

ESCUELA Y FAMILIA

EDUCAR PARA TODA LA VIDA



TODA LA VIDA PARA EDUCAR

CMAPA
Programa Municipal de
Prevención de las Adicciones



Zaragoza
AYUNTAMIENTO

EDUCAR TAREA COMPARTIDA

1 De qué hablamos, cuando hablamos del cannabis

- El cannabis (porro, maría, china, verde, peta, chocolate, canuto, hierba....) es la droga ilegal más consumida en España.
- La edad de inicio se sitúa en los 14,7 años y un 31% de jóvenes aragoneses entre 14 y 18 años ha consumido cannabis alguna vez en su vida. (Fuente: ESTUDES 2014-2015).
- En Aragón el 12,2% del alumnado de 14 años ha consumido cannabis (Fuente: ESTUDES 2014-2015).
- El componente adictivo del cannabis es el THC (tetrahidrocannabinol) y está presente en diferentes proporciones según la parte de la planta que se consume:
 - La marihuana (cogollos, hojas y tallos secos triturados) entre 5% y 10% de THC.
 - El hachís (resina de la planta) entre 15% y 30%.
 - El aceite de hachís (resina + disolvente) puede llegar hasta un 80%.



2 ¿El consumo de cannabis crea adicción?

Sí, crea adicción, lleva a la persona a un consumo compulsivo (no lo puede dejar) y obsesivo (no deja de pensar en consumir) lo que interfiere en sus relaciones: familiares, escolares, laborales, de tiempo libre...

Su consumo puede generar dependencia psicológica (necesidad de seguir consumiendo), tolerancia (necesidad de consumir mayor cantidad) y síndrome de abstinencia (malestar si se deja de consumir bruscamente).

3 ¿Qué pasa por fumar cannabis?

Los efectos del cannabis son impredecibles y su intensidad dependerá de la sustancia, de la persona y del contexto o ambiente en el que se consume.

Algunos efectos físicos y psíquicos del consumo de cannabis a corto plazo son:

- Sensación de euforia y bienestar, **pero también lo contrario.**
- Desinhibición: tendencia a la risa fácil y desmotivada.
- Alteración del sentido del tiempo (las horas pasan muy rápidas o muy lentas).
- Alteración y disminución en cuanto a la capacidad de reacción ante estímulos.
- Trastornos del sueño.
- Enrojecimiento de los ojos.
- Sensación de hambre y deseo de comer dulces.
- Aumento del ritmo cardíaco y aceleración del pulso.
- Desconfianza y cambios de humor.
- Problemas de memoria, concentración y coordinación.

A medio y largo plazo... altera el funcionamiento del Sistema Nervioso afectando física y psicológicamente.

- Síndrome amotivacional (perdida de interés por actividades que antes eran motivantes).
- El consumo de porros eleva el riesgo de presentar algún síntoma psicótico.

Mezclas peligrosas:

El consumo de porros junto a otras sustancias aumenta los efectos perjudiciales de cada una.

PORROS + ALCOHOL = sudoración fría, debilidad, náuseas, vómitos, bajada de tensión.

PORROS + TABACO = fatiga, dolor de cabeza, conjuntivitis, bronquitis, envejecimiento precoz.



4 Algunos mitos sobre cannabis

se dice que...	...la verdad es que
Fumar porros es más sano que fumar tabaco...	<ul style="list-style-type: none">▶ La concentración de sustancias «químicas» cancerígenas en el humo del «canuto» es mayor que en el cigarro.▶ Fumarse 3 ó 4 «porros» es como fumarse un paquete de cigarrros.
Fumar porros no crea dependencia, su consumo es fácil de controlar.	<ul style="list-style-type: none">▶ En España 4.000 personas al año inician tratamiento por abuso o dependencia del cannabis.▶ Cualquier persona se puede convertir en dependiente del cannabis en función de su forma de consumo.
El cannabis es terapéutico y cura...	<ul style="list-style-type: none">▶ El cannabis puede tener usos terapéuticos, no curativos, pero su aplicación y administración siempre responderá a controles médicos bien definidos.▶ Para la administración con fines terapéuticos se utilizan compuestos químicos derivados de la planta para evitar así los efectos negativos del porro.
Fumar da un aire especial	<ul style="list-style-type: none">▶ ¿Qué tiene de especial no controlar la propia realidad?▶ ¿Es especial sufrir problemas motores, hormonales, de memoria, aprendizaje, emocionales...?
Es una sustancia natural...	<ul style="list-style-type: none">▶ Que tenga un origen natural no significa que sea beneficiosa o no dé problemas.▶ Suele adulterarse con estiércol, henna, alquitranes, goma arábiga, leche condensada...▶ Casi todas la drogas tienen un origen natural (tabaco, heroína, setas alucinógenas...)

Algunos dicen: «fumar cannabis permite soñar» pero...

¿Cuántos sueños se han hecho realidad por fumar cannabis?

5 Consumo de cannabis en los jóvenes

Razones y Sin razones.

Los jóvenes dicen que ayuda a...	Sin embargo
<ul style="list-style-type: none">■ Troncharse de risa con la peña.■ Divertirse más en las fiestas.■ Vivir y experimentar aventuras nuevas.■ Ser diferente, osado, valiente, más adulto.■ Alucinar y tener experiencias únicas.	<ul style="list-style-type: none">■ Inicialmente el consumo puede generar desinhibición, pero al aumentar las dosis, actúa como distorsionador y depresor.■ El aumento progresivo del consumo produce somnolencia.■ Aumenta el riesgo de la persona, al aproximarse a ambientes de consumo y tráfico ilegal.■ El consumo de porros no avanza la adultez ni la maduración psicológica.■ Después de desinhibición inicial, son frecuentes las vivencias de agitación, ansiedad, fuga de ideas e, incluso, crisis de pánico.

6 ¿Que dice la ley?

Según la ley orgánica 4/2015 de Protección de la Seguridad Ciudadana:

- El Consumo o tenencia en lugares públicos se sancionan con multas de 601 a 30.000 €.
- Las multas que se impongan «a los menores de edad» podrán suspenderse, si se someten a tratamiento o a actividades de rehabilitación.

7 ¿Qué podemos hacer los padres?

- Ser modelos. Nuestro propio consumo condiciona la percepción que nuestros hijos tienen sobre las drogas.
- Evitar mostrar una actitud positiva o tolerante respecto a cualquier droga, con frases como, «por fumar un porro no pasa nada».
- Establecer y pactar normas razonables y claras: evitar tanto posiciones y actitudes excesivamente autoritarias o severas, como actitudes excesivamente permisivas.
- Escuchar, dialogar y mantener una comunicación fluida, de respeto, afecto y apoyo mutuo.
- Ayudarles a identificar situaciones de riesgo ante el consumo de drogas.
- Informarles con objetividad sobre las drogas y los riesgos que comporta su consumo, evitando un alarmismo excesivo.
- Fomentar un uso adecuado de su tiempo libre y compartirlo con la familia.
- Conocer a tu hijo: aficiones, inquietudes, preocupaciones, amistades... sin someterlo a una vigilancia constante y fomentando la confianza.



la prevención de adicciones
empieza en la familia

**INFORMACIÓN CONFIDENCIAL, ORIENTACIÓN
Y ASESORAMIENTO A FAMILIAS**

Centro Municipal de Atención
y Prevención de las Adicciones

CMAPA

Equipo de Prevención

 Avda. Pablo Ruiz Picasso, 59

 976 724 916  976 724 917

 prevencionadicciones@zaragoza.es

 www.zaragoza.es/cmapa



 **Zaragoza**
AYUNTAMIENTO