

Lo que necesita saber sobre la juventud y el cannabidiol (CBD)

¿QUÉ ES EL CBD?

El cannabidiol, o CBD, es uno de los más de 100 componentes, junto con el tetrahidrocannabinol (THC), que se encuentran en la planta de cannabis.¹ El CBD no es lo mismo que la marihuana. La marihuana se refiere a las flores, hojas, tallos y semillas secas de la planta de cannabis. El CBD por sí solo no produce la sensación de euforia o el “subidón” que la marihuana es capaz de producir. Para aprender los términos de la jerga común y las palabras clave para el CBD, consulte la Lista completa de la Drug Enforcement Administration (Administración de Control de Drogas).

¿CÓMO SE UTILIZA EL CBD?

El CBD viene en muchas formas, incluidos aceites, extractos, cápsulas, parches, vaporizadores y preparaciones tópicas para usar en la piel. Los aceites y extractos de CBD también se pueden agregar a alimentos, bebidas y productos de belleza.²

¿CUÁLES SON LOS EFECTOS DEL CBD?

El CBD se comercializa para reducir la ansiedad, la depresión y el dolor, al mismo tiempo que promueve el sueño, entre muchas otras cosas.³ Los efectos secundarios del uso de CBD pueden incluir boca seca, náuseas, diarrea, fatiga e irritabilidad, tolerancia y otros factores de salud, según cada persona.²⁻⁴ El CBD también puede causar daño hepático y afectar la eficacia de los medicamentos recetados, lo que podría causar efectos secundarios graves.⁴ Todavía se desconocen los impactos a largo plazo en la salud del consumo de CBD.²⁻⁴⁻⁵

¿ES SEGURO?

La seguridad del CBD aún se está evaluando.⁴ La Food and Drug Administration (FDA, Administración de Alimentos y Medicamentos) ha aprobado solo un producto de CBD, un medicamento recetado que contiene CBD purificado de plantas de cannabis llamado Epidiolex, para tratar los

trastornos convulsivos.⁴ El CBD se vende principalmente como suplemento, y su seguridad o pureza no están reguladas por la FDA; por lo tanto, los productos de CBD pueden contener otros productos químicos y productos desconocidos que pueden no ser seguros.⁵ Un pequeño estudio de productos de CBD probados para determinar su pureza mostró que más de una cuarta parte contenía menos CBD de lo que figuraba en la etiqueta, y algunos contenían THC.³

¿EL CBD ES ADICTIVO?

El CBD no parece ser adictivo. Sin embargo, numerosos productos de CBD contienen niveles variables de THC, y este puede ser adictivo.³

¿EL CBD ES LEGAL?

Si el CBD se puede vender legalmente o no en un estado depende de las leyes y regulaciones de ese estado, pero los alimentos y suplementos dietéticos que contienen CBD no se pueden vender legalmente en el comercio interestatal.⁶ Además, comercializar CBD agregándolo a un alimento o etiquetándolo como un suplemento dietético es ilegal en los 50 estados.⁴

¿CUÁNTAS PERSONAS CONSUMEN CBD?

14%

de adultos

20%

de personas entre 18 y 29 años

La prevalencia del consumo de CBD entre los jóvenes no está bien documentada. Según una encuesta de Gallup del 2019,⁷ el 14 % de los adultos estadounidenses informaron usar un producto de CBD, y los jóvenes de 18 a 29 años informaron la mayor prevalencia de uso, con un 20 %.

REFERENCIAS

1. Rosenberg, E. C., Tsien, R. W., Whalley, B. J., & Devinsky, O. (2015). Cannabinoids and epilepsy. *Neurotherapeutics*, 12(4), 747-768. doi: [10.1007/s13311-015-0375-5](https://doi.org/10.1007/s13311-015-0375-5).
2. Bauer, B. (2020, December 18) *What are the benefits of CBD – and is it safe to use?* Mayo Clinic. <https://www.mayoclinic.org/healthy-lifestyle/consumer-health/expert-answers/is-cbd-safe-and-effective/faq-20446700>. Accessed August 6, 2021.
3. Corroon, J., Phillips, J. A. (2018). A cross-sectional study of cannabidiol users. *Cannabis Cannabinoid Res.*, 3(1), 152 -161. doi: [10.1089%2Fcan.2018.0006](https://doi.org/10.1089%2Fcan.2018.0006).
4. Food and Drug Administration. (2020, March 5). What you need to know (and what we're working to find out) about products containing cannabis or cannabis-derived compounds, including CBD. <https://www.fda.gov/consumers/consumer-updates/what-you-need-know-and-what-were-working-find-out-about-products-containing-cannabis-or-cannabis>. Accessed August 6, 2021.
5. Grinspoon P. (2020, April 15). *Cannabidiol (CBD) – what we know and what we don't*. <https://www.health.harvard.edu/blog/cannabidiol-cbd-what-we-know-and-what-we-dont-2018082414476>. Accessed August 6, 2021.
6. National Center for Complementary and Integrative Health. (2019, November). *Cannabis (marijuana and cannabinoids: what you need to know*. <https://www.nccih.nih.gov/health/cannabis-marijuana-and-cannabinoids-what-you-need-to-know>. Accessed August 6, 2021.
7. Brenan, M. (2019, August 7). 14% of Americans say they use CBD products. *Gallup News*. <https://news.gallup.com/poll/263147/americans-say-cbd-products.aspx>. Accessed August 6, 2021.

Este proyecto ha recibido el apoyo de los Centers for Disease Control and Prevention (CDC, Centros para el Control y la Prevención de Enfermedades) del U.S. Department of Health and Human Services (HHS, Departamento de Salud y Servicios Humanos de los Estados Unidos) como parte de una asistencia económica de un total de USD 2 000 000, con financiamiento total de los CDC/el HHS. Los contenidos pertenecen a los autores y no representan necesariamente las opiniones oficiales ni la aprobación de los CDC/el HHS o del gobierno de los Estados Unidos.