

# La marihuana y la salud de los jóvenes

En Denver, el consumo de la marihuana es legal para personas de 21 años o más. Las investigaciones muestran que el tetrahidrocanabinol (THC) de la marihuana puede dañar el cerebro en desarrollo y ocasionar problemas incluso después de que la persona deje de consumir marihuana. Por esta razón, se aconseja que los jóvenes o los adolescentes no consideren siquiera el consumo de la marihuana hasta que tengan 25 años, cuando el cerebro está totalmente maduro.

## Consumo de marihuana entre los jóvenes de Denver

El consumo de marihuana entre los jóvenes de Denver es más alto que el del estado y que los promedios nacionales.

- En 2013, se reportó que el 27% de los estudiantes de las escuelas secundarias de Denver habían usado marihuana durante los últimos 30 días, en comparación con el 20% en Colorado y el 23% en los Estados Unidos.
- Se reporta además que los jóvenes usan marihuana con mayor frecuencia que tabaco.
- En Colorado, más de uno de cada tres estudiantes del último año de la secundaria que han usado marihuana, comenzaron a usarla antes de los 15 años.

## ¿Cómo afecta la marihuana a la salud de los jóvenes?

El THC de la marihuana afecta específicamente a las zonas del cerebro que se relacionan con el placer, la memoria, el pensamiento, la concentración, la percepción de los sentidos y del tiempo y los movimientos coordinados, zonas que se continúan desarrollando hasta los 25 años de edad.

La investigación sugiere que el consumo regular de la marihuana durante la adolescencia puede resultar en:

- Problemas de aprendizaje
- Problemas de memoria
- Uso de alcohol, tabaco y otras drogas en el futuro
- Calificaciones más bajas en matemáticas y lectura
- Problemas de salud mental, tales como desarrollo emocional deficiente, depresión, síntomas de ansiedad y de psicosis (no saber qué es real, alucinaciones y paranoia)

La marihuana afecta a cada persona de manera diferente. Sin embargo, hay algunos efectos comunes a corto plazo en quienes consumen marihuana, tales como ritmo cardíaco acelerado, enrojecimiento de los ojos, falta de coordinación y lentitud en las reacciones, entre otros.

## ¿Por qué es tan atractiva la marihuana para el cerebro en desarrollo?

El cerebro del adolescente ansía el placer pero no es lo suficientemente maduro todavía para sopesar los riesgos. Por eso, los jóvenes pueden consumir marihuana porque ansían sensaciones de placer, sin tener aún la capacidad de pensar sobre las posibles consecuencias a largo plazo como lo haría un adulto. No todos los que consumen marihuana desarrollan una adicción a la marihuana ni el trastorno por consumo de cannabis. Sin embargo, las investigaciones muestran que una de cada seis personas que consumen marihuana como adolescentes desarrolla una adicción (en comparación con una de 11 personas que comienzan a consumir marihuana como adultos).

Los programas como el de Educación y Tratamiento del Abuso de Sustancias (Substance Abuse Treatment and Education, STEP) de Denver Health ayudan a los jóvenes a afrontar y controlar las adicciones al abuso de sustancias, incluso el trastorno por el consumo de cannabis.

DenverHealth.org



**DENVER  
HEALTH**



## Es importante hablar sobre el consumo de marihuana durante la adolescencia

Aunque la mayoría de los estudiantes de secundaria de Denver (el 72%) no consumió marihuana durante el mes pasado, la experimentación con sustancias como marihuana, alcohol y tabaco durante la adolescencia es común. Los padres desempeñan un papel crucial en prevenir, retrasar o reducir el consumo de estas sustancias.

Los datos locales muestran que, cuando un niño percibe que sus padres aprueban el consumo de la marihuana, ese niño tiene tres veces más probabilidades de usar marihuana, en comparación con un niño que percibe que sus padres desaprueban el uso de la marihuana (67% en comparación con 21%).

Se recomienda hablar directamente a los jóvenes sobre el consumo responsable de la marihuana, de manera que los jóvenes puedan tomar decisiones informadas y practicar un comportamiento responsable cuando necesiten hacerlo. He aquí algunos consejos para los padres:

- **Hable con sus hijos.** Nunca es demasiado pronto para comenzar a tener conversaciones sin prejuicios, apropiadas para la edad del niño. Indique de manera clara y específica las expectativas de la familia con respecto al consumo de la marihuana.
- **Dé buen ejemplo.** Los niños aprenden de sus padres o tutores. Dé ejemplo con comportamientos positivos al no consumir ni manejar bajo la influencia de la marihuana ni otras sustancias alrededor de sus hijos.
- **Guarde de manera segura todos los productos de marihuana.** Algunos productos, particularmente los comestibles como los ositos de goma o los brownies, pueden atraer a los niños. Guarde todos los productos de marihuana en envases resistentes a los niños y fuera de su alcance, como lo haría con cualquier medicamento o suministro de limpieza.

## Datos y recursos educativos

### Locales

- Departamento de Salud Pública y Medio Ambiente de Colorado (Colorado Department of Public Health & Environment)
- SpeakNow Colorado
- Administración de Servicios de Salud Mental y Abuso de Sustancias (Substance Abuse and Mental Health Services Administration), 2013
- Encuesta sobre Comportamientos de Riesgo entre los Jóvenes (Youth Risk Behavioral Survey)

### Nacionales

- Alianza sobre la Política de Drogas, Seguridad Primero: Un enfoque realista sobre adolescentes y drogas basado en la realidad de adolescentes y drogas (Drug Policy Alliance, Safety First: A Reality-Based Approach to Teens and Drugs)
- Vigilancia del Futuro, resultados de encuestas nacionales sobre el uso de drogas (Monitoring the Future, National Survey Results on Drug Use) 1957-2013
- Instituto Nacional sobre el Abuso de Drogas (National Institute on Drug Abuse)
- Instituto Nacional sobre el Abuso de Drogas, Principios sobre el tratamiento para el trastorno del uso de sustancias entre adolescentes: Guía basada en investigaciones (National Institute on Drug Abuse, Principles of Adolescent Substance Use Disorder Treatment: A Research-Based Guide)



DenverHealth.org



© 2015 Denver Health

**DENVER  
HEALTH**

