



# drogas



Licenciado pelo Ministério da Saúde - IDT 97/2002

Licenciado pela Entidade Reguladora da Saúde - ERS 18624

Membro do British Association for Counselling and Psychotherapy - BACP 546670

Membro da European Association Treatment of Addiction - EATA 1098577

**+351 262 598 028**

**+351 918 120 945**

villaramadas.com



Apartado 1076, E. C. Santana  
2401-801 Leiria  
Portugal







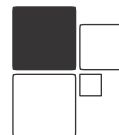
DEPÓSITO LEGAL N.º

---

Proibida a venda. Todos os direitos reservados. Este livro não pode ser reproduzido, no todo ou em parte, por qualquer processo mecânico, fotográfico, electrónico ou por qualquer meio de gravação, nem ser introduzido numa base de dados, difundido ou de qualquer forma copiado para uso público ou privado – além do uso legal como breve citação em artigos e críticas – sem prévia autorização do autor.

---

Copyright © 2009 por Eduardo da Silva



---

drogas

---



## Nós, em VillaRamadas dedicamo-nos à Mudança.

Entendemos que o seu percurso até este ponto tem sido muito difícil e que tem sofrido imenso. A pessoa com quem você se preocupa não é má, mas sim um indivíduo que sofre de uma doença que pode ser tratada se tiver vontade de trabalhar em conjunto com a nossa equipa de profissionais altamente especializados.

A equipa terapêutica produziu esta literatura para ajudá-lo a entender a natureza da doença de que o seu ente querido sofre. O processo nunca é fácil, mas é absolutamente fundamental para o sucesso do mesmo, que você compreenda e acredite que os próximos meses poderão implicar a Mudança do indivíduo.

O seu ente querido terá de ser o principal agente activo e o que podemos assegurar-lhe é que a equipa de VillaRamadas empenhar-se-á em conjunto neste processo.

Depois de ter lido esta literatura, se necessitar de mais informações, não hesite em contactar com VillaRamadas.

Desejamos-lhe força para o futuro,  
A Equipa Terapêutica





## Testemunho

Quando entrei na adolescência comecei a ter sentimentos de inferioridade em relação aos meus amigos e como sentia muita vergonha em ser como era, necessitava de fingir que era mais confiante e extrovertido para conseguir ter a aceitação e a aprovação dos meus amigos, para me sentir melhor comigo.

Na altura do secundário a minha busca de aceitação dos outros continuou e comecei a viver para os meus amigos. Experimentei então drogas pela primeira vez, por curiosidade, mas penso que acima de tudo, para alimentar a minha necessidade de sentir que era igual aos meus amigos.

Aqui começaram as mentiras à minha família, comecei a esconder tudo o que realmente se passava comigo, a ser irresponsável na escola, coisa que até essa data, não tinha acontecido.

A minha energia deu lugar a uma desmotivação enorme e uma preguiça gigante. A minha prioridade continuou a ser mais do que nunca, estar com os meus amigos, estar fora de casa e consumir cada vez mais drogas.

A relação com a minha família tornou-se horrível e eu não ouvia nada do que eles me diziam. Comecei a sentir-me frustrado e senti a necessidade de experimentar outras drogas mais fortes.

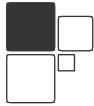
A partir daí nunca mais parei porque foi como uma paixão, parecia que estava numa permanente lua-de-mel. Pensava que tinha encontrado uma estabilidade e igualdade que tanto procurava mas que se vieram a revelar completamente fictícias.

Passado pouco tempo comecei a sentir que me fugia o controlo da situação e que a mesma se agravava rapidamente.

Eu não quis olhar honestamente para o que estava a acontecer comigo e continuei a usar drogas de uma forma cada vez mais compulsiva.

Nos anos seguintes este pesadelo continuou a agravar-se e fez estragos suficientes na minha vida para eu chegar quase ao ponto de desistir de mim e entregar-me à auto-destruição total.





A minha família vivia destroçada. Eu também não conseguia terminar nada na minha vida porque a droga não deixava nenhum espaço para os meus objectivos.

Tornei-me uma pessoa super infeliz, manipuladora, mentirosa, sem sentimentos e acentuei ainda mais o não gostar de mim.

Tive consequências em todas as áreas da minha vida, mas considero que as maiores, foram a destruição interior que se agravou imenso de dia para dia. Deixei completamente de acreditar em mim e afastei-me muito das pessoas que amava. Perdi a confiança de todos devido às milhares de mentiras, milhares de promessas que nunca se vieram a realizar.

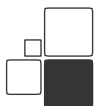
Não terminei o curso superior e, a nível profissional todos os empregos que fui arrançando foram sempre temporários e precários só pela minha irresponsabilidade.

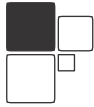
Estou farto de perder tempo!!!  
Estou cansado de adiar a minha vida!!!



*“A vida é maravilhosa senão se tiver medo dela.”*

Charles Chaplin





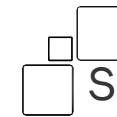
## O que é

Droga é toda a substância que, quando introduzida no organismo de um indivíduo, modifica uma ou mais das suas funções.

São vários os tipos de drogas: hipnóticas, ansiolíticas, analgésicos narcóticos (ex: heroína, morfina, ópio, buprenorfina), psicóticos, estimulantes de vigília (ex: speed, anfetaminas), estimulantes do humor (ex: cocaína, crack, ecstasy, MDMA, booty bumping, parachuting, sextasy, bromo dragonfly, DOC, XTC, after turner, blue mystic), alucinogénicos (ex: LSD, PCP, cetamina, AMT, DPT, DMT, DOM, angel dust), derivados de cannabis (ex: haxixe), depressores (ex: poppers, GHB).

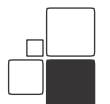
Nas consequências do consumo de drogas, encontram-se dificuldades relacionadas com o afastamento do paciente relativamente à família, a ruptura da vida social, o desenvolvimento de comportamentos anti-sociais que, por vezes, se podem tornar criminosos e, problemas económicos.

Embora os especialistas reconheçam que o aparecimento de novas substâncias se processa de forma muito rápida, não chegam a acordo sobre as suas consequências, em termos de saúde, a médio e longo prazo.



## Sabe-se que o consumo de droga causa:

- problemas de fluidez verbal
- problemas na velocidade de processamento de informação
- problemas da memória a curto prazo
- morte de células cerebrais (neurónios)
- toxicidade aguda e crónica que afecta diferentes órgãos

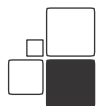






## Sinais de alerta

- Postura ansiosa e stressada
- Pouco diálogo ou nenhum com a família
- Existência de vida dupla
- Mentiras e desculpas constantes
- Isolamento
- Deixar de atender o telemóvel a qualquer hora do dia
- Gastar e pedir mais dinheiro do que é habitual
- Justificações extraordinárias
- Imaturidade
- Reacções agressivas no diálogo com os outros
- Mania da perseguição
- Falta de apetite
- Redução do peso
- Alteração dos ciclos de sono
- Falta de responsabilidade (escola, trabalho, amigos, família)
- Egoísmo desmedido





## A arte de manipular

Numa desintoxicação feita em casa, com o apoio da minha família, manipulei-os e assustei-os bastante. Disse que ia para o meu quarto e que queria estar sozinho e, por volta das duas horas da madrugada, quando sabia que eles já estariam a dormir, um amigo, a quem tinha telefonado para me trazer droga, entrou no meu quarto pelo telhado e a minha família ouviu o barulho e acordou.

Ainda viram o meu amigo a sair de lá e, depois, quando vieram ao meu quarto saber o que se passava e a pedirem-me para eu lhes dar a droga, eu disse-lhes que não tinha nada e que estava tudo bem porque o meu amigo não me tinha trazido nada.

Inventei as mentiras mais mirabolantes para eles me darem dinheiro. Ou dizia que tinha de comprar um livro ou ir jantar com alguém em que eles confiavam, ir à praia, ou outra mentira qualquer, quando no fundo apenas queria dinheiro para comprar drogas.

A minha família começou a fazer-me testes regulares de urina para detectar se eu tinha ou não consumido drogas mas, a verdade, é que eu sempre consegui enganá-los no resultado do teste. Várias vezes pedi urina a amigos que não consumiam para que o resultado do teste fosse negativo e eu pudesse continuar livremente a consumir as minhas drogas sem ser “apanhado”.

A determinada altura, quando consumia uma determinada droga, foi-me prescrito um antagonista. Continuei a manipulá-los da mesma forma para continuar a manter a confiança da parte deles e, assim, poder fazer exactamente aquilo que eu queria e não ter de mudar nada nos meus comportamentos. Sentia-me contente por eles não me apanharem e eu poder ir comprar mais uma dose.

Sempre que havia alguma festa familiar, ou não aparecia ou então chegava sempre super atrasado, pondo o meu egoísmo sempre à frente dos sentimentos dos outros, arranjando sempre as justificações perfeitas para não ter de assumir a minha falta de respeito.





## Carta à minha doença

### ODEIO-TE:

Estou a escrever-te para te dizer que te odeio por me teres destruído durante tantos anos, sem que eu sequer pudesse, de facto, ver-te tal como és.

Disseste-me ao ouvido que a droga era a solução para a minha infelicidade e fizeste-me acreditar que eu tinha encontrado o meu melhor amigo.

És manhosa e covarde porque nem sequer te mostraste de frente. Quiseste dar-me a entender que eu te conseguia controlar e quando abri os olhos, foi para sentir com dor todas as consequências horríveis que me ofereceste.

Dei por mim a ser outra pessoa, uma pessoa má, uma pessoa sem amor e respeito por nada, uma pessoa que, se fosse necessário, roubava a família sem pestanejar, para te sustentar, uma pessoa sem tempo para viver, pois vivia unicamente para ti.

Odeio-te por todos os dias de desespero, confusão, sofrimento, e tu não me deixavas respeitar-me e ser eu. Limitaste os meus horizontes, as minhas expectativas.

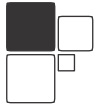
Cheguei a um ponto em que me senti muito cansado e quase tomei a decisão de me entregar a ti, já com a consciência de que me irias matar.

Mais uma vez te digo, não, grito-te:

**Odeio-te!**

Tiraste-me a liberdade, escravizaste-me, fiquei a trabalhar para ti vinte e quatro horas por dia, sete dias por semana.





## Psico terapia

Nós, em VillaRamadas, acreditamos que o primeiro passo em direcção a um tratamento é o indivíduo admitir honestamente a sua doença.

A nossa abordagem terapêutica permite que o indivíduo se possa conhecer melhor, adquirindo um crescimento interior e uma auto-descoberta.

A psicoterapia é, nos dias de hoje, uma prática corrente e reconhecida por todos como uma forma de intervenção, que visa melhorar a qualidade de vida dos indivíduos. Utiliza várias técnicas e métodos para ajudar a descobrir novos horizontes e um sentido para a vida.

Através desta intervenção, o indivíduo é orientado a ser mais responsável, equilibrado, confiante, dinâmico, produtivo socialmente, restabelecendo uma harmonia total entre o lado emocional, racional e comportamental.

# Parar de Sofrer é uma Escolha e um Acto de Coragem



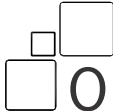
A duração do processo terapêutico é única para cada indivíduo, assentando no nosso modelo Integrativo.





## O que mudou em mim

- Aprendi a conhecer-me e a gostar de mim como sou.
- A culpa e a vergonha do passado, estão a desaparecer aos poucos com o amor que recebo todos os dias.
- Hoje aceito o que penso e os meus sentimentos e, sejam eles quais forem, goste ou não goste, lido com eles e falo de mim, sem ter que fugir ou refugiar-me no que quer que seja pelo medo de sentir.
- Aprendi a ser o meu melhor amigo e a quebrar a minha tendência para me deixar em último lugar.
- As dificuldades e os desafios continuam a ser os mesmos de sempre, mas eu é que estou diferente.
- Hoje guio-me pela minha consciência. Já não sou refém do que os outros pensam.



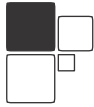
## Olá pai, Olá mãe

“Quero pedir-vos perdão por todos os danos que vos causei, por todos os roubos, mentiras, vergonhas, agressões verbais, faltas de respeito e incapacidade de vos ouvir.

Peço-vos desculpa por não ter conseguido ver que vocês só queriam que eu fosse feliz e que só me queriam ajudar. Quero agradecer-vos por todo o amor que sempre me deram e por nunca terem desistido de me tentar mostrar que eu mereço mais do que viver para uma dose, por terem sempre tentado mostrar-me as minhas qualidades e por terem empenhado a vossa vida a ajudar-me sem limites.

Com um amor gigante que hoje me emociona e faz chorar de alegria, de gratidão, vocês são os melhores do mundo e eu AMO-VOS.”





## VillaRamadas

International Treatment Centre

VillaRamadas é o fruto da ideia de Eduardo da Silva. Enquanto foi Director Executivo de um dos centros de tratamento mais influentes e prestigiados do Reino Unido, ganhou experiência e qualificação valiosas em diferentes áreas terapêuticas. É membro da British Association for Counselling e Psychotherapy.

Regressou ao seu país natal, Portugal, para fundar um Centro de Tratamento *Premium* da Europa, tratando indivíduos oriundos de todo o mundo em 4 línguas diferentes.

VillaRamadas possui uma equipa de profissionais com mais de quarenta anos de experiência que se dedicam a motivar e a produzir a Mudança.

Somos especializados no tratamento de dependências químicas (drogas legais, ilegais e álcool), comportamentais (anorexia, bulimia, transtorno obsessivo-compulsivo, fobias, jogo, raiva, compras, internet e sexo) e emocionais (co-dependência, depressão, auto-mutilação e processo de luto).

A equipa é multidisciplinar e orienta o paciente num programa terapêutico único e personalizado, situação pela qual nos tornámos reconhecidos.

VillaRamadas está situada na zona centro de Portugal, a cerca de uma hora de Lisboa, proporcionando diferentes unidades terapêuticas inseridas em ambiente rústico, de praia ou citadino.

