

Quando un momento piacevole diventa abitudine

Capire la cannabis e l'alcol nella terza età



Cosa sono cannabis e alcol?

- Sia la cannabis che l'alcol sono droghe autorizzate in Canada.
- La cannabis viene utilizzata per motivi medici e non medici.¹
- Viene assunta sia tramite il fumo, sia ingerita.
- Sappiamo molto poco sugli effetti della cannabis sugli anziani, perché è stata legalizzata solo di recente.²
- L'alcol è una droga, che può essere nociva non solo a chi ne fa uso, ma anche alle persone circostanti.³

Cos'è un uso problematico?

L'abuso di alcol e cannabis può trasformarsi in dipendenza, perdita di controllo sulle quantità assunte e in un uso continuo, nonostante le conseguenze negative.⁴

Quali sono le linee guida per l'uso di alcol e cannabis?

- L'unico modo per evitare qualunque rischio è di assumere nessuna delle due sostanze⁵
- Darsi un limite e rispettarlo⁶
- Tenere presente la propria età, peso e salute⁶

Dove posso trovare aiuto?



Le risorse e il supporto per l'igiene mentale e le dipendenze sono disponibili nella tua comunità.

Per ulteriori informazioni, contatta una delle seguenti organizzazioni:

Ontario Addiction Treatment Centres

<https://www.oatc.ca/> 1-877-937-2282

Community Information Centres

www.211Ontario.ca Chiama 211

ConnexOntario

Linea attiva 24 ore al giorno, tutti i giorni, riservata e gratuita, sull'igiene mentale, le dipendenze e i problemi del gioco d'azzardo, con servizi in tutto l'Ontario.

www.connexontario.ca

1-866-531-2600

Centre for Addiction and Mental Health

www.camh.ca 1-800-463-2338

Risorse

Addiction: An information guide, Centre for Addiction and Mental Health

<https://www.camh.ca/-/media/files/guides-and-publications/addiction-guide-en.pdf>

Do you know: Alcohol, Centre for Addiction and Mental Health <https://www.camh.ca/-/media/files/guides-and-publications/dyk-alcohol.pdf>

Referenze

1. Haug, N.A., Padula, C.B., Sottile, J.E., Vandrey, R., Heinz, A.J. & Bonn-Miller, M.O. (2017). Cannabis use patterns and motives: a comparison of younger, middle-aged, and older medical cannabis dispensary patients. *Addictive Behaviors*, 72, 14–20.
2. Han, B.H., Sherman, S., Mauro, P.M., Martins, S.S., Rotenberg, J. & Palamar, J.J. (2017). Demographic trends among older cannabis users in the United States, 2006–13. *Addiction*, 112 (3), 516–525.
3. Nutt, D.J., King, L.A. & Phillips, L.D. (2010). Drug harms in the UK: a multicriteria decision analysis. *The Lancet*, 376 (9752), 1558–1565.
4. Herie, M. (2010). *Addiction: An information guide: A guide for people with addiction and their families*. Toronto, ON: Centre for Addiction and Mental Health.
5. Butt, P., Beirness, D., Gliksman, L., Paradis, C. & Stockwell, T. (2011). *Alcohol and health in Canada: A summary of evidence and guidelines for low risk drinking*. Ottawa, ON: Canadian Centre on Substance Abuse.
6. Fischer, B., Russell, C., Sabioni, P., Van Den Brink, W., Le Foll, B., Hall, W. et al. (2017). Lower-risk cannabis use guidelines: A comprehensive update of evidence and recommendations. *American Journal of Public Health*, 107 (8), e1–e12.

Realizzato dal Centre for Addiction and Mental Health, con i fondi del Ministero dell'Ontario per gli Anziani e l'Accessibilità

© Centre for Addiction and Mental Health and COSTI Immigrant Services [2021]. No unauthorized copying or distribution without the permission of Centre for Addiction and Mental Health and COSTI Immigrant Services.

