

Herramientas para la prevención del consumo de marihuana

Guía para padres, maestros y adultos



Tacoma-Pierce County

Health Department

Healthy People in Healthy Communities



Padres, maestros y adultos:

Manténganse comunicados

¡Es importante!

Iniciativa 502 de Washington

- Desde que el estado de Washington legalizó en 2012 el consumo de marihuana para adultos, la cultura de la marihuana ha evolucionado rápidamente.
- Es todo un desafío mantenerse al día con la cantidad de usos que la gente puede darle a la marihuana. Eso hace que esté disponible en formas que resultan atractivas para los adultos... pero también para los niños.
- Hoy más que nunca, es importante estar atentos para poder detectar el posible consumo por parte de los jóvenes, el cual puede ser nocivo o peligroso.



Programa de Prevención y Educación sobre el Consumo de Marihuana por parte de los Jóvenes

- El Departamento de Salud del Estado de Washington otorgó una subvención al Departamento de Salud del Condado de Tacoma-Pierce para retrasar el comienzo del consumo de marihuana y reducir dicho consumo en jóvenes de 12 a 20 años de edad.
- La Prevención Participativa del Condado de Pierce consiste en un grupo diverso de aliados comunitarios y otros participantes que brindan asesoramiento y apoyo relacionado con el Programa de Prevención y Educación sobre el Consumo de Marihuana por parte de los Jóvenes.



Estas herramientas tienen el propósito de:

- Educar al público sobre las leyes del estado de Washington con respecto al consumo de marihuana.
- Generar conciencia sobre los productos de marihuana disponibles en el mercado.
- Mostrar la parafernalia existente.
- Proporcionar a los padres, maestros y otros adultos información sobre el consumo de marihuana por parte de los jóvenes.
- **Estas herramientas no están dirigidas a los jóvenes.**



Descripción básica

¡No piense que la mayoría de los jóvenes consumen marihuana!

Los datos de la encuesta Jóvenes Saludables (Healthy Youth Survey) de 2018 demuestran:

- *Las buenas noticias:* 81% de los jóvenes del condado de Pierce informaron **NO** haber consumido marihuana en los últimos 30 días.
- *Motivo de preocupación:* la mitad de los jóvenes dijo que no consideraba que la marihuana fuese dañina.
- Los jóvenes piensan que la marihuana es “fácil de conseguir” y creen que “todo el mundo la consume”.
- La mitad de los estudiantes del 12do grado que informó haber consumido marihuana en los últimos 30 días indicó haber conducido o haber ido a bordo de un auto conducido por alguien bajo la influencia de la marihuana.



¿Qué es la marihuana (también conocida como cannabis)?

- La marihuana proviene de la planta cannabis sativa. La planta contiene muchos cannabinoides, pero los químicos más estudiados, examinados y comprendidos son el THC o delta-9-tetrahidrocannabinol, y el CBD o cannabidiol. El THC da la sensación de estar drogado. El CBD no produce sensación de estar drogado y se usa principalmente por sus propiedades medicinales.
- En la actualidad, la marihuana tiene un aspecto diferente al que solía tener en el pasado; ya no son solo las flores y hojas secas de la planta, sino que también existen actualmente vaporizadores de concentrado de marihuana y productos comestibles. Estos productos son mucho más potentes que la flor por sí sola.



Ley del Estado de Washington

- La edad legal mínima para consumir marihuana es de 21 años.
- Ninguna persona menor de 21 años de edad puede comprar ni tener marihuana. *
- Ningún menor de 21 años pueden entrar a ningún establecimiento de venta de marihuana, a menos que tenga una tarjeta médica y sea mayor de 18 años. **
- Los jóvenes que vendan marihuana pueden enfrentar una condena por acto delictivo, ir a prisión o pagar una multa.
- Es ilegal proporcionar marihuana a un menor de edad y constituye un delito. Los padres no pueden compartir su marihuana con sus hijos. *
- Es ilegal consumir marihuana públicamente.
- Es ilegal conducir bajo la influencia de la marihuana o tener un paquete de marihuana abierto dentro del vehículo.
- Sacar marihuana fuera del estado de Washington constituye un delito federal. Esta restricción aplica incluso si se dirige a un estado en el que la marihuana es legal.



* Código Revisado de Washington (Revised Code of Washington, RCW) 69.50.401 ** RCW 69.50.357

www.tpchd.org

Efectos del uso de la marihuana en la salud de los jóvenes

Marihuana:

Puede causar **adicción**.

Aumenta el riesgo de **tener problemas académicos**.

Puede conducir al **fracaso escolar**.

Puede afectar la **capacidad de aprendizaje y la memoria**.

Puede afectar el **estado de ánimo y la motivación**.

Puede alterar el **desarrollo emocional**.

Puede afectar el **desarrollo del cerebro**.



Puede hacer que los jóvenes se sientan **ansiosos, paranoicos o incluso deprimidos**.

En algunos individuos, puede hacer que **pierdan el interés en sus actividades**.

Puede afectar el **juicio**.

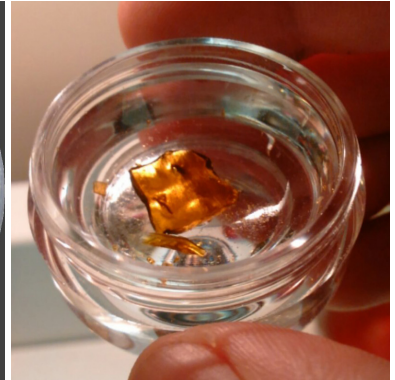
Afecta la **coordinación y el tiempo de reacción**.

Puede afectar la capacidad de **conducir un vehículo, practicar deportes o realizar actividades**.

Aumenta la posibilidad de que quien la consume se involucre en **conductas arriesgadas**.

El cannabis viene en diferentes formas

- Marihuana: una mezcla de hojas y flores secas trituradas, provenientes de la planta cannabis sativa.
- Hachís: se hace con la resina de la planta, deshidratada y prensada en pequeños bloques.
- Aceite de hachís: extracto de la planta. Este tipo de aceite es más concentrado que la flor.



"Brote de cannabis aumentado" por [Ryan Bushby](#) bajo la licencia [CC BY 2.5](#)

www.tpchd.org

Formas de consumir cannabis

- Inhalación (fumar, vapear, “dabbear” [vaporizar extractos de cannabis]).
- Consumo oral (comestibles, tinturas).
- Uso tópico (productos impregnados de cannabis para su uso sobre la piel, como lociones y cremas).



Inhalación

- Fumar sigue siendo la forma más común de consumir marihuana y sus concentrados.
- Con tantos tipos nuevos de productos de marihuana, es fácil olvidar su estado original: la planta verde y frondosa.
- Por lo general, la gente usa pipas, pipas de agua, narguiles y cigarrillos armados a mano (porros) o cigarros (blunt) para consumir marihuana.



Vaporear

- Aunque en principio fueron diseñados para vaporizar la nicotina, la gente actualmente utiliza los cigarrillos electrónicos para vaporear marihuana y sus concentrados. El dispositivo electrónico más popular entre los jóvenes y los adultos jóvenes es el **JUUL**. Este tiene la apariencia de una memoria externa y se recarga en el puerto USB de las computadoras.
- El aceite de hachís normalmente viene en jeringas o cartuchos para consumir a través de cigarrillos electrónicos. Tiene un aspecto similar al del aceite para motores o al aceite de nicotina.



Vaporear

Algunos aspectos que deben considerarse sobre la vaporización de la marihuana:

- Vaporear puede generar un contenido de THC de mayor potencia. Este aumento en los niveles de THC puede ser peligroso para el desarrollo de los jóvenes y de los adultos jóvenes.
- Vaporear marihuana no produce un olor tan fuerte como cuando se fuma.
- El aceite de hachís y el aceite de nicotina lucen parecidos, lo cual hace difícil detectar el consumo de marihuana.



“Dabbear”

- “Echarse un dab” o “sacarle al dab” es una forma de consumir concentrados de marihuana. Este método está ganando cada vez más popularidad.
- Es una práctica similar a la vaporización, solo que el proceso de calentamiento produce humo en vez de vapor.
- Este humo proporciona niveles muy altos de THC. Una sola inhalada puede contener de 40 a 60 miligramos de THC comparados con la dosis normal para un adulto de 10 mg.
- Los aparatos para “dabbear” son de vidrio o de titanio y son muy comunes y económicos. Con frecuencia, tienen la apariencia de herramientas dentales, herramientas para las cutículas o incluso clips para papel.



Shatter, cera y aceite de hachís (Butane Hash Oil, BHO)

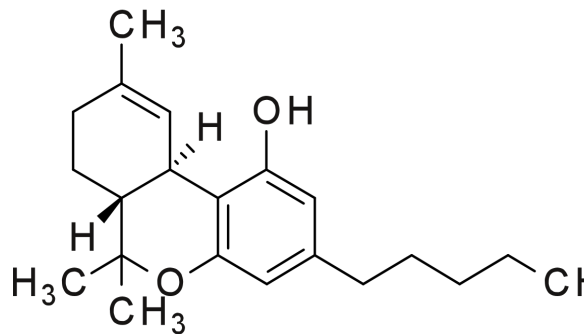
- El shatter, la cera y el aceite de hachís disuelto con butano son formas potentes y concentradas de la marihuana.
- El shatter puede verse como un cristal muy fino o una sustancia cerosa y dura. Son fragmentos de vidrio cuyo color varía desde el ámbar claro hasta el marrón oscuro.
- La potencia de este tipo de concentrado puede variar entre 60% y 90% de THC.



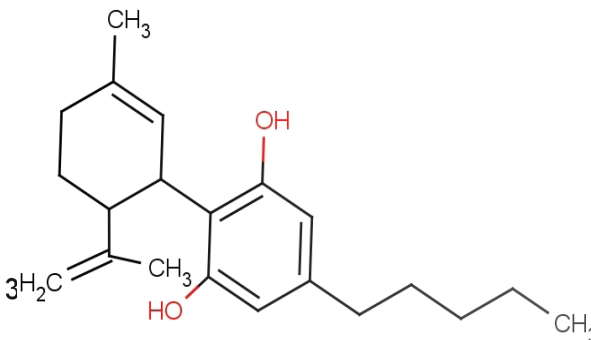
Preparación de concentrados

- Los concentrados de marihuana se obtienen de las partes de la planta sobrantes, luego de retirar los brotes.
- Se fuerza el paso de butano o dióxido de carbono a través del material vegetal restante. Esto hace que el solvente se evapore y queden las resinas concentradas de la planta.
- El producto final es un aceite muy concentrado de consistencia variada que se usa para vapear o dabbar.

Molécula de THC



Molécula de CBD



Productos comestibles de marihuana

- Aceites comestibles.
- Alimentos y bebidas con marihuana.
- Tinturas o extractos líquidos.



Comestibles con marihuana

- Los comestibles son alimentos que contienen THC o CBD. Algunas modalidades incluyen caramelos, barras de granola, galletas, palomitas de maíz, galletas saladas, brownies y bebidas.
- Las etiquetas de estos productos muestran un contenido de 10 mg de THC por porción.
- Los adultos deben preservar la etiqueta original de “Solo para adultos” en estos productos, así como el envoltorio original en el que fueron adquiridos y mantenerlos bajo llave. Puede obtener esas etiquetas en wapc.org/resources/order-materials.
- Una sola ración del producto puede contener más de una porción de THC.



EMERGENCIA
(800) 222-1222

Tinturas

- Las tinturas, también conocidas como dragón verde o dorado (green o golden dragon) son extractos líquidos que se obtienen a través del uso de alcohol para extraer el THC.
- Las tinturas vienen en pequeños envases con cuentagotas. La absorción de unas pocas gotas colocadas debajo la lengua o añadida a los alimentos es inmediata.
- Los jóvenes raramente utilizan este método de consumo.



Productos tópicos

- Son productos impregnados de cannabis para su uso en la piel.
- Se presentan en forma de bálsamos, cremas, lociones, aceites, parches y lubricantes.
- Este método de consumo no es común entre los jóvenes.



Publicidad dirigida a los jóvenes

- La industria de la marihuana está al tanto de las áreas poco definidas en las leyes publicitarias. Al igual que la industria del tabaco, la industria de la marihuana utiliza el atractivo sexual, los medios públicos y las celebridades para promover sus ventas.
- Es ilegal consumir marihuana públicamente. Aun así, eventos como el Seattle Hempfest encuentran maneras de evadir la ley. Por ejemplo, en el Hempfest se colocan carpas fuera de la vista del público general.

"Bako 420 Girls 01" por [Robert Bejil](#) bajo licencia de [CC BY 2.0](#)



"Snoop Dogg" por [Bob Bekian](#) bajo licencia de [CC BY 2.0](#)



Referencia a la marihuana en las prendas de vestir

- Las referencias a la marihuana van más allá del fácilmente identificable 420 popularizado por la cultura de la marihuana como el número que alude a la hora del día para drogarse y que abarca otros números y símbolos.



"Evento 2014 Glasgow Green 420" por [Brian McNeil](#), brian.mcneil@wikinewsie.org
bajo licencia de [CC BY 3.0](#) / podado

www.tpchd.org

Referencia a la marihuana en las prendas de vestir

- El número 710 alude a los aceites y a otros concentrados. Este número, visto al revés e invertido, parece decir OIL (aceite).
- Es difícil saber qué hacer si uno ve a un joven portando estos símbolos.
- Inicie una conversación sobre las prendas que sospecha hagan referencia a la marihuana.
- Examine las prendas en cuestión para ver qué descubre.



Compartimientos ocultos

- Los bolsillos ocultos fueron diseñados para colocar las llaves de la casa, las tarjetas de identificación u otros objetos importantes.
- Puede haber bolsillos ocultos en sombreros, zapatos, calcetines y chaquetas. Son ideales para que los jóvenes oculten la marihuana.
- Actualmente, los diseñadores fabrican prendas con bolsillos secretos para esconder marihuana. También existen bolsas de tela hechas especialmente para ocultar dispositivos para vapear.



"Diseño de la parte frontal de una sudadera de Wikipedia" por David Peters bajo licencia de CC BY 3.0 / sin el logo y en otro color



¡Padres, hablen con sus hijos y mantengan la comunicación con ellos!

Los estudios muestran que sus hijos serán menos propensos a consumir marihuana si saben que usted considera que es nocivo para ellos.

- Usted es la principal influencia en la vida de su niño.
- Fije sus expectativas, establezca normas y ejerza las consecuencias.
- Nunca es demasiado temprano para hablar con frecuencia sobre cómo tomar las mejores decisiones.
- Recuérdeles a sus hijos que la mayoría de los jóvenes no consumen marihuana.
- Dígales que la marihuana no es segura.
- Explíqueles que consumirla va en contra de la ley.
- Sea claro y específico sobre las expectativas de su familia.
- A los niños realmente les importa lo que digan sus padres.
- Visite [StartTalkingNow.org](https://www.starttalkingnow.org) para obtener herramientas y recursos.



www.tpchd.org

¡Guárdela bajo llave!

- En 2018, el Centro de Envenenamiento de Washington (Washington Poison Center, WAPC) informó un aumento del 82% (en comparación con 2016) de la marihuana ingerida para todas las edades. Desde que abrieron las tiendas comerciantes de cannabis en 2014, las llamadas de exposición involuntaria al cannabis para niños de 0 a 5 años casi se han triplicado.
- En febrero de 2017, el estado de Washington exigió que se colocara el logotipo “Solo para adultos” en todos los productos comestibles con marihuana. Esta herramienta promueve la seguridad y proporciona una línea telefónica gratuita y confidencial de ayuda para emergencias médicas. Puede comprar esas calcomanías a través del Centro de Envenenamiento de Washington (WAPC).
- Si usa marihuana, etiquétela como “Marihuana: solo para adultos”.
- Si usted u otro adulto consume marihuana, ¡guárdela bajo llave!



EMERGENCIA
(800) 222-1222

Propuesta de acción

Hay cosas que puede hacer para prevenir el consumo de marihuana por parte de los jóvenes.

- Edúquese al respecto.
- Converse con frecuencia sobre el tema.
- Eduque a los jóvenes, a otros padres, a las escuelas y a su comunidad. Si usted no educa a los jóvenes, alguien más lo hará por usted.
- Únase a Prevención Participativa del condado de Pierce.
- La prevención del consumo de marihuana por parte de los jóvenes comienza con la educación.
- Este conjunto de herramientas es el primer paso para ayudarlo a educar a otros.
- Obtenga más información en:
 - tpchd.org/keeptalking,
 - YouCanWA.org,
 - StartTalkingNow.org.

www.tpchd.org

.....



Referencias

- Encuesta para Jóvenes Sanos (Health Youth Survey), 2018: www.askhys.net
- DOH: Marijuana: www.doh.wa.gov/YouandYourFamily/Marijuana
- Academia Americana de Psiquiatría para Niños y Adolescentes (American Academy of Child and Adolescent Psychiatry). Marijuana and Teens: www.aacap.org/AACAP/Families_and_Youth/Facts_for_Families/FFF-Guide/Marijuana-and-Teens-106.aspx
- Jermaine Galloway: www.tallcopsaysstop.com
- Centro de Envenenamiento de Washington: www.wapc.org/programs/services/not-for-kids





*Estas herramientas son proporcionadas por el Fondo
Específico para la Marihuana del Departamento de
Salud del estado de Washington y desarrolladas por el
Departamento de Salud del condado de Tacoma-Pierce.*

Revisado en noviembre de 2019

www.tpchd.org

.....

