

EFFECTOS Y RIESGOS DEL USO DE CANNABIS

QUE SE HAYA REGULADO EL MERCADO NO SIGNIFICA QUE NO GENERE DAÑOS

Reacciones orgánicas en el corto plazo:

- Aumento del apetito, sequedad de la boca, ojos brillantes y enrojecidos, aumento del ritmo cardíaco, sudoración, sensación de sueño, descoordinación de movimientos.

Riesgos a nivel físico a largo plazo:

- Respiratorios: tos crónica, cáncer de pulmón y bronquitis.
 - Cardiovasculares: empeoramiento de síntomas en personas que padecen hipertensión o insuficiencia cardíaca.
- Sistema endócrino: altera las hormonas responsables del sistema reproductor y de la maduración sexual.
- Sistema inmunitario: el uso crónico reduce la actividad de este sistema, que es el que protege a nuestro cuerpo de las agresiones externas.

Uruguaypreviene
Así nos cuidamos

***1020**

línea gratuita por consumo problemático de drogas

911

por emergencias

1722

por intoxicaciones

infodrogas.gub.uy



TODO CONSUMO DE DROGAS TIENE RIESGOS

CONOCERLOS NOS AYUDA A TOMAR MEJORES DECISIONES



Junta Nacional de Drogas
Salud, Libertad y Solidaridad

Uruguaypreviene
Así nos cuidamos

1 | Nuestro país cuenta con la ley No. 19172.

2 | ¿En qué consiste?

Se controla y regula el mercado de cannabis de uso adulto.

3 | ¿Quiénes pueden acceder?

Las personas mayores de 18 años. Únicamente mediante 3 vías:

- Por cultivo doméstico.
- A través de la compra en farmacias.
- Siendo miembro de un club cannábico.

4 | ¿Qué es la marihuana?

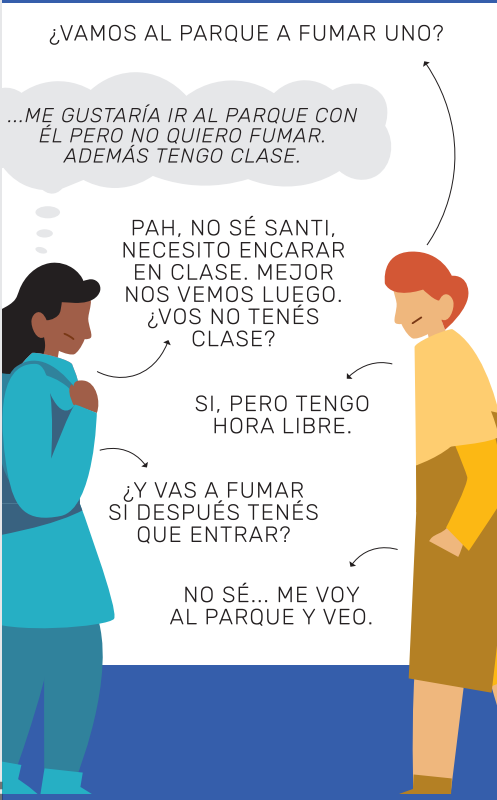
- Es una planta que tiene efectos psicoactivos. Esto significa que tiene acción sobre el Sistema Nervioso Central, con efectos psicológicos y físicos.
- El compuesto químico que genera estos efectos se llama THC.
- Disminuye la concentración, memoria, capacidad motora y de expresarse con claridad, el aprendizaje y los reflejos.
 - Modifica las percepciones del entorno.
- Sus efectos duran entre 2 y 3 horas si la vía es fumada, aunque el THC permanece en tu cuerpo un tiempo más prolongado, tendiendo a concentrarse en los tejidos grasos del organismo, como es el caso del Sistema Nervioso Central.

Riesgos a nivel psicológico:

- Altera nuestro funcionamiento, entorpeciendo el aprendizaje, la concentración y la memoria. Por eso, si consumís antes de una clase o cualquier actividad, tu rendimiento se verá afectado.
- Dificulta la ejecución de tareas complejas que requieran lucidez y coordinación, como manejar, tomar decisiones, etc.
- Pueden darse reacciones desagradables de pánico y ansiedad.
- Las personas que tienen un consumo elevado tienden a sentirse sin ganas de hacer nada, desmotivadas.

Estos efectos no siempre se manifiestan, varían según la persona y no son necesariamente irreversibles.

En el consumo de drogas, los riesgos y los cuidados son distintos para varones y mujeres. En la etapa de la adolescencia, estos riesgos son mayores ya que nuestro cerebro aún está en desarrollo.



MITOS Y CREENCIAS SOBRE EL CONSUMO DE MARIHUANA

LA GENTE ANDA DICIENDO QUE...

	V	F
1 La regulación del mercado de cannabis implica que es una sustancia que no hace daño.	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
2 La marihuana no genera adicción.	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
3 La marihuana hace menos daño que el tabaco.	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
4 Para divertirme, aumentar las sensaciones, disfrutar más el sexo, etc., tengo que consumir.	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>

1 - Falso: La regulación brinda un marco de control para el mercado (producción, importación, adquisición, almacenamiento, comercialización y distribución). Esto no quiere decir que el uso de marihuana no genere daños. | 2 - Falso: El consumo de marihuana puede generar dependencia. | 3 - Falso: La marihuana genera algunos daños similares a los del tabaco y otros tantos que ya hemos visto en este folleto. | 4 - Falso: La diversión y la intensidad de las sensaciones, se encuentran dentro de cada uno y es posible sentirlas y aprender a expresarlas sin necesidad de apoyos externos.

1

De acuerdo a la Ley de regulación del cannabis, pueden acceder a la marihuana:

- A Todos los uruguayos y uruguayas.
- B Las personas mayores de 18 años que cumplan con ciertos requisitos.
- C Quien pueda pagarla.

2

Si consumo antes de ir a clase o en los tiempos libres...

- A Tengo más energía.
- B Entiendo mejor las cosas.
- C Puede afectar mi rendimiento.

3

Las personas que tienen un consumo elevado y prolongado en el tiempo:

- A No tienen ninguna repercusión en su salud.
- B Tienden a sentirse sin ganas de hacer nada.
- C Es importante que busquen ayuda.

GRACIAS A TODO LO QUE APRENDIMOS, PODEMOS DECIR QUE...

Que esté en una ronda donde se esté pasando un porro no significa que tenga que consumir. Consumir no me hace parecer más grande o más canchero/a. Al contrario, somos más auténticos/as cuando sabemos elegir qué es lo mejor para nosotros y nosotras. El consumo puede traernos problemas de rendimiento en el estudio y otras actividades (deportes, etc). Hacerlo en horas de clase es una muy mala idea.