

## CBD: effetti e benefici di una sostanza del tutto naturale

**Attualità** - 23 febbraio 2021 - 13:28



Negli ultimi tempi, il mercato della cannabis light è stato esposto ad una rapida crescita, poiché ha suscitato l'interesse di un numero di persone sempre più vasto. Tutto è dovuto alla presenza di uno dei composti principali della cannabis: il **CBD**, meno comunemente conosciuto come *cannabidiolo*.

Considerata l'importanza che questa sostanza sta ottenendo, vogliamo rispondere ad uno dei dubbi più frequenti: quali sono gli effetti del CBD.

### **CBD ed effetti benefici: quali sono?**

Il cannabidiolo è, in termini tecnici, uno dei principali metaboliti contenuti nelle piante di Cannabis (principalmente quelle di specie Sativa). In realtà, sebbene sia recente la questione che vede la cannabis depotenziata in un contesto del tutto legale, in Italia era da tempo che per diverse patologie, era consentita la prescrizione di tale sostanza per uso medico.

Intanto, possiamo facilmente spiegare quali sono le ragioni che hanno condotto numerose persone ad affidarsi a prodotti a base di CBD. La risposta è da individuare nel modo in cui tale sostanza interagisce col nostro sistema, rivelandosi un'arma vincente per sconfiggere numerose problematiche. Infatti, prima di tutto, sappiamo che trova un vasto impiego tra gli atleti: creme e lozioni al cannabidiolo sono degli ottimi **antidolorifici**.

Allo stesso tempo, è importante sapere che il CBD riesce ad interagire col nostro sistema nervoso, entrando in contatto con i recettori che si occupano di regolare il nostro umore, attivando la produzione di serotonina. In termini brevi, utilizzare prodotti come [l'olio al](#)

## [cannabidiolo per combattere tensione muscolare e stress.](#)

Inoltre, sembra che prodotti simili siano anche impiegati come dei semplici integratori alimentari, poiché il CBD è ricco di sostanze nutritive per il nostro organismo.

## Il CBD aiuta a combattere la dipendenza da marijuana?

Un altro aspetto fondamentale di cui probabilmente molte persone non sono ancora a conoscenza, riguarda l'utilità del **CBD per smettere di fumare marijuana**. Da sempre, il CBD è stato conosciuto in contrapposizione al THC (*tetraidrocannabinolo*). Quest'ultimo è causa di effetti spesso indesiderati, che dopo un abuso continuo e prolungato, crea dipendenza. Infatti, è il THC ad agire direttamente sulle nostre facoltà psicofisiche, alterando le nostre percezioni.

Infatti, sebbene sia una **droga leggera**, sono ormai sempre più numerosi casi in cui adolescenti sono andati in cura per smettere di fumare. Tra le soluzioni proposte, sono emersi prodotti a base di CBD: pare che sia un aiuto concreto per ridurre gli effetti dell'astinenza, conducendo i soggetti a smettere definitivamente di consumare marijuana.

Il CBD sembra poter trovare un vasto impiego anche nel caso in cui ci fosse bisogno di **smettere di consumare tabacco**. Nello specifico, il cannabidiolo può eliminare, nei fumatori, la sensazione di assuefazione a cui ci abituiamo quando assumiamo nicotina. Una volta che al nostro cervello cesseranno di giungere stimoli legati al piacere di fumare tabacco, allora non ci dovremmo nemmeno più preoccupare di eventuali crisi di astinenza.

Anche in questo frangente, il metabolita della cannabis riesce a mostrare la sua efficacia: è stato persino pubblicato un articolo sulla rivista "*Addictive Behaviors*" secondo cui in una sola settimana sono già visibili i primi segnali di distacco dal fumo.

## Ci sono effetti collaterali nell'assunzione di CBD?

Dopo aver elencato i principali vantaggi del consumare CBD, è una conseguenza diretta chiedersi se ci siano effetti collaterali. Generalmente, non sono state riscontrate problematiche gravi o effettivamente dannose sui consumatori.

Naturalmente, il nostro principale consiglio è quello di **evitare l'abuso**: nonostante sia una sostanza naturale, è comunque sconosciuta al nostro organismo. Per questo motivo, la soluzione è davvero semplice: basta calcolare il dosaggio giusto per non interferire sul normale funzionamento del nostro organismo.

Intanto, ecco una lista delle problematiche più frequenti dovute all'uso di CBD:

Bocca secca: si presenta solo nei casi in cui l'assunzione di cannabidiolo avviene quando queste viene fumato con la sigaretta elettronica;

Variazioni nell'appetito: ci sono casi in cui l'olio CBD aumenta l'appetito, oppure lo diminuisce; se non fosse questo lo scopo dell'assunzione, basterà diminuire il dosaggio;

Vertigini: potrebbero verificarsi solo se le dosi dovessero rivelarsi eccessive;

Stanchezza: è l'effetto meno comune, ma ci sono casi in cui un dosaggio elevato ha condotto a momenti di affaticamento nei consumatori.

Come si può notare, si tratta di problemi poco gravi e che, in nessun modo, potrebbero incidere sulla nostra salute. Inoltre, sono **casi rari e sporadici**, per cui non c'è bisogno di preoccuparsi.

## **CBD, effetti e benefici: considerazioni finali**

Come abbiamo potuto notare nel corso dell'articolo, consumare dei prodotti a base di CBD può avere solo [risultati positivi, sia in termini fisici che puramente psicologici](#). Inoltre, per molti potrebbe essere un vantaggio sapere che **il CBD può essere impiegato per smettere di fumare marijuana** o tabacco, dando un netto taglio a delle pessime abitudini per la nostra salute.

Infine, se si considera l'ampia gamma di prodotti tra cui poter scegliere, è evidente che ognuno potrà acquistare quello che preferisce per beneficiare di tutti vantaggi insiti in tale sostanza. Online, per esempio, è possibile acquistare su alcuni siti web come Justbob che porteranno a casa tua le tue scelte in pochissimo tempo!