

# Pesquisa afirma que maconha pode causar insônia e sonolência diurna



Uso histórico de **maconha** pode **privar horas de sono** diárias no fumante, causando complicações à saúde no futuro. Essa foi a principal conclusão de um estudo feito por pesquisadores da Universidade da Pennsylvania, EUA. O quadro poderia ser constatado mesmo entre pessoas que já abandonaram a droga.

O estudo baseou-se no comportamento de 1.811 pessoas, entre usuários e ex-usuários. Os que ainda utilizam a maconha apresentaram **altos índices de insônia e sonolência durante o dia** quando comparados com os não-usuários.

Aqueles que começaram a usar desde antes dos 15 anos de idade, por exemplo, tiveram uma incidência duas vezes maior de perda de sono, mesmo que depois as pessoas tenham abandonado a droga. Este dado surpreendeu os cientistas.

**Fonte: O Globo, com Agências**