O que a canábis faz no corpo

As substâncias ativas. A canábis contém muitos canabinoides; os mais conhecidos são o THC e o CBD. O THC tem efeito psicoativo, o CBD não. Na planta fresca, existe sobretudo THCA; só com o calor se forma THC a partir dele. A marijuana são as flores secas, o haxixe é a resina prensada. O teor de THC varia muito.

Como atua o THC. O corpo tem um sistema canabinoide próprio. O THC liga-se aos seus recetores. Os recetores CB1 estão sobretudo no cérebro. No sistema de recompensa, o THC aumenta indiretamente a dopamina. Isso explica a euforia e também porque é que a canábis pode causar dependência. O THC atua, entre outros, na memória e nas emoções, na coordenação e na noção do tempo, no ritmo cardíaco e na digestão.

De que depende o efeito. Teor de THC, quantidade, forma de consumo, estado físico e psíquico e ambiente. Muitas pessoas sentem relaxamento e bom humor. Também são possíveis agitação, ansiedade, pânico e perceção distorcida, sobretudo com muito THC ou num mau momento.

Quanto tempo dura. Ao fumar ou vaporizar, o efeito surge quase logo, é máximo após cerca de um quarto de hora e passa em grande parte após duas a três horas. Mesmo que já não sintas nada, a tua capacidade de condução pode continuar reduzida. Ao comer ou beber, surge com atraso, muitas vezes de repente, e é difícil de prever.

No corpo. São frequentes boca seca, olhos vermelhos, coração acelerado, tonturas e fome intensa. A concentração, a memória e a capacidade de reação diminuem sob o efeito. Isso aumenta o risco de acidentes na estrada e no trabalho.

Durante quanto tempo é detetável. Metabolitos na urina: após consumo único, cerca de três dias; com consumo diário, dez a 15 dias; com consumo intenso e prolongado, até mais de 30 dias. Os valores variam muito.

A reter

- Ingerida: não tomes mais só porque ainda não sentes nada.
- Depois de consumir, não conduzas nem trabalhes com máquinas.
- O efeito passa ao fim de horas, a deteção não.

Fontes: drugcom.de (BIÖG), Drogenlexikon, entrada Cannabis; NIDA, Cannabis and the Brain; Moeller, Lee, Kissack (2008), Urine Drug Screening, Mayo Clinic Proceedings 83(1).

Detalhes: csc.do/pt/prevencao/informacao/o-que-a-canabis-faz-no-corpo/ · Cannabis Social Club Dortmund e. V. · Atualização: 07/10/2026 · Partilhável sem alterações (CC BY-ND 4.0)

Módulo completo