

MITOS Y REALIDADES DE LA MARIHUANA

1 MITO *La marihuana es inofensiva*

✓ REALIDAD La marihuana es una droga perjudicial en muchos sentidos y los niños son los más susceptibles a sus efectos dañinos. Los efectos dañinos incluyen el deterioro cognitivo, que causa problemas con la concentración y el pensamiento, lo que conduce a un juicio deteriorado. También incluye un mayor riesgo de desarrollar trastornos de ansiedad, la depresión y el riesgo de psicosis.^{1, 8, 10}

Los grandes consumidores de marihuana pueden tener problemas a corto plazo con la atención, la memoria y el aprendizaje, lo que puede afectar las relaciones y los estados de ánimo. También pueden tener problemas de salud mental, al provocar cambios en el cerebro como los causados por la cocaína, la heroína y el alcohol.^{2,4,8}

El consumo regular de marihuana le causa daño a más personas que solo a quienes usan la droga. También perjudica a los bebés nacidos de los usuarios, perjudica a las familias y las comunidades cuando los usuarios cometen delitos o provocan accidentes en la carretera, causan pérdida de productividad, limitan el nivel educativo y contribuyen a enfermedades y lesiones que ejercen presión sobre el sistema de atención médica.⁹

2 MITO *La marihuana no es adictiva*

✓ REALIDAD Aunque alguna vez se creyó que la marihuana no era adictiva, estudios recientes muestran que su uso puede generar una dependencia y algunos de los usuarios intensivos desarrollan síntomas de abstinencia, como irritabilidad, ansiedad y dificultad para dormir mientras intentan dejar de consumir.^{5, 7} El consumo de marihuana, de hecho, a menudo se asocia con un comportamiento que cumple con los criterios de dependencia de sustancias establecidos por la Asociación Americana de Psiquiatría en El Manual Diagnóstico y Estadísticas de los Trastornos Mentales (DSM-IV).³ Aproximadamente 1 de cada 10 usuarios de marihuana se volverán adictos. Para las personas que comienzan a usar antes de los 18 años, ese número aumenta a 1 de cada 6.⁴

3 MITO *La marihuana no es tan dañina como los cigarrillos y otros productos de tabaco*

✓ REALIDAD Los cigarrillos de marihuana y de tabaco comparten muchas de las mismas sustancias químicas tóxicas.^{10, 12} La cantidad de alquitrán inhalado y el nivel de monóxido de carbono, independientemente del contenido de THC, es tres o cinco veces más

alta en los que fuman marihuana, que los fumadores de tabaco y hay entre un 50 a 70% más de material cancerígeno en el humo de marihuana que en el humo del cigarrillo.⁹

El fumar marihuana regularmente conduce a los mismos problemas respiratorios que el consumo de tabaco, como la tos crónica, el respirar con ruido o resollar, las enfermedades torácicas agudas más frecuentes y una tendencia a obstruir las vías respiratorias.^{5,8}

La investigación ha determinado que fumar marihuana puede causar daños potencialmente graves al sistema respiratorio y a los pulmones.^{4, 11} Además, el uso diario de cantidades relativamente pequeñas de marihuana (de 3 a 4 cigarrillos) tiene al menos un efecto comparable, o mayor, en el sistema respiratorio que si se fumara más de 20 cigarrillos de tabaco.⁹

4 MITO *La marihuana se usa para tratar el cáncer y otras enfermedades*

✓ REALIDAD Un pequeño número de estudios ha encontrado que fumar marihuana y fumar formas artificiales de los químicos que se encuentran en la planta de marihuana pueden aliviar algunos de los efectos secundarios de la quimioterapia, como el tratamiento de las náuseas y los vómitos.⁴

Pocos estudios han descubierto que la marihuana puede ser útil para tratar el dolor neuropático también como resultado de la quimioterapia, sin embargo, depender únicamente de la marihuana como tratamiento o para controlar los efectos secundarios mientras se evita o se retrasa la atención médica convencional para el cáncer puede tener graves consecuencias para la salud. Actualmente, no hay evidencia suficiente para recomendar que los pacientes inhalen o ingieran marihuana como tratamiento para los síntomas relacionados con el cáncer o los efectos secundarios de la terapia contra el cáncer.^{4, 9}

5 MITO *Toda la marihuana es natural*

✓ REALIDAD Hay varias formas de marihuana incluyendo varias formas de marihuana sintética con contenido impredecible, así que, aunque es promovido constantemente como si fuera "todo natural", el humo de marihuana contiene más de 400 químicos.⁵



PTTC

Prevention Technology Transfer Center Network
Funded by Substance Abuse and Mental Health Services Administration

MITOS Y REALIDADES DE LA MARIHUANA

6 MITO *Legalizar la marihuana ayudará a resolver la epidemia de opioides*



REALIDAD Los investigadores han encontrado poca evidencia para apoyar la afirmación de que al expandir el acceso al cannabis medicinal y legalizando la marihuana, reduciría las muertes por sobredosis de opioides en los Estados Unidos.^{6, 13}

Actualmente hay una gran cantidad de evidencia que demuestra que el consumo de cannabis, en lugar de disminuir, aumenta el uso de opioides no recetados y el trastorno por uso de opioides. El uso concurrente de marihuana y opioides por parte de pacientes con dolor crónico puede indicar un mayor riesgo de abuso de opioides.¹³

7 MITO *La marihuana no afecta la conducción de un vehículo*



REALIDAD Después del alcohol, la marihuana es la droga más frecuentemente relacionada con conducir bajo los efectos de las drogas.

La marihuana afecta negativamente varias habilidades requeridas para conducir un automóvil de manera segura. Grandes dosis de marihuana pueden afectar la coordinación, afectar la percepción y puede causar dificultades para resolver problemas, lo que ralentiza el tiempo de reacción y la capacidad de tomar decisiones mientras se conduce.^{14, 15} El riesgo de conducir bajo los efectos de la marihuana en combinación con alcohol aumenta los riesgos potenciales.¹⁴

REFERENCIAS

1. Hall, W, Degenhardt L. (2009). Adverse health effects of non-medical cannabis use. *Lancet*. 374(9698): p. 1383-91.
2. American Psychiatric Association. (2013). *Diagnostic and statistical manual of mental disorders (5th ed.)*. Arlington, VA: American Psychiatric Publishing.
3. National Institute on Drug Abuse. *Is marijuana addictive?* (2017) Rockville, MD: National Institutes of Health, National Institute on Drug Abuse.
4. <https://www.cdc.gov/marijuana/health-effects.html>
5. https://www.facfc.org/pdf/fact_sheet_marijuana_back.pdf
6. Wayne Hall Robert West, John Marsden Keith Humphreys Joanne Neale Nancy Petry (2018). It is premature to expand access to medicinal cannabis in hopes of solving the US opioid crisis; <https://onlinelibrary.wiley.com/doi/full/10.1111/add.14139>
7. <https://www.drugrehab.com/addiction/drugs/marijuana/>
8. <https://attcnetwork.org/centers/global-attc/marijuana-lit>
9. https://www.ncjrs.gov/ondcppubs/publications/pdf/marijuana_myths_facts.pdf
10. Bechtold, J., Simpson, T., White, H. R., & Pardini, D. (2015). Chronic adolescent marijuana use as a risk factor for physical and mental health problems in young adult men. *Psychology of addictive behaviors: journal of the Society of Psychologists in Addictive Behaviors*, 29(3), 552–563. doi:10.1037/adb0000103
11. <https://www.lung.org/stop-smoking/smoking-facts/marijuana-and-lung-health.html>
12. <https://www.atsjournals.org/doi/pdf/10.1513/AnnalsATS.201212-127FR>
13. <https://www.ncbi.nlm.nih.gov/pmc/articles/PMC6140166/>
14. Finn K. (2018). Why Marijuana Will Not Fix the Opioid Epidemic. *Missouri medicine*, 115(3), 191–193.
15. <https://www.drugabuse.gov/publications/research-reports/marijuana/does-marijuana-use-affect-driving>
16. <https://www.cdc.gov/marijuana/pdf/marijuana-driving-508.pdf>



PTTC

Prevention Technology Transfer Center Network
Funded by Substance Abuse and Mental Health Services Administration

PTTCnetwork.org