

PRO-BEN 2025

al Peri

MODULO (IN)FORMATIVO ADDITTOLOGICO

IN 4 TEM(P)I

DESTINATARI:

-PRIMO TEMPO: ALLIEVI – DOCENTI -FAMILIARI DEGLI ALLIEVI
-SECONDO, TERZO, QUARTO TEMPO: ALLIEVI – DOCENTI

[Il presente testo viene distribuito ai partecipanti]

PROLOGO

I concetti “*che non suonano bene*” (sic) debbono essere affrontati e non evitati ne’, ed e’ quel che sarebbe’ peggio, banalizzati.

E allora Pillole di **Addittologia** alias **Medicina delle Dipendenze** possono servire a:

- informare** per poi
- formare** per poi
- prevenire** e
- **curare**.

Cosa ??

Risposta: **Disturbi**, a volte esiziali, che avvelenano la vita di chi suona.

Due premesse alla presentazione delle 4 pillole di questa prima (in)formazione, che somministreremo in 4 tempi / 4 temi:

A-non c’e’ bisogno che si instauri una dipendenza ex - DSM 5 TR da una sostanza psicoattiva perche’ quella sostanza produca un danno alla salute e quindi alla...”capacita’ di suonare”:

B- la farmaco-tossicodipendenza **genera** e **rivela** disagio e sofferenza mentale.

L’Addittologia moderna e’ molto attenta a quel “genera”.

Le dipendenze patologiche (riprendiamo il lessico del bando Pro-Ben) non sono condizione necessaria ne’ sufficiente perche’ una malattia mentale invalidante si manifesti in chi fa musica.

Vedere il Capitolo sui turbamenti dei grandi compositori del libro Psicorock di Gaspare Palmieri.

A proposito di Dipendenze/Abusi o Misusi di sostanze e disturbi mentali il circolo vizioso “Dipendenza/misuso di AOD - Disturbo- Dipendenza/misuso di AOD” non e’ stato nominato nei precedenti incontri a proposito di distress: lo faremo allora noi qui, e lo faremo sviluppando il discorso, come e’ ovvio; e nominando non solo i meccanismi patogeni, ma anche le sostanze psicoattive che ne stanno alla base. Il momento informativo infatti e’ ineludibile, per quanto nell’educazione alla salute nelle Scuole (e qui siamo in una Scuola...o no??) il mantra da sempre sia quello di non trattare nel senso di descrivere l’aspetto merceologico e etnografico delle sostanze assunte a scopo voluttuario per non ingenerare curiosita’ e spinta a sperimentare in chi magari psiconauta lo e’ gia’ *in nuce*...!

Senza informazione “non si danno” **consapevolezza** e poi **motivazione** e poi **determinazione** al **cambiamento** (di un’attitudine, di un’abitudine, di uno stile di vita) e **cambiamento**.

SECONDA PILLOLA: ARDERE O FUMARE ?

Webinar serale aperto ad ALLIEVI e DOCENTI
in data 15 aprile 2025, ore 21-23

E’ possibile rispondere al quesito di traverso vale a dire: “svapare !”

E se invece affrontiamo il dilemma?

Ardere e’ pericoloso e dannoso se il risultato e’ la cenere. Fumare lo e’ sempre e lo e’ per se’ e per gli altri.

Tabacco-cannabis, light compresa-Crack-Eroina. E poi lo SVAPO.

Tabaccologia moderna – Cannabis e salute; cannabis e legge.

Cannabis e salute mentale: CENNI

Cannabis e facolta’ mentali, creativita’ inclusa: come stanno le cose ?

Circa le abitudini voluttuarie nel nostro Paese, tutto cio’ che viene combusto=bruciato e’ tossico se inalato perche’ comporta l’ingresso nell’organismo di CO, IPA e altre sostanze cancerogene oltre a sostanze irritanti e nicotina. Quest’ultima a meno che non si fumino spinelli senza tabacco, e’ presente anche nel fumo di marijuana e hashish a prescindere dal loro tenore (si dice “concentrazione” di solito, ma qui siamo in Conservatorio...) di THC, ma non nella cannabis light.

[Di crack oggi non parliamo se non nella misura in cui e’ doveroso capire cosa vuol dire fumarlo: tutti i sistemi che si vedono anche nei narghile’ nelle distese dei bar etnici, metropolitani di solito, utilizzati per vaporizzare sostanze aromatiche ed inalarle non producono in realta’ fumo propriamente detto, ma vapore o meglio aerosol. E il crack e’ uno di questi casi: avviene la vaporizzazione di cocaina precedentemente lavorata cosi’ da farla passare da polvere (cocaina cloridrato) a una sorta di pasta (che non e’ “pasta di coca”, ma cocaina cosiddetta “basata”); la vaporizzazione e’ ottenuta con strumenti rudimentali oppure arnesi ad hoc, che sono pipe ad acqua in pratica, ove il riscaldamento della cocaina basata, piu’ che la sua combustione, genera il vapore/aerosol che viene “fumato”. In realta’ trattasi di vapore inalato, un vapore meno vaporoso di quello delle e-cig , ma sempre vapore e’. Di crack comunque parleremo al terzo nostro incontro, in maggio, quando parleremo di cocaina].

E-cig e inalazione di tabacco riscaldato con IQOS e altri marchi commerciali

Qui sono in gioco vapori diversi.

Il CO e’ presente nei vapori di tabacco riscaldato.

La dipendenza da detti strumenti e’ frequente perche’ la nicotina viene assunta come accade con le sigarette tradizionali.

La dipendenza duale (vale a dire il consumo alternato di e-cig/prodotti con tabacco riscaldato e sigarette tradizionali) e’ frequente in fumatori/svapatori di qualunque eta’.

Il fenomeno paradossale per cui si inizia a svapare per poi finire a fumare sigarette non e’ affatto raro ed e’ confinato in pratica alle frange giovanili degli svapatori.

In Tabaccologia Medica prescrivere e – cig o tabacco riscaldato “non si fa”, ma vi puo’ essere da parte del *case manager* una certa tolleranza, mai ammiccante, all’inizio della presa in carico (dopo no) rispetto al loro uso da parte di un fumatore che sta cercando da solo di svezzarsi.

Il terrorismo sugli effetti dello “svapo” e’ ingiustificato e non premia mai.

Il danno alla salute da fumo di tabacco “e svapi vari” e’ accertato; idem per quello passivo; e non esiste una soglia circa entita’ e frequenza del consumo al di sotto della quale si puo’ stare tranquilli (un po’ come cio’ che ci dicemmo la settimana scorsa circa l’effetto di cancerogeno dell’alcol etilico...).

Esiste una normativa codicistica poco conosciuta (ad es. il divieto di fumare all’interno di veicoli che trasportano donne incinte o minori di anni 12) e pochissimo applicata sulle strade, cosi’ come poco applicata e’ quella che vieta somministrazione e vendita di sigarette e analoghi ai minorenni. Esistono nella Sanita’ pubblica programmi di cura per lo svezzamento da fumo e svapi vari che funzionano e sono erogati dalle Az USL, gratuitamente.

Localmente essi funzionano abbastanza bene, seppure orfani talora di una gestione Tabaccologica medica adeguata (i Centri Antifumo erogano essenzialmente counselling e trattamenti in gruppo gestiti da professionisti spesso pero’ digiuni di Addittologia) e cio’ per motivi storici-culturali che invero investono anche tante altre realta’ Tabaccologiche pubbliche del nostro Paese.

Un effetto dopante della nicotina per chi fa musica e’ improponibile e , analogamente a quanto accade per altre prestazioni che sono legate al funzionamento mentale , come la capacita’ di guida, e’ pericoloso caso mai impegnarsi in attivita’ creative, lavorative, artistiche , musicali comprese, quando si e’ , piu’ o meno consapevolmente, in astinenza da nicotina piu’ che sotto il suo effetto!

<https://www.geopop.it/come-funziona-la-sigaretta-elettronica-e-le-differenze-con-la-sigaretta-normale/>

<https://www.geopop.it/sigaretta-con-tabacco-riscaldato-come-funziona-e-i-possibili-effetti-sulla-salute/>

2- THC ? Lo usano tutti !”e’ una fake news.

THC come generatore di esordi psicotici: “vero a meta’ “

THC = gateway drug: idem

THC droga leggera: dipende.

THC e lavoro e THC e guida: cenni del maggior rischio di compromissione legale, sociale e lavorativa alla luce della legge 177/2024, ossia il nuovo Codice della Strada.

THC come farmaco: non e’ mai un salvavita, ma funziona spesso , in determinate condizioni patologiche, laddove altri farmaci non funzionano anche in pz naives.

Cannabis light in Italia : e ‘ una fake news che sia pericolosa come droga, mantiene comunque la sua dannosita’ per la salute in quanto e’ tossica la sua combustione.

Il CBD come preparazione farmaceutica neurotonica: E’ UN’ALTRA COSA.

Cannabis fumata = doping per chi fa musica? Per chi ascolta musica, anzi per chi “sente” musica ?

Pensiero divergente e convergente: non funziona nemmeno sul divergente in consumatori abituali di cannabinoidi ad alta purezza!

Vabbe’ allora: THC solo per rilassarsi DOPO, non PRIMA per performare di piu’...?!

Vi sono alternative piu’ sane, economiche e non compromettenti legalmente, se ci si vuole rilassare: vedere tutte le tecniche trattate in Proben!

Cannabis contro culturale piu’ che sottoculturale tra i musicisti: e’ un fenomeno attuale? Gruppo THC = Ti Hanno costretto”.

<https://nida.nih.gov/research-topics/cannabis-marijuana#what-is-cannabis>