

IMPACTOS DO USO CRÔNICO DA CANNABIS NA SAÚDE MENTAL DE ADOLESCENTES E ADULTOS JOVENS

AUTORES

Bill SAKR

Discente da União das Faculdades dos Grandes Lagos – UNILAGO

Silvia Messias BUENO

Docente da União das Faculdades dos Grandes Lagos – UNILAGO

RESUMO

Esta revisão trata-se de um estudo sobre o impacto do uso da maconha na saúde mental de adolescentes e adultos jovens, os resultados evidenciam que o uso crônico de cannabis durante a adolescência e o início da vida adulta está fortemente associado a impactos negativos de natureza cognitiva, psiquiátrica, comportamental e social, com repercussões potencialmente duradouras. Foi observada uma relação entre o uso prolongado de *cannabis* e o aumento do risco de transtornos psiquiátricos, incluindo sintomas psicóticos, depressivos e ansiosos. Os efeitos não se limitam ao campo individual: há também implicações relevantes para o desempenho acadêmico, inserção social e qualidade de vida, com potencial impacto em trajetórias educacionais e profissionais futuras. Assim, estratégias educativas voltadas para adolescentes e jovens são fundamentais para reduzir o início precoce do uso e mitigar seus efeitos adversos.

PALAVRAS - CHAVE

Saúde Mental, Cannabis, Adolescentes, Adultos

ABSTRACT

This review examines the impact of marijuana use on the mental health of adolescents and young adults. The results demonstrate that chronic cannabis use during adolescence and early adulthood is strongly associated with negative cognitive, psychiatric, behavioral, and social impacts, with potentially long-lasting repercussions. A link has been observed between prolonged cannabis use and an increased risk of psychiatric disorders, including psychotic, depressive, and anxiety symptoms. The effects are not limited to the individual: there are also significant implications for academic performance, social integration, and quality of life, with potential impact on future educational and professional trajectories. Therefore, educational strategies aimed at adolescents and young adults are essential to reduce early onset of cannabis use and mitigate its adverse effects.

1. INTRODUÇÃO

A adolescência e o início da vida adulta são períodos críticos para o desenvolvimento neurobiológico, cognitivo e emocional. Durante esses anos, ocorre a maturação de circuitos cerebrais essenciais, especialmente no córtex pré-frontal, responsável pelo planejamento, tomada de decisões, controle de impulsos e regulação emocional. Qualquer exposição a substâncias psicoativas nesse período pode interferir nesses processos, alterando trajetórias de desenvolvimento e aumentando a vulnerabilidade a transtornos psiquiátricos e comportamentais (MARQUES, 2000).

A *cannabis*, também conhecida como maconha, é uma das drogas ilícitas mais utilizadas mundialmente entre adolescentes e jovens adultos. Dados da Organização Mundial da Saúde (OMS) e de estudos epidemiológicos nacionais indicam que o consumo de cannabis tem aumentado progressivamente nos últimos anos, com início frequentemente na adolescência. Entre os jovens, o uso precoce está associado a maior frequência de consumo, maior risco de dependência e maior probabilidade de repercussões negativas na saúde mental e no funcionamento social (WAGNER & OLIVEIRA, 2009).

Do ponto de vista neurobiológico, a maconha atua principalmente através do sistema endocanabinoide, que desempenha papel fundamental na regulação da plasticidade sináptica, memória, aprendizado, regulação emocional e controle de estresse. O consumo crônico de THC (tetraidrocannabinol, principal composto psicoativo da planta) durante a adolescência pode provocar alterações na densidade de receptores canabinoides e na conectividade de regiões cerebrais críticas, como o hipocampo, amígdala e córtex pré-frontal (SOLOWIJ & PESA, 2010). Tais alterações podem contribuir para déficits cognitivos persistentes, maior impulsividade e maior risco de transtornos psiquiátricos.

Além dos efeitos neurobiológicos, o contexto social e ambiental desempenha papel determinante no uso e nas consequências do consumo de *cannabis*. Fatores como ambiente familiar disfuncional, baixa supervisão parental, pressão de pares e vulnerabilidade psicológica aumentam o risco de uso precoce e regular da substância. Por outro lado, políticas preventivas, educação em saúde e programas de intervenção precoce podem reduzir significativamente os efeitos adversos (CRIPPA et al., 2005).

Do ponto de vista clínico, estudos têm demonstrado que adolescentes e jovens adultos que fazem uso crônico de *cannabis* apresentam maior prevalência de sintomas depressivos, ansiedade, alterações de humor e comportamento de risco, assim como déficits em atenção, memória e aprendizado. Estes efeitos podem impactar diretamente o rendimento escolar, as relações interpessoais e a qualidade de vida, reforçando a necessidade de investigação e conscientização sobre os riscos do consumo precoce (DIEHL, 2010).

Diante desse contexto, a revisão de literatura proposta neste trabalho buscou consolidar evidências científicas recentes acerca do impacto do uso crônico de *cannabis* na saúde mental de adolescentes e jovens adultos, identificando os principais efeitos neurobiológicos, cognitivos, sociais e psiquiátricos. A análise dos estudos permitiu uma compreensão mais abrangente das consequências do uso da substância, bem como a importância de estratégias de prevenção e intervenção clínica para mitigar seus impactos.

2. METODOLOGIA

Esta pesquisa caracteriza-se como uma revisão de literatura, cujo objetivo principal foi evidenciar cientificamente os efeitos do uso crônico de *cannabis* na saúde mental de adolescentes e jovens adultos. As fontes de pesquisa compreenderam bases de dados PubMed, SciELO e Google Acadêmico. Utilizaram-se como descritores as palavras-chave: *Cannabis*, Adolescência, Adultos, Saúde Mental.

3. REVISÃO DE LITERATURA

A adolescência é uma época da vida que envolve riscos, medos, amadurecimento e instabilidades. Os adolescentes procuram com os pares (amigos, turma, "galera") a dose necessária de aconchego, solidariedade e compreensão, o que faz parte de uma adolescência considerada normal. Nesta etapa, os adolescentes querem ser diferentes dos adultos e, ao mesmo tempo, pertencer a um grupo. Então, é esperado que questionem e duvidem de verdades prontas e rebelem-se, expressando, assim, toda sua energia e criatividade. Mas, esta energia também pode ser canalizada para atividades de risco ou lesivas ao próprio bem-estar. É neste momento que as drogas, lícitas e ilícitas, têm a perversa capacidade de desviar o curso de vida dos jovens, por vezes de maneira irreversível (PINSKY & BESSA, 2004).

Entre as drogas ilícitas, a maconha, nome popular dado à planta chamada cientificamente de *Cannabis sativa*, é a mais usada no Brasil. Um estudo de prevalência do uso de drogas entre adolescentes de escolas de Ensino Médio confirmou esses dados, constatando que, entre as drogas ilícitas usadas, a maconha também apareceu em primeiro lugar e como mais usada por meninos. Esses dados de consumo de drogas têm trazido muitas preocupações à comunidade científica, pelos prejuízos que esse comportamento poderá trazer à vida desses jovens (WAGNER & OLIVEIRA, 2009).

O uso abusivo da maconha (termo utilizado no Brasil) entre adolescentes dos países desenvolvidos vem aumentando significativamente nas últimas décadas. Uma das possíveis explicações para esse fato é a percepção de que a maconha é uma "droga leve", sem muitas consequências para a saúde do indivíduo, comparada com outras drogas ilícitas. Nas décadas de 60 e 70, o uso da maconha ficou mundialmente conhecido como uma das bandeiras do movimento hippie, a qual influenciou e ainda influencia grande parte dos comportamentos atuais, como os movimentos feministas, os direitos humanos, as reformas psiquiátricas, entre outros. Um dos motivos dessa droga estar tão presente na vida dos jovens e também dos adultos, é a busca pelo novo, pois a maconha apresenta como principal substância, o delta-9-tetra-hidrocannabinol sendo um alucinógeno (GONÇALVES & SCHLICHTING, 2014).

A planta *Cannabis Sativa*, popularmente conhecida como maconha, possui ações psicotrópicas, capazes de modificar a maneira de sentir, agir e de pensar do indivíduo que a utiliza. Atualmente, está entre as drogas mais consumidas de forma recreativa no Brasil, mesmo que seu uso seja proibido (SOUZA et al. 2019).

As neuropsicológicas identificadas em usuários crônicos da maconha são déficits em tarefas psicomotoras, memória de curto prazo, atenção, dificuldade de aprendizagem, apatia, piora distúrbios pré-existentes, irritabilidade, tentativas de suicídio, ataque de pânico, isolamento social, além de, fadiga, infecções constante dos pulmões agravamento a bronquite e asma e infertilidade (RIGONI, OLIVEIRA, ANDRETTA, 2006).

O uso crônico da maconha provoca náusea e fadiga crônica, letargia, dor de cabeça, de garganta crônica, irritabilidade, congestão nasal, piora da asma, infecções frequentes nos pulmões, diminuição da coordenação motora, alteração na memória e atenção, alteração da capacidade visual e do pensamento abstrato, problemas menstruais, impotência, diminuição da libido e da satisfação sexual, depressão e ansiedade, labilidade e irritabilidade, ataques de pânico, tentativas de suicídio, isolamento social, afastamento do lazer e outras atividades sociais (LARANJEIRA, JUNGERMAN, DUNN, 1998).

3. 1 Efeitos cognitivos

Estudos realizados por Rigoni et al. (2007), constataram que os adolescentes usuários de maconha apresentaram um desempenho inferior, no que tange as funções cognitivas, quando comparados ao grupo de adolescentes não usuários de maconha, sugerindo que a maconha pode afetar o funcionamento neuropsicológico de usuários.

O uso da *cannabis* causa um comprometimento agudo do aprendizado e da memória, da atenção e da memória operacional. A adolescência representa um período crítico do neurodesenvolvimento, caracterizado por uma pronunciada poda sináptica e pelo aumento da mielinização. Além disso, o sistema endocanabinóide parece estar envolvido na regulação de processos neurodesenvolvimentais cruciais, o que sugere que a introdução de canabinóides exógenos durante a adolescência pode comprometer o desenvolvimento cerebral normal (VOLKOW et. al., 2016).

Diversos estudos destacaram déficits cognitivos significativos associados ao uso crônico de *cannabis*. As principais alterações envolvem atenção sustentada, memória verbal e de trabalho, bem como o aprendizado de novas habilidades. O córtex pré-frontal, ainda em maturação na adolescência, é particularmente vulnerável à exposição ao THC, o que pode comprometer funções executivas como planejamento, tomada de decisão e controle de impulsos. Além disso, algumas evidências sugerem que os efeitos cognitivos podem persistir mesmo após períodos de abstinência, especialmente em usuários que iniciaram precocemente o consumo (RIGONI, OLIVEIRA, ANDRETTA, 2006).

Entre os principais efeitos sobre o déficits cognitivos estão (SOLOWIJ & PESA, 2010):

- Atenção sustentada: dificuldade em manter foco em tarefas contínuas.
- Memória verbal e de trabalho: prejuízo na retenção e recuperação de informações.
- Aprendizado: comprometimento na aquisição de novas habilidades e no desempenho escolar.

3.2 Efeitos psiquiátricos

Os mecanismos neurobiológicos pelos quais a *cannabis* afeta a saúde mental envolvem principalmente o sistema endocanabinoide, que regula funções como humor, cognição, apetite e sono. O tetrahidrocannabinol (THC), principal composto psicoativo da planta, atua como agonista parcial dos receptores CB1, presentes em altas concentrações em áreas cerebrais como o hipocampo, o córtex pré-frontal e os gânglios da base. A ativação desses receptores pode alterar a neurotransmissão, dopaminérgica, glutamatérgica e GABAérgica, contribuindo para o desencadeamento ou agravamento de sintomas psiquiátricos, especialmente em indivíduos predispostos geneticamente (RODRIGUES et al, 2025).

A *cannabis* apresenta efeito tóxico capaz de afetar a mente e o comportamento. Sendo que em doses consideravelmente baixas ela se torna tanto eufórica quanto depressora. E nas doses altas provocam alucinações paranoias e até estado de pânico dependendo sempre do organismo do indivíduo. Os efeitos crônicos já mostram um pouco mais de atenção, pois eles afetam o coração, pulmão e o cérebro diretamente (GONÇALVES & SCHLICHTING, 2014).

Solowij et al. (2002) encontraram diversos déficits neuropsicológicos em usuários de longo prazo, testados numa mediana de 17 horas depois do último uso informado de maconha, principalmente naqueles testes que avaliaram memória e atenção. Estes resultados persistiram depois do período de intoxicação e foram piores conforme o aumento dos anos de uso regular, confirmando que o uso prolongado desta substância provoca problemas cognitivos, e que estes pioram de acordo com o tempo de uso.

O uso da *cannabis* está consistentemente associado a maior risco de transtornos psiquiátricos, incluindo depressão, ansiedade e psicose. Estudos de corte prospectivos indicam que indivíduos que iniciam o consumo na adolescência apresentam maior probabilidade de desenvolver sintomas psicóticos, especialmente aqueles com predisposição genética. Além disso, o consumo crônico aumenta a vulnerabilidade a transtornos de humor e comportamento, com maior incidência de episódios depressivos e de ansiedade generalizada (RODRIGUES et al, 2025).

O uso prolongado de *cannabis* foi associado ao aumento de risco para (GOBBI, ATKIN, ZYTYNSKI, 2019):

- Depressão: sintomas persistentes, incluindo humor deprimido e perda de interesse.
- Ansiedade: ataques de pânico e ansiedade generalizada foram mais frequentes em usuários regulares.
- Psicose: consumo precoce atua como fator de risco em indivíduos vulneráveis geneticamente.

3.3 Efeitos comportamentais e sociais

Estudos analisados demonstram que o uso crônico de *cannabis* interfere em habilidades sociais e aumenta a impulsividade. Esses comportamentos de risco incluem decisões precipitadas, maior exposição a acidentes e comprometimento em relações interpessoais. O desempenho acadêmico também é afetado, com queda no rendimento escolar, dificuldade de concentração e menor engajamento em atividades extracurriculares. Esses efeitos indiretos têm impacto significativo na qualidade de vida, limitando oportunidades educacionais e profissionais, e aumentando a vulnerabilidade social (WAGNER & OLIVEIRA, 2009).

A amotivação em usuários crônicos abusivos pode também refletir o fato de que a própria *cannabis* tenha se tornado um motivador principal, de modo que outras atividades (como, por exemplo, as tarefas escolares) se tornam diminuídas na hierarquia de recompensas do indivíduo (VOLKOW et. al., 2016).

Como a adolescência é um período importante para o desenvolvimento de habilidades necessárias para o funcionamento da vida adulta na sociedade, o uso de maconha, especialmente o uso pesado, pode impedir a aquisição de habilidades necessárias para o desempenho adequado dos papéis adultos (GREEN & ENSMINGER, 2018).

O consumo crônico de *cannabis* impacta o comportamento social e a tomada de decisões, além de (CRIPA et al., 2005):

- Habilidades sociais: déficits em comunicação e interação social.
- Impulsividade: maior propensão a comportamentos de risco e decisões precipitadas.
- Função acadêmica: queda no desempenho escolar e dificuldade de concentração.

4. CONCLUSÃO

Os resultados desta revisão evidenciam que o uso crônico de cannabis durante a adolescência e o início da vida adulta está fortemente associado a impactos negativos de natureza cognitiva, psiquiátrica, comportamental e social, com repercussões potencialmente duradouras. A literatura científica analisada demonstra de forma consistente que a exposição precoce e frequente ao THC pode interferir de maneira significativa no desenvolvimento cerebral, afetando funções executivas, memória, atenção e capacidade de tomada de decisão.

Além disso, foi observada uma clara relação entre o uso prolongado de cannabis e o aumento do risco de transtornos psiquiátricos, incluindo sintomas psicóticos, depressivos e ansiosos, especialmente em indivíduos com predisposição genética ou histórico familiar. Os efeitos não se limitam ao campo individual: há também implicações relevantes para o desempenho acadêmico, inserção social e qualidade de vida, com potencial impacto em trajetórias educacionais e profissionais futuras.

Estratégias educativas voltadas para adolescentes e jovens, aliadas a políticas públicas baseadas em evidências, são fundamentais para reduzir o início precoce do uso e mitigar seus efeitos adversos.

5. REFERÊNCIAS BIBLIOGRÁFICAS

CRIPPA, J.A.S. et al. Efeitos cerebrais da maconha: resultados dos estudos de neuroimagem funcional. **Rev Bras Psiquiatr.**, v.27, n.2, p.123-129, 2005.

DIEHL, A. Atualização para uma antiga evidência: Abuso de cannabis e transtornos psiquiátricos. **Rev Bras Psiquiatr.**, v.32, n.3, p.234-240, 2010.

GOBBI, G.; ATKIN, T.; ZYTYNSKI, T. Associação do uso de cannabis na adolescência e risco de depressão, ansiedade e suicídio na juventude. **JAMA Psiquiatria**, v.76, n.5, p. 426-434, 2019.

GONÇALVES, G. A. M.; SCHLICHTING, C. L. R. Efeitos benéficos e maléficos da *cannabis sativa*. **Revista UNINGÁ Review**. v. 20,n.2, p.92-97, 2014.

GREEN, K. M; ENSMINGER, M. E. Efeitos comportamentais sociais do uso pesado de maconha entre adolescentes afro-americanos em adultos. **Dev Psychol.** v.42, n.6, p.1168–1178, 2006.

LARANJEIRA, R.; JUNGERMAN, F.S.; DUNN, J. **Drogas: maconha, cocaína e crack**. São Paulo: Editora Contexto. 1998

MARQUES, A.C.P.R. O adolescente e o uso de drogas. **Rev Bras Psiquiatr.** v.22, n.3, p.123-129, 2000.

PINSKY, I.; BESSA, M. **Adolescência e drogas**. São Paulo: Contexto, 2004.

RIGONI, M. S.; OLIVEIRA, M. S.; ANDRETTA, I. Consequências Neuropsicológicas do Uso da Maconha em Adolescentes e Adultos Jovens. **Ciências e Cognição**, v.8, p. 118-126, 2006.

RIGONI, M. S. et al. O consumo de maconha na adolescência e as consequências nas funções cognitivas. **Psicologia em Estudo**, Maringá, v. 12, n. 2, p. 267-275, 2007.

RODRIGUES et al. Transtornos Psiquiátricos e Uso de Cannabis: Mecanismos de Ação e Riscos a Longo Prazo. **Brazilian Journal of Implantology and Health Sciences**, v. 7, Issue 8p. p. 71-85, 2025.

SILVEIRA, J.A.C. Uso de cannabis e sintomas depressivos em adolescentes. **Rev Bras Psiquiatr.**, v.34, n.1, p.55-61, 2012.

SOLOWIJ, N.; PESA, N. Anormalidades cognitivas no uso da cannabis. **Rev Bras Psiquiatr.**v.32, n.4, p.345-350, 2010.

SOLOWIJ, N. et. al. Cognitive functioning of long-term heavy cannabis users seeking treatment. **The Journal of the American Medical Association**, v.287, n.9, p.1123-1131, 2002.

SOUZA, A. A. F. et al. *Cannabis sativa* - Uso de fitocanabinóides para o tratamento da dor crônica. **Brazilian Journal of Natural Sciences**, v.1, n.2, 2019.

VOLKOW, N. D. et al. Efeitos do Uso da *Cannabis* no Comportamento Humano, Incluindo Cognição, Motivação e Psicose: uma Revisão da Literatura. **UNIAD**, 2016. Disponível em: <https://www.uniad.org.br/artigos/2-maconha/efeitos-do-uso-da-cannabis-no-comportamento-humano-incluindo-cognicao-motivacao-e-psicose-uma-revisao-da-literatura/> Acesso em: Out. 2025.

WAGNER, M. F.; OLIVEIRA, M. S. Estudo das habilidades sociais em adolescentes usuários de maconha. **Psicol Estud.** v.14, n.2, p.345-352, 2009.