

I farmaci aiutano il nostro organismo a superare malattie o a eliminare disturbi che rendono poco gradevoli certi momenti della nostra vita. Essi sono necessari in alcune situazioni: ad esempio gli anestetici per gli interventi chirurgici, l'insulina per chi soffre di diabete, gli antibiotici per chi ha gravi infezioni batteriche come le broncopolmoniti.

Tuttavia, anche in queste situazioni vanno presi seguendo scrupolosamente le indicazioni del medico, perché se ne assumiamo meno del necessario il farmaco può essere inefficace e rischiamo di non liberarci del disturbo per il quale ci è stato prescritto, mentre un eccessivo consumo può causare danni all'organismo, a volte peggiori della malattia che si doveva curare.

Questo discorso vale ancora di più quando i medicinali vengono assunti senza che ve ne sia una reale necessità.

L'abuso di medicinali è particolarmente frequente per tutti i farmaci che agiscono sul nostro sistema nervoso, gli **psicofarmaci**.

Gli psicofarmaci vengono utilizzati per stimolare o per rallentare le attività del sistema nervoso e sono indicati per controllare disturbi quali tensione nervosa, ansia, depressione, insonnia, dolori, disturbi a carico degli organi interni ecc.



Alcuni di questi farmaci sono regolarmente in vendita nelle farmacie, altri invece sono vietati dalla legge, sono illegali e a queste sostanze si fa riferimento quando si parla di droghe, perché si ritiene che possano essere più dannose degli psicofarmaci "legali". In realtà qualunque sostanza che agisce sulle funzioni nervose, assunta in dosi eccessive o quando non ve ne sia la necessità, può determinare danni analoghi a quelli causati

dalle droghe: è l'abuso che determina il danno. In particolare, l'abuso prolungato di droghe (legali o illegali) può avere due conseguenze che rendono l'individuo schiavo di queste sostanze: l'**assuefazione**, ossia la necessità di aumentare la dose di sostanza da assumere per ottenere lo stesso effetto, e la **dipendenza**, ossia l'impossibilità di sentirsi fisicamente o psicologicamente bene senza l'assunzione di una determinata droga. La mancata assunzione della droga crea al "tossicodipendente" una serie di disturbi che vengono definiti "sindrome di astinenza": l'individuo è schiavo della droga e non riesce a farne a meno senza stare male; per liberarsi di questa schiavitù è necessaria una cura disintossicante.

Vi sono molti tipi di droghe e psicofarmaci:

- i **sedativi**, che rallentano le attività cerebrali, servono a ridurre l'ansia e provocare il sonno. Rientrano in questo gruppo farmaci come il Valium, il Tavor, l'En (benzodiazepine), ma anche farmaci più forti come i barbiturici, più pericolosi, o ancora droghe come la morfina (un potente analgesico utilizzato in ospedale) e l'eroina. Queste ultime danno una forte dipendenza da cui è difficile liberarsi, oltre ad altri rischi quali l'eccessivo dosaggio (overdose), che può portare a morte, e l'incauta pratica di utilizzare siringhe non sterili che può portare a contrarre diverse malattie, tra le quali la più grave è l'AIDS;

- gli **stimolanti**, che sollecitano le attività cerebrali. Rientrano in questo gruppo le amfetamine, la cocaina e il crack: per la loro azione non fanno sentire la stanchezza; tuttavia possono provocare insonnia, aumentare eccessivamente la pressione sanguigna e la frequenza cardiaca (possono favorire la comparsa di un infarto). Quando gli effetti di queste sostanze svaniscono, la stanchezza crolla addosso e ci si sente esausti. Le amfetamine in pillole vengono usate anche per dimagrire, perché fanno passare l'appetito; tuttavia c'è il rischio di creare una tossicodipendenza, oltre agli effetti spiacevoli già ricordati. La cocaina (e il crack), che si può anche "sniffare", inoltre, causa danni ai neuroni sensoriali e alla mucosa del naso, fino a distruggere e perforare il setto nasale: gli effetti eccitanti di queste sostanze vengono perciò pagati pesantemente;

- gli **allucinogeni** (LSD, mescalina, peyote, ecstasy) alterano la percezione della realtà, distorcendo le sensazioni visive, uditive e tattili. Vengono utilizzate per provare nuove sensazioni, ma il grosso pericolo di queste



Due campagne di sensibilizzazione contro l'uso di alcol alla guida, per combattere le cosiddette "stragi del sabato sera".

droghe è che con una visione distorta della realtà si tentino cose di cui non si è capaci: ad esempio, convincersi di essere in grado di volare e buttarsi da una finestra. Tutti gli allucinogeni sono perciò pericolosi e illegali;

- le sostanze con effetti **disinibenti**, quali l'alcol, l'hashish e la marijuana, che fanno sentire euforici, ridere per nulla e avere un senso di benessere illusorio: in realtà la disinibizione è a discapito delle capacità di autocontrollo che, insieme ai riflessi, vengono fortemente ridotte dall'uso di queste sostanze (per questo motivo è vietato guidare dopo avere bevuto alcolici). La perdita dell'autocontrollo può spingerci a fare cose prive di senso o addirittura pericolose, per noi stessi ma anche per gli altri.

L'alcol, inoltre, provoca una forte dipendenza e gli alcolisti sono costretti a bere e non riescono a liberarsi da questa vera e propria droga che danneggia loro lo stomaco (gastrite), il fegato (cirrosi epatica) e il cervello, fino ad arrivare alle gravi allucinazioni del delirium tremens, che rendono definitivamente l'alcolista uno squilibrato mentale.