

Rischi senza panico

Sotto l'effetto. Memoria, attenzione e controllo dei movimenti funzionano peggio. Secondo le revisioni il rischio di incidenti stradali sale da 1,25 a 2,66 volte, con l'alcol di più. Agitazione, ansia, panico e confusione sono più frequenti con poca esperienza e molto THC. Il polso sale. Gli studi indicano più rischio di infarto nella prima ora, soprattutto con malattie pregresse; i dati sono pochi.

Con un consumo frequente e prolungato.

- Dipendenza: circa una persona su undici tra chi ha mai consumato cannabis sviluppa un disturbo legato alla cannabis. Da un consumo settimanale il rischio sale nettamente.
- Psicosi: il rischio cresce con l'intensità del consumo, rispetto a chi non consuma da 1,4 a 2 volte con consumo occasionale e da 2 a 3,4 volte con consumo intenso. Più a rischio le persone predisposte, particolarmente rischioso molto THC.
- Vie respiratorie: chi fuma tosse di più e ha più spesso bronchite cronica. Il tabacco nuoce in più.
- Memoria: il consumo regolare la peggiora; smettendo i disturbi regrediscono in gran parte.
- Ansia e depressione: rischio un po' più alto; se la causa sia la cannabis è incerto.
- I cannabinoidi sintetici, a volte mescolati a prodotti di origine ignota, hanno effetti poco prevedibili; ci sono stati decessi.

Ridurre i rischi. La scelta più sicura è non consumare. Chi consuma può ridurre molto i rischi. Le linee guida internazionali per un consumo a basso rischio, che il BIÖG raccomanda agli adulti, dicono: iniziare tardi o mai, meno THC, non fumare e niente tabacco, prudenza con i commestibili, di rado invece che ogni giorno, fare pause, conoscere la provenienza, non combinare, non guidare. Il rischio è massimo quando più fattori si sommano, come inizio precoce, consumo frequente e molto THC.

Da ricordare

- Frequenza, quantità e contenuto di THC determinano il rischio.
- Psicosi in famiglia: rinunciare.
- Se fatichi a rispettare questi punti: fai il test di autovalutazione o cerca una consulenza.

Fonti: BMG (2017), rapporto breve «Cannabis: Potenzial und Risiken» (CaPRis); National Academies of Sciences (2017), The Health Effects of Cannabis and Cannabinoids; Fischer et al. (2022), Lower-Risk Cannabis Use Guidelines, International Journal of Drug Policy 99.

Dettagli: csc.do/it/prevenzione/informazioni/rischi-senza-panico/ ·
Cannabis Social Club Dortmund e.V. · Aggiornato al 28 settembre 2026 ·
Condivisibile senza modifiche (CC BY-ND 4.0)



Modulo completo