

PREVENCIÓN = SAÚDE



Boletín para nais e pais

A prevención na casa a mellor axuda

Boletín da Unidade Asistencial de Drogodependencias de Monforte
Equipo de Prevención

O cannabis é unha droga que se extrae da planta Cannabis Sativa, con cuxa resina, follas, talos e flores elabóranse as drogas ilegais máis consumidas en España:

o haxix e a marihuana

Os seus efectos sobre o cerebro son debidos principalmente a un dos seus principios activos, o Tetrahidrocannabinol ou THC, que se atopa en diferentes proporcións segundo o preparado utilizado.



- **Marihuana:** obtida da trituración de flores, follas e talos secos.
- **Haxix:** elaborado a partir da resina almacenada nas flores de planta femia.
- **Aceite de haxix:** resina de haxix disolta e concentrada.

Formas de consumo

Fumada ou inhalada: a forma habitual de consumo de cannabis é fumado.

Nestes preparados consómense fumados nun cigarro liado con tabaco (haxix) ou só (marihuana), recibindo diversas denominacións que cambian coas xeracións de adolescentes: *porro*, *canuto*, *peta*, *joint*, *etc.* Outra forma de consumo é con pipas de salón chamadas "*narguile ou cachimbas*". O pé destas pipas é un recipiente onde se coloca líquido co fin de humidificar o fume para que non dane a garganta.

Ao consumirse fumado, os seus efectos poden sentirse case inmediatamente e duran entre dous e tres horas.

O **THC**, principal principio activo do cannabis, é unha substancia moi soluble en graxa e chega rapidamente ao cerebro, onde se acumula e do que se elimina moi lentamente. O THC ten unha vida media aproximada dunha semana, o que significa que, unha semana despois de consumilo, o organismo non conseguiu eliminar máis que o 50%. Aínda que unha persoa só consuma as fins de semana, non haberá tempo suficiente para que se elimine completamente e irase acumulando no seu cerebro, producindo varios dos seus efectos.



Oral ou ingerida: a resina é introducida nos alimentos elaborando pasteis, caramelos, etc, en ocasións as follas e os talos son utilizados para a elaboración de produtos destinados ao consumo alimentario (tortillas, empanadas...)

Por vía oral a absorción é máis lenta e os seus efectos aparecen entre a media hora e as dúas horas, podendo durar ata 6 horas.

QUE EFECTOS INMEDIATOS PRODUCE NO ORGANISMO?

Os efectos adoitan comezar pasados uns 10 minutos aproximadamente, cando a vía é fumada; e duns 20 a 60 minutos, despois da inxestión.

A duración dos efectos desta substancia é máis prolongada e de menos intensidade cando se inxere que cando se fuma, debido a que a velocidade de absorción por vía respiratoria é máis rápida que por vía dixestiva.

A cantidade exacta absorbida por vía pulmonar depende de numerosos factores, entre os que destacamos: a velocidade con que se fuma, a profundidade e o volume da inhalación e o tempo que a persoa retén a espiración despois de inhalar.

• Efectos psíquicos:

Acción euforizante, con tendencia á risa fácil, alteración do sentido do tempo ou a secuencia dos acontecementos, pode aparecer despersonalización, fuga de ideas e alteracións da memoria, aumenta a percepción de cores e de sons.

A doses máis elevadas pode aparecer estado de pánico, alucinacións e psicoses de tipo paranoide ou esquizofrénico (psicose por consumo). A esta fase euforizante, case sempre lle sucede outra depresiva con aumento do sono.

CANNABIS

Planta con cuya resina, hojas y flores se elaboran las sustancias psicoactivas más conocidas (hachís y marihuana) y mas utilizadas entre las drogas ilegales.

† EFECTOS PSICOLÓGICOS

| | |
|----------------------------------|-----------------------------|
| Relaxación | Desinhibición. |
| Llentitud en el paso del tiempo. | Somnolencia |
| Alteraciones sensoriales | Dificultad en el ejercicio. |
| Incapacidad para expresarse | Incapacidad deconcentración |

† EFECTOS FISIOLÓGICOS

| | |
|---------------------------------|---------------------|
| Aumento del apetito. | Sequedad de la boca |
| Ojos brillantes y enrojecidos. | Taquicardia. |
| Sudoración. | Somnolencia. |
| Descoordinación de movimientos. | |

• Efectos físicos:

Tose seca, taquicardia, irritación conjuntiva, e un lixeiro aumento da presión arterial. Se a dose é elevada prodúcese o efecto contrario. Tamén pode aparecer secura de boca, presión ocular, desorientación e incapacidade para a concentración. Debido ao consumo fumado prodúcese un aumento do volume e frecuencia cardíaca, que pode presentar risco engadido a persoas que padecen enfermidades cardiovasculares.

Se o consumo é oral, pódese producir intoxicación debida á mestura con outros produtos alimenticios ou á cantidade de substancia utilizada.

QUE RISCOS E CONSECUENCIAS TEN A LONGO PRAZO O CONSUMO DE CANNABIS?

Pódense chegar a producir varios tipos de consecuencias debidas a un consumo excesivo e/ou continuado do cannabis ou de calquera dos seus derivados.

Complicacións psicolóxicas

Doses elevadas poden dar lugar á aparición de psicose tóxica aguda, caracterizada por **ansiedade**, **delirios paranoides** ou de **persecución e ideas de suicidio**, adoita estar acompañada de pánico, paranoia, depresión e desorientación no tempo e no espazo.

Esta complicación ao ser producida polo consumo adoita ter unha duración de entre un e once días, sempre supeditados á abstinencia da substancia.

O impacto psicolóxico do consumo de cannabis ten unha especial relevancia, dado que quen o utiliza principalmente son os **mozos**. Provoca **dificultades** para estudar, ao diminuír as funcións de atención, concentración, abstracción e memoria, obstaculizando, por tanto, a aprendizaxe.

Pode causar reaccións agudas de ansiedade, en persoas con predisposición a padecer **trastornos mentais**, pode provocar a **aparición** destes trastornos ou **agravar** os que xa se padecen. (O consumo de cannabis pode dar lugar a varios tipos de trastornos mentais, entre os que se inclúen os **trastornos psicóticos**. O seu consumo aumenta máis de cinco veces o risco de padecer psicose ao longo da vida. Canto antes comézase a consumir e máis frecuente é o consumo, maior é o risco).



Síndrome amotivacional



O uso continuado e crónico da marihuana asociouse con esta síndrome, caracterizado por: **apatía, frustración fácil, perda de eficacia ao desenvolver traballos, falta de concentración, e unha falsa idea de produtividade elevada.** As persoas que padecen esta síndrome, tenden a ser menos compatibles e sociais cos familiares e amigos, comportarse de forma máis independente menos involucrados no traballo ou as institucións convencionais, compórtanse de forma máis problemática no cumprimento das regras e costumes sociais e adoitan ter maior tolerancia cara ás condutas socialmente desviadas. Isto en ocasións, prodúcelle **problemas xudiciais e/ou sociais.**

Complicacións físicas

O uso prolongado pode producir complicacións crónicas que afectan: ao sistema respiratorio, provocando irritación bronquial e pulmonar (O feito de fumarse sen filtro, aspirando profundamente o fume, reténdoo nos pulmóns e apurándoo ata o final, **favorece enfermidades** como a bronquite crónica, o enfisema pulmonar ou o cancro de pulmón. Ademais, o seu efecto broncodilatador potencia a absorción de substancias tóxicas).

Ao sistema endocrino, ginecomastia (tumores nos órganos sexuais), redución da cantidade e calidade do esperma nos homes. O consumo durante o embarazo fai que se produza diminución no peso do recen nado, e un incremento das posibilidades de nacementos con malformacións.

Altera o sistema cardio-circulatorio, provocando taquicardia, polo que as persoas con hipertensión ou insuficiencia cardíaca poden sufrir un empeoramento da súa sintomatoloxía.

Tamén se atopa implicado na regulación da actividade motora, o que explica que o consumo de cannabis produza unha diminución do nivel de actividade e maior dificultade na coordinación de movementos. Cada vez hai máis datos que demostran o efecto prexudicial do consumo de cannabis asociado á conducción de vehículos, especialmente se se combina con alcol, o que fai que aumente o risco de accidentes.

MITOS E REALIDADES SOBRE O CANNABIS

Mito: É un produto inofensivo para a saúde, xa que é un produto natural. É unha droga ecolóxica, é a substancia da paz e o relax.

Realidade: Produto natural e produto inocuo non son sinónimos. O tabaco e o opio tamén son naturais e ninguén dubida dos seus riscos. O consumo de cannabis provoca alteracións no funcionamento normal do cerebro, o cal non é nada ecolóxico.

Mito: Os mozos consomen cannabis porque está prohibido: se se legalizase consumiríase menos.

Realidade: As drogas que máis se consomen entre os mozos son o alcol e o tabaco, e estas son legais. Ademais, no consumo, máis que a prohibición, inflúe a facilidade para conseguir a substancia e o grao de aceptación social da mesma.

Mito: O cannabis ten efectos terapéuticos, polo que non debe ser malo fumarse un porro de cando en vez.

Realidade: Os usos médicos do cannabis realízanse de maneira controlada e non teñen nada que ver co seu uso recreativo. Tamén existen medicamentos derivados do opio e ninguén pensa que sexa sando consumir heroína.

Mito: O consumo de cannabis pode controlarse xa que non produce adicción.

Realidade: Existen estudos científicos que demostran que o seu consumo continuado pode producir adicción, especialmente cando se consume na adolescencia.

Mito: Fumar cannabis resulta menos prexudicial que fumar tabaco.

Realidade: O cannabis contén moitos dos carcinógenos e mutágenos do tabaco e en maior cantidade (un 50% máis). Ademais, a forma de consumilo (fumada, sen filtro e con aspiracións profundas) aumenta os riscos de padecer cancro. Ten efecto broncodilatador, o que favorece a absorción das substancias tóxicas, e do mesmo xeito que ocorre co tabaco, tamén é prexudicial para os fumadores pasivos.

6 COSAS QUE TE PASAN POR FUMAR PORROS



IRENE MÁRQUEZ



¡HAMBRE!

NO SABES LO QUE ES EL HAMBRE HASTA QUE NO TE DA ANSIA DE COMER POR HABER FUMADO...



Y NO SUELE SER HAMBRE DE ESTO...



...SINO DE ESTO OTRO

LOS CHECHES: MUY CERCANOS Y SOCORRIDOS

¿HAY ALGO MÁS RICO QUE LOS JUMPERS?

CHOCOLATE: UN CLÁSICO

¿HAY ALGO MÁS RICO QUE LOS HUESITOS?

MACARRONES CON TOMATE: SI LA PARANOIA DE FUMADO TE IMPIDE SALIR DE CASA

¿HAY ALGO MÁS RICO QUE PASTA?

DESPOJOS DE LA NEVERA: NO HAY NADA COHERENTE EN CASA...

¿HAY ALGO MÁS RICO QUE LAS TAPAS DEL PAN BIMBO CON MAYONESA CADUCADA?

¡AMARILLO!

...O "AZULÓN", O "LA PÁJARA"...
LA COSA ES QUE A TU CUERPO
LA DROGA NO LE MOLA, PERO TÚ
LO INTENTAS ENTRENAR Y
ACABAS TIRAO EN EL SUELO
DEL SITIO MENOS INDICADO



¡PARANOIA!

TE EXPLOTAN PREOCUPACIONES SIN SENTIDO DE FORMA REPENTINA Y DA IGUAL CUAN ABSURDAS O DISPARATADAS SEAN



¡DISPUTAS PORRÉRAS!

UN CLÁSICO: BRONGAS Y LÍOS DE TODO TIPO EN BUSCA DE LA JUSTICIA SOCIAL EQUITATIVA DEL PORRO. ACABAS MAL SI HACE FALTA CON CUALQUIER HIJO DE PUTA QUE INTENTE APROVECHARSE



¡TODO POR FUMAR!

PERDER LAS TARDES ENTERAS BUSCANDO ALGUIEN QUE TE VENDA PORROS, ALGUIEN QUE TE INVITE A UN PORRO, O APURAR CHUSTAS DEL CENICERO, VACIAR EL GRINDER, O INCLUSO LAMERTE LOS SOBACOS, QUE SEGURO QUE TE HUELEN A HIERBA



¡EXTRAÑAS ¡COMPAÑÍAS!

NUNCA SABES CON QUÉ
CLASE DE PERSONAJES
DE BOCA PURULENTO VAS
A COMPARTIR UN PORRO





WhatsApp



604 059 719

DÚBIDAS ? *Pregunta e infórmate*

DROGAS

Facebook: UNIDAD ASISTENCIAL
DE DROGODEPENDENCIAS DE MONFORTE

Suxerencias e comentarios:

uad@concellodemonforte.com

Se queredes poñervos en contacto connosco, estamos en:

UNIDADE ASISTENCIAL DE DROGODEPENDENCIAS
SERVIZO DE PREVENCIÓN

Plaza da Estación - 17

27400 - Monforte de Lemos (Lugo)

Facebook:

Unidad Asistencial de Drogodependencias Monforte de Lemos

TLF. 982 40 04 95



XUNTA DE GALICIA
CONSELLERÍA DE SANIDADE



UAD
UNIDADE ASISTENCIAL
DE DROGODEPENDENCIAS
MONFORTE DE LEMOS

Agora xa saberedes algo máis sobre o cannabis, no próximo boletín comentaremosvos cales poden ser algúns signos de alarma, situacións de especial risco e como deberíades de actuar en caso de sospeita ou de confirmación de consumo.



Boletín de formación e información para nais e pais

MAIO 2021