

Sobre la marihuana

- La marihuana es la **droga ilícita de mayor consumo** en Estados Unidos.
- La marihuana se refiere a las hojas secas, flores, tallos y semillas de la planta de cáñamo *Cannabis sativa*. Contiene la sustancia química psicoactiva (que altera la mente) **delta-9-tetrahidrocannabinol (THC)**.
- Es conocida por muchos **nombres diferentes**: pot, herb, weed, grass, 420, boom, ganja, reefer, Mary Jane, bud, Sour D, hooch, chronic, por nombrar algunos.
- La marihuana es **usualmente** fumada en cigarrillos enrollados a mano (porros) o en pipas o pipas de agua ("bongs" en inglés). También se puede fumar en blunts (término inglés que describe los cigarros que se han vaciado de tabaco y se vuelven a llenar con una mezcla de marihuana y tabaco) o se pueden mezclar en alimentos o prepararla en forma de té.
- El humo de la marihuana tiene un olor **penetrante y distintivo** generalmente agrídulce.
- Cuando se fuma marihuana, **los efectos se sienten casi de inmediato**. Esto se debe a que el THC alcanza rápidamente todos los órganos del cuerpo, incluido el cerebro. Los efectos de fumar marihuana pueden durar de 1 a 3 horas.
- La marihuana de hoy es **más potente** de lo que era hace décadas. En 1970, la potencia del THC era del 1%; hoy es en promedio 13%.

Datos rápidos

Si los índices de uso se mantienen como están hoy, para el momento en que se gradúen de bachillerato, aproximadamente el **46%** de los adolescentes de EE.UU. habrán probado la marihuana al menos una vez en su vida.

La marihuana puede ser una droga adictiva. Aproximadamente **1 de cada 6** personas que comienzan a usarla como adolescentes, y **25-50%** de los que la usan cada día, se vuelven adictos a la marihuana.

La marihuana representa el mayor porcentaje de admisiones (**63%**) para jóvenes de 12 a 14 años que reciben tratamiento por abuso de sustancias y **69%** para los jóvenes de 15 a 17 años.

Lo que los padres necesitan saber: Percepción de prejuicios vs. uso

Según el Instituto Nacional sobre el Abuso de Drogas (NIDA, por sus siglas en inglés), aunque el consumo de marihuana entre los adolescentes disminuyó drásticamente en la década anterior (a una prevalencia de alrededor del 12.4% para el mes anterior en 2007), el uso de marihuana entre los adolescentes de hoy se encuentra en aumento. En 2013, casi el 23% de los estudiantes de último año de bachillerato eran consumidores activos de marihuana, y el 6.5% usaba marihuana todos los días.

La encuesta anual *Monitoring the Future*, que ha seguido las actitudes de los adolescentes y el uso de drogas desde 1975, muestra que el uso de la marihuana a lo largo del tiempo está directamente relacionado con el hecho de que los adolescentes la perciben cada vez más como una droga poco peligrosa; actualmente, el número de adolescentes que piensan que los consumidores de marihuana corren el riesgo de perjudicarse está disminuyendo.

Los adolescentes de hoy en día son bombardeados con mensajes que influyen en sus percepciones sobre el riesgo del consumo de marihuana. **Use su** influencia para recordarle a su hijo que el uso de marihuana es **peligroso y puede ser adictivo**. Puede poner en peligro su vida al manejar el carro e interferir con las clases, los amigos y sus objetivos personales. Fumar marihuana es **dañino** para la salud. Fumar marihuana tiene efectos negativos a corto y largo plazo. Fumar marihuana **puede cambiar** sus aspiraciones futuras.

Riesgos del uso de la marihuana

El consumo de marihuana puede afectar negativamente la salud general de un adolescente y se asocia con riesgos tanto a corto como a largo plazo. Algunos adolescentes prueban la marihuana porque son curiosos, quieren encajar o sienten la presión de sus amigos para probarla. Otros la usan como una manera de hacer frente a la ansiedad, la depresión, la cólera o el aburrimiento. Los adolescentes que fuman cigarrillos o beben alcohol corren un mayor riesgo de usar marihuana.

Riesgos a corto plazo

- problemas con el aprendizaje y la memoria
- percepción distorsionada (imágenes, sonidos, tiempo, tacto)
- mala coordinación motora
- aumento de la frecuencia cardíaca
- disminución de la motivación



Riesgos a largo plazo

- incumplimiento escolar
- disminución de la motivación
- interrupción de las relaciones personales, funcionamiento diario
- vulnerabilidades cardíacas y pulmonares
- adicción
- uso de otras drogas

PARA PADRES

Instituto Nacional sobre el Abuso de Drogas

www.drugabuse.gov/publications/marijuana-facts-parents-need-to-know

Instituto Nacional sobre el Abuso de Drogas

www.nida.nih.gov/infofacts/marijuana.html

Addictions.com

<http://www.addictions.com/marijuana>

Oficina de Política Nacional de Control de Drogas

www.ncjrs.gov/ondcppubs/publications/pdf/marijuana_myths_facts.pdf

PARA ADOLESCENTES

Instituto Nacional sobre el Abuso de Drogas
– Acabe con los mitos de las drogas

www.drugfactsweek.drugabuse.gov/files/teenbrochure_508.pdf

Instituto Nacional sobre el Abuso de Drogas

www.drugabuse.gov/sites/default/files/marijuana.pdf

Por encima de la influencia

<http://abovetheinfluence.com/drugs/marijuana/>

Instituto Nacional sobre el Abuso de Drogas

<http://www.drugabuse.gov/publications/marijuana-facts-teens/letter-to-teens>

NIDA para los adolescentes

<http://teens.drugabuse.gov/>

Consejos para entablar un diálogo: Cómo iniciar una conversación

Hable con ellos sobre los riesgos reales del uso de la marihuana. Infórmeles sobre los hechos. Usted sigue siendo la principal influencia en lo que respecta a la decisión de un adolescente a no usar alcohol u otras drogas.

- Ármese con información básica de esta Hoja de consejos para comenzar la conversación: es una droga adictiva, no es inofensiva, es peligroso usarla si está conduciendo, está asociada con el incumplimiento escolar, puede causar psicosis o crisis de pánico, especialmente si se usa con alcohol.
- Sea claro acerca de sus valores, expectativas y reglas de no uso sobre el consumo de marihuana y alcohol.
- Pídale a su hijo adolescente que hable sobre su percepción del riesgo de usar marihuana. ¿Es diferente de su percepción de riesgo con el consumo de alcohol? ¿Por qué sí o, por qué no?
- Identifique las oportunidades en las películas o en la televisión para hablar sobre cómo se pinta el uso de la marihuana. ¿Cómo se sienten acerca de esa representación?
- Pídeles que nombren cosas que sean importantes para ellos: ¿drama, música, deportes, la universidad? Animelos a hablar sobre cómo la marihuana puede interferir con esos objetivos.
- Divulgar su uso personal es una decisión individual. Lo más importante hoy es proteger a su hijo de los peligros del consumo de drogas y hacer que las conversaciones sobre la toma de buenas decisiones sean un hábito regular.
- Si sospecha que su adolescente está usando, consulte la lista de recursos y/o hable con su médico acerca de sus inquietudes.