Portuguese (Brazil)

Entendendo os problemas relacionados com AOD (Parte 2)

Outras drogas





Gostaria de começar por reconhecer os Proprietários Tradicionais da terra onde nos reunimos hoje. Gostaria também de prestar a minha homenagem aos mais velhos, tanto os do passado como os do presente.

Reconhecimento do País

Experiência em primeira mão - uma dificuldade silenciosa

Agora tenho 40 anos e consumo drogas de forma intermitente desde o ensino médio. Não começou por curiosidade, mas por confusão - nem sei o que tomava naquela época. Naquela altura, tinha acabado de me mudar para um lugar novo. Não falava inglês e não tinha família por perto. A maioria dos dias eram passados em casa, no silêncio.

A escola era difícil. Sofria de bullying regularmente e era tratado de forma diferente por causa da minha origem. As outras crianças eram maioritariamente brancas, e eu sentia que não pertencia àquele grupo. A provocação não se devia apenas à minha aparência ou como falava - era sobre quem eu era. Não tinha palavras para explicar o que estava a passar, e mesmo que tivesse, ninguém me ouvia verdadeiramente. Também não podia falar com a minha mãe. Ela trabalhava demais para tentar me ajudar e mandava dinheiro para a nossa família no exterior. Não queria dar-lhe mais dores de cabeça. Já me sentia um fardo.

Por isso, encontrei conforto onde pude - nas pessoas erradas. Tinham passado por coisas parecidas: bullying, rejeição, racismo. Com eles, me sentia menos sozinho. Estávamos todos a tentar sobreviver.
Mas essa sobrevivência teve um preço.

As drogas tornaram-se uma forma de lidar com a situação, de escapar à culpa de falhar na escola, de estar sempre em apuros, de não ser o filho que achava que deveria ser. Olhando para trás, vejo um rapaz que estava perdido, incompreendido e à procura de conexão.

(Uma história pessoal de um migrante)

Pergunta

O que é AOD?



AOD significa **Alcohol (Álcool)** e **Other Drugs (Outras Drogas)**

O uso de AOD é prejudicial se afeta:

- Saúde
- Relacionamentos
- Conexões e sentido de pertencimento
- Bem-estar emocional
- Emprego ou obrigações acadêmicas

O que são drogas?

Drogas são substâncias que podem alterar o funcionamento do corpo ou do cérebro

As drogas podem ser usadas para fins medicinais e não medicinais

Podem ser drogas legais (medicamentos) e drogas ilícitas





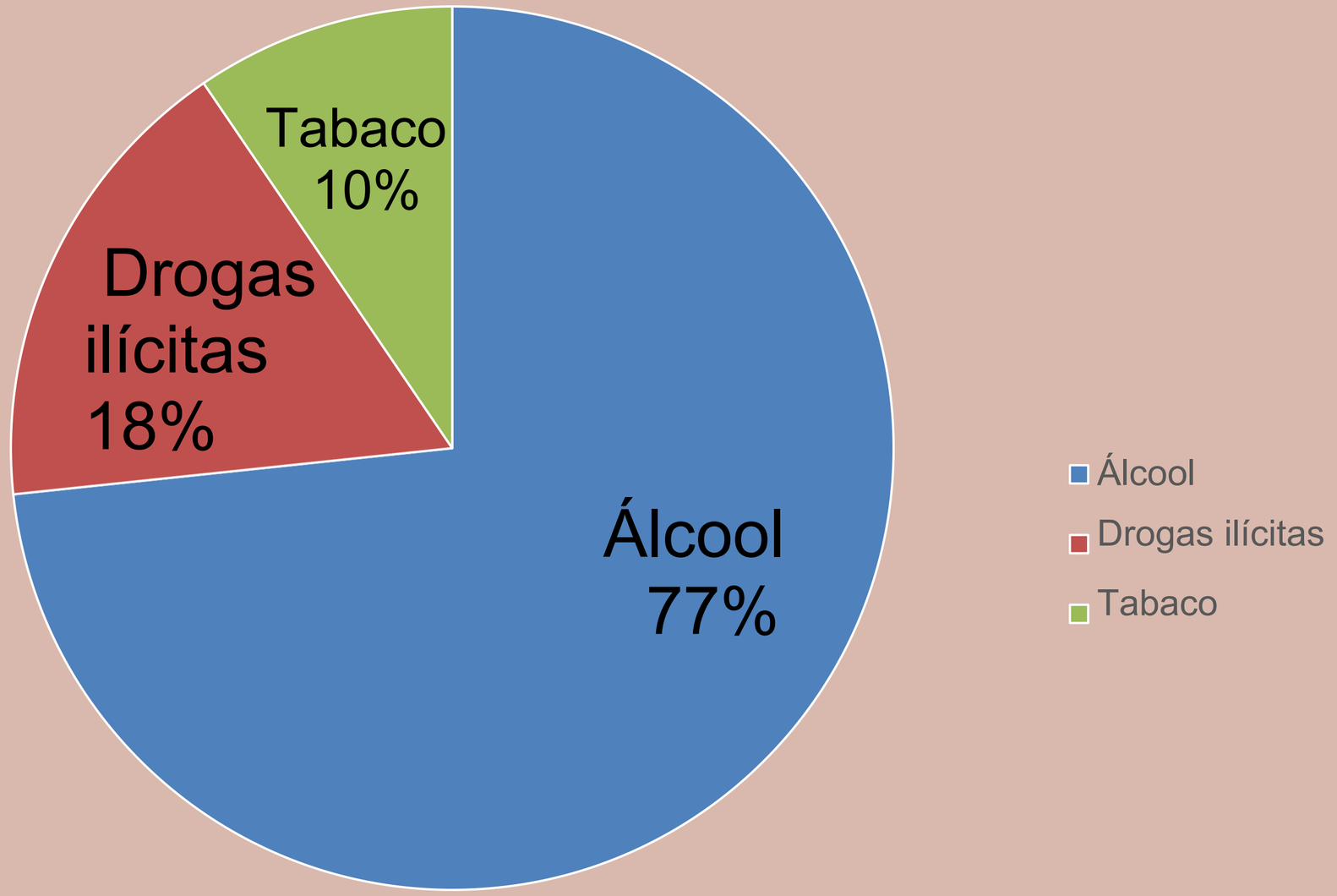
Principais drogas na Austrália

- Álcool (info. Detalhadas numa apresentação individual)
- Tabaco
- Canábis (maconha)
- Metanfetaminas e outros estimulantes
- Uso não médico de produtos farmacêuticos
- Opioides, incluindo heroína
- Novas substâncias psicoativas



Fonte: Estratégia Nacional para Drogas 2017-2026

Proporção de álcool, tabaco e uso de drogas ilícitas na Austrália (a partir dos 14 anos)



Fonte: Inquérito Nacional sobre a Estratégia de Medicamentos nos Agregados Familiares 2022-23 (Instituto Australiano de Saúde e Bem-Estar (AIHW))

Diferenças entre drogas e medicamentos

- Em português, “**drogas**” é um termo mais amplo que inclui medicamentos.
- Se os medicamentos não forem utilizados para as suas finalidades médicas pretendidas, tornam-se **drogas ilícitas** – por exemplo, uso indevido de analgésicos prescritos



Fonte: Estratégia Nacional para Drogas 2017-2026

Diferenças entre drogas legais e drogas ilícitas

Drogas legais - a quantidade de ingredientes ativos podem ser regulados e controlados, por exemplo, o conteúdo de álcool nas bebidas ou a nicotina nos cigarros





Drogas ilícitas são ilegais. A sua qualidade e a quantidade de ingredientes ativos são inconsistentes, como as metanfetaminas, a heroína e a cocaína



Se os medicamentos não forem utilizados para as suas finalidades médicas prescritas, tornam-se **drogas ilícitas.** Por exemplo: tomar analgésicos quando não tem dores pode ser prejudicial



Fontes: www.adf.org.au/talking-about-drugs/law; www.health.gov.au/topics/drugs

Drogas legais e drogas ilícitas

Drogas legais

algumas restrições



Álcool



Tabaco



Medicamentos de venda livre e medicamentos sujeitos a receita médica

Drogas ilícitas

restrições



Drogas ilegais



Drogas prescritas ilegalmente ou utilizadas para finalidades não médicas



Utilização inapropriada de algumas substâncias como cheirar cola, gasolina, tinta - também conhecido como "cheirar" ou "inalar".

Fontes: www.health.gov.au/topics/drugs/about-drugs/what-are-drugs; www.healthdirect.gov.au/sniffing-inhalants



Qual a percentagem de pessoas na Austrália que já utilizou uma droga ilícita ao longo da vida?

Resposta

A 17%

C 27%

B 37%

D 47%

Resposta

D

47 %



Fonte: www.aihw.gov.au/reports/illicit-use-of-drugs/national-drug-strategy-household-survey/contents/about

Uso de drogas ilícitas em Queensland

Em 2022-2023:

- **18,7%** dos adultos de Queensland utilizaram uma droga ilícita pelo menos uma vez nos últimos 12 meses
- **20,8%** dos estudantes de Queensland dos 12 aos 17 anos utilizaram uma droga ilícita pelo menos uma vez nos últimos 12 meses
- A **Canábis** é a droga mais comum entre os adultos e os estudantes

Fonte: www.choreport.health.qld.gov.au/our-lifestyle/illicit-drugs

Drogas ilegais em Queensland

É contra a lei possuir, fornecer, traficar ou produzir drogas ilegais em Queensland, como:

- Heroína
- Cocaína
- Anfetaminas
- Metanfetamina (metanfetamina)
- MDMA (ecstasy)
- Canábis (maconha) - sem receita médica
- GHB (gama-hidroxibutirato)

Algumas drogas resultam em penas mais graves do que outras.



Pode encontrar uma lista das drogas ilegais em Queensland em: www.legalaid.qld.gov.au/Find-legal-information/Criminal-justice/Offences/Drugs-and-breaking-the-law

Fontes: www.afp.gov.au/crimes/drug-crime ; www.qld.gov.au/law/crime-and-police/types-of-crime/drug-offences

Drogas ilegais comuns - drogas estimulantes

O que são drogas estimulantes?

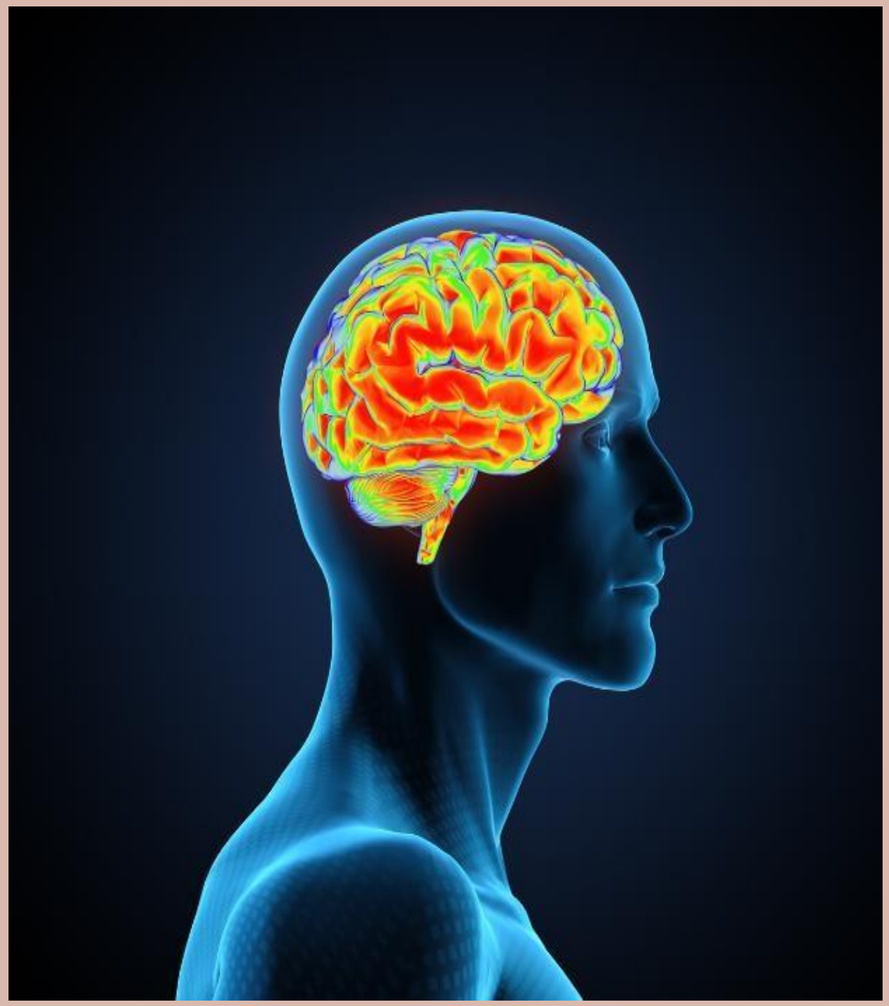
As drogas estimulantes são um grupo de drogas que **aumentam a atividade no cérebro** e podem fazê-lo sentir-se alerta, enérgico e confiante.

Drogas estimulantes comuns

- Metanfetamina (metanfetamina)
- Cocaína
- MDMA (ecstasy)

Efeitos

- Pequena quantidade: tagarelice, agitação, redução do apetite, euforia
- Maior quantidade: ansiedade, pânico, agressão, dor de barriga, tremor, náuseas, aumento da temperatura do corpo, dor de cabeça, convulsões, coma, morte



Fontes: www.healthdirect.gov.au/stimulant-drugs; https://adf.org.au/drug-facts/stimulants/; https://adis.health.qld.gov.au/information/drug-types

Metanfetamina (metanfetamina): estimulante

A **metanfetamina** é uma droga estimulante produzida em laboratório e um tipo de anfetamina.

Três formas principais:

- Cristais (gelo, metanfetamina em cristal)
- Pasta (base, molhada)
- Pó (velocidade)

Outros nomes como:

- Gelo
- Metanfetamina em cristal
- Vidro
- Velocidade
- Base

Como é utilizada: Injetada, fumada, engolida, cheirada

A partilha de equipamento para injeção aumenta o risco de infeção por VIH, hepatite B e hepatite C. Usar equipamento esterilizado a cada utilização reduz os riscos.





Fontes: www.adf.org.au/drug-facts/amphetamines; https://adf.org.au/drug-facts/ice/; www.qld.gov.au/health/services/specialists/deafness-and-mental-health-services/health-topics/ice-methamphetamine

Cocaína: estimulante

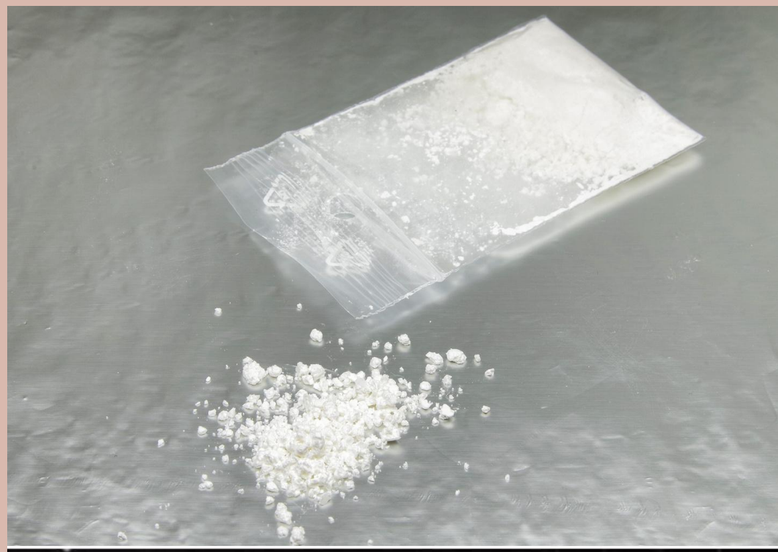
A **cocaína** é feita de plantas.

Forma: Pó

Outros nomes como:

- Coca
- Cheirar
- Pó
- Branquinha
- Linha
- C
- Dona branca
- Farinha

A partilha de equipamento para injeção aumenta o risco de infeção por VIH, hepatite B e hepatite C. Usar equipamento esterilizado a cada utilização reduz os riscos.





Como é utilizada: Injetada, cheirada ou fumada

Fonte: https://adf.org.au/drug-facts/cocaine/; https://www.healthdirect.gov.au/cocaine

MDMA (ecstasy): estimulante

MDMA é uma droga estimulante produzida em laboratório com efeitos alucinógenos (psicodélicos) - pode alterar o pensamento e o humor.

Formas: Comprimidos, pó, cristal

Outros nomes como:

- Ecstasy
- Caps
- E
- Eckies
- Balas
- Comprimidos
- Flip
- MD
- M&M

A partilha de equipamento para injeção aumenta o risco de infeção por VIH, hepatite B e hepatite C. Usar equipamento esterilizado a cada utilização reduz os riscos.





Como é utilizada: Injetada, engolida, cheirada

Fonte: https://adf.org.au/drug-facts/mdma

Drogas ilegais comuns - drogas depressoras

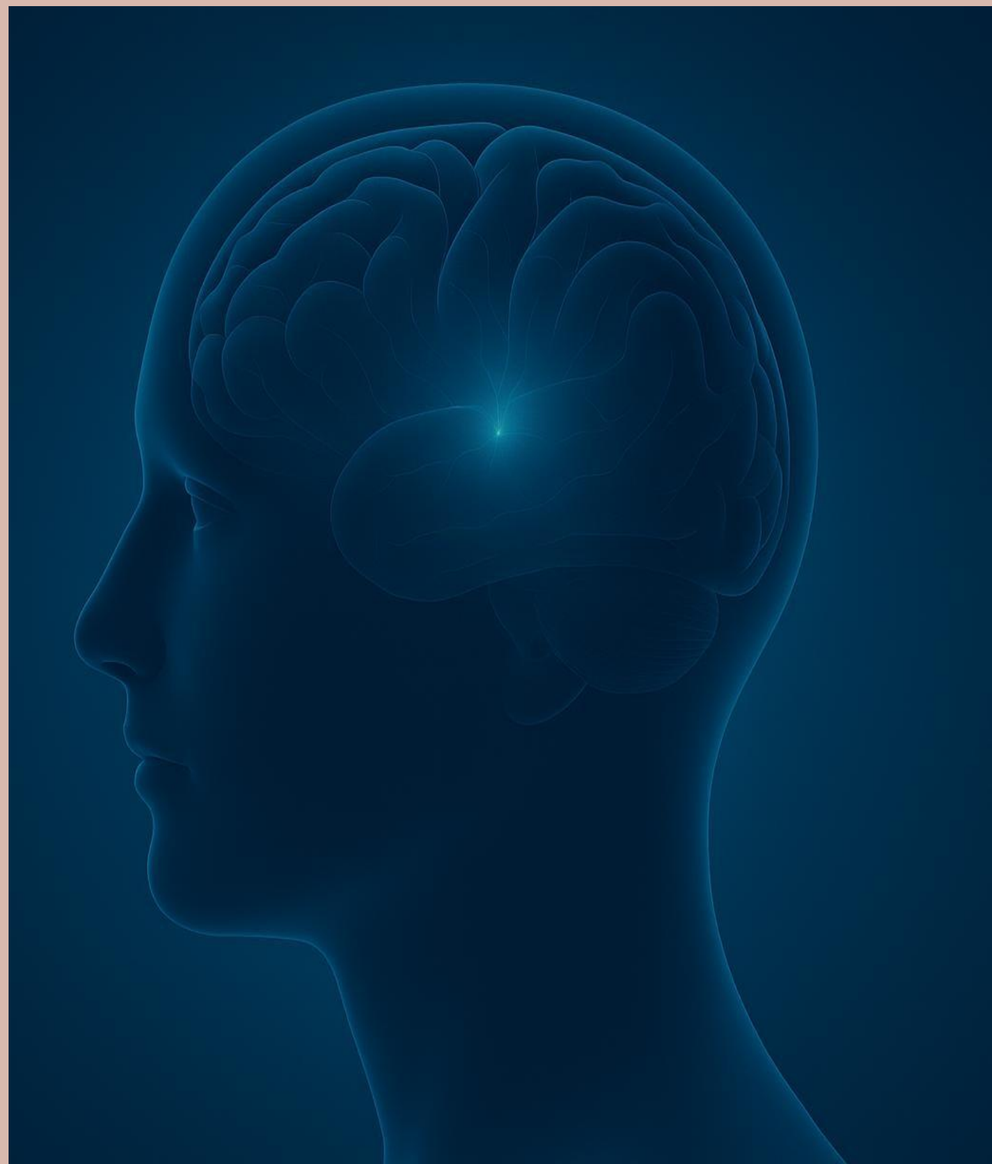
O que são drogas depressoras?
Drogas depressoras são um grupo de drogas que podem desacelerar o funcionamento do cérebro e reduzir a concentração, coordenação e tempo de reação.

Drogas depressoras comuns

- Heroína
- GHB
- Canábis (maconha)

Efeitos

- Pequena quantidade: relaxamento, calma, tontura
- Grande quantidade: sonolência, vômitos, inconsciência e morte.



Fontes: https://adf.org.au/drug-facts/depressants/; https://adis.health.qld.gov.au/information/drug-types;

Heroína: depressora

A **Heroína** é um opioide feito a partir de uma planta chamada papoula do ópio.

Formas: Pó, grânulos, rocha minúscula

Outros nomes como:

- Cavalo
- Material
- Pedrada
- Dragão
- Ópio
- Droga
- Cena

A partilha de equipamento para injeção aumenta o risco de infeção por VIH, hepatite B e hepatite C. Usar equipamento esterilizado a cada utilização reduz os riscos.

Como é utilizada: Injetada ou fumada





Fonte: https://adf.org.au/drug-facts/heroin; https://www.healthdirect.gov.au/heroin

GHB: depressora

GHB (Gama-hidroxibutirato) é uma droga sintética ilegal, utilizada em festas e também conhecida como "droga da violação".

Formas: Líquido sem cor, pó ou cristais

Outros nomes como:

- Fantasy
- G
- GBH
- E líquido
- X líquido
- Líquido
- Ecstasy líquido

A partilha de equipamento para injeção aumenta o risco de infeção por VIH, hepatite B e hepatite C. Usar equipamento esterilizado a cada utilização reduz os riscos.





Como é utilizada: Injetada, engolida ou inserida por via anal, a

GHB faz com que as pessoas se sintam heroicas e confiantes.

Também pode

causar sonolência, confusão, tontura, desorientação, perda de consciência.

Fontes: www.healthdirect.gov.au/ghb; www.adf.org.au/drug-facts/ghb/

Canábis (marijuana): depressora, estimulante e alucinógena

A **canábis** é feita de plantas e é uma droga depressora que reduz a atividade do cérebro.

Outros nomes (mais de 200) como:

- Maconha
- Marijuana
- Erva
- Hash
- Cena
- Yardni
- 420
- Maria Joana

Como é utilizada: Fumada, vaporizada, comestível (pode ser adicionada a bolachas, brownies ou bebidas e consumida por via oral)

Fonte: www.adf.org.au/drug-facts/cannabis/





Drogas de festa

- Também chamadas drogas da noite
- Geralmente usadas em festas, festivais de música, concertos
- Pode aumentar a energia ou humor mas também aumenta o risco de danos como:
  - MDMA (ecstasy)
  - Cocaína
  - Gelo (metanfetamina em cristal)
  - GHB
  - Cetamina
- Overdose pode causar AVC, coma ou morte



Fonte: www.healthdirect.gov.au/party-drugs

Polidroga

- **Utilizar duas ou mais drogas** juntas, ou **uma após a outra** (por exemplo, álcool e cocaína)
- **Outros nomes:**
  - Uso de várias drogas
  - Uso de várias substâncias
- **Aumento do risco** de overdose, danos e morte



Fonte: https://adf.org.au/reducing-risk/polydrug-use/

Tolerância e dependência de drogas

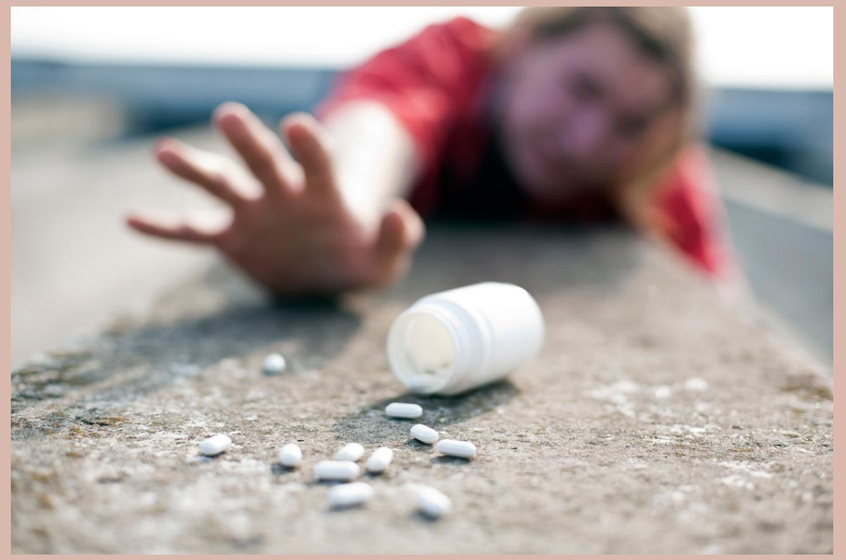
Tolerância às drogas

- O uso regular pode levar à tolerância
- Necessidade de mais drogas para sentir a mesma coisa



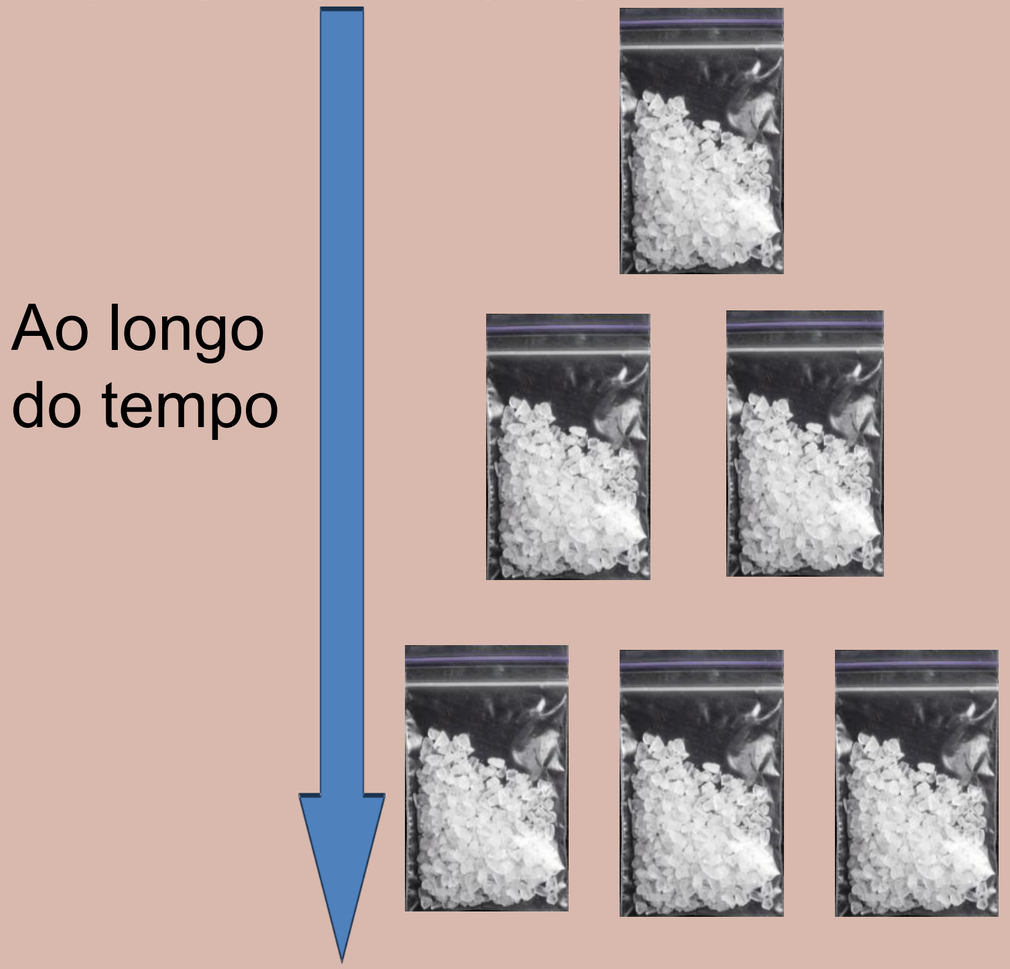
Dependência de drogas

- Impossibilidade de reduzir ou parar o uso
- Necessidade de drogas para funcionar normalmente



Fonte: www.healthdirect.gov.au/drug-abuse

Dependência - linha do tempo de tolerância



- Necessidade de mais drogas ao longo do tempo para obter o mesmo efeito
- Tomar maiores quantidades de droga ao longo do tempo, por muito tempo

Fonte: https://mayoclinic.org

Overdose de droga

Tomar mais do que o corpo consegue aguentar. Ligue para 000 para chamar uma ambulância!

- Inconsciente
- Respiração lenta/anormal, ou sem respirar
- Batimentos e pulsação cardíaca lenta ou inexistente
- Lábios roxos
- Vómitos, sons de engasgamento ou de gorgolejo
- Pupilas pequenas
- Dor no peito
- Convulsões
- Confusão, etc.



Se precisar, não tenha medo de ligar para o 000 para chamar uma ambulância!



Fonte: https://adf.org.au/drug-facts/cannabis/

Desintoxicação de drogas

Também chamada de detox - quando deixa de consumir drogas ou reduz o consumo das mesmas



- Pode durar dias, semanas ou mais
- Os sintomas variam dependendo da pessoa e das drogas
- Para mais informações, vá a https://adf.org.au/reducing-risk/withdrawal/
- Discuta um plano seguro de desintoxicação com o seu médico ou com um serviço de apoio a toxicodependentes

Fonte: www.qhihn.org

Reconhecer alterações no comportamento

Alguns sinais de alteração no comportamento nos jovens se usar drogas:

- Afastamento de amigos e família
- Mudanças nas amizades ou problemas com amigos
- Quedas das notas ou da frequência escolar
- Sinais de tristeza, depressão, agitação ou hostilidade
- Pedir mais dinheiro emprestado
- Evidências de kits para medicamentos (agulha, isqueiro) ou medicamentos sujeitos a receita médica em falta.



Alguns sinais de uso recente (dependendo se é estimulante ou depressora):

- Pupilas maiores, olhos vermelhos ou vidrados
- Aumento da energia e da confiança
- Perda das inibições
- Perda da coordenação
- Comportamento agressivo
- Tremores, contrações



Pode ser semelhante ao comportamento de um adolescente!

Fonte: https://positivechoices.org.au/parents/how-can-i-tell-if-someone-is-using-drugs

O que podem fazer as drogas ilícitas?

As drogas ilícitas podem:



Prejudicar a saúde



Infeções incluindo HIV, Hepatite B, Hepatite C



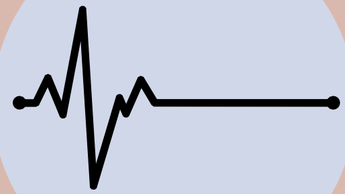
Saúde mental depressão, ansiedade, suicídio



Doenças crónicas



Lesão



Morte

Fonte: https://nida.nih.gov/publications/drugs-brains-behavior-science-addiction/addiction-health

Prejuízo para a comunidade e para a família

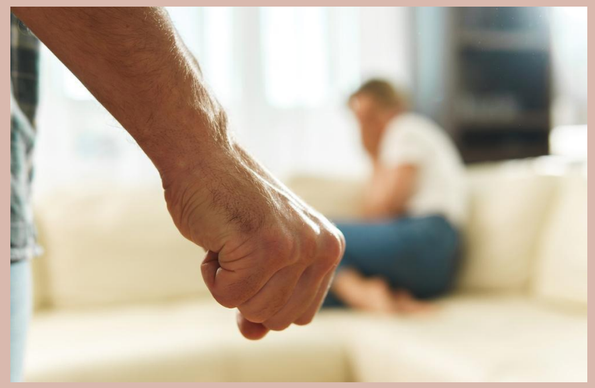
Violência e outros crimes



Exclusão social e dificuldades



Violência doméstica e familiar



Questão do bem-estar infantil/familiar



Fonte: Estratégia Nacional para Drogas 2017-2026

Prejuízo para a economia

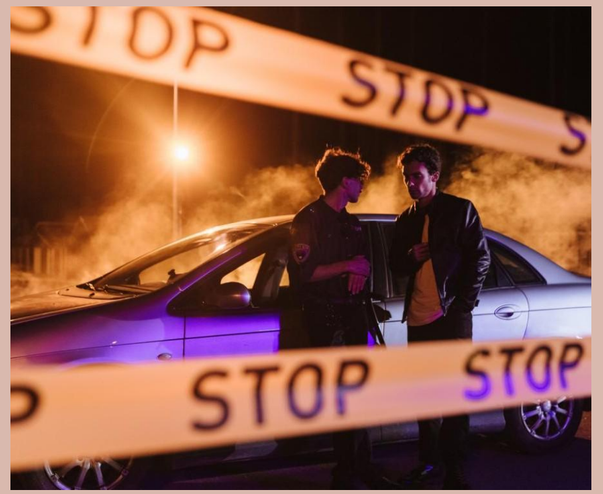
Procura por serviços de saúde



Perda de produtividade no trabalho



Custos de aplicação da lei, tribunais e prisões



Fonte: Estratégia Nacional para Drogas 2017-2026



Quantas mortes na Austrália em 2024 deveram-se ao uso de drogas?

Resposta

A 1424

C 1323

B 1947

D 1125

Resposta correta

B 1947

Em 2024, 2 em cada 3 mortes induzidas por drogas envolveram múltiplas substâncias

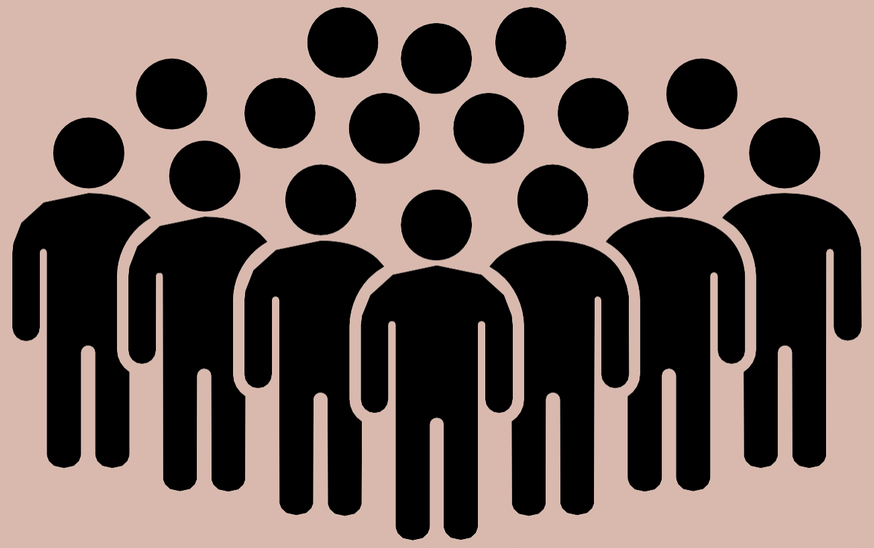


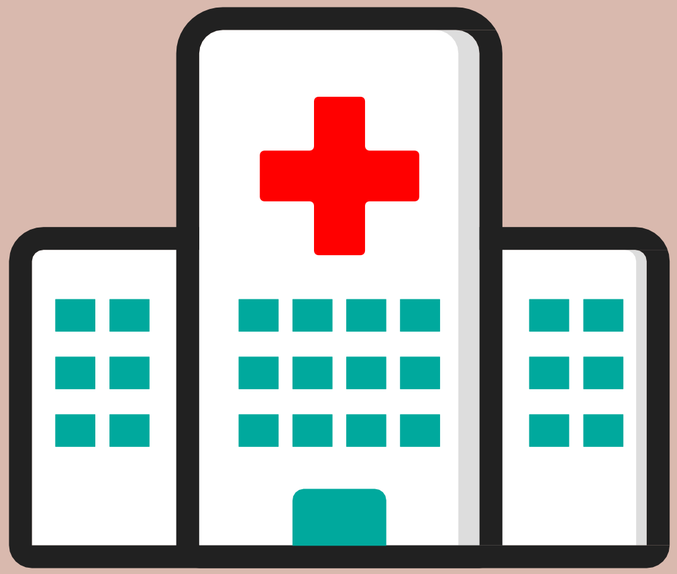
Fontes: https://www.aihw.gov.au/reports/illicit-use-of-drugs/illicit-drug-use

Factos na Austrália

Estima-se que **10,2** milhões de pessoas (47%) com 14 ou mais anos tenham feito uso ilícito de drogas em algum momento da sua vida.

145 759 hospitalizações relacionadas ao consumo de droga entre 2023 e 2024





Fontes:

www.aihw.gov.au/reports/illicit-use-of-drugs/illicit-drug-use; 2022-2023 Estratégia Nacional para a Droga; www.aihw.gov.au/reports/alcohol/alcohol-drugs-hospitalisations

Conheça as leis



Crimes relacionados com drogas em Queensland

- **Posse**: Mesmo que não a tenha comprado ou usado
- **Fornecer:** Dar, vender, distribuir, administrar o transporte, oferecer e preparar para dar, distribuir, vender, etc.
- **Traficar**
- **Produzir:** Cultivo, crescimento, preparação, fabrico, embalagem, produção
- **Publicar ou possuir uma receita:** A produção de drogas perigosas, incluindo o download de uma receita de metanfetamina da internet, pode resultar em 25 anos de prisão.
- **Possuir itens:** Usados para consumir drogas ou para produzi-las
- **Permitir que um local** seja usado para um crime relacionado com drogas
- **Dirigir sob o efeito de drogas:** Testes aleatórios de saliva na estrada: metanfetamina, MDMA, cocaína, canábis



Fonte: www.qld.gov.au/law/crime-and-police/types-of-crime/drug-offences

Penalidades por condução sob efeito de drogas



Condução com uma droga relevante presente

Se a saliva testada der positivo para drogas:

- multa até $2258
- até 3 meses de prisão
- sem dirigir entre 1 e 9 meses

Condução sob a influência de álcool ou drogas

- multa até $4516
- até 9 meses de prisão
- sem conduzir pelo menos 6 meses

Penalizações mais severas em caso de reincidência na condução sob o efeito de drogas.

Medicamentos prescritos e outras drogas - nunca conduza após tomar medicamentos sujeitos ou não sujeitos a receita médica que possam afetar a sua capacidade de conduzir; ou após o consumo de drogas ilícitas.

Fonte: www.qld.gov.au/transport/safety/road-safety/drink-driving/drugs

Onde obter aconselhamento jurídico

Deve procurar aconselhamento jurídico se tiver sido acusado de qualquer crime relacionado com drogas:

- **Auxílio jurídico**: www.legalaid.qld.gov.au; 1300 651 188
- **Centros jurídicos da comunidade**: www.clcq.org.au/; 07 3392 0092
- **Ordem dos Advogados de Queensland:** pode nomear um advogado especializado para aconselhamento e representação. www.qls.com.au/; 1300 367 757
- **Advogado particular**
- **Tribunais:** pode ajudar mas não prestará aconselhamento jurídico.



Apoio gratuito e confidencial para a dependência de álcool e outras drogas, disponível 24 horas por dia, 7 dias por semana.

Intérprete por telefone

Serviços de Informação sobre Álcool e Drogas (ADIS)

1800 177 833 www.adis.health.qld.gov.au



Aconselhamento em 9 línguas, em inglês.

Chat online para aconselhamento sobre álcool e outras drogas no Turning Point

www.counsellingonline.org.au

Apoio familiar para toxicodependentes e apoio telefónico

1300 368 186 www.fds.org.au

Apoio



- **O seu médico**
- **Família e amigos**
- Líderes da comunidade e religiosos
- **Serviços especializados em abuso de álcool e outras drogas** (aconselhamento, gestão da abstinência, reabilitação, programas de distribuição de agulhas e seringas, etc.), por exemplo:
  - Queensland Injector Health Network (QuIHN) www.quihn.org; 1800 172 076
  - Lives Lived Well www.liveslivedwell.org.au;1300 727 957

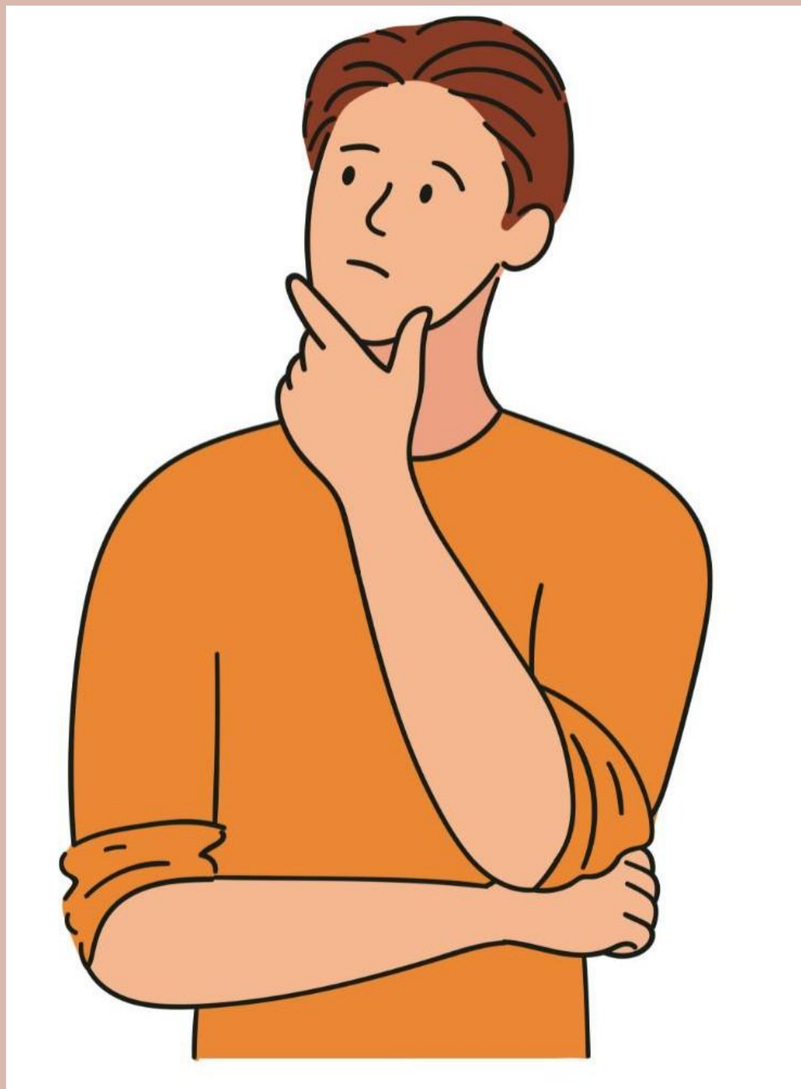
Podem encontrar mais serviços em
"Alcohol and Other Drugs (AOD) Services Map for Multicultural Communities in Queensland"

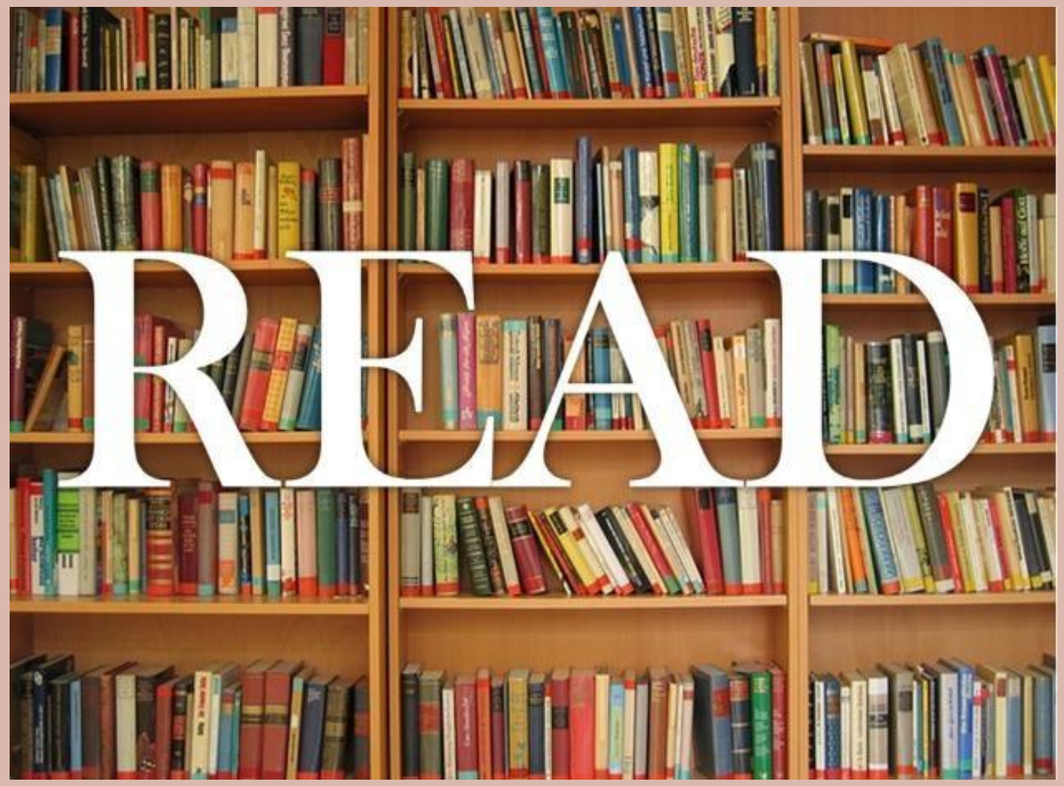
Termos úteis

- **Recaída/recaída:** Um breve ou contínuo regresso ao consumo de álcool ou drogas após um período de abstinência ou consumo

- **Reabilitação:** Um programa estruturado que fornece apoio às pessoas para pararem ou reduzirem o consumo de álcool ou de drogas

- **Redução de danos:** Métodos para reduzir os riscos e danos associados ao consumo de drogas, por exemplo, programas de distribuição de agulhas e seringas (NSP) – fornecimento gratuito de equipamento de injeção estéril para reduzir os danos associados à injeção de drogas, como o VIH, hepatite C, hepatite B e lesões e infeções relacionadas com a injeção.



Extra 

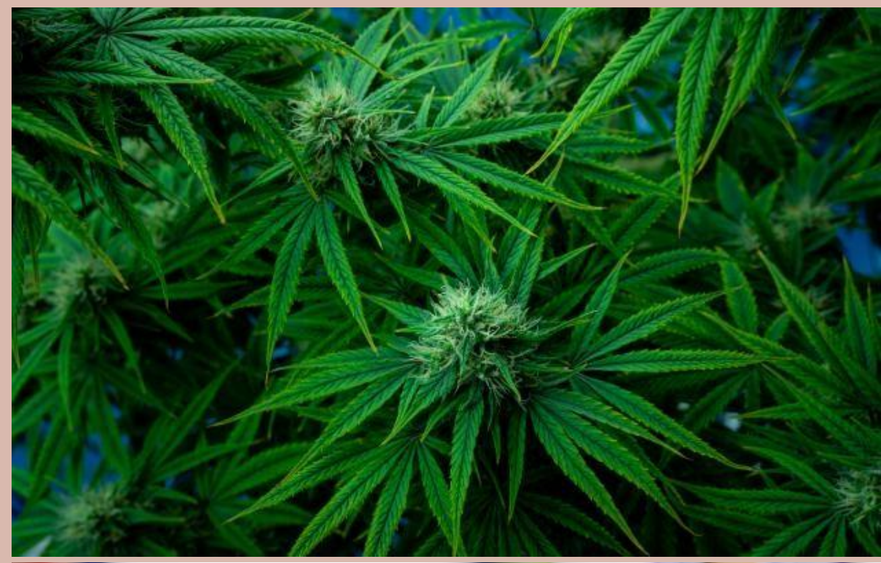
ING

Canábis medicinal (marijuana)

Canábis medicinal

- É legal na Austrália mas altamente regulado
- Deve ser prescrita por um médico registrado
- É usada para aliviar os sintomas

  de algumas condições médicas como a dor crónica





Fontes: www.healthdirect.gov.au/medicinal-cannabis; www.qld.gov.au/health/conditions/all/medicinal-cannabis/access

Novas substâncias psicoativas (NPS)

- Uma gama de drogas sintéticas que imitam outras drogas ilícitas, como a canábis, a cocaína e o MDMA.
- Outros nomes: drogas sintéticas, drogas à base de plantas

  comprimidos para festas etc.
- Pouco compreendido, não

  regulamentado e não testado.



Fonte: https://adf.org.au/drug-facts/new-psychoactive-substances/

Alguns preços de drogas ilegais

Substância	Quantidade/unidade normal	Preço médio
Metanfetamina	0,1g (uma ‘ponta’) 1g	$50 $200-$250
Canábis (erva seca)	1 - 1,5g (um ‘pedaço’) 2,5 – 3,5g (um ‘50’) 14g (uma ‘metade’) 28g (uma ‘onça’)	$20-$25 $50 $125-200 $250-350
Heroína	0,1g (uma ‘ponta’) 1g	$50-$100 $300-$500
Cocaína	1g (um ‘saco’) 3,5g (uma ‘bola’)	$300-$400 $1000-$1600
MDMA (ecstasy)	Cápsula de 0,1 g a 0,2 g (uma "cápsula") Comprimido de 0,1 g a 0,2 g (um "comprimido") 1 g de cristal ou pó	$25 $25 $150-$250
Cetamina	1g	$200
LSD	1 comprimido (bloco)	$25

Obrigado

www.quihn.org

www.eccq.com.au

Programa de Saúde e Amor da QuIHN e da ECCQ

Com o apoio financeiro da Comissão de Saúde Mental de Queensland, março de 2026

O modelo da apresentação foi realizado e modificado no Canva. Algumas imagens foram geradas através de ferramentas de inteligência artificial (IA). Todas as fontes online citadas nas apresentações foram acessadas pela última vez a 30 de março de 2026.