

21 luglio 2018 10:21

Cannabis e consumi problematici nell'era della legalizzazione

di [Redazione](#)



Mentre gli Stati di tutto il Paese continuano a far rientrare nella propria legislazione la cannabis per uso medico e per l'uso ricreativo da parte degli adulti, e sono in tanti a sostenere il cambiamento delle normative perché la cannabis può essere un sostituto per altre sostanze come gli oppioidi, alcuni media hanno messo in evidenza una realtà sul consumo di cannabis che fa riflettere, quella della dipendenza e del cosiddetto uso problematico. Mentre questo può essere un problema serio per alcuni consumatori, la questione è molto più sfumata di quanto suggeriscano alcuni osservatori.

Diversi articoli recenti hanno evidenziato una connessione tra prodotti a base di cannabis ad alta potenza e la dipendenza specifica. Un medico esperto di marijuana, Rav Ivker, ha persino raccomandato che i concentrati di cannabis siano resi illegali: *"L'unica cosa per cui fanno bene è davvero ad alto rischio"*, ha detto a Westword. Nel frattempo, un articolo sui Washington Post ha affrontato la questione della potenziale dipendenza dalla marijuana, facendo presente che non abbastanza persone sono consapevoli che possa essere un problema: *"Molte persone non sono consapevoli della dipendenza da marijuana"*, si legge nell'articolo. *"Ma nelle strutture pubbliche sanitarie di ricovero, è un disturbo ben definito, con sintomi di astinenza, voglie e dipendenza psicologica, e molti dicono che è in aumento, forse a causa della crescente potenza delle piante geneticamente modificate e dell'uso di prodotti concentrati o perché più consumatori la usano più volte al giorno"*.

Quando si parla di "dipendenza" per la cannabis, è importante distinguere tra dipendenza reale, dipendenza e disturbo da uso di cannabis.

La dipendenza è definita come un comportamento compulsivo, nonostante le conseguenze dannose che possono avere un riflesso sul lavoro, la famiglia o la vita sociale di una persona. Una dipendenza, d'altra parte, è una condizione fisica in cui il corpo di una persona si abitua alla sostanza, in modo tale che si verificano sintomi di astinenza fisici (e mentali) qualora improvvisamente dovesse smettere. Per quanto riguarda il disturbo da consumo di cannabis - un termine introdotto dal DSM-5 (la Bibbia dei disturbi mentali per i professionisti psichiatrici) - una persona deve manifestare da due a tre reazioni su 11 per qualificarsi ufficialmente come dipendente, compresi i sintomi come voglie, lo sviluppo di una tolleranza, o l'impiegare molto tempo per procurarsi, consumare od occuparsi di una determinata sostanza.

"Sulla base del DSM-5, la maggior parte dei miei pazienti avrebbe probabilmente un disturbo da uso di marijuana, non perché la marijuana è un problema per loro, ma perché soddisfano i requisiti", afferma il dott. Jake Felice, specialista di dolore cronico ed esperto di cannabis medica. Per i pazienti che hanno bisogno di marijuana medica per curare il dolore cronico o un'altra patologia fisica o mentale, è comune avere sia un forte desiderio (o brama) di usare la cannabis, sia una tolleranza dei suoi effetti nel tempo - entrambi qualificatori per un disturbo da uso di cannabis. *"Solo in casi gravi il disturbo da uso di cannabis coinvolge la dipendenza"*, dice Felice. *"La dipendenza da marijuana è reale, ma penso che sia un problema molto minore rispetto all'alcool o agli oppiacei"*.

Secondo il Dr. Ron Alexander, psicoterapeuta e fondatore dell'OpenMind Training Institute, l'uso frequente di cannabis ha un risvolto non rispetto alla quantità dei consumi, ma rispetto alla genetica dei consumatori - se si ha una propensione al comportamento di dipendenza. Il potenziale sviluppo di una dipendenza, dice, è spesso influenzato da altre cose, come le conseguenze di un trauma infantile. *"Si tratta della composizione neurologica interna nel cervello di una persona, nella sua psiche, che è il fattore determinante e fondamentale del perché le persone aumentano il livello di dosaggio, ma non la cannabis stessa"*, afferma Alexander. *"È la quantità di consumo influisce molto meno se, alla base di questo maggiore consumo si è guidati da dolore o piacere."*

Tuttavia, rimane la domanda sollevata da alcuni resoconti dei media: i più potenti prodotti a base di cannabis incoraggiano l'uso pesante e la dipendenza, o una predisposizione alla dipendenza spinge le persone a consumare prodotti con livelli elevati di THC?

Felice dice di non aver visto nessuna ricerca scientifica a dimostrazione del fatto che prodotti con THC più alti

hanno maggiori probabilità di causare dipendenza. Piuttosto, *"le persone con la sindrome da carenza di endocannabinoidi potrebbero essere auto-selezionate per prodotti più forti, quindi sarebbe vero il contrario"*. *"Potrebbe essere una correlazione, piuttosto che una causa"*.

È facile confondere abusi di qualsiasi tipo, afferma Jan Roberts, CEO e direttore della ricerca traslazionale presso l'International Research Centre on Cannabis and Mental Health (IRCCMH), ma sia che si tratti di cannabis o di qualsiasi altra cosa, è meno dovuto alla sostanza e più sulle scarse capacità di auto-limitarsi. *"Puoi abusare di sesso, cibo, vino, puoi abusare di qualsiasi cosa"*, dice. Come Felice, anche lei dice che non ha visto alcun aumento di questi problemi nell'abuso di cannabis.

"È come se stessi cercando di applicare le conoscenze su una sostanza come l'eroina a un'altra droga che non ha niente niente a che far con questo derivato dell'oppio", dice Roberts. *"Abbiamo lasciato che la politica dettasse la ricerca invece che la ricerca dettasse la politica, ed è per questo che abbiamo articoli come questo."*

La questione dell'abuso di sostanze non è una novità, ma lo stigma è sempre rimasto lì. I giudizi sociali sull'uso inappropriato di droghe hanno come conseguenza il rischio di morte per persone con comportamenti problematici, oltre che indurre le stesse a relazioni potenzialmente dannose con le sostanze, afferma Roberts.

"C'è un effetto bifasico con la cannabis se si vuole avere la giusta quantità", dice, il che significa che piccole dosi possono avere l'effetto opposto rispetto a dosi più elevate. Ad esempio, se si desidera utilizzare il THC per il sollievo dall'ansia, 10 milligrammi potrebbero essere perfetti, mentre 20 milligrammi potrebbero dare attacchi di panico. *"Se vuoi usarlo a scopo terapeutico, è meglio usarne troppo poco e non troppo"*, dice Roberts. *"Se hai problemi con la motivazione del tuo consumo, la questione diventa gigantesca e può diventare un problema se usi troppa cannabis"*.

In effetti, la ricerca ha scoperto che le persone che fumano composti più forti di cannabis tendono a fumare meno, dal momento che riescono ad avere soddisfazione anche con meno consumo. Secondo una ricerca del 2014 della Society for the Study of Addiction, i consumatori di cannabis autoregolano l'assunzione di THC inalando meno fumo quando fumano sostanze più potenti. Ma i ricercatori hanno anche scoperto che *"questo non compensa completamente il consumo maggiore di cannabis quando si usa la cannabis forte"*. Quindi, quelli che consumano più cannabis sono prevedibilmente esposti a più THC. Tuttavia, le loro abitudini di consumo possono essere viste come un preannuncio della dipendenza dalla cannabis quando vanno oltre i loro abituali consumi mensili di THC. *"Se osservi le reazioni fisiologiche di persone che usano più cannabis della loro media, si può verificare che se ti fermi per un giorno o due, torni ai tuoi livelli base di tolleranza"*, dice Roberts. Quando si esamina la dipendenza dalla cannabis, la scienza fornisce alcune prove sfumate, se non in qualche modo contrastanti.

In un altro studio del 2017 dal Laboratorio di neuroscienze comportamentali dell'Università di Creta, i ricercatori hanno scoperto che il THC "non ha la capacità di indurre dipendenza fisica, poiché non vi sono prove di una forte reazione sul copro".

Certo, i sintomi dell'astinenza dalla cannabis sono piuttosto sottili - cioè irritabilità e ansia - specialmente in contrasto con i più gravi disturbi fisici provocati dall'astensione improvvisa da droghe più pesanti come gli oppiacei o persino l'alcol.

La particolarità della cannabis è che, a differenza dei narcotici più forti, i prodotti ricavati dalla stessa pianta possono anche essere usati per trattare i sintomi dell'astinenza da THC. Per esempio, i ceppi alti di CBD possono essere usati per sedare le reazioni alla mancanza di THC, sottolinea il dott. Felice. Tuttavia, solo perché qualcuno sperimenta i danni derivati da una sostanza non significa che non possa essere usato come farmaco, osserva. Ad esempio, le persone che assumono Aleve o Advil ogni giorno per il mal di testa, possono avvertire un "mal di testa di rimbalzo" quando non ne assumono.

Spesso i sintomi della sospensione del consumo di cannabis possono essere espressione di fattori psicologici nascosti che hanno spinto la persona a sviluppare comunque la dipendenza. In uno studio del 2016 pubblicato sul Journal of Studies on Alcohol and Drugs, i ricercatori hanno scoperto che *"la sensibilità all'ansia e l'intolleranza al disagio"* sono premonitori di sintomi, problemi e desiderio di dipendenza dalla cannabis. Secondo lo studio, il 43-48% delle persone con disturbo da uso di cannabis ha anche un disturbo relativo ad ansia o umore.

Parte del problema è che quando i pazienti cercano effettivamente di auto-medicarsi con un prodotto a base di cannabis, si fidano di coloro che elargiscono informazioni mediche. Mancando l'adeguata formazione medica per aiutare i consumatori a fare scelte ben informate sulla cannabis, può essere difficile per i pazienti prendere le giuste decisioni quando scelgono i loro prodotti e decidono quanto consumarne, sottolinea Roberts.

"Non dare questo farmaco ai pazienti non è la soluzione", dice Jahan Marcu, direttore operativo e direttore della farmacologia sperimentale e ricerca comportamentale presso l'IRCCMH e Chief Science Officer presso Americans for Safe Access. *"Sovrastimare le problematiche non induce ad un vero confronto e mina la protezione della salute"*

pubblica".

Anche se i prodotti a base di cannabis degli ultimi anni possono mostrare un aumento di potenza, la maggior parte di coloro che consumano cannabis, lo hanno fatto sotto forma di hashish o di un estratto concentrato, sottolinea Marcu. *"È un po' fuorviante parlare di potenza come se fosse una cosa nuova quando nella storia dell'umanità, la gente ha prodotto estratti come l'hashish e li ha consumati"*, dice. Storicamente, questi prodotti estratti dalla cannabis potevano avere tra il 50 e il 70 per cento di THC, aggiunge, come evidenziato dalle scoperte archeologiche.

Inoltre, dice Marcu, quando parliamo di persone che vanno in trattamento per la cannabis, è importante ricordare che ad una certa quantità di queste persone viene ordinato di farlo da parte del tribunale, visto che devono poter scegliere tra andare in prigione o seguire un trattamento contro l'abuso di sostanze. Quindi, le statistiche per la dipendenza da marijuana possono essere significativamente gonfiate. *"Le persone dovrebbero distinguere le politiche e le leggi rispetto alla scienza"*, dice Marcu. *"Solo perché più persone entrano in terapia a causa della dipendenza dalla cannabis non significa che siano lì per questo."*

Il maggior rischio derivante da estratti e altri prodotti ad alta potenza non spiega la tendenza ad avere problemi col consumo di cannabis, ma lo spiega invece la potenziale esposizione a contaminanti, aggiunge. Quando i cannabinoidi sono in forma concentrata, così come le sostanze chimiche con cui sono confezionati, è una buona ragione per testare i prodotti a base di cannabis.

Un consumatore di cannabis informato ed educato è la chiave per promuovere un uso salutare di questa sostanza – cosa che non può essere se una persona semplicemente non sa come trattare la sua condizione, o se sta solo provando, consapevolmente o meno, ad usare medicalmente la sostanza per affrontare un problema psicologico o una carenza di endocannabinoidi. Ma il modo in cui i pazienti, i medici e soprattutto i media trattano la questione è importante: per elaborare politiche e pratiche di riduzione del danno sulla cannabis e il suo consumo salutare, sarà necessaria una certa attenzione alle sfumature e ai dati statistici.

(articolo di Madison Margolin, esperta di cannabis, pubblica su vari media tra cui Playboy e Los Angeles Time Weekly. Dalla rivista Merry Jane del 20/07/2018)