

OS MALEFÍCIOS DO TABACO E VAPES

Na Saúde

- **EVALI** lesão pulmonar grave associada ao vaping que causa tosse, falta de ar.
- Inflamação e toxicidade mesmo vapes sem nicotina contêm metais pesados (como níquel e chumbo) e aromatizantes que irritam o sistema respiratório e podem causar morte celular.
- Capacidade pulmonar reduzida
- Problemas cardiovasculares.
- Dependência
- Cancro

No Comportamento

- Ansiedade e Depressão.
- Dificuldade na resolução de problemas e memória.
- Risco de Uso de Outras Substâncias

O consumo de tabaco e o uso de vapes (cigarros eletrónicos) apresentam riscos graves e específicos afetando o desenvolvimento físico e mental.

Os Vapes têm mais de 80 compostos, muitos desconhecidos, e podem ser mais prejudiciais devido a substâncias tóxicas nos aerossóis, como metais pesados e compostos orgânicos voláteis.

Fonte:

. SNS – Consumos de Drogas
. Escola Superior de Enfermagem de Coimbra –
Grau de risco e policonsumos
. Expresso.pt

GNR
GUARDA NACIONAL REPUBLICANA

DIZ NÃO ÀS DROGAS!

ÉS MAIS FORTE QUE ISSO!

⚠ O CONSUMO DE DROGAS CAUSA **DEPENDÊNCIA.**

⚠ **DESTRÓI A TUA SAÚDE E O TEU FUTURO.**

⚠ **PODE TIRAR A TUA VIDA.**

ESCOLHE VIVER. PEDE AJUDA!

FALA CONNOSCO!
ESTAMOS AQUI PARA OUVIR E AJUDAR.

SOS DROGA 1414

112 EM CASO DE EMERGÊNCIA

www.gnr.pt

AS PRINCIPAIS DROGAS?

- A cannabis e haxixe;
- A heroína;
- A cocaína e seu derivado crack;
- As anfetaminas e seus derivados como o ecstasy;
- Certos medicamentos antidepressivos;
- O tabaco;
- O álcool;

OS MALEFÍCIOS DAS DROGAS

Na saúde:

- Dependência;
- Alucinações;
- Insônia;
- Nervosismo;
- Problemas cardíacos;
- Problemas respiratórios;
- Infecções (hepatite, VIH/SIDA, outras);
- Falta de apetite;
- Emagrecimento;
- Envelhecimento precoce;
- Coma;
- Morte, etc.

No comportamento:

- Ausência de inibição e consequentemente actos de violência, agressão sexual, etc;
- Relações desprotegidas e consequentemente DST, VIH/SIDA, gravidez não desejada;
- Rupturas familiares;
- Marginalização;
- Dificuldades escolares;
- Abandono escolar;
- Delinquência;

OS MALEFÍCIOS DO ALCOOL

O cérebro adolescente está em pleno desenvolvimento, tornando-o mais vulnerável aos efeitos tóxicos do álcool, que atravessa facilmente as barreiras cerebrais.

Na Saúde

- Desenvolvimento Cerebral, afetando funções como raciocínio e memória.
- Saúde Mental, Aumento do risco de depressão, ansiedade e outros transtornos de saúde mental.
- Cria Dependência
- Afeta fígado, pâncreas, sistema gastrointestinal, cardiovascular e ósseo, podendo levar a doenças crônicas no futuro.

No Comportamento

- Dificuldades escolares e abandono
- Alterações de personalidade, agressividade, isolamento social e afastamento da família.