

Hábitos de Risco: conscientização sobre o uso de drogas

No contexto dos hábitos de risco, diversas são as substâncias que aumentam significativamente as chances do desenvolvimento de doenças. Isso se dá devido ao consumo excessivo, uso frequente e até mesmo pelas diferentes combinações. Por essa razão, a conscientização sobre os hábitos de risco associados ao uso de substâncias é essencial para prevenir problemas de saúde física, mental e social!

Você sabe quais são as classes de drogas?

Drogas lícitas: legalizadas por lei, como álcool, tabaco e medicamentos;

Drogas ilícitas: ilegais por lei, como cocaína, LSD e outras.



Quais as repercussões do uso para a nossa saúde?

O uso de drogas pode ter sérias consequências para a nossa saúde física e mental, como:







FÍSICA: danos ao fígado, coração e pulmões. Além disso, o compartilhamento de agulhas pode levar à transmissão de doenças infecciosas, como HIV e hepatite.

MENTAL: distúrbios mentais, incluindo ansiedade, depressão e transtornos psicóticos.

SOCIAL: influência negativa sobre as relações familiares, emprego e integração social. O vício muitas vezes leva à alienação social e isolamento.

Em geral, o uso dessas substâncias deve ser minimizado, sempre levando em consideração a responsabilidade pessoal. Com isso, podemos tomar decisões informadas sobre os hábitos saudáveis e buscar ajuda de profissionais especializados, quando necessário.

Devemos sempre nos prevenir e oferecer apoio para a construção de comunidades saudáveis auxiliando àqueles que enfrentam desafios relacionados ao uso de substâncias!

Fonte:

https://www.scielo.br/j/rpc/a/thZTZ5qVVFBxNxvd9gtqXfg/?lang=pt#ModalFigfig05q1 | https://cisa.org.br/sua-saude/informativos/artigo/item/369-entenda-a-diferenca-entre-consumo-abusivo-de-alcool-e-dependencia https://ares.unasus.gov.br/acervo/html/ARES/2046/3/Mod%2003%20UNIDADE%2001.pdf | https://aps.saude.gov.br/noticia/15936

