



LA LEGGE PER TUTTI

INFORMAZIONE E CONSULENZA LEGALE



La cannabis provoca la depressione?

9 Novembre 2020 Redazione

Molti degli effetti collaterali delle sostanze psicoattive derivate da questa pianta sono noti, altri meno e vengono sottovalutati. Spesso ne viene enfatizzata la proprietà rilassante, ma non è l'unica conseguenza diretta sul nostro organismo.

L'uso personale di cannabis è in genere associato a una piacevole sensazione di relax e benessere. C'è chi la consuma apposta, pensando possa provocare un allentamento della tensione e un maggiore rilassamento di corpo e mente. Ma è davvero così?

Alcuni studiosi si sono chiesti, ultimamente, se la cannabis, al netto di questo senso di pace, non sia all'origine di effetti collaterali preoccupanti, che dovrebbero indurre a limitarne il consumo. In particolare, una ricerca si è posta una domanda: **la cannabis provoca la depressione?**

Il lavoro degli studiosi ha cercato di rispondere a questo quesito e ci è riuscito. Vediamo in che modo. Non prima di avervi spiegato tutto quello che è importante sapere sul consumo di cannabis, dal punto di vista degli effetti sulla salute umana. Se, invece, vi interessa di più approfondire l'aspetto legale potete leggere questo nostro articolo: "[La marijuana è legale?](#)".

Cos'è la cannabis

Quando parliamo di «**cannabis**» è come se alludessimo a una specie di grande insieme che contiene una serie di sostanze. La cannabis sativa, infatti, è la pianta da cui derivano molte sostanze psicoattive. Una delle sue varietà è la **canapa**. Tra queste sostanze, le più note sono l'**hashish** (derivata dalla resina prodotta dalle infiorescenze femminili della pianta) e la **marijuana** (foglie, fiori e parte del gambo della pianta, fatti essiccare). I derivati della cannabis possono essere ingeriti, inalati o fumati.

Il tetraidrocannabinolo o **thc** è il principio attivo responsabile delle proprietà psicoattive della cannabis. In pratica, quando parliamo di thc intendiamo la cosiddetta «sostanza drogante». Il cannabidiolo o **cbd**, al contrario, è uno degli oltre cento composti organici presenti nelle piante di canapa che, diversamente dal thc, non è tossico, non dà assuefazione, né effetti inebrianti. È la seconda sostanza più presente nella cannabis, dopo il thc.

L'**Istituto superiore di sanità (Iss)** ritiene che circa il 10% di chi la usa sviluppi una dipendenza.

Usi terapeutici

Come si legge su un approfondimento Iss, «in Italia, dal 2006, l'uso della pianta, sotto forma di preparazioni farmaceutiche magistrali, è legale per alleviare i disturbi di alcune gravi malattie. Tuttavia, l'**utilizzo terapeutico** continua ancora a essere dibattuto poiché le evidenze scientifiche sono estremamente frammentate e non si dispone di dati comparabili tra loro».

Molte le **patologie** per le quali viene prescritta: dalla sclerosi multipla, allo scopo di alleviare il dolore, alle lesioni del midollo spinale, ma anche per trattare dolori cronici, sindrome di Tourette, glaucomi, nausea da chemioterapia, radioterapia, anoressia e perdita di peso drastica nei pazienti malati di Aids, disturbi del sonno. Ha **proprietà analgesiche** e antidolorifiche, ma anche **ansiolitiche**, specie se assunta in dosi massicce.

La sensazione di piacere

Quel **relax** diffuso che il consumo di cannabis provoca non è apparenza o leggenda metropolitana. È uno degli effetti documentati della cannabis, scientificamente provato e spiegato con il rilascio di **dopamina**, un neurotrasmettitore che veicola le sensazioni di piacere e ricompensa nel cervello.

Il rilascio di dopamina avviene non solo quando si consuma cannabis, ma anche quando si fa sesso o si mangia del buon cibo. Tuttavia anche da questo punto di vista possono sorgere effetti indesiderati. Secondo alcuni studi, infatti, chi ha una **dipendenza** da cannabinoidi può andare incontro a un danneggiamento del sistema dopaminergico.

Questo significa che la dopamina viene prodotta lo stesso, ma non si registrano le sensazioni tipiche del **piacere** associato al suo rilascio, come l'euforia o l'accelerazione del battito cardiaco. La conseguenza è una riduzione della sensazione di piacere ma anche, indirettamente ed eventualmente, una maggiore spinta al consumo di cannabinoidi, alla ricerca del piacere perduto **[1]**.

Cannabis e depressione

Il legame tra cannabis e **depressione** è di due tipi, come documenta una ricerca

della Columbus University di New York che ha esaminato 16mila persone, depresse e non che, tra il 2005 e il 2016, hanno consumato derivati della cannabis.

Da un lato, tante persone depresse sono spinte al **consumo** proprio pensando che l'uso di sostanze possa aiutare a rilassarle e, quindi, alleviare i propri pensieri negativi. Negli Stati Uniti, per esempio, si è assistito a un'**escalation** di consumi (+98% uso sporadico; +40% uso quotidiano negli ultimi vent'anni), con un paziente su quattro che ammette di averla voluta provare a titolo di «automedicazione». Dall'altro lato, si registra un **peggioramento dei sintomi** della depressione.

Secondo i dati a disposizione dell'Iss, soprattutto «l'abuso della sostanza è associato anche alla comparsa di **problemi psichici** come ansia, depressione, pensieri di suicidio negli adolescenti o disturbi tipici della schizofrenia (come le allucinazioni e il distacco dalla realtà). Questi disturbi possono essere passeggeri ma la cannabis può peggiorare l'andamento di una malattia psichica o anticiparne la comparsa in persone già predisposte». Va da sé, quindi, che, in base alle evidenze scientifiche di cui si dispone attualmente, la risposta alla domanda di cui sopra è: sì, la cannabis può provocare la depressione.

Altri effetti negativi

Sempre l'Iss annovera tra gli **effetti indesiderati** dell'assunzione di cannabis, la riduzione della memoria e dei riflessi, la diminuzione della capacità di pensiero e di soluzione dei problemi, l'alterazione della coordinazione dei movimenti, del senso del tempo, della percezione dei colori o dei suoni, dell'umore. Ne risente anche la concentrazione al volante, fino a 24 ore dopo averla fumata.

Allucinazioni, ansia, psicosi e, appunto, anche depressione, come dicevamo sopra, possono interessare chi consuma cannabis in **dosi massicce**.

Il timore per gli effetti collaterali della cannabis sull'organismo è, in particolare, per gli **adolescenti**. Secondo gli esperti, infatti, assumere questa sostanza quando il cervello è ancora in via di sviluppo può causare gravi problemi, come la riduzione del quoziente intellettivo, che si manifesta a titolo di **effetto a lungo termine**.

Le **conseguenze immediate** del consumo, invece, sono la sensazione di relax di cui parlavamo, mista a euforia, risate, distacco dalla realtà, sonnolenza, difficoltà a

concentrarsi e a mantenere la lucidità. Aumenta il battito cardiaco e questo può portare a un sovraccarico del cuore stesso.

«Alcuni studi - ritiene l'Iss - suggeriscono anche un aumento del rischio di **ictus ischemico**», insieme a effetti sulla **fertilità** e **problemi respiratori** per i fumatori cronici analoghi a quelli di chi fuma tabacco (tosse e catarro, maggiore esposizione a malattie respiratorie).

[1] Approfondimento di Focus:
<https://www.focus.it/scienza/salute/le-canne-logorano-i-centri-del-piacere-nel-cervello>.

© Riproduzione riservata - La Legge per Tutti Srl