em grupo, movimentos de auto-ajuda e de antigos bebedores que desempenham um papel fundamental no tratamento e na recuperação dos pacientes com sintomas de dependência do álcool.
- A participação em programas de recuperação e em grupos de auto-ajuda também constitui um apoio muito importante para a recuperação e para o bem-estar do alcoólico.

# Como se trata o alcoolismo ou dependência alcoólica?

- Há medicamentos para tratar o alcoolismo que são normalmente usados durante os primeiros dias da desintoxicação e que se destinam a ajudar o doente a passar a fase aguda da abstinência do álcool e outros que se destinam a ajudar o doente a manter-se sóbrio e a evitar recaídas.
- A participação em programas de recuperação e em grupos de auto-ajuda também constitui um apoio muito importante para a recuperação e para o bem-estar do alcoólico.

# O alcoolismo ou dependência alcoólica tem cura?

- Como doença crônica que é não tem cura. A única forma de estar controlado é a manutenção da abstinência.
- Um alcoólico pode manter-se sóbrio por um longo período de tempo, mas isso não significa necessariamente que esteja curado. O risco de recaída mantém-se.



**Transtornos mentais e  
comportamentais  
devidos ao uso de  
álcool**





# Tem problemas com o álcool?

Os Alcoólicos Anónimos podem ajudar

Tel. de Atendimento Nacional

**217 162 969**

[Contacte-nos](#)



**Conclusão**



**Diz não ao álcool!**



# SE CONDUZIR NÃO BEBA



CAMPANHA ALCOOL E CONDUÇÃO

1993-1994 - 1995 - 1996 - 1997



FIM

# Alcoolismo



Trabalho elaborado por:  
Daniel Santos nº 6 10º E

# Índice

## 2. Desenvolvimento

2.1 O que é o álcool?

2.2 O que é estar alcoolizado?

2.3 Alcoolismo

2.4 Doenças provocadas pelo álcool

2.5 Mitos sobre o álcool

2.6 Porque não deve beber álcool durante uma gravidez

2.7 Alcoólicos Anónimos de Portugal

# O que é o álcool?

O álcool é um líquido incolor produzido a partir de cereais, raízes e frutos. Pode ser obtido a partir da efervescência destes produtos. O álcool é consumido por via oral e é um depressor. Após a sua ingestão, começa a circular na corrente sanguínea, afectando todo o organismo, em especial o fígado. O álcool origina tolerância e grande dependência física e psicológica.



# O que é estar alcoolizado?

O indivíduo é considerado alcoolizado se estiver a partir de 0,6 gramas de álcool por litro de sangue.

A tolerância ao álcool no sangue varia de acordo com o peso, altura e condições físicas de cada um. Mas, em média, a pessoa não pode ultrapassar a ingestão de duas latas de cerveja ou duas doses de bebidas destiladas, senão, já está considerado alcoolizado.



**Com  
0,6 g/litro  
de sangue,  
o risco de acidente é  
50% maior.**

**Com  
0,8 g/litro  
de sangue,  
o risco de  
acidente é  
quatro vezes  
maior.**

**Com  
1,5 g/litro  
de sangue,  
o risco de acidente é  
25 vezes maior.**

# Alcoolismo

O alcoolismo é uma doença caracterizada pela dependência física e/ou psicológica de bebidas alcoólicas associada a complicações causadas pelo vício e pelos efeitos tóxicos do álcool. O tratamento do alcoolismo é complexo e depende do estado e da vontade do paciente.



A crise económica, o desemprego, os problemas emocionais, entre outros factores, têm levado um número cada vez maior de pessoas a buscar refúgio no álcool.

O alcoolismo é considerado, na actualidade, um dos principais problemas de saúde pública em todo o mundo. São crescentes os números sobre doenças graves provocadas pelo consumo excessivo de bebidas alcoólicas, bem como a incidência de mortes decorrentes destas doenças. O álcool também assusta como causa básica de acidentes de trânsito, crimes e suicídios.

# Doenças provocadas pelo álcool

São inúmeras e graves as doenças provocadas pelo álcool. Normalmente é o fígado o primeiro órgão a queixar-se, mas os outros podem ser igualmente afectados, com maior ou menor gravidade. Vejamos:

Hepatite - consiste na destruição das células do fígado, podendo levar à morte. Pode ou não provocar dores, falta de apetite e falta de forças.

*Cirrose - Trata-se de uma evolução da fibrose hepática. Resulta de uma alteração irreversível da estrutura do fígado, provocando a compressão das células e dos vasos sanguíneos e conduzindo à morte.*

*Cancro do fígado - Origina emagrecimento, falta de apetite, perda das defesas normais do organismo e conduz à morte em pouco tempo.*

*Gastrite - Trata-se de uma inflamação do estômago. Provoca dores, azia, náuseas e vômitos.*

Anemia - Resulta da incapacidade de absorção pelo organismo de vitamina B12. Os doentes sentem falta de apetite, fraqueza, dores de cabeça e apresentam uma palidez invulgar.

Trombose - Por deficiente contração do músculo cardíaco.

Atrofia cerebral - O consumo excessivo de álcool mata as células cerebrais provocando perda de memória e perturbações mentais. A continuação pode conduzir à loucura.

Pancreatite - Inflamação do pâncreas que provoca febre e dores abdominais, requerendo um tratamento urgente. Constitui grave risco para a vida.

Fibrose hepática - provoca mal-estar, sensação de peso abdominal. Acontece quando as células normais do fígado degeneram em fibras.



# Mitos sobre o álcool

O álcool:

- Não abre o apetite
- Não facilita a digestão
- Não alimenta nem dá forças
- Não mata a sede
- Não aquece
- Não estimula
- Não faz bem ao coração

# Porque não deve beber bebidas alcoólicas durante a gravidez

O consumo de álcool numa mulher grávida pode produzir alterações físicas e comportamentais permanentes e irreversíveis na criança que está para nascer.

Não existe uma quantidade mínima segura de álcool, nem qualquer momento em que seja seguro beber durante a gravidez. Quando uma mulher grávida bebe, o seu bebé também o faz.



# Alcoólicos Anônimos

*Alcoólicos Anônimos é uma comunidade de homens e mulheres que partilham entre si a sua experiência, força e esperança para resolverem o seu problema comum e ajudarem outros a recuperarem do alcoolismo.*

**DIGAM NÃO AO ÁLCOOL !!!**