

10 Cosas

QUE LOS PADRES TAL VEZ NO SEPAN ACERCA DE LA

Mariguana




NARCÓN®

PREVENCIÓN Y REHABILITACIÓN DE DROGAS

¿CONOCES LAS RESPUESTAS A ÉSTAS PREGUNTAS ACERCA DE LA MARIHUANA?

- 1 **¿La marihuana conduce al uso de otras drogas?**
- 2 **¿La marihuana actual es la misma de hace veinte o treinta años?**
- 3 **¿Afecta la capacidad de aprender de una persona joven?**
- 4 **¿Sus efectos son temporales o duraderos?**
- 5 **¿Es adictiva?**
- 6 **¿Es realmente medicinal?**
- 7 **¿Crea algunos cambios emocionales?**
- 8 **¿Puede crear problemas mentales o físicos?**
- 9 **¿Existen algunos riesgos que amenazan la vida asociados al uso de la marihuana?**
- 10 **¿Cómo les venden esta droga a tus hijos?**

PROTEGIENDO A TUS HIJOS

Te debe ser confuso ver o escuchar acerca de tantas personas que fuman marihuana y leer noticias acerca de que están cambiando las leyes acerca de la marihuana. Y tus hijos están expuestos a una constante corriente de influencias en favor de la marihuana en las películas y en televisión.



¿Qué hay del resto de la historia?

Es posible que seas la única persona que les dice a tus hijos qué tan peligroso puede ser el abuso de la marihuana pero sólo decirles que no usen marihuana no es suficiente. Necesitas los hechos de modo que puedas decirles a tus hijos la verdad. Esto te ayudará a mantener a salvo a tus hijos del abuso y la adicción a la marihuana.

He aquí, entonces, 10 cosas vitales que tú **debes** saber acerca de la marihuana.

1

LA MARIHUANA ES UNA DROGA DE “ENTRADA”



Para muchas personas, la marihuana es la primera droga que consumen. Las Naciones Unidas ha declarado que el uso de cannabis casi siempre precede al uso de otras drogas como cocaína, metanfetaminas, heroína u opiáceos recetados.

No se sabe si la marihuana crea cambios químicos que hacen que el uso de otras drogas sea más atractivo o si es sólo un asunto de que una vez que la persona comienza no parece tan importante intentar otra droga.

Un estudio reciente de la Universidad de Yale descubrió que tanto los hombres como las mujeres jóvenes que usaban marihuana estaban más propensos a seguir este consumo de uso de marihuana junto con el consumo de medicamentos recetados - jóvenes varones tuvieron un riesgo de 250% más elevado.

El uso prematuro de tabaco y alcohol también tendió a resultar en un uso aumentado de drogas más fuertes más tarde en la vida.

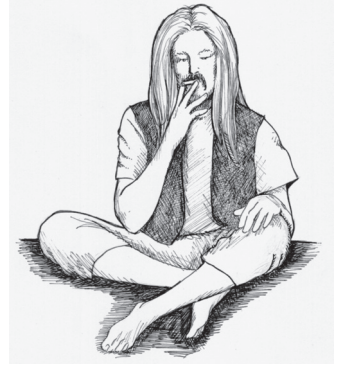
También querrías saber que el fumar cigarrillos a temprana edad te hace más propenso a comenzar a fumar marihuana.



2

LA MARIHUANA ES **MÁS POTENTE QUE ANTES**

La potencia promedio de la marihuana aumenta año a año. El químico intoxicante más fuerte en la marihuana es el THC o tetrahidrocannabinol. Hay cientos de otras toxinas en la marihuana.



Conforme cambian los métodos de cultivo, el contenido de THC en la marihuana ha aumentado. También existe una forma mucho más potente de la marihuana en el mercado llamada “sin semilla”. Entre 1986 y 2009, la potencia promedio de la marihuana aumentó de 3% de THC a casi 10%. En la sensimilla, se han encontrado concentraciones de THC tan altas como del 37% - eso es 10 veces más fuerte.



Conforme aumenta la potencia, los efectos secundarios como ansiedad, depresión, psicosis, vómito violento y adicción también aumentan. Las visitas relacionadas con la marihuana en las salas de emergencia han aumentado de 16,000 visitas en 1991 a más de 461,000 en el 2010.

La marihuana no es la misma droga que era hace treinta años.

http://www.whitehouse.gov/sites/default/files/ondcp/Fact_Sheets/marijuana_fact_sheet_jw_10-5-10.pdf

https://www.ncjrs.gov/pdffiles1/ondcp/mpmp_report_104.pdf

<http://www.ncbi.nlm.nih.gov/pubmed/19949195>

<http://www.whitehouse.gov/ondcp/frequently-asked-questions-and-facts-about-marijuana>

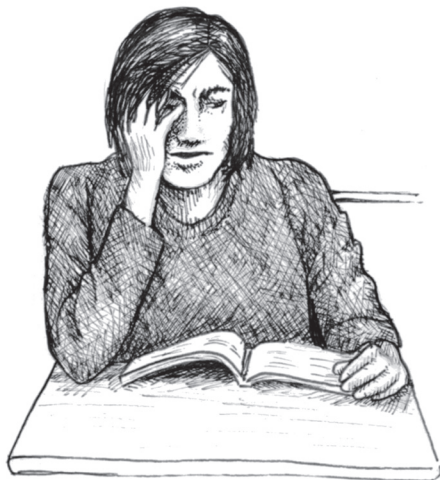
3 REDUCE LA CAPACIDAD PARA **APRENDER Y SOBRESALIR**

La marihuana reduce las capacidades que una persona necesita para el aprendizaje. Desafortunadamente, los grupos de edad más propensos a consumir marihuana son aquellos en sus años adolescentes o principios de los veintes—los años cuando ocurrirá la educación más importante.

Se ha encontrado que la marihuana causa dificultad con el pensamiento, la memoria y la resolución de problemas. La Encuesta Nacional sobre Uso de Drogas y Salud en los Estados Unidos, ha reportado sobre los estudiantes con calificaciones deficientes que su proporción de haber consumido marihuana en el año precedente era el cuádruple comparada a la de otros estudiantes con buenas calificaciones.

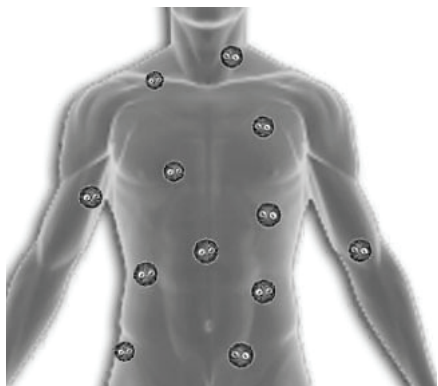
Debido a que el THC se almacena en el cuerpo, estos efectos pueden ser duraderos y acumulativos.

Investigaciones recientes también indican que el fuerte uso de marihuana en edad temprana puede resultar en una permanente reducción del Coeficiente de Inteligencia. Esta investigación también confirmó problemas de atención y memoria, incluso excluyendo diferentes antecedentes educacionales o uso de diferentes drogas, cuando se llegó a estas conclusiones.



4

EL THC PERMANECE EN EL CUERPO

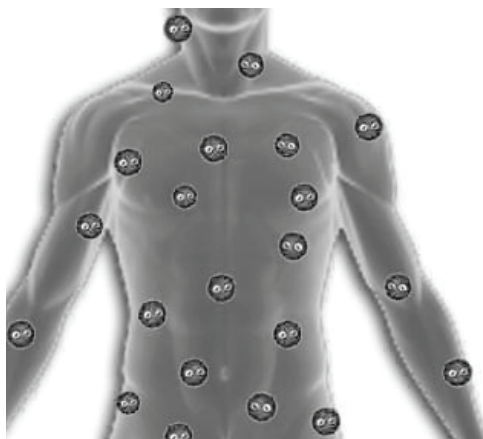


Los químicos intoxicantes en la marihuana permanecen en el cuerpo mucho después de que la persona deja de usar la droga.

El THC se disuelve en la grasa y se adhiere a los tejidos grasos en el cuerpo. Esto hace más difícil para el cuerpo eliminar todos los rastros del tóxico THC, así que los residuos de la droga permanecen

almacenados indefinidamente en la grasa.

Investigaciones han mostrado que después de que el THC ha sido almacenado en las células de la grasa, la privación de comida o el stress elevado puede causar un desprendimiento de estas células, lo que libera cantidades apreciables de THC de vuelta al torrente sanguíneo. Por lo tanto, los muchos efectos de la marihuana pueden permanecer con una persona durante años y obstruir la vía del pensamiento inteligente y claro y la capacidad para aprender.



A pesar de lo que escuches, la marihuana es adictiva. Aproximadamente uno de nueve consumidores de marihuana se volverá adicto a la droga. Pero cuando una persona comienza a consumir esta droga en sus años de juventud, tiene una en seis posibilidades de volverse dependiente a esta droga.

¿Qué significa ser dependiente de la marihuana? Significa que has desarrollado una tolerancia a la droga, así que necesitas consumir una mayor cantidad para lograr el mismo efecto. También significa que te sientes obligado a consumir la droga a pesar del daño que ves que sucede en tu vida, y que sufrirás los antojos y síntomas de abstinencia si intentas dejarla.



El síndrome de abstinencia de la marihuana incluye irritabilidad, insomnio, ansiedad, pesadillas, enojo, emociones fluctuantes, dolores de cabeza, depresión y pérdida del apetito.

6

LA MARIHUANA NO CURA NADA

El consumo de marihuana no cura enfermedades. Aún así, algunas personas promueven su uso en el tratamiento médico. Por ejemplo, algunas personas quieren que haya marihuana disponible para aquellos que reciben quimioterapia para el cáncer o aquellos con SIDA, debido a que a menudo pierden su apetito. El THC tiende a estimular el apetito.



No existe ninguna enfermedad que de hecho mejore por los efectos de la marihuana. El THC puede ayudar con los **síntomas** de algunas enfermedades, pero a menudo hay otras alternativas. Por ejemplo, para ayudar a la falta de apetito, existe una forma sintética del THC disponible llamada Marinol®. Una persona puede recibir los beneficios limitados del THC tomando Marinol sin intoxicarse o sufrir los problemáticos efectos secundarios, como presión sanguínea aumentada que tiende a acompañar al uso de la marihuana.

También se ha dicho que la marihuana ayuda a las personas con glaucoma. El Instituto Nacional del Ojo ha declarado que la marihuana no es adecuada para este propósito, ya que los beneficios fueron breves y los efectos secundarios de usar la droga fueron peligrosos para las personas con esta condición.

Los jóvenes no tienen absolutamente ninguna necesidad para la así-llamada “marihuana médica”.

7

LA MARIHUANA PUEDE **CAUSAR CAMBIOS EMOCIONALES DESTRUCTIVOS**

Se ha documentado que un consumidor crónico de marihuana pasa a través de cambios emocionales y de comportamiento que resultan en pérdida de motivación y ambición. Esto a menudo resulta en menos socialización con amigos y familiares, abandono de metas, baja energía y, muy a menudo, problemas disciplinarios.

La productividad personal y la confianza en si mismo de un consumidor crónico de marihuana tiende a ser baja. Un estudio siguió las actividades de 49 estudiantes de Illinois que habían sido expulsados de la escuela por uso de marihuana. El estudio de seis

años descubrió que estos estudiantes estaban atrasados académicamente, tuvieron problemas de asistencia y habían abandonado sus actividades extraescolares.



Un estudio británico descubrió que 21% de los consumidores de marihuana reportaron cansancio y baja motivación.

8

PUEDE CREAR **SEVEROS EFECTOS MENTALES Y FÍSICOS**



El uso de marihuana puede crear serios efectos mentales y físicos. Esto es más probable cuando una persona usa elevadas dosis o una marihuana de una potencia muy fuerte.

De acuerdo a un estudio publicado por el National Institutes of Health (Instituto Nacional de la Salud), el consumo elevado de marihuana de

alta potencia estaba asociado a un número muy elevado de ataques psicóticos.

Otros estudios han mostrado que jóvenes que fuman marihuana regularmente son tres veces más propensos a pensar acerca de cometer suicidio, y que los fumadores también pueden sufrir una incidencia más elevada de depresión grave.

Especialmente en los jóvenes, el abuso de la marihuana puede conducir a niveles más elevados de ansiedad, ataques de pánico, depresión y paranoia.

Físicamente, niveles elevados de consumo de marihuana han resultado en vómito violento y repetitivo acompañado por severos dolores de estómago. Para aliviar el dolor, los usuarios de drogas a veces pasan horas tomando baños o duchas calientes, que parecen ser los únicos remedios, aparte de dejar de consumir marihuana.

https://www.ncjrs.gov/ondcoppubs/publications/pdf/marijuana_myths_facts.pdf

<http://www.ncbi.nlm.nih.gov/pubmed/19949195>

<http://www.practicalgastro.com/pdf/September08/BudhrajyaArticle.pdf>

<http://bjp.rcpsych.org/content/178/2/116.full>

9

EL ABUSO DE MARIHUANA

CREA SERIOS RIESGOS



El consumo de marihuana abre la puerta a diversos tipos de comportamiento riesgoso. Quizás el más peligroso de estos sea el efecto que la marihuana tiene en la capacidad de conducir un auto. La marihuana crea problemas

tanto para la persona que acaba de comenzar a fumar yerba como para el fumador crónico.

La droga causa dificultad para pensar, resolver problemas, para la concentración y para mantener la atención en manejar. El tiempo y la distancia pueden distorsionarse y la persona es más lenta para reaccionar, así que es más probable que sucedan accidentes - al igual que con el alcohol.

Estos cambios significan que el conductor va a tener más dificultad en responder apropiadamente a emergencias o cambios repentinos. Por supuesto, estos cambios también significan una probabilidad mayor de accidentes o lesiones cuando se vea involucrado en otras actividades que no sea manejar.

Se descubrió que el uso de la marihuana en los jóvenes está asociado con un aumento en el comportamiento sexual arriesgado. El uso de condones es menos frecuente y hay una incidencia más elevada de enfermedades de transmisión sexual.

10

QUÉ SE LES ESTÁ DICIENDO A TUS HIJOS ACERCA DE LA MARIHUANA

¿Qué están escuchando tus hijos acerca de esta droga? ¿Qué están viendo en las películas? Puedes estar seguro(a) de que están hablando con sus amigos acerca de sus experiencias con las drogas. Quizás incluso estén hablando con la persona que vende drogas.

Te guste o no, ellos deben tomar su propia decisión acerca de usar esta droga. Así que ¿qué argumentos están oyendo?

- Es una hierba natural
- “Todos” la están fumando
- No es adictiva
- No es tan dañina como el alcohol
- No te da resaca
- Es medicinal
- Te calma
- Estar “colocado” es divertido
- Te haces más creativo cuando fumas yerba.

En algunos de los argumentos de venta existe un elemento de verdad, pero debe balancearse frente al daño que la droga causa. Ya has aprendido acerca de la marihuana, así que puedes corregir sus ideas. Les puedes decir que la droga puede proporcionar un poco de calma temporalmente, pero eso podría terminar en un ataque de pánico o en el abandono de las metas. Se ha comprobado que reduce la capacidad para concentrarse, para aprender, y que puede causar el estar más propenso a accidentes.



Existen muchas otras maneras más seguras y legales de divertirse. Montones de diversión. Habla con ellos acerca de esto. Y no ‘todos’ la están fumando. Cuando tus hijos estén completamente informados, comprenderán porqué deben decir “No, gracias” cuando les ofrecen la droga.

ALGUNAS SEÑALES DEL **CONSUMO DE MARIHUANA**

1. Ojos rojos
2. Euforia, risa injustificada
3. Aumento en apetito, especialmente por dulces
4. Dificultad en poner atención o en resolver problemas
5. Pérdida de memoria
6. Sociabilidad falsa exagerada
7. Inhibiciones reducidas y criterio pobre
8. Mareo
9. Somnolencia, sedación, movimiento lento
10. Pérdida de ambición y motivación
11. Fuerte consumo o uso de marihuana de alta potencia puede resultar en alucinaciones, paranoia, ataques de pánico o delirio.
12. Uso crónico y fuerte puede resultar en vómito vilo lento y severos dolores de estómago, que solamente son aliviados por medio de baños o duchas calientes.

Cuando una persona se vuelve adicta a la marihuana o a cualquier droga habrá persistentes cambios de personalidad y de comportamiento que no se pueden relacionar a otras influencias en la vida. Se puede renunciar a metas de vida y a actividades favoritas. El consumidor de droga puede volverse retraído y callado y puede parecer deprimido.

SOLUCIONES REALES

Hay soluciones disponibles para ti para el problema del consumo de marihuana por parte de los jóvenes.

Primero y quizás lo más importante, **HABLA** con tus hijos acerca de las drogas como la marihuana. Una encuesta mostró que aquellos hijos a quienes sus padres les hablaron “mucho” acerca del consumo de drogas eran más propensos a no consumirlas.

Toma un hecho cada vez. Después de proporcionar la información, deja que tus hijos hagan preguntas o expresen sus ideas sin criticarlos. Luego toma el siguiente punto en otra conversación.

Obtén más información sobre problemas específicos del consumo de drogas de modo que puedas ayudar a tus hijos a comprender sus peligros. Narconon puede ayudarte a saber cómo proceder.

Y trata de cenar con tus hijos cinco noches por semana. Una encuesta nacional mostró que cuando los niños cenan con sus padres cinco o más veces por semana, las relaciones con sus padres son mejores y esto se traduce en menos consumo de droga.

Narconon estará trayéndote más herramientas para usar en la educación de tus hijos. Visita www.espanol.narconon.org

Puedes encontrar más información en estas páginas web:

Ayuda General: <http://www.narconon.org/drug-abuse/parent-center.html>

Materiales de educación de drogas para padres: <http://www.narconon.org/bookstore/narconon-parent-kit.html>

DVD educativo sobre la marihuana: <http://www.narconon.org/bookstore/marijuana-myth-dvd.html>

Guía gratuita de como hablarles a tus hijos acerca de las drogas: <http://www.narconon.org/media/talking-to-kids.swf>

The National Center on Addiction and Substance Abuse report The Importance of Family Dinners.

**SI CONOCES A ALGUIEN CON UN
PROBLEMA DE DROGAS O ALCOHOL, LLAMA A**

Latinoamérica 52 -5673-0470

España 34 - 918-55-0237

USA 1-323-962-2404



**Descarga
La Guía**

www.espanol.narconon.org/centro-de-padres/

**EL PROGRAMA NARCONON® HA ESTADO
SALVANDO VIDAS DURANTE 47 AÑOS.**

Narconon International
4652 Hollywood Blvd
Los Angeles, CA 90027

© 2013 Narconon International. Todos los derechos reservados. Narconon y el logo de Narconon son marcas registradas y marcas de servicio propiedad de Association for Better Living and Education International y son usadas con su permiso.

Narconon International es una corporación sin fines de lucro 501 (c)(3) para el beneficio público. Los centros Narconon utilizan los métodos libre de drogas del autor y humanitario americano L. Ron Hubbard.