

Alguns hormônios e substâncias psicoativas podem agravar quadros de ansiedade, depressão ou disforia de gênero, especialmente quando usados sem apoio psicológico.

CLASSIFICAÇÃO DAS SUBSTÂNCIAS PSICOATIVAS

Estimulantes (aumentam a atividade do sistema nervoso central). Ex.: Cocaína, lisdexanfetamina, metanfetamina, cafeína, energéticos, metilfenidato, nicotina e MDMA. **Efeitos:** coração acelerado, pupilas dilatadas, pressão alta, suor, náusea, agitação, dificuldade para dormir e sensação de euforia.

Depressoras (diminuem a atividade do sistema nervoso central). Ex.: Álcool, fenobarbital, alprazolam, clonazepam, ketamina, GHB, GBL. **Efeitos:** sono, diminuição da ansiedade, relaxamento, fala e respiração lentas.

Psicodélicas ou perturbadoras (alteram a atividade do sistema nervoso central). Ex.: LSD, DMT, psilocibina, mescalina, MDMA, MDA, PCP, ketamina. **Efeitos:** alterações na percepção visual e auditiva, no pensamento e nos sentimentos; mudança na percepção do tempo, sinestesia, euforia e ansiedade.

Canabinóides (ativam o sistema endocanabinoide humano). Ex.: THC, CBD, CBN, anandamida, 2-AG, K2, K4, K9. **Efeitos:** sensação de bem-estar, relaxamento, mudança na percepção do tempo, aumento do apetite, dificuldade de concentração e de memória, ansiedade.

Opióides (aliviam a dor e produzem sensação de bem-estar). Ex.: Morfina, heroína, metadona, oxicodeona, codeína, entanil e nitazeno. **Efeitos:** alívio da dor, euforia, respiração lenta, sono, sedação, capacidade motora diminuída, fala arrastada, dificuldade de concentração e de memória.

INTERAÇÕES ENTRE SUBSTÂNCIAS

RESPIRE E
CUIDE-SE

O uso combinado de substâncias psicoativas é muito frequente e as interações entre elas podem potencializar, diminuir ou mascarar os efeitos das substâncias utilizadas. Porém, cada classe de substância possui efeitos específicos no organismo, e a combinação dessas substâncias, de classes diferentes ou da mesma classe, podem aumentar significativamente os riscos à saúde. Veja os riscos associados a algumas combinações comuns:

EXEMPLOS DE INTERAÇÕES ENTRE SUBSTÂNCIAS	RISCOS
Álcool + benzodiazepínicos (ex. diazepam, clonazepam); álcool + ketamina; GHB + álcool	sonolência extrema, dificuldade para respirar, coma e morte
Cocaína + álcool; metanfetamina + GHB; cocaína + ketamina	o uso de uma substância pode mascarar os efeitos da outra, levando ao consumo excessivo e maior risco de overdose e danos ao coração e fígado
Cafeína + anfetaminas; cocaína + metanfetamina; MDMA + energético	ansiedade extrema, pressão alta, arritmias e convulsões
Heroína + benzodiazepínicos; codeína + álcool; morfina + álcool	grave dificuldade na respiração, coma e morte
THC + álcool; CBD + benzodiazepínicos	efeitos sedativos aumentados, o que pode levar a comportamentos perigosos e acidentes
LSD + álcool; cogumelo + álcool; cogumelo + ketamina	efeitos psicodélicos aumentados, comportamentos perigosos e dificuldade para respirar

DEFINIÇÃO E CLASSIFICAÇÃO DOS MEDICAMENTOS USADOS NA TARV

A Terapia Antirretroviral (TARV) é o tratamento utilizado para pessoas infectadas pelo vírus da imunodeficiência humana (HIV), causador da aids (Síndrome da Imunodeficiência Adquirida). Consiste em uma combinação de medicamentos que bloqueia a multiplicação do HIV no organismo. Também podem ser usados em tratamentos preventivos para pessoas que não vivem com HIV, como PrEP (Profilaxia Pré-Exposição ao HIV) e PEP (Profilaxia Pós-Exposição ao HIV).

Tratamento para HIV: tenofovir, lamivudina, dolutegravir, cabotegravir, zidovudina, darunavir, ritonavir, efavirenz, etravirina

PREP: tenofovir + entricitabina | **PEP:** tenofovir + lamivudina + dolutegravir

HORMONIZAÇÃO

A terapia de hormonização é um cuidado importante para muitas pessoas trans, travestis e transmasculinas que desejam alinhar seu corpo com sua identidade de gênero. Esse processo pode envolver o uso de hormônios como estrogênio, testosterona ou bloqueadores hormonais (ciproterona, espironolactona). Muitos desses estão disponíveis no SUS.

ESTRATÉGIAS DE REDUÇÃO DE DANOS PARA USO COMBINADO

- Escolher o tratamento medicamentoso ou terapia de hormonização junto ao profissional de saúde, que melhor se adeque às suas práticas de uso de drogas;
- Conhecer as interações entre medicamentos, hormonização e drogas;
- Se for combinar substâncias, começar com doses menores de cada uma;
- Fazer um intervalo entre o uso de medicamentos, hormonização e outras drogas;
- Evitar pular dose dos medicamentos ou dos hormônios;
- Se possível, testar as drogas antes de usar.