



Los Jóvenes y la Marihuana

La marihuana (hierba, mota, etc.) puede afectar tus metas educativas y profesionales, y el éxito en tu vida. Tu salud y tu futuro importan. Por eso, queremos compartir esta información sobre cómo el consumo de marihuana afecta tu cuerpo y tu cerebro.



Efectos de la Marihuana en tu Salud

- Al igual que el cigarrillo, fumar marihuana es dañino para tus pulmones. El humo de marihuana tiene muchas de las mismas toxinas y químicos que el tabaco, y cuando lo aspiras aumentas tu riesgo de desarrollar problemas pulmonares.^{1,2}
- La manera en que se cultiva la marihuana ha cambiado y algunas plantas ahora tienen niveles más altos de TH (tetrahidrocannabinol). Lo que significa que pueden causar una intoxicación, especialmente con comestibles como galletas.^{3,4,5}
- El uso frecuente de marihuana ha sido vinculado a la ansiedad, depresión y suicidio, sobre todo en adolescentes con un historial familiar de enfermedades mentales.^{6,7,8}
- El uso de marihuana puede aumentar el riesgo de esquizofrenia, aunque es poco común. Sin embargo, mientras más marihuana consumes, mayor será el riesgo.⁹
- El uso de marihuana durante la adolescencia puede crear una dependencia a la marihuana o aumentar

tu riesgo de usar o abusar otras sustancias o drogas ilegales.^{10,11}

La Marihuana Afecta tu Cerebro

- Tu cerebro aún se está desarrollando. Cuando usas marihuana con frecuencia durante tu adolescencia y el comienzo de tus 20s podrías causar cambios físicos en tu cerebro.¹²
- Estudios demuestran que cuando consumes marihuana tu memoria, aprendizaje y atención se perjudican. Algunos estudios también sugieren un impacto permanente.¹³

La Mayoría de los Adolescentes No Usan Marihuana

- En 2016, la mayoría de los estudiantes de escuela secundaria en California reportaron no usar marihuana. Sólo el 15% (menos de 1 en cada 5) reportó haber usado marihuana en los últimos 30 días.¹⁴

La Marihuana Impacta tus Metas

- El uso de marihuana perjudica tu cerebro. Esos daños podrían afectar tus metas educativas y profesionales, y el éxito en tu vida.¹⁵ Estudios demuestran que cuando un joven empieza a usar o usa marihuana con regularidad antes de los 18 años, corre un mayor riesgo de:
 - Escaparse de clases¹⁶
 - Obtener bajas calificaciones¹¹
 - Dejar los estudios¹⁷

Según lo establece la ley de California, los adultos mayores de 21 años pueden consumir, llevar consigo y cultivar marihuana (hierba, mota). Comprar marihuana (sin una recomendación válida de un doctor o una tarjeta de identificación emitida por el condado válida para el uso de marihuana medicinal) será legal para adultos mayores de 21 años a partir del 1° de enero de 2018. El uso de marihuana medicinal es legal si tienes una recomendación válida de un doctor o una tarjeta de identificación emitida por el condado válida para el uso de marihuana medicinal. Para comprar marihuana medicinal, debes ser mayor de 18 años y tener una recomendación válida de un doctor, una tarjeta de identificación emitida por el condado válida para adquirir marihuana medicinal o ser un Cuidador Primario como lo define el Código de Salud y Seguridad (*Health and Safety Code*), Sección 11362.7(d) ó 11362.5(e), con una recomendación válida de un doctor para el paciente. Además, de acuerdo con la Ley de Uso Compasivo (*Compassionate Use Act*), puedes poseer o cultivar cualquier cantidad proporcional a tus necesidades médicas actuales. La nueva ley de California, conocida como Ley de Regulación y Seguridad sobre la Marihuana Medicinal y la Marihuana de Uso para Adultos (*Medicinal and Adult-Use Cannabis Regulation and Safety Act*)²¹, incluye información sobre dónde puedes consumir marihuana, qué cantidad puedes poseer y las sanciones por uso ilegal. Para más información, visita: https://leginfo.ca.gov/faces/billTextClient.xhtml?bill_id=2017201805B94.

- Desempleo o tener empleos poco gratificantes en el futuro.^{17,18}

La Marihuana Afecta tu Manera de Conducir

- La marihuana puede afectar de manera negativa tu forma de conducir responsablemente, incluyendo el tiempo de reacción, coordinación y concentración.¹⁹
- Conducir bajo los efectos de la marihuana aumenta tu riesgo de estar involucrado en un accidente de tránsito.²⁰

Si Violas la Ley

- Si eres menor de 21 años y te encuentran en posesión de marihuana, deberás completar un curso de educación sobre drogas o terapia, y servicio comunitario (a menos que tengas una recomendación válida de tu doctor o una tarjeta de identificación emitida por el condado válida para el uso de marihuana medicinal).²¹



Referencias:

1. Moir, D., W. S. Rickert, G. Levasseur, Y. Larose, R. Maertens, P. White, and S. Desjardins. 2008. "A comparison of mainstream and sidestream marijuana and tobacco cigarette smoke produced under two machine smoking conditions." *Chem Res Toxicol* 21 (2):494-502. doi: 10.1021/tx700275p.
2. Tashkin, D. P. 2013. "Effects of marijuana smoking on the lung." *Ann Am Thorac Soc* 10 (3):239-47. doi: 10.1513/AnnalsATS.201212-127FR.
3. ElSohly, M. A., Z. Mehmedic, S. Foster, C. Gon, S. Chandra, and J. C. Church. 2016. "Changes in Cannabis Potency Over the Last 2 Decades (1995-2014): Analysis of Current Data in the United States." *Biol Psychiatry* 79 (7):613-9. doi: 10.1016/j.biopsych.2016.01.004.
4. Mehmedic, Z., S. Chandra, D. Slade, H. Denham, S. Foster, A. S. Patel, S. A. Ross, I. A. Khan, and M. A. ElSohly. 2010. "Potency trends of Delta9-THC and other cannabinoids in confiscated cannabis preparations from 1993 to 2008." *J Forensic Sci* 55 (5):1209-17. doi: 10.1111/j.1556-4029.2010.01441.x.
5. Wang, G. S., G. Roosevelt, M. C. Le Lait, E. M. Martinez, B. Bucher-Bartelson, A. C. Bronstein, and K. Heard. 2014. "Association of unintentional pediatric exposures with decriminalization of marijuana in the United States." *Ann Emerg Med* 63 (6):684-9. doi: 10.1016/j.annemergmed.2014.01.017.
6. Kedzior, K. K., and L. T. Laeber. 2014. "A positive association between anxiety disorders and cannabis use or cannabis use disorders in the general population--a meta-analysis of 31 studies." *BMC Psychiatry* 14:136. doi: 10.1186/1471-244x-14-136.
7. Lev-Ran, S., B. Le Foll, K. McKenzie, T. P. George, and J. Rehm. 2013. "Bipolar disorder and co-occurring cannabis use disorders: characteristics, co-morbidities and clinical correlates." *Psychiatry Res* 209 (3):459-65. doi: 10.1016/j.psychres.2012.12.014.
8. Borges, G., C. L. Bagge, and R. Orozco. 2016. "A literature review and meta-analyses of cannabis use and suicidality." *J Affect Disord* 195:63-74. doi: 10.1016/j.jad.2016.02.007.
9. Marconi, A., M. Di Forti, C. M. Lewis, R. M. Murray, and E. Vassos. 2016. "Meta-analysis of the Association Between the Level of Cannabis Use and Risk of Psychosis." *Schizophr Bull* 42 (5):1262-9. doi: 10.1093/schbul/sbw003.
10. Chen, C. Y., M. S. O'Brien, and J. C. Anthony. 2005. "Who becomes cannabis dependent soon after onset of use? Epidemiological evidence from the United States: 2000-2001." *Drug Alcohol Depend* 79 (1):11-22. doi: 10.1016/j.drugalcdep.2004.11.014.
11. Macleod, J., R. Oakes, A. Copello, I. Crome, M. Egger, M. Hickman, T. Oppenkowski, H. Stokes-Lampard, and G. Davey Smith. 2004. "Psychological and social sequelae of cannabis and other illicit drug use by young people: a systematic review of longitudinal, general population studies." *Lancet* 363 (9421):1579-88. doi: 10.1016/s0140-6736(04)16200-4.
12. Batalla, A., S. Bhattacharyya, M. Yucel, P. Fusar-Poli, J. A. Crippa, S. Nogue, M. Torrens, J. Pujol, M. Farre, and R. Martin-Santos. 2013. "Structural and functional imaging studies in chronic cannabis users: a systematic review of adolescent and adult findings." *PLoS One* 8 (2):e55821. doi: 10.1371/journal.pone.0055821.
13. Broyd, S. J., H. H. van Hell, C. Beale, M. Yucel, and N. Solowij. 2016. "Acute and Chronic Effects of Cannabinoids on Human Cognition-A Systematic Review." *Biol Psychiatry* 79 (7):557-67. doi: 10.1016/j.biopsych.2015.12.002.
14. California Department of Public Health, Tobacco Control Program. 2016. "2016 California Student Tobacco Survey."
15. National Academies of Sciences, Engineering, and Medicine. 2017. "The Health Effects of Cannabis and Cannabinoids: The Current State of Evidence and Recommendations for Research." Washington, DC: The National Academies Press. doi: 10.17226/24625.
16. Arria, A. M., L. M. Garnier-Dykstra, E. T. Cook, K. M. Caldeira, K. B. Vincent, R. A. Baron, and K. E. O'Grady. 2013. "Drug use patterns in young adulthood and post-college employment." *Drug Alcohol Depend* 127 (1-3):23-30. doi: 10.1016/j.drugalcdep.2012.06.001.
17. Fergusson, D. M., and J. M. Boden. 2008. "Cannabis use and later life outcomes." *Addiction* 103 (6):969-76; discussion 977-8. doi: 10.1111/j.1360-0443.2008.02221.x.
18. Zhang, C., J. S. Brook, C. G. Leukefeld, and D. W. Brook. 2016. "Trajectories of marijuana use from adolescence to adulthood as predictors of unemployment status in the early forties." *Am J Addict* 25 (3):203-9. doi: 10.1111/ajad.12361.
19. Hartman, R. L., and M. A. Huestis. 2013. "Cannabis effects on driving skills." *Clin Chem* 59 (3):478-92. doi: 10.1373/clinchem.2012.194381.
20. Rogeberg, O., and R. Elvik. 2016. "The effects of cannabis intoxication on motor vehicle collision revisited and revised." *Addiction* 111 (8):1348-59. doi: 10.1111/add.13347.
21. Senate Bill No. 94, Sess. Of 2017 (Cal 2017). https://leginfo.ca.gov/faces/billNavClient.xhtml?bill_id=20170180SB94