

**JAIRO BOUER**

jbouer@estado.com



## Maconha forte pode aumentar risco de psicose

Tipos mais fortes de maconha podem ser responsáveis por um em cada quatro casos novos de psicose, de acordo com estudo divulgado no Reino Unido. Usuários do skunk, uma variedade mais potente da Cannabis, podem ter até três vezes mais risco de enfrentar um quadro psicótico do que alguém que não usa a droga.

O trabalho, do King's College, em Londres, divulgado pelo jornal britânico *Daily Mail*, concluiu que é fundamental alertar os mais novos para

o risco que algumas variedades da maconha podem trazer para a saúde mental. O skunk que circula hoje no Reino Unido foi geneticamente selecionado para ser até quatro vezes mais forte do que a maconha usada por gerações anteriores.

Cerca de um milhão de jovens de 16 a 24 anos fuma maconha no Reino Unido. Para especialistas, os usuários regulares são os mais expostos aos quadros psicóticos. E aqueles que usam as variedades mais potentes estariam sob risco bem maior do que os que consu-

mem tipos mais fracos de maconha.

Psicoses são doenças mentais em que as pessoas podem ter alucinações, delírios ou ambos. Os quadros podem ser graves e aumentar o risco de suicídio ou de violência. Um relatório de 2012, da Comissão de Esquizofrenia do Reino Unido, já apontava a necessidade de alertas sobre os riscos da maconha para a saúde mental.

O estudo atual investigou o uso de maconha em dois grupos, cada um com cerca de 400 pessoas, entre 2005 e 2011. No primeiro grupo, todos já ha-

viam tido um primeiro episódio psicótico. No segundo, voluntários concordaram em responder perguntas sobre eles mesmos, incluindo uso de maconha e saúde mental.

O resultado mostra que havia uma chance bem maior de uso diário de maconha e de skunk no primeiro grupo. Skunk, isoladamente, respondeu por 24% dos primeiros episódios psicóticos. Esse número foi quase o dobro de outro encontrado em um estudo holandês de 2002.

O novo trabalho, publicado na revista médica *The Lancet* na semana passada, mostra que quem usa skunk diariamente tem uma chance três vezes maior de vir a ter um episódio psicótico do que quem não fuma maconha. Aparentemente, não há risco maior de psicose em quem usa as formas mais fracas da droga.

Skunk é um nome genérico de quase cem variedades de maconhas mais fortes, que apresentam níveis mais elevados de THC (tetrahydrocannabinol), um dos principais compostos psicoativos da maconha. De forma inversa, o skunk apresenta quantidades baixas de canabidiol, que pode ter efeitos antipsicóticos. Assim, esse desequilíbrio

explicaria o maior risco de psicose trazido pelas formas mais poderosas de maconha. As maconhas mais fracas acabam tendo concentrações mais elevadas de canabidiol e não tão altas de THC, o que poderia explicar a baixa relação desses tipos de maconha com o risco de quadros psicóticos.

Com a flexibilização do uso da maconha em diversas partes do mundo, é importante que esses alertas sobre o maior risco de doenças mentais em usuários assíduos de variedades potentes sejam feitos de forma mais enfática.

Bom lembrar também que, em artigo recente, comentamos aqui números divulgados nos Estados Unidos que mostram que 50% dos acidentes fatais com jovens motoristas naquele país aconteceram após consumo de álcool, maconha ou ambos. Para além da discussão política sobre a liberação do uso da droga, seria essencial pensar em ações que reduzam os riscos que cercam esse consumo.

\* É PSQUIATRA

## Crise da água muda hábito de moradores

Armazenar água da chuva, lavar menos louça, limpar a piscina de outro jeito: paulistanos contam qual será o legado da seca histórica

Rafael Italiani

A maior crise hídrica da história de São Paulo impôs novos hábitos à população em relação ao uso da água. Parte das 20 milhões de pessoas da região metropolitana abastecidas pela Companhia de Saneamento Básico do Estado de São Paulo (Sabesp) está buscando formas alternativas de captação do recurso para driblar a redução da pressão e o fechamento da rede e se prepara para um eventual rodízio oficial. O objetivo é depender cada vez menos da empresa e mais da chuva.

A mudança de hábitos é semelhante à que aconteceu durante o apagão energético de 2001, quando a população também teve de se adaptar. Naquela época, ganharam força as lâmpadas de baixo consumo e os equipamentos mais econômicos.

Cada vez mais a captação de água da chuva vem se tornando uma alternativa. O engenheiro de tráfego Weliton Bastos, de 42 anos, montou um esquema no quintal de sua casa, no Ipiranga, zona sul de São Paulo, para

captar a água da chuva que se acumula na calha. Para isso, comprou duas caixas de 500 litros. “Aqui em casa, mesmo se encher o Cantareira, não vamos mudar mais nossos hábitos.”

A água é usada para lavar o quintal e dar descarga. Na chuva da última quarta-feira, ele conseguiu armazenar 760 litros. “Para mim é uma mudança de comportamento que vai durar para sempre.”

O sobrado da arquiteta Juliana Llussa, de 44 anos, tem uma piscina de 36 mil litros na cobertura. Para evitar o desperdício, ela parou de usar água da rua para encher a área de lazer e não usa mais o aspirador para fazer a limpeza, prática que consome água. “Agora espero chover para encher a piscina. Em vez de usar o aspirador, faço o tratamento com cloro e a água fica limpa do mesmo jeito”, disse.

Segundo ela, caso a crise se agrave, a água da piscina será usada para a limpeza da casa. Ela também diz estar lavando menos louça. “Não coloco mais os pires das xícaras na mesa do café. É uma louça que suja pouco, não é essencial.”



Juliana Llussa. Ela usa água da chuva para encher piscina

As dez famílias que dividem um terreno no Sumarezinho, zona oeste, reduziram em 39,3% o consumo de água da Sabesp. Em dezembro de 2013, os moradores consumiram 28 mil litros de água. Um ano depois, o gasto era de 17 mil litros. “Aqui, quando chove, é até engraçado. Sai todo mundo correndo com os baldes para pegar chuva. Como

a rua é alta, a água não chega na torneira”, explicou a musicista Fernanda Barbosa, de 21 anos, que mora em uma das casas.

Na quarta-feira, o Estado contabilizou 600 litros de água em baldes. “Vai ser para sempre. A gente consome menos água, paga um valor menor e vive bem.”

As mudanças também atingem os comerciantes. O empre-

### ● Aprendizado

“Quanto menos depender da Sabesp, melhor. É isso que estou aprendendo na crise e é o que quero ensinar para a minha filha”  
**Weliton Bastos, de 42 anos**  
ENGENHEIRO DE TRÁFEGO

sário Francisco Severiano Alves, de 49 anos, investiu R\$ 4 mil, no fim de 2014, para adaptar as calhas e o reservatório de água de 20 mil litros que tem dentro de sua oficina mecânica, em Itaquaquecetuba, na Grande São Paulo. “A gente perdia muita água da chuva, então fizemos as mudanças para conseguir aproveitá-la. É água de graça para lavar peças, a garagem e usar no vaso sanitário.”

**Paradigma.** Para Antonio Eduardo Giansante, mestre em Engenharia Hidráulica e Saneamento e professor da Universidade Mackenzie, as adaptações para conseguir a “independência hídrica” são positivas. “É uma mudança de paradigma. As pessoas estão tomando cons-

ciência de que a água é limitada.” Ele diz, porém, que o poder público deveria dar mais informações e instruções sobre como armazenar a chuva para evitar contaminações e dengue.

Segundo Malu Ribeiro, coordenadora da Rede das Águas da SOS Mata Atlântica, a mudança de comportamento foi o único aspecto positivo da crise hídrica. “Para ser permanente, esse tipo de mudança tem de fazer parte do nosso cotidiano, não apenas em tempos de crise.”

No São Paulo Futebol Clube, a limpeza de arquibancadas e de outras áreas comuns está sendo feita com jatos de ar. “Buscamos cada vez mais eficiência dentro do clube”, explicou Eduardo San Martin, diretor de Meio Ambiente do SPFC.

O consumo caiu de 5,9 milhões de litros, em outubro, para 2,4 milhões, em janeiro. A medida de maior impacto foi no gramado do Morumbi. Como há minas no subsolo, o clube adaptou os veios, canalizou para um reservatório e usa a água para irrigação. “O gramado é nosso local de trabalho e precisa estar perfeito.”

## Miniterreno vira prédio com novo Plano Diretor

Áreas de 900 m<sup>2</sup> no centro dão lugar a torres altas com muitos apartamentos; m<sup>2</sup> não sai por menos de R\$ 9 mil

Adriana Ferraz

Construir em terrenos pequenos, localizados na região central de São Paulo, é parte da estratégia atual do mercado imobiliário para enfrentar a crise econômica e, ao mesmo tempo, cumprir as diretrizes estabelecidas pelo novo Plano Diretor. Lançamentos recentes em bairros como República e Bela Vista revelam essa nova característica de ocupação da cidade. Até estacionamentos estreitos e lava-rápidos aos poucos são transformados em prédios.

Quem passa distraído pela Rua Aurora, por exemplo, nem percebe que o único respiro entre as construções existentes na altura do número 750 receberá um edifício. Serão 18 andares, com 149 unidades de metragens variadas, entre 23 m<sup>2</sup> e 50 m<sup>2</sup>. Antes usado como estacionamento, o terreno de apenas 904 m<sup>2</sup> receberá torre única e sem recuo em relação à calçada.

Quando estiver pronto, o prédio será colado, de um dos lados, no imóvel vizinho, e a única área de lazer no térreo será

destinada aos animais, que ganharão um parquinho. Para os proprietários, as atrações serão concentradas nos andares superiores e na cobertura, que terá piscina e salão de festas.

“É um novo conceito que, apesar de compacto, tem agradado muito aos clientes. Já alcançamos 70% das unidades vendidas”, afirma o coordenador de vendas, Carlos Gianecchini. A garagem oferecerá vagas para metade das unidades, regra permitida hoje. Os demais moradores poderão usufruir do bicicletário a ser construído na entrada do edifício.

Perto dali, no cruzamento da Rua da Consolação com a Avenida São Luís, também no centro, 218 unidades de 18 m<sup>2</sup> a 44 m<sup>2</sup> vão ocupar um terreno com me-



Novo. Prédio na Aurora terá 18 andares e 149 unidades

nos de 900 m<sup>2</sup>. O aproveitamento da área também será completo, para não perder nenhum espaço útil.

O mesmo método será empregado no Vibe República, entre as Ruas Marquês de Itu e Bento de Freitas. Neste caso, o projeto ainda prevê cinco lojas no térreo, com direito a garagem comercial – duas características

incentivadas pela Prefeitura.

Com as vendas de unidades prontas retraídas, comprar terrenos menores – e por isso mais baratos – e projetar torres que ocupem cada espaço da área podem ajudar a manter o mercado aquecido. De acordo com o Sindicato da Habitação de São Paulo (Secovi-SP), alguns nichos ainda conseguem se manter longe da crise, o que explica a multiplicação de lançamentos.

“É o caso das unidades pequenas do centro”, diz o presidente da entidade, Claudio Bernardes. Segundo ele, unidades do tipo estúdio ou um dormitório oferecem boa relação custo-benefício tanto para vendedores como compradores. Não que os preços estejam baixos. O m<sup>2</sup> desse tipo de lançamento não sai por menos de R\$ 9 mil.

**Regras.** Aprovado em meados do ano passado, o atual Plano Diretor tem como objetivo principal aumentar a oferta de moradias nos chamados eixos de transporte, que são as avenidas dotadas de estações de metrô ou corredores de ônibus.

Lafer, as melhores poltronas reclináveis do mundo para relaxar, desestressar, ler, assistir TV, cochilar, sonhar, flutuar...

**6X**  
**R\$738,00**  
no cartão  
ou R\$3.960,00 à vista

R. Lavapés 6 Tel 3208.6722 • Shop Lar Center Tel 2252.3082 • R. Teodoro Sampaio 1709 Tel 3812.5596  
Shop Moema Av. Ibirapuera 3303 Tel 5535.4193 • Shop D&D Piso Superior Tel 3043.9259 www.lafer.com.br

Poltrona Reclinável Kiri em revestimento sintético

**INVISTA EM SEU PROJETO DE VIDA**

**PREPARE-SE PARA INGRESSAR NA CARREIRA PÚBLICA**

**RECEITA FEDERAL AUDITOR E ANALISTA**  
Remuneração até  
**R\$ 16.116**  
Nível superior

**INSS - 2 MIL VAGAS TÉCNICO DO INSS**  
Remuneração  
**R\$ 4.620**  
Nível médio

CONHEÇA TAMBÉM NOSSOS CURSOS ONLINE

SE O ANO SÓ COMEÇA DEPOIS DO CARNAVAL, CHEGOU A HORA DE COMEÇAR O SEU!

Escolha insistir e persistir, transforme sonhos em realidade.

República  
Tel.: 3017-8800

Santo Amaro  
Tel.: 5189-8800

Osasco  
Tel.: 2284-8800

Guarulhos  
Tel.: 2447-8800

Santo André  
Tel.: 4437-8800

Artur Alvim  
Tel.: 2045-8800

Campinas  
Tel.: (19) 3737-8800

centraldeconcursos.com.br

**CENTRAL DE CONCURSOS**  
O Maior Índice de Aprovação do Brasil