

# **¿Qué son los problemas del abuso de la marihuana?**

Quizás piense que la marihuana es inofensiva. Pero puede causar muchos problemas de salud. También puede afectar la manera de aprender, de pensar y de recordar. Si usted o un ser querido tiene problema con la marihuana, hable con alguien de confianza. Ese es el primer paso para obtener ayuda.

## **¿Qué es la marihuana?**

La marihuana es una mezcla de flores y hojas secas del cáñamo. La sinsemilla, el hachís y el aceite de hachís son variedades más fuertes. La mayoría de los consumidores fuman la marihuana. Sin embargo, a veces la preparan en forma de té o la agregan a la comida. El ingrediente más activo de la marihuana es un químico llamado THC. La intensidad de la droga depende de su contenido de THC. Este artículo no incluye información sobre la marihuana sintética. Esta tiene propiedades diferentes.

## **¿Cuáles son sus efectos?**

Los efectos de la marihuana dependen de muchos factores. Algunos son la intensidad de la droga, el contexto, la edad y los sentimientos que usted tenga al respecto. Algunas personas pueden consumir marihuana y no sentir nada. Otras podrían sentirse relajadas y tener una tendencia a la risa tonta. Pareciera que el tiempo se mueve lentamente. También puede que las imágenes, los sonidos y los colores parezcan más intensos.

## **¿Cuáles son los riesgos?**

La marihuana contiene muchas de las mismas sustancias químicas que el tabaco. Pero puede que inhale mayor cantidad con la marihuana. Esto es así porque quienes consumen marihuana inhalan profundamente. Y retienen el humo por más tiempo. En consecuencia, su uso prolongado puede causar problemas para respirar. También puede ocasionar resfriados graves y enfermedades, como la neumonía. La marihuana debilita el sistema inmunitario. Esto aumenta las probabilidades de que se enferme. Consumir mucha marihuana puede hacer que le resulte más difícil concentrarse. Quizás no pueda aprender con la misma rapidez que antes. Y se olvide lo que ha aprendido. Puede desarrollar problemas de salud mental, como trastornos del estado de ánimo y pérdida del contacto con la realidad (psicosis). Algunos consumidores pueden presentar una fuerte necesidad física y emocional de consumir la droga (dependencia o adicción). Quienes la consumen por un tiempo prolongado pueden presentar también un síndrome que provoca vómitos incontrolables y dolor abdominal después de fumar. El uso diario crónico se ha relacionado con el deterioro cognitivo y el bajo rendimiento escolar o laboral.

## **¿Cómo se trata el problema del abuso de marihuana?**

Con frecuencia, el tratamiento implica terapia y sistemas de apoyo. Los programas más nuevos pueden centrarse en ayudarlo a cumplir el tratamiento. El proveedor de atención médica puede ayudarlo a obtener más información. Busque en línea clínicas de salud mental o programas de tratamiento por el abuso de drogas. No siempre es fácil dejar de consumir marihuana. Es posible que muchos de sus amigos sigan consumiendo la droga. Quizás hasta algunos familiares fumen marihuana. Pero si desea dejarla, puede lograrlo.

## Más información

[Línea de ayuda de los Servicios de Salud Mental y Abuso de Sustancias \(Substance Abuse and Mental Health Services\)](http://www.samhsa.gov/find-help/national-helpline), en [www.samhsa.gov/find-help/national-helpline](http://www.samhsa.gov/find-help/national-helpline) o al 800-662-HELP (800-662-4357)

[Instituto Nacional sobre el Abuso de Drogas \(National Institute on Drug Abuse\)](http://www.drugabuse.gov), en [www.drugabuse.gov](http://www.drugabuse.gov)

[Consumidores de Cannabis Anónimos \(Marijuana Anonymous\)](http://www.marijuana-anonymous.org), en [www.marijuana-anonymous.org](http://www.marijuana-anonymous.org)