



# Le Dipendenze



# COSA SONO LE DIPENDENZE?

La dipendenza è una malattia cronica e ricorrente del cervello. Si basa sul consumo, o l'uso di sostanze o altri comportamenti simili. Lo sviluppo di questo comportamento implica per la persona dipendente l'incapacità di controllarlo, la difficoltà di astenersi.

Ciò crea problemi nella vita della persona dipendente, pregiudicando la qualità di vita. Oltre alle dipendenze da sostanze tossiche, esistono diverse dipendenze da :

- Alcol (alcolismo)
- Droga (cocaina,cannabis,ecc.)
- Gioco d'azzardo (ludopatia)
- Cellulare (nomofobia)



# Tossicodipendenza



Con dipendenza da droga, o tossicodipendenza, si intende la condizione di quelle persone che fanno uso ripetuto e compulsivo di droghe con dosaggi costanti o crescenti per godere delle conseguenze collaterali che la sostanza gli comporta, causando effetti nocivi nell'individuo sia a livello fisico che attitudinale. La dipendenza da droga si caratterizza per un insieme di sintomi comportamentali e fisici



# Gioco D'Azzardo



Il gioco d'azzardo può favorire la presenza di una serie di comportamenti problematici che possono condurre fino ad una vera e propria patologia riconosciuta come Gioco d'Azzardo Patologico (GAP). Ma va ricordato prima di tutto che il gioco d'azzardo è vietato alle persone minorenni. Per questo è bene sempre confrontarsi con i genitori prima di iniziare qualsiasi un gioco online.

Il principale rischio del gioco d'azzardo è la dipendenza. Non riuscire più, letteralmente, a smettere di giocare. Un primo campanello d'allarme è quando i soldi cominciano a finirti molto prima del solito, quando inizi a scegliere di giocare online piuttosto che uscire con gli amici.

Chi dipende dal gioco perde la capacità di controllare volontariamente i propri comportamenti.

Chi dipende dal gioco non riesce più a stabilire e rispettare un limite di tempo e denaro da impiegare.

Chi dipende dal gioco ha come unico scopo della giornata la ricerca dell'attività che genera piacere.

Chi dipende dal gioco diventa irrequieto e irritabile quando tenta di interrompere il gioco o qualcuno prova a farlo smettere.



# Nomofobia



Nomofobia : è la parola che descrive la sofferenza transitoria legata al non avere il telefono cellulare a portata di mano e alla paura di perderlo. Si accompagna a questo la sensazione di panico che coglie all'idea di non essere rintracciabili, la necessità di un costante aggiornamento sulle informazioni condivise dagli altri e la consultazione del telefono in ogni momento e in ogni luogo.

Per descrivere questo fenomeno è stato coniato un nome, Nomofobia (Sindrome da Disconnessione), si riferisce alla paura di rimanere fuori dal contatto di rete mobile. Una delle caratteristiche della nomofobia è proprio quella sensazione di panico che coglie all'idea di non essere rintracciabili. Si accompagna a questo la necessità di un costante aggiornamento sulle informazioni condivise dagli altri e la consultazione del telefono in ogni momento e in ogni luogo.



# Sintomi Delle Droghe



I sintomi variano in funzione della sostanza e della relativa quantità:

- Nel caso di ecstasy, MDMA e ketamina gli effetti sono estrema euforia, alterazione della vista, udito e gusto, perdita di coscienza e di memoria, tachicardia e sonnolenza
- Con l'assunzione di marijuana e hashish i sintomi più frequenti sono ipertensione, fame chimica, occhi arrossati, rallentamento dei riflessi, tachicardia e vuoti di memoria
- Nel caso di sostanze stimolanti come la cocaina e l'anfetamina, i principali sintomi sono anoressia, congestione e danno alla mucosa nasale, insonnia, irritabilità e paranoia



# Alcolismo



La dipendenza alcolica, o alcolismo, è caratterizzata da un comportamento di ricerca compulsiva di bevande alcoliche, (per raggiungere un determinato effetto desiderato dall'individuo è costretto a bere quantità sempre maggiori di bevande alcoliche). Gli effetti dell'alcolismo interferiscono pesantemente con la salute della persona e con la sua vita lavorativa, relazionale e sociale. L'**alcolismo** è definito dalla contemporanea presenza di:

1. Perdita di controllo del consumo di alcolici: evidenziabile dal “fenomeno del primo bicchiere”
2. Dipendenza: incapacità di rinunciare all'assunzione di alcool e conseguente sforzo per procurarselo, dovuto all'irresistibile desiderio legato al piacere dell'assunzione
3. Cambiamento dello stile di vita caratterizzato dalla tendenza all'isolamento, dal deterioramento fino alla perdita delle abituali relazioni sociali.
4. Problemi familiari, o comunque della rete sociale personale, che possono giungere alla disgregazione del tessuto familiare e alla comparsa di franche manifestazioni di sofferenza psichica

**Creato da Elisa  
Mazzarella**