



La canapa: domande e risposte

Quanto è nociva la canapa? È difficile dare una risposta semplice a questa domanda. I rischi, infatti, variano a seconda del consumatore, delle situazioni, della quantità, della modalità e della frequenza di consumo.

Questo prospetto offre una panoramica sullo stato attuale delle conoscenze in materia di canapa.



Edizione:

Dipendenze Svizzera

Losanna 2018

Grafica: raschle & kranz, Atelier für Kommunikation GmbH, Bern

Stampa: Jost Druck AG, Hünibach



Che cos'è la canapa?

Non tutte le piante di canapa sono destinate a essere trasformate in droga. La canapa possiede numerose modalità di utilizzo; viene anche usata come droga, essenzialmente in relazione al tetraidrocannabinolo (THC) presente nella pianta. La canapa contiene numerose altre sostanze come ad esempio il cannabidiolo.

- La denominazione botanica della canapa è «cannabis». La pianta della canapa può essere tra l'altro utilizzata per produrre tessuti, olio, come base per colori e detersivi, nonché per produrre droga.
- La canapa industriale è caratterizzata da un basso tasso di THC e un alto contenuto di fibre.
- La canapa il cui contenuto di THC è pari o superiore all'1% viene considerata come una droga. In tal caso è sottoposta alla legge sugli stupefacenti che ne vieta e sanziona il consumo, il commercio, la coltivazione, ecc.
- Nel corso degli ultimi anni sono apparsi sul mercato dei prodotti contenenti del CBD (Cannabidiolo) e un basso tenore di THC. Se il prodotto contiene meno dell'1% di THC non è sottoposto alla legge sugli stupefacenti.
- La canapa è consumata soprattutto sotto forma di marijuana (parti della pianta, principalmente i suoi fiori) o hashish (resina mischiata a parti della pianta) e solo raramente sotto forma di olio di canapa (estratto dalla pianta).
- Fumare spinelli è la modalità di consumo più diffusa (generalmente in combinazione con del tabacco). Più raramente la canapa è miscelata nel cibo («space cakes»). La canapa può anche essere fumata con bong, chicha, chillum, pipe oppure diffusa con un vaporizzatore.
- La canapa viene anche utilizzata per le sue virtù terapeutiche per la cura di alcune malattie (ad esempio per alleviare gli spasmi muscolari, alcuni dolori cronici o il glaucoma). In Svizzera la forma di sintesi della canapa (Dronabinol) così come i medicinali a base di estratti di canapa (Sativex) possono essere prescritti solo con un'autorizzazione speciale rilasciata dall'Ufficio federale della sanità pubblica.

Alcune miscele di piante come gli «spice», a volte utilizzate come alternativa alla canapa, contengono spesso cannabinoidi sintetici. Alcuni di questi cannabinoidi sono parecchio più pesanti del THC. Il consumo di tali miscele comporta rischi difficili da stimare.

Quanti sono i consumatori di canapa?

L'impressione che «tutti fumano spinelli» non corrisponde alla realtà. È vero che sono in molti ad aver provato la canapa, ma il numero di coloro che la consumano più o meno regolarmente è decisamente inferiore.

- La canapa è la droga illegale più consumata in Svizzera. In Svizzera, circa 40% degli uomini e più di un quarto delle donne di età superiore a 15 anni ha consumato canapa almeno una volta durante la propria vita. (Monitoraggio svizzero delle dipendenze 2016).
- Tra le persone interpellate, il 9,6% degli uomini e il 5,1% delle donne dichiara di aver consumato canapa durante i 12 mesi precedenti l'inchiesta. (Monitoraggio svizzero delle dipendenze 2016).
- Il 29,5% delle persone di età compresa tra i 15 e 19 anni afferma di aver provato la canapa almeno una volta durante la propria vita. La maggioranza, il 70,5%, dichiara di non averne mai fatto uso. (Monitoraggio svizzero delle dipendenze 2016).
- Un uso problematico di canapa è riscontrato principalmente tra le persone di età compresa tra i 15–34 anni. Ciò riguarda il 2,5% delle persone tra i 15–19 anni, 1,9% delle persone tra i 20–24 anni e 3,5% delle persone tra i 25–34 anni (Monitoraggio svizzero delle dipendenze 2016- canapa)
- Per molte persone, il consumo di canapa è legato ad una fase della vita e cessa con l'età adulta.

Consumare canapa è punibile per legge?

Legale? Illegale! Fa lo stesso? La canapa con un contenuto di THC uguale o superiore all'1% è sottoposta alla Legge sugli stupefacenti. Consumarla, coltivarla, venderla ecc. è quindi punibile per legge. È pure vietato coltivare piante destinate al consumo personale. Non di rado, i consumatori sottovalutano i rischi legati al mancato rispetto della legge.

- Dal 1° ottobre 2013, gli adulti denunciati per consumo di canapa sono sanzionati con una multa, a condizione che la quantità in loro possesso non superi i 10 grammi.
- Quando la polizia sorprende dei minorenni a fumare spinelli, di solito avvisa i genitori e la magistratura dei minorenni. Anche in questo caso, però, le pratiche variano da un cantone all'altro. Spesso, oltre all'obbligo di rivolgersi a dei centri di consulenza specializzati, al minorenne viene inflitta anche una multa.
- È vietato condurre un veicolo sotto l'influsso di canapa.
- La canapa (fiore) e i prodotti della canapa con un contenuto di THC inferiore all'1% (canapa CBD) non sono sottoposti alla legge sugli stupefacenti e sono quindi legali.

Quanto è nociva la canapa?

Il consumo di canapa non è mai privo di rischi. Anche se implica rischi nettamente inferiori rispetto al consumo di eroina o di cocaina, il consumo di canapa può comunque avere conseguenze gravi. Tutto dipende dalle caratteristiche personali, dalla situazione, dalla modalità di consumo e dalla quantità consumata.

- **Le caratteristiche personali:** i bambini e gli adolescenti, essendo ancora nell'età dello sviluppo, sono più vulnerabili agli effetti rispetto agli adulti. Le persone che soffrono di problemi di salute quali asma, bronchite, ipertensione, cardiopatie o schizofrenia sono maggiormente a rischio.
- **La situazione:** chi consuma canapa in situazioni che richiedono particolare attenzione e concentrazione aumenta il rischio d'incidenti e infortuni (per esempio nel traffico stradale). Analogamente, consumare canapa può provocare problemi a livello di rendimento (per esempio a scuola o sul lavoro).
- **La frequenza del consumo:** intensificando la frequenza di consumo, aumenta per esempio il rischio di dipendenza o di danni alle vie respiratorie (effetti del fumo). Tuttavia, anche un consumo occasionale può causare problemi, in particolare nel traffico stradale o in caso di problemi di salute.
- **La modalità di consumo:** fumando canapa si danneggiano le vie respiratorie. Mangiandola, invece, si corrono maggiori rischi di sovradosaggio con effetti indesiderati.
- **La concentrazione del principio attivo:** assorbendo molto principio attivo (THC) in un'unica occasione, lo stato di alterazione risulta maggiore. Inoltre, aumentando il dosaggio aumenta anche il rischio di vivere esperienze angoscianti (i cosiddetti «bad trip»).
- **Canapa CBD:** Gli effetti a lungo termine del consumo di CBD non sono ancora conosciuti. Di conseguenza è necessario mantenere un atteggiamento prudente.

Perché cominciare presto è particolarmente problematico?

Il rischio di conseguenze negative a lungo termine è maggiore tra gli adolescenti rispetto agli adulti. Vivendo una fase di crescita sia fisica che psichica, gli adolescenti risultano più sensibili agli effetti della canapa.

- Coloro che cominciano presto a consumare canapa e ne consumano quantità importanti corrono maggiori rischi di subire conseguenze negative.
- I giovani che iniziano precocemente a fare uso di canapa rischiano in maggior misura di peggiorare le loro competenze cognitive a lungo termine.
- Lo stato d'ebbrezza influisce sulla capacità di apprendimento e sul potenziale dello sviluppo. Più elevata è la frequenza con cui si consuma canapa, maggiore è la sua influenza. Essa porta con sé problematiche che trascendono l'ambito scolastico; anche nel campo delle esperienze personali essa può infatti portare ad importanti condizionamenti. Ad esempio, gli adolescenti che ricorrono alla canapa per gestire lo stress e le emozioni rischiano di perdere importanti occasioni per acquisire le competenze che gli servirebbero per affrontare queste difficoltà senza ricorrere a sostanze psicotrope.
- Il consumo di canapa causa anche una diminuzione delle funzioni cognitive negli adulti. Le ricerche dimostrano che queste diminuzioni sono però reversibili.

Il consumo di canapa può inoltre indicare la presenza di problemi più gravi. In particolare, quanto si tratta di adolescenti che consumano regolarmente canapa, occorre esaminare attentamente la situazione sociale e le loro risorse psichiche.

Quali sono gli effetti immediati della canapa?

«Essere stoni» non è sempre divertente. Il consumo di canapa provoca ebbrezza a livello psichico, reazioni fisiche ed ha ripercussioni sulla capacità di concentrazione e di reazione.

- La natura degli effetti dipende notevolmente dalle caratteristiche personali, dall'umore del momento, dalla situazione e dalla quantità consumata. La canapa tende infatti ad accentuare l'umore che precede il consumo: spesso la sostanza amplifica sia le sensazioni positive sia quelle negative.
- Gli effetti della canapa sono spesso associati al rilassamento e alla disinibizione. Altri effetti tipici sono una percezione modificata del tempo e una maggior sensibilità alla luce e alla musica.
- A tutt'oggi non sono stati registrati decessi per overdose da THC. Si sono tuttavia verificati incidenti mortali o stati psicotici con conseguenze gravi provocati dallo stato d'ebbrezza legato al consumo di canapa.
- Tra gli effetti fisici immediati del consumo di canapa vanno ricordati: l'aumento della frequenza cardiaca, gli sbalzi della pressione sanguigna, la dilatazione delle pupille, le vertigini e i disturbi motori.

Gli effetti immediati possono implicare rischi sia a livello fisico che psichico. Le esperienze negative (i cosiddetti «bad trip») possono avere conseguenze psichiche molto pesanti, anche se generalmente spariscono quando l'effetto della canapa diminuisce.

Anche a livello fisico la canapa può causare problemi, in particolare alle persone che presentano già disturbi di salute (per esempio chi ha problemi cardiaci).

L'ebbrezza causata dalla canapa riduce le capacità di concentrazione, di reazione e la memoria a breve termine. Il rischio d'incidenti è più elevato e il rendimento, sia a scuola che sul lavoro, è ridotto.



Il consumo di canapa rappresenta un rischio per la circolazione stradale?

La canapa diminuisce le capacità indispensabili per guidare un veicolo. Chi guida sotto l'influsso della canapa commette un'infrazione grave alla legge sulla circolazione stradale ed è quindi punibile per legge.

- La canapa limita la capacità di concentrazione e allunga i tempi di reazione. Sotto l'influsso della canapa, è più difficile valutare le distanze e la velocità. La capacità di decisione può essere compromessa e può aumentare la propensione all'assunzione di rischi.
- Il consumo contemporaneo di canapa e di altre sostanze psicoattive rende gli effetti imprevedibili. È risaputo che il consumo simultaneo di canapa e alcol, anche a bassi dosaggi, provoca una netta diminuzione della capacità di guidare.
- Se vi è il sospetto che una persona abbia consumato canapa, la polizia può effettuare un test rapido. Se l'esame risulta positivo, un controllo del sangue è richiesto. Nel caso della canapa, è sufficiente riscontrare tracce di THC nel sangue per dimostrare l'incapacità di condurre. Sebbene il tempo di rilevamento vari a seconda delle caratteristiche personali e della quantità consumata, generalmente, nei consumatori occasionali, le tracce di THC restano nel sangue circa 12 ore. In caso di consumo regolare di quantità elevate, i tempi di rilevamento del THC nel sangue sono più lunghi.
- Se una persona conduce un veicolo con un valore pari o superiore a 1,5 mcg/l di THC nel sangue viene sanzionata con una pena pecuniaria e/o la privazione della libertà, oltre ovviamente al ritiro della patente per un minimo di tre mesi. A seconda delle situazioni, può essere richiesta un'inchiesta per valutare l'attitudine alla guida. La sanzione aumenta in casi di altre infrazioni (per esempio, eccesso di velocità). In caso di recidiva, la sanzione è più pesante.
- In caso d'incidente sotto effetto della canapa, le assicurazioni possono ridurre le proprie prestazioni.

Quali sono i rischi di un consumo prolungato per l'organismo?

«La canapa può nuocere alla salute.» Un consumo frequente di canapa può provocare diversi problemi fisici. Diversi aspetti legati al consumo della canapa non sono ancora stati analizzati in maniera esaustiva dalla ricerca scientifica, di conseguenza, in base allo stato attuale delle conoscenze, non è possibile valutare esattamente quali siano i rischi di un consumo prolungato.

- La canapa può provocare dipendenza fisica.
- I risultati delle ricerche scientifiche dimostrano che il consumo precoce può influire sullo sviluppo del cervello e quindi sulle strutture cerebrali.
- La canapa è solitamente fumata mischiata al tabacco. Molti fumatori di spinelli fumano anche sigarette. Fumare canapa (con o senza l'aggiunta di tabacco) aumenta il rischio d'infezioni delle vie respiratorie, di affanno, di tosse o bronchite cronica. È inoltre probabile che aumenti anche il rischio di cancro. L'aggiunta del tabacco implica il rischio di dipendenza da nicotina.
- Dagli esperimenti sugli animali sono risultati effetti negativi sul sistema immunitario. Questo risultato, però, non è stato confermato negli studi sull'uomo.
- I risultati degli studi sulla fertilità non sono uniformi. Si suppone comunque che la canapa incida negativamente sulla fertilità sia maschile che femminile.
- Ad oggi, i risultati delle ricerche sugli effetti della canapa sui feti non sono univoci. Come nel caso del tabacco, le donne che fumano regolarmente canapa durante la gravidanza mettono al mondo bambini con un peso inferiore alla media. Si sa inoltre che il THC passa direttamente nel sangue del feto ed è stato osservato che influenza negativamente lo sviluppo neurologico del bambino. Per questi motivi è quindi opportuno evitare di consumare canapa (e altre sostanze psicotrope) durante la gravidanza.

Non è da escludere che consumando canapa si assorbano altre sostanze nocive, come i pesticidi o altri prodotti di taglio.

La canapa incide sulla ragionevolezza?

La canapa non rende «stupidi», ma... subito dopo il consumo o in caso di consumo cronico importante, si registrano delle alterazioni. Sembrerebbe, che il cervello di un adolescente reagisca in maniera più marcata rispetto a quello di un adulto.

- Quando una persona è sotto l'effetto della canapa, anche la sua capacità di apprendimento è ridotta.
- Degli studi neuropsicologici hanno dimostrato che i grandi consumatori cronici di canapa presentano alterazioni a livello di memoria, di attenzione e di elaborazione d'informazioni complesse. Non si tratta di alterazioni molto accentuate, ma tuttavia misurabili. È probabile, ma non garantito, che quando una persona smette di consumare canapa, le sue capacità «si normalizzino».
- Studi su persone che hanno iniziato presto a consumare canapa hanno evidenziato, tranne rare eccezioni, alterazioni a lungo termine tra i grandi consumatori. Il consumo precoce di canapa sembrerebbe quindi essere accompagnato da rischi più seri a livello di capacità cognitive, poiché il cervello di un adolescente è in piena fase di sviluppo.

La canapa incide sulla motivazione?

Ci sono nessi tra la motivazione e il consumo di canapa.

La canapa tende a diminuire la motivazione. La maggioranza dei consumatori di canapa non sono né apatici né demotivati.

- Durante la fase di ebbrezza acuta, l'effetto sedativo e tranquillizzante della canapa può incidere sulla motivazione. Si sa per certo che il senso di ebbrezza causato dalla canapa limita temporaneamente le capacità e la disponibilità all'apprendimento.
- Alla fine degli anni '60, la «sindrome amotivazionale» è stata definita come l'insieme di sintomi attribuiti al consumo di canapa (apatia, letargia, distacco dal mondo esterno, mancanza di motivazione). La maggior parte delle persone che consumano canapa non presentano questi sintomi in maniera duratura. È quindi probabile che tali sintomi possano essere legati allo stile di vita o alla personalità dei consumatori stessi oppure essere la conseguenza di una depressione preesistente o di uno stato continuo di ebbrezza.

La canapa dà dipendenza?

Si può perdere il controllo del proprio consumo. La canapa può dare dipendenza psichica e fisica.

- Sebbene non sia possibile fare una distinzione netta tra processi fisici e psichici, si tende a distinguere tra dipendenza fisica e dipendenza psichica. La quantità consumata, la frequenza del consumo e le differenze personali influenzano il rischio di sviluppare una dipendenza.
- La canapa può dare dipendenza psichica, caratteristica predominante di tutte le tossicodipendenze. Questa dipendenza può causare, anche a distanza di anni, una voglia incontrollabile di consumare di nuovo e, di conseguenza, un rischio di ricaduta anche a lungo termine. I diretti interessati fanno molta più fatica a liberarsi dalla dipendenza psichica che dai sintomi fisici della crisi di astinenza.
- La canapa può dare dipendenza fisica. Modifiche della pressione sanguigna e del polso, irrequietezza, insonnia, diarrea sono dei possibili sintomi di astinenza.
- Quando si fuma canapa mischiata al tabacco si rischia di sviluppare una dipendenza da nicotina anche se non si fumano sigarette o altri prodotti derivati dal tabacco.

Gli approcci comportamentali e i colloqui motivazionali rientrano tra gli interventi terapeutici comprovati. Per gli adolescenti in particolare, è importante coinvolgere le persone di riferimento (genitori, insegnanti, gruppo di pari, ecc.) nella terapia.

La canapa è la «porta di accesso» alle altre droghe?

Nessuna droga spinge forzatamente a consumarne un'altra. L'idea di «porta di accesso» alle droghe pesanti è fuorviante: la maggioranza dei consumatori di canapa non consuma, infatti, altre droghe illegali.

- Se è vero che la maggioranza dei consumatori di eroina e di cocaina ha consumato canapa, non bisogna necessariamente concludere che la canapa sia il primo passo verso altre droghe. Tra coloro che consumano canapa, sono infatti pochi quelli che consumano altre droghe illegali.
- È invece probabile che siano altri i fattori che aumentano il rischio di consumare altre droghe illegali e che favoriscono un consumo precoce: per esempio una propensione individuale a correre rischi.

La canapa può provocare disturbi psichici?

O è il contrario: sono i disturbi psichici che spingono a consumare canapa? Oggigiorno, non ci sono più dubbi circa il nesso tra disturbi psichici e consumo di canapa. Resta però ancora da chiarire il rapporto di causa ed effetto.

- Esiste un rapporto tra consumo di canapa e psicosi. Tuttavia, la scienza deve ancora dimostrare se tra questi due dati di fatto esiste un rapporto di causa ed effetto.
- Il consumo di canapa può portare le persone predisposte o particolarmente vulnerabili a manifestare delle psicosi (in particolare la schizofrenia), accelerando lo sviluppo della patologia o peggiorandone il decorso (fattore di rischio supplementare).
- I risultati delle ricerche indicano che i consumatori di canapa soffrono maggiormente di depressione e disturbi d'ansia. Anche in questo caso è in corso un dibattito sul rapporto di causa ed effetto.
- Le persone che soffrono di disturbi dell'attenzione o d'iperattività sono più soggette al consumo di sostanze, quali la canapa. Si può ipotizzare che il consumo di sostanze serva a diminuirne i sintomi (automedicazione).

Altre informazioni sul tema della canapa

- Flyer «Canapa» per gli adolescenti
- «Canapa; parliamone con i giovani». Ciò che i genitori dovrebbero sapere
- Scheda informativa CBD

È possibile richiedere il materiale a Radix Svizzera Italiana, C.P. 4044, 6904 Lugano, tel. 091 922 66 19, info@radix-ti.ch, www.radixsvizzeraitaliana.ch

Gli indirizzi dei centri di consulenza regionali

In Ticino puoi rivolgerti a:

Antenna Icaro

Bellinzona 091 826 21 91

Muralto 091 751 59 29

Ingrado – Centro consulenza e aiuto

Lugano 091 973 30 30

Per altre domande:

Dipendenze Svizzera, tel. 021 321 29 76, prevention@addictionsuisse.ch



Dipendenze Svizzera
Av. Louis-Ruchonnet 14
CH-1003 Losanna

Tel. 021 321 29 11
CP 10-261-7
www.dipendenzesvizzera.ch