

Infórmate
y decide sobre la

Mariguana



Ajuntament de Dénia



GENERALITAT
VALENCIANA

TOTS
A UNA
veu

Conselleria de Sanitat
Universal i Salut Pública

SUBVENCIONADO POR:

Índice

- SABÍAS QUE...
- ALGUNAS CREENCIAS...
- EFECTOS Y RIESGOS
- COMO REDUCIR RIESGOS
- ¿CONOCES LA LEY?

Para más información o consultas,
nos encontramos en:

UPCCA **Dénia**

Regidoria d'Igualtat i Polítiques Indusives

Pl. de l'Arxiduc Carles, 3 · Dénia / Alacant
Tel. 966 467 027 - 628 07 64 49
upccadenia@ayto-denia.es

 [Upcca-Dénia](#)

 [@upccadenia](#)

SABÍAS QUE...

La **Cannabis Sativa** es la planta de la que se extrae la Marihuana y el Hachís.

La **Marihuana**, maría o hierba, es la mezcla triturada de los cogollos, hojas y tallos secos de la planta. El **Hachís** se elabora a partir de la resina de las flores de la planta hembra (cogollos), siendo una pasta consistente y sólida de color marrón oscuro.

Se la conoce desde hace más de 6.000 años. Tiene más de 400 sustancias químicas, y de ellas más de 60 son psicoactivas (cannabinoides).

El **THC** (Tetrahidrocannabinol) es el cannabinoide más importante y al que se le atribuye la mayor parte de los efectos psicoactivos de la planta.

El Hachís contiene mayor concentración de THC que la Marihuana, pero hoy en día dada la adulteración existente, no es difícil que estas sean más potentes.

El Hachís está **adulterado** con otras sustancias tóxicas como: estiércol, derivados de henna, alquitranes, goma arábiga, plásticos, leche condensada, clara de huevo. Estos pueden causar daños imprevisibles.

Normalmente se consume **fumada** y mezclada con tabaco rubio en porros o canutos. No obstante si se consume por **vía digestiva** mediante comida elaborada: pastelitos, galletas o en infusiones... es más difícil controlar la dosis y pueden darse sorpresas desagradables. La absorción es más lenta, los efectos aparecen después de una hora de consumirse, son más intensos y duran más que fumada.

Tras su consumo **se acumula** en los tejidos grasos del organismo y su eliminación es muy lenta, prolongándose su presencia en sangre y sobre el organismo durante días. La **detección en orina** es positiva hasta 6 días después de su consumo cuando este es esporádico y hasta un mes después del último consumo cuando se trata de consumidores crónicos o habituales.

El THC se metaboliza en el hígado, transformándose y eliminándose dos tercios por las heces y el tercio restante por la orina.

El cannabis es la droga ilegal usada con más frecuencia, junto con el alcohol y el tabaco. Una buena **información** es básica **para poder tomar decisiones adecuadas y libres**, mantener unos hábitos saludables y **evitar situaciones de riesgo**, reduciendo al máximo las posibles consecuencias negativas si **se decide consumir**.

ALGUNAS CREENCIAS ... ERRÓNEAS

✿ En cuanto a que **“es natural y por eso no causa daño”** ... también el tabaco, entre otras, lo es y sus efectos perjudiciales son bien conocidos.

✿ Respecto a que **“es mejor que fumar tabaco”**...

- Al fumarse mezclado con tabaco se favorece la dependencia a éste.
- Además... se fuma sin filtro, con inhalaciones profundas, retención pulmonar del humo y apurando el cigarrillo... por lo que su uso habitual incrementa e incluso multiplica los riesgos asociados al tabaco:
- Respiratorios ⇨ tos, bronquitis crónica, enfisema pulmonar y cáncer de pulmón.
- Cardiovasculares ⇨ insuficiencia cardíaca.

✿ En lo referente a que **“es terapéutica”**... Está en investigación la posible capacidad terapéutica de uno de los 60 cannabinoides activos que contiene la Marihuana. Tema que ha generado una gran confusión y que nada tiene que ver con los efectos y riesgos en consumos habituales y/o recreativos de hachís o marihuana.

Podría ser útil el uso terapéutico, que siempre será bajo prescripción médica, en enfermedades neurológicas como el parkinson, el alzheimer, esclerosis múltiple, algunas diarreas, inflamaciones intestinales, para el aumento del apetito, evitar el vómito en quimioterapias y en tratamientos de glaucoma.

✿ En lo relativo a que **“no genera dependencia”**... En fumadores habituales la abstinencia provoca: insomnio, ansiedad, irritabilidad, sensación de aburrimiento, desazón y cambios en el apetito.

EFFECTOS Y RIESGOS

Clasificada según sus efectos sobre el Sistema Nervioso Central como: depresora y alucinógena.

Se percibe la realidad de forma distinta, con experiencias diferentes, según la persona, sus expectativas, el ambiente en que se consume, la frecuencia, la cantidad y concentración de THC.

- Aumento del apetito.
- Apetencia de dulces porque la glucosa en el organismo disminuye.
- Sequedad en la boca.
- Ojos brillantes y enrojecidos.
- Bajada de la tensión arterial.
- Leve taquicardia.
- Sudoración.
- Descoordinación de movimientos.

- Relajación, desinhibición, somnolencia, apalancamiento.
- Sensación de lentitud en el paso del tiempo.
- Alteraciones sensoriales y perceptivas, se agudizan los sentidos.
- Más comunicativos, aunque con dificultad para expresarse con claridad.
- A menudo genera una risa "tonta" o "facilona", sin motivo.
- Algunas personas se sienten cansadas y confusas al día siguiente

- Reduce la memoria inmediata e interfiere en los procesos de aprendizaje complejos.
- Disminución de reflejos, dificulta la capacidad de concentración y coordinación psicomotora para actividades que la requieren como pueden ser conducir un vehículo, el manejo de maquinaria o subir a un andamio.
- Reacciones agudas de pánico y ansiedad.
- En personas predispuestas a problemas psicológicos o trastornos psiquiátricos, el consumo de cannabis puede favorecer la aparición de estos.

- En consumidores crónicos: pérdida de motivación y apatía, disminución de interés y pasividad.
- Algunas investigaciones apuntan la posible incidencia sobre las hormonas responsables de la reproducción y maduración sexual, pudiendo influir en la disminución del número y movilidad de los espermatozoides y en la libido, así como en la reducción de la capacidad defensiva de nuestro sistema inmunitario frente a las infecciones.

ALGUNAS CONSIDERACIONES... PARA REDUCIR RIESGOS

- ✿ Si se da un **mal rollo**, mantener la calma y esperar a que se pase, buscando un ambiente tranquilo y aireado.
- ✿ En personas con sensibilidad al THC y aún a dosis bajas, puede conducir a estados muy desagradables.
- ✿ Al mezclar **tabaco y cannabis**, se incrementan los riesgos o probabilidades de presentar una **enfermedad respiratoria** y de generar **adicción al tabaco**.
- ✿ Algunas personas fuman para conciliar el sueño, aunque el cannabis dificulta la **fase profunda del sueño**.
- ✿ El consumo de hachís también **implica riesgos**, recuerda que afecta y altera la **percepción, concentración y coordinación**.
- ✿ No debe mezclarse **con alcohol, multiplica** los **efectos** de ambas sustancias. Puede darse una lipotimia, experiencia negativa que se manifiesta por sudoración fría, palidez, debilidad y a veces náuseas. Retirarse a un lugar tranquilo, tomar aire y estirarse en el suelo alzando las piernas. Toma agua o bebidas isotónicas.

- ✿ **Conducir un coche o moto** es una actividad compleja y que requiere: tener una mente ágil para interpretar y actuar de forma correcta ante estímulos o circunstancias que se presenten; tener buenos reflejos para reaccionar adecuadamente y a tiempo ante cualquier imprevisto; ser capaces de coordinar la vista, brazos y piernas de forma fluida. Lo que exige y requiere que nuestro cerebro esté en forma y despejado.

El sueño, el cansancio, una enfermedad o conducir bajo los efectos de cualquier sustancia que afecte al funcionamiento básico del cerebro, interfieren negativamente sobre nuestra capacidad de conducir.

¿Cómo afecta el cannabis a la conducción?:

- Dificulta la coordinación motora.
- Disminuye la capacidad de reacción, se alarga el tiempo de reacción ante un imprevisto.
- Enlentece la toma de decisiones, lo que a una velocidad de 100 Km/h supone un riesgo excesivo, ¿cómo lo ves?
- Distorsiona la percepción clara de los peligros potenciales con los que nos podemos encontrar.
- Al consumirse junto con alcohol, se agravan todas estas alteraciones.
- ¡Conducir ya es complejo y arriesgado de por sí!
Si añadimos al "VOLANTE", cannabis y/o alcohol el RIESGO DE ACCIDENTE se multiplica muy considerablemente.

👉 **Ante síntomas** como taquicardias, bajada de tensión, ansiedad, paranoias, depresión, miedo, enfermedades mentales o tratamientos con tranquilizantes, antidepresivos, antipsicóticos y por supuesto ante embarazos... **¡¡MEJOR ABSTENERSE!!**

👉 Fumar porros no lleva al consumo de otras drogas, aunque donde hay cannabis pueden haber otras ilegales.

👉 ¡¡Que te pasen el porro no significa que tengas que fumar!!

👉 **Haz lo que quieras!! Tu debes decidir libremente** respecto a si quieres consumir o no, cuándo, dónde y con quién, así como cuál es tu posición respecto de otras legales o ilegales.

👉 **No te dejes llevar, piénsatelo dos veces!! ¡¡Decide siempre tu mismo, fiel y respetuoso con tu propio estilo de vida!!**

👉 **La DECISIÓN de fumar o no... es personal y LIBRE**

- Si decides experimentar... no tengas prisa ¡¡Cuánto más tardes, mejor!! ¡¡Más madurada será tu decisión!!
- Si decides hacerlo, **controla** que el **uso y la frecuencia** sean lo más esporádico y ocasional posible, ¡¡a menos riesgos te expondrás!!
- Si decides consumir en fines de semana, **mezcla lo menos posible** con alcohol y otras **y evita conducir** bajo sus efectos.
- Si eres consumidor habitual, ponle sentido común y combínala tu actividad diaria con tus consumos de forma que disminuyas al máximo los riesgos:
Por ejemplo: evita fumar antes de acudir a clase porque no estarás en condiciones óptimas de seguirla, evita la conducción y manejo de maquinaria bajo sus efectos.

👉 **Si decides fumar:**

- Fuma con filtro.
- No retener largamente el humo en los pulmones.
- La ingestión oral puede ser más impredecible (malos viajes, ansiedad, paranoias).
- Ante la sed, bebe agua, no alcohol, éste deshidrata y, puede producirte bajada de tensión, lipotimia y vómitos.
- Los efectos pueden ser impredecibles cuando se mezcla cannabis con otras sustancias (speed, pastillas, cocaína)... a saber... deshidratación grave, alucinaciones, ataque cardíaco y pérdida de conocimiento.
- Puede intensificar tu estado de ánimo y sensaciones, tanto las agradables como las desagradables, así que si estás de bajón por algún motivo, sentirías más desánimo.
- Si padeces hipotensión, existe riesgo de lipotimias (bajada brusca de tensión y pérdida de conocimiento).
- Busca momentos, ambientes y lugares adecuados, relajados y sin obligaciones.

**!!! TOMA TUS DECISIONES... CON CONOCIMIENTO
Y SENTIDO COMÚN !!!**

¿ CONOCES LA LEY ?

El consumo de cannabis en lugares públicos, así como **la tenencia ilícita** aunque no estuviera destinada al tráfico, está contemplada por la Ley Orgánica 4/2015 sobre Protección de la **Seguridad** Ciudadana como infracción grave, puede ser **sancionado** con multa de entre **601 y 30.050 Euros**.

La ley penaliza todo lo que no sea consumo propio, **cualquier tipo de consumo o tenencia en zona pública es penalizable** y se aplicará la ley de protección de seguridad ciudadana o el Código Penal en función de las cantidades intervenidas.

Se pueden suspender dichas sanciones por **sometimiento del infractor a tratamiento con motivación por su deshabitación en centro acreditado**, demostrándose y alegándose que se es consumidor habitual.

Es delito "elaborar, producir, **cultivar o traficar** con sustancias estupefacientes, psicotrópicas o tóxicas" y "promover, favorecer, facilitar su consumo o poseer con tales fines" y tratándose de cannabis, está penalizado entre **uno a tres años de prisión**, y multa "del tanto al duplo" del valor de la droga.

Promover el consumo es delito, por tanto, dar un porro a un amigo, intercambiarlo entre colegas, publicitar o difundir la sustancia... podría llevarte problemas.

El autocultivo también es delito porque favorece o promueve el consumo de drogas. **!!!Es ilegal!!!**

Respecto a la **conducción de vehículos** a motor, el Código Penal en su artículo 379 establece una pena de **prisión de tres a seis meses o multa de seis a doce meses, o bien trabajos en beneficio de la comunidad de treinta y uno a noventa días**, según la singularidad de cada caso, así como **privación del derecho a conducir de uno a cuatro años**, para **quienes conduzcan** un vehículo a motor o ciclomotor **bajo la influencia de cualquier droga**.