

Lo que necesita saber sobre la juventud y la marihuana

¿QUÉ ES LA MARIHUANA?

La marihuana (también llamada “hierba”, “maría”, “cogollo” o “cannabis”; consulte el informe de la [Drug Enforcement Administration](#) [Administración de Control de Drogas] para obtener más nombres informales) se refiere a las hojas, flores, tallos y semillas secas de la planta de cannabis.¹ La planta contiene más de 100 componentes o cannabinoides diferentes, como tetrahidrocannabinol (THC) y cannabidiol (CBD).² El THC es el principal componente de la planta responsable de los efectos de alteración y psicoactividad.³

¿CÓMO USAN LA MARIHUANA LAS PERSONAS? ¿CUÁLES SON LOS DIFERENTES PRODUCTOS?

La marihuana y los aceites y concentrados que contengan componentes de la marihuana se pueden consumir de varias maneras, incluidos fumar (p. ej., porro, ramo), vapear (p. ej., dispositivos electrónicos de vaporización como cigarrillos electrónicos o vapeadores), comer (p. ej., galletas, chocolate, dulces), beber (p. ej., refrescos, café, té) e inhalar (p. ej., a través de una pipa de agua).⁴ Actualmente, no hay suficiente investigación que sugiera que una forma de consumir marihuana sea más segura que otra.⁴ Cada método de consumo de marihuana tiene diferentes riesgos para la salud y la seguridad pública, y todos pueden ser dañinos para los jóvenes cuyos cerebros aún se están desarrollando.⁴

¿CUÁNTOS JÓVENES CONSUMEN MARIHUANA?



La prevalencia del consumo de marihuana entre los jóvenes varía por estado, pero en el 2020, a nivel nacional, cerca del 35 % de los alumnos de 12.º grado, el 28 % de los alumnos de 10.º grado y el 11 % de los alumnos de 8.º grado declararon haber consumido marihuana en el último año.⁵ La prevalencia de jóvenes que informan un consumo diario o casi diario es menor, con un 7 % de estudiantes de 12.º grado, un 4 % de estudiantes de 10.º grado y un 1 % de alumnos de 8.º grado.⁵ El consumo de marihuana del año anterior y el consumo diario o casi diario de marihuana se han mantenido estables a nivel nacional durante la última década. El año pasado, el vapeo de marihuana aumentó exponencialmente entre los estudiantes de 8.º, 10.º y 12.º grado en relación con 2017 a 2019, pero se mantuvo estable en 2020, y el 22 % de los estudiantes de 12.º grado, el 19 % de los estudiantes de 10.º grado y el 8 % de los estudiantes de 8.º grado informaron este tipo de consumo de marihuana en el último año.⁵

¿LA MARIHUANA AFECTA AL CEREBRO?

Sí, el consumo de marihuana afecta directamente al cerebro, en concreto, las partes responsables de la memoria, el aprendizaje, la atención, la toma de decisiones, la coordinación, las emociones y el tiempo de reacción.² Cuando las personas comienzan a usar marihuana durante la juventud, especialmente a los niveles elevados, hay un aumento del riesgo de deficiencias en el desarrollo del cerebro y la atención, la memoria, el aprendizaje y la cognición.² Estos déficits pueden ser duraderos y pueden afectar los resultados relacionados, como los logros académicos.²

¿CUÁLES SON LOS OTROS EFECTOS DE LA MARIHUANA EN LA SALUD?

El consumo de marihuana afecta directamente al cerebro y puede provocar alteración de los sentidos, alteración del sentido del tiempo, cambios en el estado de ánimo, alteración del movimiento corporal, dificultad para pensar y resolver problemas, deterioro de la memoria, alucinaciones y delirios cuando se toma en dosis altas, y psicosis aguda (el riesgo es mayor con el consumo regular de marihuana y el consumo de niveles elevados de THC).¹ La marihuana también puede causar deficiencias en la coordinación y el tiempo de reacción, lo que puede aumentar el riesgo de accidentes automovilísticos y otras lesiones.¹

La forma en que la marihuana afecta a una persona depende de varios factores, incluida la cantidad de THC en la marihuana, con qué frecuencia se consume, la edad del primer uso y si se consumen otras sustancias al mismo tiempo, como el tabaco y el alcohol.²

La marihuana, especialmente cuando se consume a diario o casi a diario y en dosis elevadas, también se puede vincular a efectos físicos y conductuales a más largo plazo, incluido un mayor riesgo de esquizofrenia y otras formas de psicosis, en particular entre las personas con antecedentes familiares de psicosis, mayor riesgo de depresión y ansiedad, mayor riesgo de ideaciones suicidas, intentos de suicidio y suicidio, y bronquitis crónica (principalmente por fumar marihuana).²

¿EL CONSUMO DE MARIHUANA ES SEGURO DURANTE EL EMBARAZO?

No. El consumo de marihuana durante el embarazo puede dañar al bebé y se ha relacionado con un menor peso al nacer y posibles retrasos en el desarrollo.²

¿ES SEGURO CONDUCIR DESPUÉS DE CONSUMIR MARIHUANA?

No. El consumo de marihuana puede afectar habilidades importantes necesarias para una conducción segura al aumentar el tiempo de reacción, disminuir la capacidad para tomar decisiones, afectar la coordinación y provocar distorsión de la percepción.² Si planea consumir marihuana, está consumiendo marihuana o ha consumido alcohol o drogas, incluida la marihuana, elija no conducir y recuérdelos a sus amigos y familiares que hagan lo mismo.

¿LA MARIHUANA PUEDE SER MEDICINAL?

La marihuana tiene componentes que pueden aliviar los síntomas de algunos problemas de salud; sin embargo, gran parte de la investigación sobre los usos médicos de la marihuana proviene de la investigación de cannabinoides o componentes aislados de la planta.⁶ La Food and Drug Administration (FDA, Administración de Medicamentos y Alimentos) aprobó tres medicamentos que son cannabinoides sintéticos o de origen vegetal para el tratamiento de las náuseas en pacientes que se someten a quimioterapia contra el cáncer y para estimular el apetito en pacientes con síndrome de emaciación debido al SIDA (dronabinol [nombres de marca: Marinol y Syndros] y nabilona [nombre de marca: Cesamet]), y para el tratamiento de dos formas de epilepsia infantil grave (Epidiolex).⁶ No se han implementado normas federales para la calidad y seguridad de los productos de marihuana que se venden en los dispensarios de marihuana medicinal en los estados. Estos productos no están aprobados por la FDA.

¿EL CBD ES LO MISMO QUE LA MARIHUANA?

El CBD, o cannabidiol, es un componente de la planta de cannabis.⁷ El CBD por sí solo no es perjudicial; sin embargo, los productos de CBD disponibles en supermercados, gasolineras y tabaquerías no están reguladas por la FDA.⁷ Esto significa que no hay normas federales ni requisitos para la prueba de productos, el uso de ciertos ingredientes, el etiquetado de ciertos ingredientes y otras medidas de seguridad. El CBD puede afectar la forma en que funcionan algunos medicamentos, y su uso en grandes cantidades no se ha estudiado ampliamente.⁷

¿LA MARIHUANA PUEDE SER ADICTIVA?

Sí. Las investigaciones sugieren que aproximadamente el 30 % de las personas que consumen marihuana tienen un trastorno por consumo de marihuana.⁶ Las personas que comienzan a consumir marihuana antes de los 18 años de edad son más propensos a desarrollar un trastorno por el consumo de marihuana en la adultez.⁶ Las señales de que alguien podría ser adicto a la marihuana incluyen las siguientes:⁶

- Renunciar a actividades importantes con amigos y familiares a favor del consumo de marihuana.
- Usar marihuana incluso cuando causa problemas para cumplir con las tareas diarias en el hogar, la escuela o el trabajo.
- Necesitar más marihuana para conseguir el mismo efecto.
- No tener éxito en los esfuerzos por dejar de consumir marihuana.

REFERENCIAS

1. National Institute on Drug Abuse. (2021, December 24). *Marijuana DrugFacts*. <https://www.drugabuse.gov/publications/drugfacts/marijuana>.
2. Centers for Disease Control and Prevention. (2021, June 2). *Health effects of marijuana*. <https://www.cdc.gov/marijuana/health-effects/index.html>.
3. National Institute on Drug Abuse. (2020, June 25). *Marijuana concentrates DrugFacts*. <https://www.drugabuse.gov/publications/drugfacts/marijuana-concentrates>.
4. Schauer, G.L., Njai, R., Grant-Lenzy, A. M. (2020). Modes of marijuana use – smoking, vaping, eating, and dabbing: results from the 2016 BRFSS in 12 states. *Drug Alcohol Depend*, 209. doi:10.1016/j.drugalcdep.2020.107900.
5. National Institute on Drug Abuse. (2021, July 16). *Marijuana*. <https://teens.drugabuse.gov/drug-facts/marijuana#topic-7>.
6. National Institute on Drug Abuse. (2021, April 13). *Is marijuana safe and effective as medicine?* <https://www.drugabuse.gov/publications/research-reports/marijuana/marijuana-safe-effective-medicine>.
7. Centers for Disease Control and Prevention. (2021, June 11). *Frequently asked questions*. <https://www.cdc.gov/marijuana/faqs.htm>.

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/HHS o del gobierno de los Estados Unidos.