



REALIZAÇÃO



RESPIRE

Redução de danos

@ccedelei @edelei

@projetoexpire_RD @projetoexpire

Atenção! A cocaína é uma substância psicotrópica (droga) ilícita no Brasil. Seu uso, porte ou comércio estão sujeitos às penas de acordo com a lei vigente. Informe-se sobre a lei 11.343 de 2006. Saiba, esta lei é imprecisa e não estabelece uma quantidade que diferencie uso de tráfico!

**EVITE
DIRIGIR**

O uso de substâncias psicoativas altera sua percepção e pode te colocar em risco



**CUIDE DE VOCÊ E DE QUEM
FAZ SEXO COM VOCÊ!**

O uso de camisinha previne gravidez e a transmissão de IST/HIV/Aids e Hepatites Virais. Existem testes rápidos disponíveis na rede pública. Fazer o teste também é uma forma de prevenção!

UM POUCO DE HISTÓRIA

Há cerca de 10.000 anos as folhas de coca são utilizadas pelos povos andinos de modo ritual e para atenuar os efeitos da altitude, devido seus efeitos revigorantes. Em 1860, seu princípio ativo, a cocaína, foi isolado pela primeira vez e passou a ser vendido como xarope em farmácias. Por volta de 1950, a proibição das drogas fez com que o mercado ilegal dominasse a produção e a venda da coca. Hoje, a sua combinação com remédios e outras substâncias químicas deixam as pessoas ainda mais vulneráveis.

ATENÇÃO! Não existe dose segura. Cada pessoa reage de uma forma sob efeito de substâncias.

Observe seu estado de humor, o ambiente e se está com pessoas em que confie antes de usar qualquer substância psicoativa.

Perceba-se! A ingestão de pequenas doses da substância é suficiente para conhecer os efeitos dela no seu corpo.

Respire! Uma pausa entre um uso e outro é sempre bom!

Alimente-se!

Hidrate-se!

COCAÍNA E ANFETAMINAS

PÓ - FARINHA - PADÊ - BRANCA - RAIÓ - PEDRA - CRACK

Estimulantes do Sistema Nervoso Central (SNC). Bolinha, dualid®, anfetamina, anfepramona: as anfetaminas foram derivadas da efedrina, substância presente na planta chinesa Ma Huang. Elas são utilizadas no tratamento da obesidade, depressão e transtornos de déficit de atenção. Seu uso abusivo pode levar à morte por infarto, derrame ou hipertermia.

A cocaína pode ser encontrada na forma de pó (branco ou amarelado, dependendo do que foi usado na preparação do produto) ou na forma de pedra (crack).

EFEITOS

- Aumento da frequência cardíaca e respiratória, excitação, estado de alerta e aumento da atividade locomotora, sensação de euforia, sinceridade e poder, alteração do sono, irritabilidade, paranoia. Pode levar a usos problemáticos e à dependência química.
- Efeitos rápidos e intensos do fumo do crack podem aumentar a fissura e as chances de uso problemático.

DICAS DE REDUÇÃO DE DANOS

RESPIRE E CUIDE-SE

- As notas de dinheiro estão cheias de bactérias que fazem mal à saúde, por isso não use-as para cheirar!
- Utilize utensílios (como canudos, cachimbos, seringas e agulhas descartáveis) limpos e não compartilhe! Isso evita a transmissão de tuberculose, hepatites virais e do HIV/aids.
- Use superfícies limpas para manusear a substância. Evite, por exemplo, tampas de vasos sanitários, piaas ou aparelho celular.
- Se for cheirar, amasse a substância para quebrar os pedaços maiores e intercale as narinas. Depois do uso, lave-as com água ou, de preferência, com soro fisiológico. Isso diminui os ferimentos e sua exposição a bactérias.
- SACO VAZIO NÃO PARA EM PÉ! Os estimulantes diminuem ou tiram o apetite. Por isso, alimente-se antes de usar. Usar substâncias de estômago vazio te deixa mais vulnerável a mal-estar e desmaios.
- Evite fazer exercícios físicos sob a influência da cocaína, pois aumenta as chances de derrame ou problemas cardíacos.

USOS E

DURAÇÕES

FORMA DE UTILIZAÇÃO	INÍCIO DOS EFEITOS	PICO DOS EFEITOS	TEMPO DE DURAÇÃO
INALADA	1 - 5 MINUTOS	20 - 30 MINUTOS	1 - 2 HORAS
FUMADA	5 - 10 SEGUNDOS	1 - 5 MINUTOS	30 - 60 MINUTOS
INJETADA	30 SEG - 1 MIN	1 - 5 MINUTOS	30 - 60 MINUTOS

CUIDADO COM A MISTURA

ESTIMULANTES DO SISTEMA NERVOSO CENTRAL + SUBSTÂNCIAS DEPRESSORAS (álcool, tranquilizantes ou lança-perfume): Dá a falsa sensação de estar sóbrio, aumentando a sensação de poder, o risco de acidentes e chances de se envolver em brigas. Também aumenta o risco de morte por parada cardiorrespiratória. Cuidado para não perder a noção!

COCAÍNA + ÁLCOOL: Faz com que o fígado produza cocaetileno, substância muito tóxica para o sistema cardiovascular e para o fígado.

COCAÍNA + INALANTES: essas substâncias juntas sobrecarregam o coração e aumentam as chances de parada cardíaca