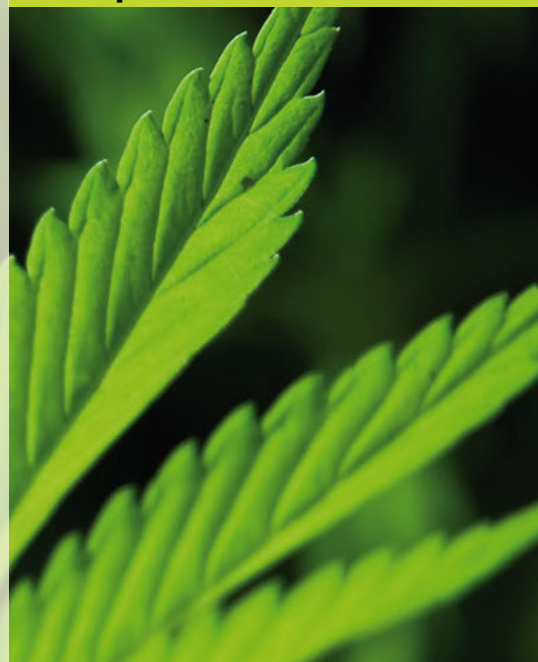




In-dipendenze 2018

Nonostante la legge lo proibisca, sono oltre 222 000 le persone che fanno uso di canapa in Svizzera. Quali sono gli effetti nocivi della canapa, chi sono i consumatori e quali sono le quantità consumate? In che modo agisce e quali sono i rischi? Cosa può fare la prevenzione?



Canapa

La canapa – una pianta ancestrale dai molteplici utilizzi

Cannabis è il nome botanico della canapa. Conosciuta da millenni in numerose regioni del mondo, la canapa è utilizzata come rimedio, sostanza rituale e psicoattiva. Anche in Svizzera la coltivazione e l'impiego dei prodotti della canapa hanno una lunga tradizione. Fino all'inizio del ventesimo secolo, la canapa veniva usata per fabbricare corde e tessuti, mentre i suoi semi venivano pressati per estrarne olio. Con lo sviluppo delle fibre sintetiche, della coltivazione di piante oleose più redditizie e la produzione di nuove sostanze da parte dell'industria farmaceutica, la canapa, in quanto pianta produttiva, è stata progressivamente relegata a prodotto di nicchia.

Alle nostre latitudini, la medicina popolare faceva ricorso agli estratti della canapa a fini terapeutici e ne conosceva gli effetti psicoattivi sin dal Medioevo. Numerose culture utilizzano la canapa nell'ambito di rituali o per raggiungere uno stato di ebbrezza. In quanto sostanza psicoattiva, la canapa è consumata nelle seguenti forme:

- marijuana (foglie e infiorescenze essiccate)
- hashish (resina estratta dalle infiorescenze mescolata a parti della pianta)
- olio di hashish (estratto viscoso ottenuto a partire da un solvente)

La principale componente psicoattiva è il delta-9-tetraidrocannabinolo (THC). Il tenore medio di THC dei prodotti della canapa confiscati dalla polizia è nettamente aumentato a partire dagli anni '80 (0,1–4%). Quello della marijuana si è invece stabilizzato attorno al 10–12%, nel corso dell'ultimo decennio. Per l'hashish si hanno spesso valori più elevati: non è raro che si raggiunga il 30% e anche più.

Il consumo di canapa in Svizzera

La canapa è di gran lunga la sostanza illegale più consumata in Svizzera. In base ai risultati dell'inchiesta CoRoLAR (2016), si stima che oltre un terzo della popolazione svizzera di 15 anni o più abbia già fatto uso di canapa. La percentuale di coloro che ne hanno consumata nel corso dei 12 mesi precedenti l'inchiesta (7,5%) è nettamente inferiore, mentre il 3,1% delle persone interrogate ammette di averne fatto uso di recente (nei 30 giorni precedenti l'inchiesta). Ne risulta che circa 222 000 persone fanno attualmente uso di canapa in Svizzera. Non è da escludere che tali cifre siano inferiori alla realtà. L'età della grande parte degli attuali consumatori è inferiore a 35 anni. Le percentuali più elevate si trovano nella fascia d'età tra 15 e 19 anni (9,4%) e tra i 20 e i 24 anni (10,2%). Si nota che il consumo di cannabis è più elevato tra gli uomini che tra le donne. La proporzione di uomini che aveva consumato cannabis nel corso dei 30 giorni precedenti l'indagine è due volte superiore a quella delle donne. Il consumo regolare si situa a circa 3% e sembra rimanere stabile da qualche anno.



Modalità di consumo e effetti della canapa

Quando la canapa è fumata (spinelli) o inalata (ad es. con un vaporizzatore), il THC entra nel sangue attraverso i capillari che si trovano sulla superficie dei polmoni e raggiunge il cervello senza passare dal fegato. Se ingerita, il THC è prima assorbito dallo stomaco e dall'intestino tenue, per poi passare, veicolato dal sangue, nel fegato e da lì al cervello. Gli effetti della canapa fumata si manifestano dopo una decina di minuti. Il tasso massimo di THC nel sangue viene raggiunto dopo 10–30 minuti e l'effetto psicoattivo dura da 2 a 3 ore. Se consumata per via orale (ad es. sotto forma di biscotti), gli effetti si manifestano più tardivamente (tra 30 minuti e 2 ore dal consumo). L'effetto dura solitamente dalle 3 alle 5 ore, ma, a seconda della dose, può protrarsi anche fino a 10 o 12 ore.

Il tipo di effetto dipende molto dalla personalità del consumatore e dal suo stato d'animo, nonché dal metodo di assunzione (inalato o per via orale), dalla quantità e dal contesto in cui avviene l'assunzione. Rispetto a molte altre sostanze, lo stato psichico del momento incide maggiormente sugli effetti. La canapa rafforza essenzialmente lo stato emozionale che precede il consumo e può dunque rendere più intensi sia i sentimenti positivi che le percezioni negative.



Effetti fisici a breve termine

- Secchezza della bocca e della gola
- Dilatazione delle pupille e occhi arrossati
- Aumento del ritmo cardiaco, modifica della pressione arteriosa, rilassamento muscolare
- Disturbi locomotori e vertigine (in particolare quando ci si alza in piedi)
- Abbassamento della temperatura corporea (sensazione di freddo)
- In caso di overdose, problemi circolatori e vomito

Effetti psichici a breve termine

- Alterazione dello stato di coscienza, intensificazione della percezione della luce e della musica
- Euforia, bisogno incontrollabile di parlare e di ridere
- Piacevole rilassamento, quiete interiore, leggerezza, sensazione di benessere
- Alterazione della percezione del tempo, allungamento dei tempi di reazione
- Disturbi dell'attenzione, pensieri frammentari, difficoltà di concentrazione
- Possibili stati di disorientamento, confusione, ansia, panico e delirio, in particolare in caso di sovradosaggio



Rischi del consumo di canapa

Il consumo frequente di canapa può provocare diversi problemi fisici. I rischi per la salute legati al consumo di canapa sono legati a diversi fattori: la frequenza e la durata del consumo, il dosaggio, la qualità del prodotto (tenore di THC e contaminazione da erbicidi, pesticidi, ecc.), la situazione, lo stato di salute e le predisposizioni psicologiche del consumatore. A seconda della quantità e della frequenza di assunzione è possibile sviluppare una dipendenza psichica, ma anche fisica. Aritmia cardiaca, ansia, insonnia e sudorazione sono tipici sintomi di astinenza a livello fisico. Si manifestano quando si diminuisce o si interrompe l'assunzione di canapa. La dipendenza psichica si manifesta soprattutto con un desiderio quasi incontenibile di consumare. Mentre la dipendenza fisica è superata piuttosto rapidamente, quella psichica può causare ricadute ancora dopo parecchio tempo.

Vie respiratorie

La canapa viene generalmente fumata (mischiatà o meno al tabacco). Ciò aumenta i rischi d'inflammazìone delle vie respiratorie, fiato corto, tosse cronica e bronchiti. Il tabacco con cui è mischiata la canapa incrementa ulteriormente il rischio di patologie cancerogene.

Facoltà cognitive

Le ricerche mostrano che il consumo di canapa in giovane età può influire sullo sviluppo del cervello e quindi sulla sua struttura. Secondo alcuni studi neuropsicologici, i consumatori abituali manifestano difficoltà nell'elaborazione di informazioni complesse, difficoltà di memoria e di concentrazione. In base alle attuali conoscenze, si stima che tali disturbi solitamente scompaiano in età adulta se il consumo viene interrotto.

Fertilità e gravidanza

È possibile che la canapa riduca la fertilità sia nelle donne che negli uomini, sebbene i risultati degli studi realizzati finora in materia non siano concludenti. Per quanto riguarda gli effetti sul feto, i risultati delle ricerche sono per ora piuttosto scarsi. Il THC entra direttamente nel sistema circolatorio del nascituro attraverso la placenta e vi sono elementi che indicano che un consumo frequente influisce negativamente sullo sviluppo neuronale alimentando il rischio di disturbi affettivi nel bambino.

Motivazione

Non è confermato che il consumo di canapa induca ciò che si definisce come «sindrome amotivazionale». Sintomi come l'apatia e il ripiegamento su se stessi nei consumatori cronici sarebbe piuttosto la conseguenza di uno stato depressivo preesistente e di ripetuti stati di ebbrezza. Durante la fase di ebbrezza, il THC può tuttavia avere un effetto inibitore sulla motivazione.





Disturbi psichici

Esiste un legame tra assunzione di canapa, psicosi e depressioni, soprattutto se il consumo è frequente e ha avuto inizio in giovane età. La natura di tale legame è tuttavia piuttosto controversa a livello scientifico, poiché non è stato possibile determinare una relazione tra causa ed effetto. È tuttavia incontestabile che la canapa provochi psicosi (in particolare la schizofrenia) in soggetti predisposti, ne acceleri lo sviluppo e che possa aggravarne l'evoluzione.

Canapa, droga d'iniziazione

Il termine «droga d'iniziazione» fa pensare che il consumo di canapa porti inevitabilmente all'uso di altre droghe. Si tratta di una conclusione un po' affrettata. Gran parte dei consumatori di canapa non assumono altre droghe illegali. È più probabile che siano altri fattori (ad es. l'attitudine personale ad assumere rischi) a indurre l'assunzione di altre droghe, oltre alla canapa.

Tracciabilità

La tracciabilità della canapa nell'organismo varia fortemente da persona a persona e dipende dalla quantità assunta, dalla massa corporea e dal metabolismo. Estremamente liposolubile, il THC si accumula nei tessuti adiposi e viene eliminato in modo molto progressivo. Pertanto, il tasso di THC nel sangue si riduce lentamente e può essere individuato ancora relativamente a lungo dopo che si è fumato uno spinello: fino a 12 ore, anche più nei consumatori regolari. Il THC può essere rilevato nell'urina per diversi giorni in caso di assunzione occasionale e nettamente più a lungo in caso di consumo regolare.



Canapa e circolazione stradale

La guida sotto gli effetti della canapa è sanzionabile penalmente ed è considerata un'infrazione grave alla legge sulla circolazione stradale. In effetti, il consumo di canapa pregiudica le capacità necessarie alla guida:

- la capacità di concentrazione è ridotta
- i tempi di reazione si allungano
- la valutazione delle distanze e della velocità è sfalsata

Se la polizia ha il sospetto che un conducente abbia consumato canapa, può sottoporlo a un test di depistaggio rapido. Se quest'ultimo risulta positivo, è prescritto un esame del sangue. Nel caso della canapa, è sufficiente determinare la presenza di THC nel sangue per constatare l'incapacità alla guida. Un conducente colto in flagrante delitto con un tasso pari o superiore a 1,5 mcg/l di THC nel sangue viene punito con una multa o una pena detentiva. La licenza di condurre è ritirata per almeno tre mesi e si procede eventualmente a una valutazione della sua capacità alla guida. In caso di un'ulteriore infrazione (ad es. eccesso di velocità), la pena è più severa. La recidiva, aggrava ulteriormente la sanzione. In caso d'incidente sotto gli effetti della canapa, le assicurazioni possono ridurre le proprie prestazioni («regresso»).



Cannabinoidi di sintesi e «spice»

Nel 2008 appare per la prima volta sul mercato un miscuglio di erbe chiamato «spice», contenente cannabinoidi sintetici, la cui azione è simile a quella del THC, il principio attivo della canapa. Fumati, producono effetti paragonabili a quelli della canapa. Generalmente venduti su Internet e negli «headshop» sotto diversi appellativi (Spice, Yucatan Fire, Jamaican Gold, ecc.), tali prodotti sono, secondo le indicazioni dei fabbricanti, destinati a essere usati come profumi per ambienti o fertilizzanti. Gran parte dei consumatori, tuttavia, li fuma per raggiungere uno stato di ebbrezza.

Le erbe contenute in tali miscugli sono solitamente spruzzate con soluzioni contenenti cannabinoidi sintetici. A seconda del metodo di fabbricazione, la quantità di sostanze attive può variare di molto e, tenuto conto del loro potente effetto, è facile assumerne in eccesso.

I rischi concreti derivanti dal consumo di cannabinoidi sintetici sono per ora relativamente sconosciuti, ma si sospetta che favoriscano l'insorgere di disturbi renali, malattie polmonari, problemi cardiaci e di disturbi gastrointestinali.

Nonostante questi miscugli di erbe siano a volte venduti con l'appellativo di *legal highs*, essi non sono assolutamente un'alternativa legale alla canapa. Confiscati alle dogane, generalmente nell'ambito di traffici postali, queste nuove sostanze sono state assoggettate alla Legge sugli stupefacenti sin dalla loro apparizione.

Storia della proibizione della canapa

Fino alla fine del XIX° secolo, la regolamentazione giuridica dei prodotti della canapa era di competenza nazionale. È solo a partire dal XX° secolo che si intraprendono trattative internazionali sulla regolamentazione applicabile alla canapa. Negli anni '30, forti del loro status di superpotenza acquisito alla fine della Seconda Guerra Mondiale, gli Stati Uniti ebbero un ruolo leader in materia di politica anti-canapa. Così, nel 1961, in occasione della Convenzione Unica sugli stupefacenti emanata dalle Nazioni Unite, gli Stati Uniti riuscirono a inserire la canapa tra le droghe particolarmente pericolose, senza proprietà terapeutiche di rilievo,

alla stregua dell'eroina. La Svizzera ratificò la convenzione nel 1970. Ampiamente ispirata da motivi ideologici, tale catalogazione nella Convenzione unica sugli stupefacenti fornì le basi per la proibizione internazionale della canapa per decenni.

In seguito alla legalizzazione del mercato della canapa nei diversi stati dell'America del Nord e del Sud, la politica proibizionista sulla canapa, in vigore da decenni a livello internazionale, comincia a vacillare. Anche in Svizzera diverse città lanciano progetti pilota volti a regolamentare la canapa.

La legislazione

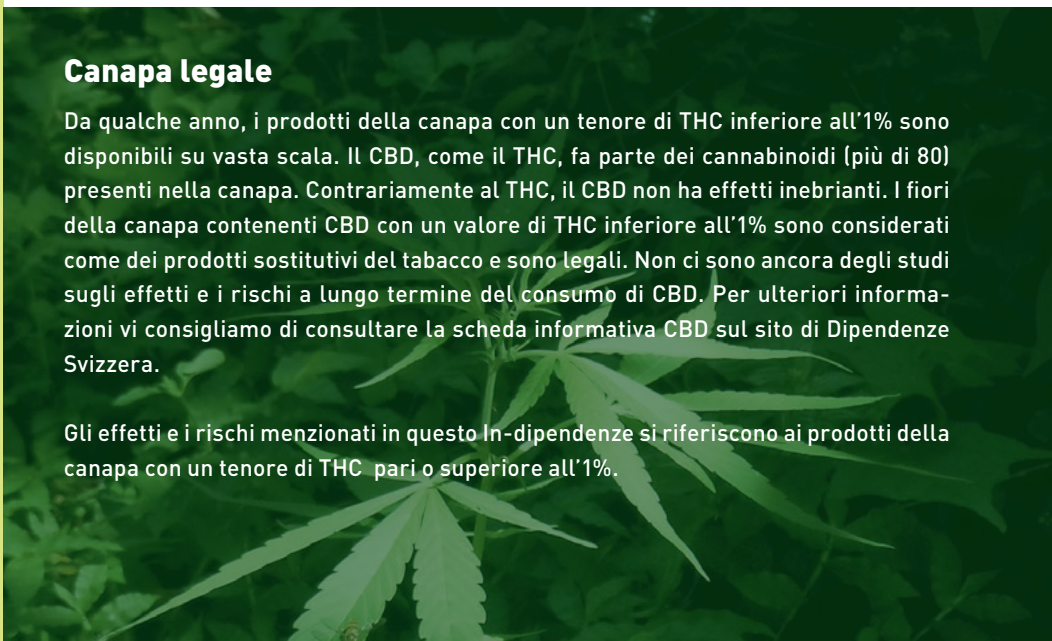
I prodotti della canapa con un tenore medio globale di THC pari ad almeno l'1% sono soggetti alla Legge sugli stupefacenti. Il possesso, il commercio e la coltivazione di canapa sono vietati e penalmente sanzionabili. Persino la coltivazione di singole piante di canapa destinate a un uso personale è vietata. Nel 2004, il Consiglio federale propose una revisione totale della legge sugli stupefacenti che avrebbe allentato i divieti concernenti il consumo di canapa. Il Consiglio nazionale non entrò in materia sul progetto, mantenendo il regime

di repressione a livello penale. Nell'autunno 2008, il popolo svizzero respinse a grande maggioranza un'iniziativa popolare volta a depenalizzare il consumo di canapa a partire dai 18 anni e a introdurre la commercializzazione di prodotti della canapa controllati dallo Stato. Dall'entrata in vigore, il 1° ottobre 2013, della revisione della legge sugli stupefacenti, il consumo di canapa è punibile con una multa di 100 franchi, a patto che la persona interessata abbia compiuto 18 anni e che non sia in possesso di quantità superiori ai 10 grammi.

Canapa legale

Da qualche anno, i prodotti della canapa con un tenore di THC inferiore all'1% sono disponibili su vasta scala. Il CBD, come il THC, fa parte dei cannabinoidi (più di 80) presenti nella canapa. Contrariamente al THC, il CBD non ha effetti inebrianti. I fiori della canapa contenenti CBD con un valore di THC inferiore all'1% sono considerati come dei prodotti sostitutivi del tabacco e sono legali. Non ci sono ancora degli studi sugli effetti e i rischi a lungo termine del consumo di CBD. Per ulteriori informazioni vi consigliamo di consultare la scheda informativa CBD sul sito di Dipendenze Svizzera.

Gli effetti e i rischi menzionati in questo In-dipendenze si riferiscono ai prodotti della canapa con un tenore di THC pari o superiore all'1%.





Troverete altro materiale:
www.radixsvizzeraitaliana.ch
info@radix-ti.ch

Prevenzione e riduzione dei rischi

Un'informazione adeguata sui rischi legati al consumo rivolta ai gruppi target fa parte delle misure di prevenzione importanti, come pure l'individuazione precoce di forme di consumo problematiche. I seguenti gruppi di persone sono particolarmente a rischio:

- Bambini e adolescenti
- Donne in gravidanza e madri che allattano
- Persone affette da malattie cardiache e polmonari
- Persone psichicamente fragili e persone affette da disturbi psichici

Adolescenti

La grande maggioranza degli attuali consumatori di canapa ha meno di 35 anni. La percentuale più elevata di consumatori si situa nella fascia d'età tra i 15 e i 19 anni (9,4%) e in quella tra i 20 e i 24 anni (10,2%). La quota di consumi problematici è più elevata tra gli adolescenti e i giovani adulti che non tra le fasce d'età superiori. In pieno sviluppo fisico e psichico, gli adolescenti reagiscono maggiormente alla canapa rispetto agli adulti e sono quindi più sensibili ai suoi effetti. A causa della grande eterogeneità dei comportamenti, è necessario trovare approcci individuali basati sul dialogo e la consulenza. Le istituzioni specializzate nel campo dell'adolescenza e delle dipendenze possono offrire sostegno ai genitori e ai giovani.

Ridurre i rischi

Dato che la canapa viene consumata a dispetto dell'illegalità e della conoscenza dei rischi, è importante che la prevenzione si rivolga anche ai consumatori, affinché questi ultimi si assumano meno rischi possibili. I messaggi importanti sono i seguenti:

- Astensione dal consumo in caso di disturbi psichici.
- Nessun consumo in situazioni che necessitano concentrazione e attenzione.
- Per ridurre il rischio di sviluppare una dipendenza, la frequenza e le dosi assunte devono restare ridotte.
- Non mischiare diversi tipi di droghe. Un miscuglio può acuire o attenuare l'effetto, ma anche avere conseguenze imprevedibili.
- Consumare unicamente canapa di cui si conosce la qualità.
- Attenzione ai sovradosaggi, in particolare quando la canapa viene assunta per via orale, poiché il suo effetto è ritardato.

Consigli e trattamento

Non tutti coloro che vorrebbero ridurre o smettere di consumare canapa riescono a farlo da soli. È possibile farsi aiutare presso i centri di consulenza sulle dipendenze. Esiste anche un'ampia offerta di servizi di consulenza online su Internet. Negli ultimi anni, i centri di consulenza hanno riscontrato un aumento del numero di persone il cui problema principale è la canapa. Tra gli approcci terapeutici più frequenti vi sono i colloqui motivazionali e le terapie orientate sul comportamento.

Informazioni complementari

Altre pubblicazioni della serie
«In-dipendenze»:

- Alcol, droghe illegali, medicinali e circolazione stradale
- Alcol
- Ecstasy
- Cocaina
- Eroina
- Dipendenza da gioco d'azzardo
- Internet
- Sonniferi e calmanti