

National Institute on Drug Abuse (NIDA)
**Hechos sobre la marihuana para
adolescentes**

Last Updated December 2017

<https://www.drugabuse.gov>



Índice

Hechos sobre la marihuana para adolescentes

Carta a los adolescentes

Algunas cosas para pensar

¿Deseas saber más? Algunas preguntas frecuentes sobre la marihuana

Otros recursos útiles

Referencias

Carta a los adolescentes

¿Sabías que...

- Cuando se les preguntó a los adolescentes si el mes anterior habían consumido marihuana, solo uno de cada catorce dijo que sí?¹ De modo que si piensas que todo el mundo consume marihuana, no es así.
- Hay gente que cree que está bien consumir marihuana porque es "natural". Pero no todas las plantas naturales son buenas. Piensa en el tabaco, por ejemplo.
- Hay adolescentes que, al ver que algunos estados están legalizando la marihuana, piensan que no puede ser tan mala. Ya sea legal o no, un riesgo real de la marihuana es la *adicción*.
- En el 2016, aproximadamente cuatro millones de personas de 12 años o más sufrían un trastorno por consumo de marihuana. La forma más grave de este trastorno es la *adicción*.¹
- Las investigaciones también demuestran que la marihuana puede dañar el cerebro en desarrollo de un adolescente.

Nuestro objetivo es brindarte información real para que puedas tomar decisiones inteligentes y ser la mejor versión posible de ti mismo. Esperamos que continúes la conversación y compartas esta información con tus amigos, padres, maestros y otras personas.

Nora D. Volkow, M.D.

Directora

Instituto Nacional sobre el Abuso de Drogas

Algunas cosas para pensar



La adicción:

La gente fuma marihuana por muchas razones: para sentirse bien, para sentirse mejor, para sentirse distinta o para no desentonar. Cualquiera que sea el motivo, el consumo de drogas tiene sus consecuencias.

La marihuana puede ser adictiva. No todas las personas que consumen marihuana se vuelven adictas. Volverse drogadicto depende de muchos factores, entre ellos los genes de cada uno, la edad a la que se comienza a consumir la droga, la facilidad que existe para obtener la droga, la vida hogareña y familiar y los compañeros y pares, entre otros. El consumo frecuente de marihuana puede llevar a un trastorno por consumo de marihuana. La forma más grave de este trastorno es la adicción. Ser adicto significa que tienes problemas para controlar el consumo de la droga, aun cuando el drogarte hace que sucedan cosas malas. Alrededor del 11% de las personas que consumen marihuana en un año podrían ser drogadictas.² Quienes comienzan a consumir marihuana antes de los 18 años tienen entre cuatro y siete veces más probabilidades que los adultos de desarrollar un

problema con la droga.³

La conducción de vehículos:

La marihuana es peligrosa si vas a conducir.⁴ En general, los conductores adolescentes tienen menos experiencia que los conductores mayores y son más propensos a reaccionar en forma equivocada en situaciones de riesgo. Es más probable que conduzcan con imprudencia y a alta velocidad y que dejen menos espacio entre los vehículos. Cuando la inexperiencia se suma al consumo de marihuana, los resultados pueden ser peligrosos. Las investigaciones demuestran que la marihuana afecta la habilidad para conducir de manera segura, ya que afecta el juicio, la coordinación y el tiempo de reacción. Hace que sea difícil calcular las distancias y reaccionar a las señales y los sonidos de la calle. Como sucede con toda droga psicoactiva, conducir con las capacidades disminuidas puede causar accidentes de tráfico fatales.



Para conocer más sobre la investigación sobre este tema, visita <https://www.drugabuse.gov/related-topics/drugged-driving>.

La escuela:

La mayoría de los adolescentes no consume marihuana.

La marihuana está asociada con problemas en la escuela. Es una droga que embota la atención, la memoria y la capacidad de aprendizaje. Estos efectos pueden durar días y a veces hasta semanas, dependiendo de con qué frecuencia consumes marihuana. Comparados con los adolescentes que no se drogan, los estudiantes que consumen marihuana tienen mayor probabilidad de no terminar la escuela secundaria u obtener un título universitario.⁵ La marihuana también afecta la sincronización, el movimiento y la coordinación, lo que puede perjudicar el desempeño atlético

Enfermedades mentales:

El consumo de marihuana está asociado a una mayor probabilidad de padecer enfermedades mentales. Además de la adicción, el consumo de marihuana está relacionado con un mayor riesgo de esquizofrenia, depresión y ansiedad. No está claro si la marihuana causa efectivamente estos trastornos, pero la investigación demuestra que hay una conexión. La cantidad de droga que se consume, la edad a la que se consume por primera vez y los genes de la persona influyen en esa conexión.

¿Deseas saber más? Algunas preguntas frecuentes sobre la marihuana



¿Qué es la marihuana?

La marihuana es una mezcla de flores secas y trituradas de la planta de cannabis, *cannabis sativa*. Se la conoce con muchos nombres diferentes, como hierba, la verde, doña Juanita y Maripepa, entre otros, y weed, pot, herb y grass en inglés. La marihuana se puede fumar, preparar como un té o mezclar con alimentos (marihuana comestible). Las formas más potentes incluyen el sinsemilla, el hachís y el aceite de hachís.

La principal sustancia química de la marihuana que altera la mente es el *THC*. La marihuana contiene más de quinientas sustancias químicas, entre ellas más de cien compuestos similares al THC. La cantidad de THC presente en la marihuana es lo que determina su potencia o fuerza y la forma en que afecta el organismo. Durante las últimas décadas, los cultivadores de marihuana han aumentado constantemente el contenido de THC.

"Yo fumaba marihuana hasta que tuve un ataque de ansiedad y sentí que no podía respirar... Jadeaba y me puse realmente paranoica".

"Hay miles de cosas para hacer que son más divertidas que fumar una hierba desconocida. Ir a la playa, al cine, al gimnasio. No te pierdes de nada."

– Comentarios publicados en el blog del NIDA para adolescentes

¿Cómo actúa la marihuana?

La marihuana es psicoactiva. En otras palabras, cambia la forma en que funciona el cerebro. Afecta ciertas áreas específicas del cerebro que se llaman receptores de *cannabinoides*. Estos receptores envían mensajes a diferentes neuronas en el sistema nervioso. Afectan las áreas relacionadas con el aprendizaje y la memoria, el apetito, la coordinación y el placer, por lo que interferir con estos receptores puede tener efectos importantes en el organismo.

¿Qué pasa cuando consumes marihuana?

La marihuana afecta en forma distinta a cada persona según su biología, la potencia de la planta, la experiencia anterior con las drogas, la forma de consumo y si se combina con alcohol u otras drogas al mismo tiempo. Algunas personas no sienten absolutamente nada cuando consumen marihuana. Otras se sienten relajadas o eufóricas (*high*). Otras de pronto se sienten ansiosas y paranoicas; esto pasa especialmente cuando alguien consume marihuana más potente, consume mucho o no está acostumbrado a la droga.

Todavía estamos aprendiendo qué efectos tiene la marihuana en el cerebro y cuánto duran esos efectos, especialmente cuando alguien deja de consumir la droga.

¿Cuáles son los efectos comunes de la marihuana en el organismo, el cerebro y el comportamiento?

El consumo regular de marihuana también se ha asociado con problemas de memoria, problemas de relación, deterioro de la salud física y mental, salarios más bajos y menos éxito en la carrera profesional.⁶

Efectos a corto plazo (al momento del consumo o inmediatamente después)

- problemas de aprendizaje, atención y memoria
- distorsión de la percepción (vista, sonidos, tiempo, tacto)
- deterioro de la coordinación
- aceleramiento de la frecuencia cardíaca
- ansiedad, paranoia
- psicosis (poco común)

Efectos que duran más que el corto plazo (unos pocos días) pero pueden no ser permanentes

- problemas de aprendizaje y memoria
- problemas para dormir

Efectos a largo plazo (efectos del consumo repetido)

- riesgo de adicción a la marihuana
- problemas de aprendizaje y memoria a largo plazo si el consumo intenso comienza durante la juventud
- riesgo de tos crónica y bronquitis

- riesgo de esquizofrenia en algunas personas con alta predisposición genética
- en pocos casos, riesgo de episodios recurrentes de náuseas y vómitos intensos



¿Qué pasa en los pulmones cuando fumas marihuana?

"Yo era muy perezosa. No quería hacer nada. . . estaba deprimida. Sentía que estaba siempre en un pozo. Siempre me sentía mal conmigo misma, con dónde me encontraba en la vida."

— *de la historia de Alby, sobre fumar marihuana todos los días*

Una persona que fuma marihuana regularmente puede tener muchos de los mismos problemas pulmonares y respiratorios que las personas que fuman tabaco. Por ejemplo, quienes fuman marihuana pueden desarrollar una tos

diaria o tener una posibilidad mayor de sufrir una infección pulmonar. Al igual que el humo del tabaco, el humo de la marihuana contiene una mezcla tóxica de gases y pequeñas partículas que pueden dañar los pulmones. Si bien todavía estamos estudiando si la marihuana causa cáncer de pulmón, muchas personas que fuman marihuana también fuman cigarrillos, que sí causan cáncer. Además, el hecho de fumar marihuana puede hacer más difícil dejar de fumar cigarrillos.

¿Cuáles son los efectos de inhalar humo de marihuana de segunda mano?

Esto es lo que sabemos acerca del humo de marihuana de segunda mano:

- Si se inhala humo de marihuana de segunda mano, es poco probable que se detecte la droga en un análisis de detección de drogas, pero podría suceder.
- Es más probable que el humo de marihuana de segundo mano ponga a alguien en estado de euforia o high si se encuentra en un espacio cerrado con personas que fuman marihuana con alto contenido de THC.
- Un estudio reciente realizado con animales demostró que el humo de marihuana de segunda mano puede afectar los vasos sanguíneos del corazón tanto como el humo del cigarrillo de segunda mano. Es necesario investigar más, pero sabemos que el humo de la marihuana puede afectar particularmente a los niños y las personas asmáticas.
- Es necesario investigar más, pero sabemos que el humo de la marihuana puede afectar particularmente a los niños y las personas asmáticas.

¿Vapear marihuana es más seguro que fumarla?

La marihuana afecta el cerebro: altera la memoria, el juicio y la coordinación.

Algunas personas creen que "vapear" marihuana (inhalar el vapor) es una forma más segura de consumir la droga porque no se inhala el humo. Pero al usar un vaporizador se inhalan varias sustancias químicas. Un estudio de algunos productos para vaporizadores revelaron que el vapor contiene sustancias químicas tóxicas y puede contener partículas tóxicas de metal provenientes del mismo dispositivo.⁷ Los científicos continúan estudiando los riesgos del vapeo.



¿El consumo de marihuana puede llevar a la psicosis?

Las personas que han consumido grandes dosis o marihuana con alto contenido de THC pueden tener psicosis breves. Las psicosis pueden afectar la mente y hacer que la persona tenga dificultad para diferenciar lo que es real de lo que no lo es. Una reacción psicótica generalmente desaparece cuando se disipa el efecto de la droga, pero los recuerdos perturbadores pueden permanecer. Ciertas personas tienen un gen que puede aumentar la posibilidad de tener trastornos psicóticos a largo plazo, como la esquizofrenia (un trastorno mental grave que afecta el pensamiento, los sentimientos y el comportamiento) cuando consumen marihuana en forma repetida.

¿Es posible sufrir una sobredosis de marihuana?

Si bien no hay informes de muertes causadas directamente por el consumo de marihuana, esta droga puede causar problemas graves de salud. Algunas personas sufren reacciones psicóticas que pueden llevarlas a comportarse en forma peligrosa. Otras pueden sentir efectos secundarios desagradables como temblores, lo que los lleva a buscar ayuda en una sala de emergencias.

¿Cuánto tiempo después de consumir marihuana pueden aparecer rastros en un análisis de detección de drogas?

Los efectos de la marihuana generalmente duran entre una y tres horas, pero la droga puede permanecer en el organismo durante días e incluso semanas después de consumirla. Los órganos del cuerpo tienen tejidos grasos que absorben el THC de la marihuana. En general, los análisis comunes de orina pueden detectar el THC varios días después de consumir la droga. Sin embargo, en las personas que consumen marihuana en forma intensa, los análisis de orina a veces pueden detectar el THC durante varias semanas.

¿El consumo de marihuana lleva a consumir otras drogas?

Las investigaciones sugieren que los adolescentes generalmente prueban el alcohol, el tabaco y la marihuana antes que la mayoría de las otras drogas. Pero la mayor parte de la gente que consume marihuana no continúa después con otras drogas.

- Estas son algunas teorías de por qué ciertas personas pasan a consumir otras drogas:
- Es posible que una persona que tiene mayor probabilidad de consumir otras drogas comience consumiendo marihuana porque es más fácil de conseguir.
- Es probable que alguien que ya consume marihuana esté en contacto con

personas que consumen y venden otras drogas, lo que aumenta las probabilidades de que las pruebe.

¿Qué es la K2 o *spice* y cómo afecta el cerebro?

Las sustancias químicas de muchos productos que se venden como K2/*spice* son desconocidas. Algunas variedades podrían causar efectos muy diferentes a los esperados.

K2 o *spice* se refiere a la materia vegetal de la planta que se recubre con sustancias químicas similares a las que se encuentran en la marihuana. Algunas personas creen equivocadamente que la K2/*spice* y la marihuana son lo mismo, pero no es así.

Quienes venden K2/*spice* la promocionan como un sustituto "sin riesgos" y "legal" de la marihuana. Ninguna de las dos cosas es cierta. Si bien las etiquetas en los productos de K2/*spice* a menudo dicen que contiene materia "natural" de las plantas, los ingredientes activos se fabrican en laboratorios. Estas sustancias químicas actúan en las mismas áreas del cerebro que el THC. Sin embargo, algunas de las sustancias que se encuentran en la K2/*spice* pueden producir efectos mucho más intensos, desagradables e impredecibles, como ansiedad extrema, paranoia y alucinaciones.



¿Es seguro fumar marihuana durante el embarazo o mientras se amamanta a un bebé?

Los médicos aconsejan que las mujeres embarazadas no consuman marihuana porque puede perjudicar al feto. Hay estudios que sugieren que los hijos de madres que consumieron marihuana durante el embarazo tienen mayor probabilidad de tener dificultades para resolver problemas y dificultad con la memoria y la atención. También se aconseja a las madres que no consuman marihuana mientras amamantan al niño. Las investigaciones sugieren que el THC pasa en cantidades moderadas a la leche materna. Todavía estamos estudiando el efecto que esto tiene en el desarrollo del cerebro del bebé.

¿Hay síntomas de abstinencia al dejar la marihuana?

TJONES1 — JUNCTION CITY HIGH SCHOOL, OREGON:

Si estás saliendo con alguien que consume marihuana, ¿aumentan las probabilidades de que tú también la consumas?

NIDA: ¡Muy buena pregunta! Las investigaciones demuestran que las personas que tienen amigos que consumen drogas tienen mayor probabilidad de consumir drogas ellas también. Pero no sabemos realmente por qué es así. Podría ser que al estar rodeado de gente que se droga, haya más probabilidades de probar las drogas. En realidad, tú tienes la opción de rechazar las drogas cuando te las ofrecen, pero eso puede ser un desafío. Otro enfoque sería ver si tus amigos dejarían de consumir marihuana, para tu beneficio y el de ellos.

– del Día de chat del NIDA

Sí, puede haberlos. Los síntomas pueden incluir irritabilidad, problemas para dormir, ansiedad y deseos intensos de la droga, y hacen un pico unos pocos días después de suspender el consumo regular de marihuana. Los síntomas de abstinencia pueden hacer que resulte difícil no consumir la droga.

¿Qué pasa si alguien quiere dejar de consumir marihuana pero se le hace muy difícil?

Si a una persona le resulta difícil dejar de consumir marihuana, es posible que tenga un trastorno por el consumo de la droga. La forma más grave de este trastorno se conoce como adicción. El trastorno por consumo de marihuana es complejo pero se puede tratar, aunque no hay un tratamiento único que sirva para todos. El tratamiento de la adicción puede ayudar a que la persona deje de consumir drogas, reconstruya las relaciones con familiares y amigos y restablezca la productividad en el trabajo, la escuela y la sociedad. Los programas actuales de tratamiento para la marihuana se concentran en trabajar con un consejero profesional y grupos de apoyo. También hay programas creados especialmente para ayudar a los adolescentes. Los

investigadores están evaluando diferentes maneras de ayudar a la gente a mantenerse alejada de la droga, entre las que se cuentan ciertos medicamentos.

¿La marihuana es legal?

Las leyes federales establecen que la marihuana en cualquiera de sus formas (por ejemplo, para fumar o comestible) es ilegal para el consumo medicinal o recreativo. Sin embargo, algunos estados han legalizado el uso de la marihuana medicinal y unos pocos han legalizado también el uso recreativo (para adultos solamente). Consulta el sitio web de tu estado para averiguar si hay leyes estatales sobre el uso medicinal o recreativo de esta droga.

¿Qué hay de nuevo sobre la marihuana medicinal?

Los científicos continúan investigando formas en que los pacientes puedan usar el THC y otros ingredientes de la marihuana de manera segura para fines medicinales.

Las investigaciones han demostrado que algunas sustancias químicas de la marihuana, incluidos el THC y el cannabidiol (CBD), podrían tener aplicación medicinal. Se están realizando ensayos clínicos para elaborar y probar medicamentos que contienen THC y CBD para aliviar el dolor o tratar las convulsiones. La Administración de Drogas y Alimentos de Estados Unidos (U.S. Food and Drug Administration, FDA) evaluará los resultados para determinar si estos medicamentos son seguros y efectivos para el tratamiento en esos casos. En la actualidad hay tres medicamentos aprobados por la FDA que contienen THC o sustancias químicas similares para tratar las náuseas generadas por la quimioterapia y aumentar el apetito en los pacientes con sida. Se trata de dos presentaciones de un medicamento llamado dronabinol, disponible en cápsulas o como una solución líquida para tomar por vía oral, y otro medicamento llamado *nabilona* que se vende en cápsulas.



Muchos investigadores, entre ellos los que financian los Institutos Nacionales de la Salud, continúan explorando los posibles usos del THC y otros cannabinoides para tratar síntomas de enfermedades y otros trastornos como:

- cáncer
- VIH o sida
- esclerosis múltiple (EM)
- inflamación
- dolor
- convulsiones
- adicción
- salud mental, incluidos trastornos como el de estrés postraumático (TEPT)

Sativex[®], un atomizador bucal que contiene THC y CBD (otra sustancia química que se halla en la planta de marihuana) está disponible en varios países fuera de Estados Unidos. Se usa para tratar espasmos musculares y dolores neurálgicos causados por la esclerosis múltiple. Epidiolex[®], un

medicamento líquido derivado del CBD para el tratamiento de ciertas formas de epilepsia infantil, se está estudiando en ensayos clínicos.

Otros recursos útiles

He aquí algunos enlaces útiles donde obtener más información:

Instituto Nacional sobre el Abuso de Drogas (The National Institute on Drug Abuse, NIDA)

¿Necesitas tratamiento?

Encontrarás programas de tratamiento en el sitio www.findtreatment.samhsa.gov de la Administración de Servicios de Abuso de Sustancias y Salud Mental de Estados Unidos (Substance Abuse and Mental Health Services Administration, SAMHSA). También puedes llamar a la línea directa de derivación para tratamiento de la SAMHSA, 1-800-662-HELP. El tratamiento puede ayudarte a ti, a un amigo o a un ser querido para que vuelvan a ser la persona que fueron alguna vez.

El sitio web drugabuse.gov del NIDA contiene información sobre varias drogas y otros temas relacionados. El sitio web del NIDA para adolescentes, teens.drugabuse.gov, contiene videos y juegos entretenidos e informativos y permite hacer descargas gratuitas. Además, tiene un *blog* para adolescentes donde puedes dejarnos un par de comentarios. Infórmate sobre cómo las distintas drogas afectan el cerebro y el organismo y lee historias reales de adolescentes que han luchado con el consumo de drogas y la drogadicción.

Instituto Nacional de Abuso de Alcohol y Alcoholismo (The National Institute on Alcohol Abuse and Alcoholism, NIAAA)

El sitio web del NIAAA, www.niaaa.nih.gov, contiene las investigaciones y noticias más recientes y otros recursos relacionados con el alcohol. El NIAAA también tiene un sitio dedicado especialmente a los adolescentes llamado “*the*

cool spot”, www.thecoolspot.gov, con cuestionarios y otros recursos interactivos que te brindan información sobre el alcohol y cómo resistir la presión social.

Instituto Nacional de Salud Mental (National Institute of Mental Health, NIMH)

Para informarte más sobre los trastornos de salud mental como la depresión o la esquizofrenia, visita el sitio web del NIMH, <https://www.nimh.nih.gov>, y lee el *Blog* del Director sobre varios temas que incluyen la prevención del suicidio, el trastorno límite de personalidad y el trastorno de personalidad bipolar, cómo manejar los eventos traumáticos, y otros temas.

This publication is available for your use and may be reproduced **in its entirety** without permission from the NIDA. Citation of the source is appreciated, using the following language: Source: National Institute on Drug Abuse; National Institutes of Health; U.S. Department of Health and Human Services.

Referencias

1. Center for Behavioral Health Statistics and Quality. Results from the 2016 National Survey on Drug Use and Health: Detailed Tables. SAMHSA. <https://www.samhsa.gov/data/sites/default/files/NSDUH-DetTabs-2016/NSDUH-DetTabs-2016.htm>. Published September 7, 2016. Accessed November 6, 2017.
2. Hasin DS, Saha TD, Kerridge BT, et al. Prevalence of Marijuana Use Disorders in the United States Between 2001-2002 and 2012-2013. *JAMA Psychiatry*. 2015;72(12):1235-1242. doi:10.1001/jamapsychiatry.2015.1858
3. Winters KC, Lee C-YS. Likelihood of developing an alcohol and cannabis use disorder during youth: Association with recent use and age. *Drug Alcohol Depend*. 2008;92(1-3):239-247. doi:10.1016/j.drugalcdep.2007.08.005
4. Compton RP, Berning A. *Drug and Alcohol Crash Risk*. Washington, DC: National Highway Traffic Safety Administration; 2015. DOT HA 812 117.
5. McCaffrey DF, Pacula RL, Han B, Ellickson P. Marijuana use and high school dropout: the influence of unobservables. *Health Econ*. 2010;19(11):1281-1299. doi:10.1002/hec.1561
6. Gruber AJ, Pope HG, Hudson JI, Yurgelun-Todd D. Attributes of long-term heavy cannabis users: a case-control study. *Psychol Med*. 2003;33(8):1415-1422.
7. Hess CA, Olmedo P, Navas-Acien A, Goessler W, Cohen JE, Rule AM. E-cigarettes as a source of toxic and potentially carcinogenic metals. *Environ Res*. 2017;152:221-225. doi:10.1016/j.envres.2016.09.026