

ESCUELA Y FAMILIA

CMAPA

Programa Municipal de
Prevención de las Adicciones



Zaragoza

AYUNTAMIENTO

ACCIÓN SOCIAL Y
COOPERACIÓN AL DESARROLLO



EDUCAR PARA TODA LA VIDA

TODA LA VIDA PARA EDUCAR

EDUCAR TAREA COMPARTIDA

1 De qué hablamos, cuando hablamos del cannabis

La verdad es que... el Cannabis es la **droga ilegal** más consumida en España. Uno de cada 4 jóvenes entre 14 y 18 años lo han consumido en el último mes.

Procede de la planta del cáñamo.

Los derivados más conocidos son:

- La marihuana: se prepara con las flores y tallos pequeños de la planta y
- El hachís, chocolate o costo: se elabora a partir de la resina de las flores de la planta hembra. En ella se localiza la mayor concentración de THC (delta-9-tetrahidrocannabinol), **sustancia química responsable de la mayoría de efectos que produce.**



2 ¿El consumo de cáñabis crea adicción?

Sí, crea adicción a largo plazo; 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...

En consumidores habituales puede aparecer 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 (tipos, dosis, concentración de THC, forma de consumirla...) de la persona (características físicas, psicológicas, expectativas...) y del contexto o ambiente en el que se consume.

Algunos efectos comienzan inmediatamente después de que el principio activo entra en el cerebro...

- Sensación de euforia y bienestar, **pero también lo contrario.**
- Desinhibición: tendencia a la risa fácil y desmotivada.
- Enrojecimiento de los ojos
- Sensación de hambre y deseo de comer dulces
- Aumento del ritmo cardíaco y aceleración del pulso
- Gregarismo. **Dejarse llevar por los demás.**
- Desconfianza
- Cambios de humor
- Sobrestimación de las propias capacidades



Y a largo plazo...

«Como cualquier otra droga, altera el funcionamiento del Sistema Nervioso y eso conlleva consecuencias tanto físicas como psicológicas».

4 Tópicos sobre cannabis

¿A quién le importa la verdad habiendo rumores...?

Porqué se dice que ... Si la verdad es que

Fumar porros es más sano que fumar tabaco...

- ▶ La concentración de sustancias «químicas» cancerígenas en el humo del «canuto» es mayor que en el cigarro.
- ▶ Fumarse 3 ó 4 «porros» es como fumar un paquete de cigarrros.

Los porros son fáciles de controlar, no crean dependencia

- ▶ En España 4000 personas al año inician tratamiento por abuso o dependencia del Cannabis.
- ▶ Cualquier persona se puede convertir en dependiente del Cannabis en función del tiempo, la cantidad y la frecuencia de consumo.

Se pueden cultivar en casa, es divertido y se puede fumar gratis...

- ▶ Puede costar una multa ya que el cultivo, esta penalizado por Ley.

Fumar da un aire especial

- ▶ ¿Qué tiene de especial no controlar la propia realidad?
- ▶ ¿Es especial sufrir problemas motores, hormonales, de memoria, aprendizaje, emocionales...?

Es una sustancia natural...

- ▶ Aún siendo natural, puede contener principios tóxicos.
- ▶ Suele adulterarse son estiercol, henna, alquitranes, goma arábiga, leche condensada...

El Cannabis cura...

- ▶ El Cannabis puede tener usos terapéuticos, pero su aplicación y administración siempre responderá a controles médicos bien definidos.
- ▶ Para la administración con fines terapéuticos se utilizan compuestos sintéticos derivados de la planta para evitar así los efectos negativos del porro.

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.

Algunas razones que dicen los jóvenes es que ayuda...

...Y sin razones

- 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

- 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.



Mezclas peligrosas:

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

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

6 ¿Y si le pillan con?

Para la ley es delito: Elaborarlo, producirlo, cultivarlo o traficar con él.

Cumplimiento: desde servicios a la comunidad hasta internamiento en centro de menores.

Para la ley es infracción: consumir en espacios públicos o la tenencia para el autoconsumo.

Cumplimiento: sanción de 300 a 30.050 € a pagar por los responsables de los menores.

7 ¿Qué podemos hacer los padres?

- Ser modelos. Evitar consumir tabaco, alcohol u otras drogas en presencia de nuestros hijos. 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.
- 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.

En la prevención de drogas estamos implicados todos.

Hasta muy pronto.

Para cualquier información estamos en:
CMAPA Avda. Pablo Ruiz Picasso, 59
50018 Zaragoza

Si nos quieres llamar, nuestros teléfonos son:

976 29 17 27 - 976 72 49 16

Fax 976 72 49 17

E-mail: prevencionadicciones@zaragoza.es



Zaragoza
AYUNTAMIENTO

ACCIÓN SOCIAL Y
COOPERACIÓN AL DESARROLLO