



LA MARIHUANA Y LA SALUD MENTAL DE LOS ADOLESCENTES

INTRODUCCIÓN A LA MARIHUANA

La marihuana—también conocida como hierba, mota, porro y grifa, entre otros nombres—es una droga psicoactiva de la planta de cannabis. Desde noviembre de 2016, la marihuana es legal para uso no médico en California para mayores de 21 años. Con una presencia cada vez mayor en nuestra sociedad, es importante comprender los efectos de la marihuana en la salud mental de los adolescentes.

La potencia de la marihuana

Hoy en día, la marihuana es mucho más fuerte que en décadas pasadas. Las plantas de cannabis modernas contienen cantidades más altas de tetrahidrocannabinol (THC), el principal compuesto psicoactivo de la planta que da a los usuarios la sensación de sentirse drogados. Cuanto mayor sea el contenido de THC, más fuertes serán los efectos en el cerebro y en el comportamiento.

RIESGOS PARA LA SALUD DE LOS ADOLESCENTES

El THC y la salud mental

Hoy en día los adolescentes enfrentan cantidades de estrés y ansiedad como nunca antes. Dado que el consumo de marihuana ha ido ganando popularidad tras la legalización, los adolescentes pueden ver la marihuana como una forma de lidiar con el estrés. Mira a continuación los efectos que la marihuana puede tener en la salud mental de un adolescente:

- 1** La exposición y el consumo de la marihuana en adolescentes están asociados con:^{1,3,7}
 - Un riesgo de trastornos psicóticos posteriores en la edad adulta
 - Dependencia y adicción para quienes consumen marihuana para hacer frente a las emociones negativas
- 2** Se ha demostrado que el THC afecta la parte del cerebro responsable de la regulación emocional, lo que dificulta que los adolescentes controlen el estrés y la ansiedad.³
- 3** El uso de grandes cantidades de marihuana puede afectar los niveles de tolerancia, lo que hace que los adolescentes que consumen sean menos sensibles al THC, lo que significa que necesitan más THC para sentir los mismos efectos.⁸



Haz click aquí para aprender más acerca de los efectos de la marihuana en la salud

(enlace a sitio en inglés)

Fuentes de información

1. Administración de Servicios de Abuso de Sustancias y Salud Mental. (2020). Indicadores clave de uso de sustancias y salud mental en los Estados Unidos: resultados de la Encuesta nacional sobre uso de drogas y salud de 2020, <https://www.samhsa.gov/data/release/2020-national-survey-drug-use-and-health-nsduh-releases>
2. Oficina del Cirujano General. (2019). Aviso del Cirujano General de EE. UU.: Consumo de marihuana y el cerebro en desarrollo. <https://www.hhs.gov/surgeongeneral/reports-and-publications/addiction-and-substance-misuse/advisory-on-marijuana-use-and-developing-brain/index.html>
3. Bloomfield, M. A., Ashok, A. H., Volkow, N. D., & Howes, O. D. (2016). Los efectos del Δ 9-tetrahidrocannabinol en el sistema dopaminérgico. *Nature*, 539(7629), 369–377. <https://doi.org/10.1038/nature20153>
4. Colizzi, M., & Bhattacharyya, S. (2018). El consumo de marihuana y el desarrollo de la tolerancia: una revisión sistemática de la evidencia humana. *Neuroscience & Biobehavioral Reviews*, 93, 1–25. <https://www.sciencedirect.com/science/article/abs/pii/S0149763418302665>