

TEMA: ADOLESCENCIA Y MARIHUANA HECHO Y MITOS

La adolescencia es aquella etapa de la vida en que todo nos parece gris, parece que todo el mundo nos ataca, parece que el mundo se nos viene sobre nosotros. Es el minuto en que comenzamos a conocernos y enfrentamos duros cambios, que nos llevarán a ser hombres y mujeres fuertes. Es la etapa en que conocemos nuestras fuerzas internas y debemos aprovechar al máximo este minuto. Esto nos llevará a engrandecernos como seres humanos.

Es ese difícil tránsito entre la niñez y la adultez, entre dos mundos maravillosos, en el cual, idealmente, en uno de ellos se recibe y en el otro se dá. La adolescencia, finalmente es la desazón por cambiar del recibir al dar. Finalmente, la naturaleza es sabia y es obligatorio el tránsito, aunque la gran mayoría de los seres humanos, pasamos a la adultez, con ese pequeño detalle, el no querer dar.

El adolescente fue y es aún, ese ilustre desconocido. Durante siglos las disciplinas de la salud se ocuparon de los adultos y de los niños, dejando de lado a este grupo etario. Entonces se creía que no se enfermaban. Recientemente con la apertura de centros y servicios especializados en la atención de los adolescentes, se pudo detectar que sí tienen problemas, que sí se enferman, que sí consultan cuando tienen adonde recurrir. En nuestro país, la población adolescente asciende a 6.000.000 aproximadamente, es decir, un 20% del total. Dentro de la problemática que los aqueja se destacan por su frecuencia, los conflictos en el área emocional, las dificultades de estructuración armónica de la personalidad, las desavenencias con el grupo familiar, los tropiezos en el rendimiento escolar, las conductas violentas, las crisis depresivas, el consumo de tabaco, alcohol y drogas.

Existe un hecho que es un llamado de atención para los que nos ocupamos de la salud de los adolescentes y jóvenes: la primera causa de muerte son los accidentes. (46,9% en los varones y 23,8% en las mujeres del total de defunciones entre los 10 y 20 años de edad.¹ Estimamos esta prevalencia de los accidentes como una consecuencia de

una conducta autodestructiva: el estar distraído por distintos conflictos, una disminución en la atención por el consumo de alcohol o ciertas sustancias que producen una ligera obnubilación de la conciencia y una desinhibición psicomotriz, el no valorar la vida por estar sumergidos en un estado de ánimo de tristeza, de pesimismo.

Observando la prevalencia de determinadas conductas autodestructivas, se realizó un estudio en jóvenes de 18 años, varones residentes en Capital Federal, surgiendo que un 51% declaró en una encuesta autoadministrada, haber consumido alguna bebida alcohólica en el último año, un 44,5% tabaco y un 17% algún tipo de droga. (1988).

La edad de mayor prevalencia en los consumos referidos fue entre los 15 y 16 años, señalando de por sí este lapso como de mayor riesgo. De los que dijeron consumir alcohol un 3,8% refirió haber consumido cocaína, mientras que los que no consumieron bebidas alcohólicas consumieron cocaína un 0,76%.

Entre los jóvenes que declararon consumir tabaco, también cocaína un 4,8%, mientras que los que no, consumieron esta última en un 0,38%. De lo expuesto se infiere la relación estadísticamente significativa entre el consumo de tabaco y alcohol y un tipo de droga.

Accidentes, conductas autodestructivas, consumo de sustancias sin prescripción médica, nos lleva a reflexionar sobre qué factores es posible detectar como riesgosos; a los fines de prevenir situaciones más complejas, o a veces irremediables.

Factores de riesgo o luces rojas

1. Consumo abusivo de alcohol, ya que este puede llevar a una pérdida de la autocrítica, distorsión de la realidad, alteraciones de la conducta con desinhibición y facilitación de actos de violencia. El alcohol, al actuar sobre la voluntad debilitándola, facilita el consumo de otras sustancias.

2. Dependencia al tabaco. Es un hábito que puede crear una conducta adictiva dentro de la estructuración de la personalidad, incorporándose esta modalidad de reacción para el futuro. Es también una puerta de entrada al consumo de otras sustancias.
3. Alteraciones permanentes del humor: ansiedad, tristeza, aislamiento, mal humor, hostilidad hacia los familiares y amigos; aburrimiento permanente; violencia.
4. Alteraciones en el estilo de vida: trastornos del sueño, expectativas que van más allá de lo realizable, fatiga frecuente, falta de interés y motivación por cosas que antes interesaban.
5. Actitud tolerante hacia el consumo de tabaco, alcohol y drogas, el frecuentar amigos o compañeros que consumen dichas sustancias.
6. Disminución del rendimiento estudiantil o laboral; faltas frecuentes sin motivo, alteraciones de la conducta y sanciones disciplinarias.
7. Ausencias del hogar por más de 24 horas sin aviso previo. Fugas reiteradas.
8. Situaciones de conflicto familiar prolongados, falta de comunicación real y congruente, problemas de conducta en alguno de los hermanos

¿Por qué usan marihuana los jóvenes?

Existen muchas razones por las que algunos niños y adolescentes consumen marihuana. La mayoría de las personas que fuman marihuana lo hacen porque tienen amigos, hermanos o hermanas que la usan y les presionan a probarla. Algunos jóvenes la fuman porque ven a otros adultos en su familia usándola. Otros piensan que fumarla les hace populares o envidiables, porque las canciones modernas la mencionan, o porque ven que la usan en las películas o en la televisión. Algunos adolescentes pueden pensar que necesitan la marihuana y otras drogas para ayudarles a escapar de problemas en casa, la escuela o con amigos. Pero no importa cuánto veas la marihuana en ilustraciones de camisetas o gorras, y no importa cuántos grupos musicales canten sobre ella.

La coexistencia de dos o más de los factores enumerados nos llevan a reflexionar y a profundizar sobre este adolescente. Creemos que está tratando de llamar la atención sobre él, que algo le está ocurriendo y no lo puede expresar de otra forma.

¿Qué sucede cuando un adolescente fuma marihuana?

Los efectos de la droga en cada persona dependen de su experiencia personal, y de:
Lo potente que es la marihuana (su contenido de THC); Lo que la persona espera que suceda; El lugar en el que se usa la droga; Cómo se consume; y
Si el fumador está bebiendo alcohol o usando otras drogas. Algunas personas no sienten ningún cambio cuando fuman marihuana. Otros se sienten relajados (mareados) o alegres. Algunas veces la marihuana hace que la persona sienta mucha sed y hambre. Algunas personas sufren efectos malos. Pueden sentirse repentinamente muy ansiosas y tener sensaciones de paranoia. Esto sucede más en los casos en los que se usa una variedad potente de marihuana.

Es importante saber que cuando un adolescente consume marihuana:

Entre los efectos a corto plazo se encuentran:

Problemas con la memoria y aprendizaje; percepción distorsionada (visual, auditiva, y del tacto), y del sentido del paso del tiempo; problemas para pensar claramente y para resolver problemas; menor coordinación física; y ansiedad y aceleración del corazón.

Estos efectos son aún más graves cuando se mezcla la marihuana con otras drogas. En muchas ocasiones, la persona ni siquiera sabe qué otro tipo de drogas pueden haber sido agregadas a la marihuana. La marihuana afecta la memoria, la percepción y la habilidad de juzgar.

Para los jóvenes, la droga puede realmente afectar el desempeño en la escuela, los deportes, los clubes sociales, y las relaciones con otros amigos.

Si te encuentras drogado o drogada con la marihuana es más probable que cometas errores que podrían avergonzarte e incluso lastimarte.

Si un adolescente fuma marihuana muy frecuentemente, tendrá menos interés en su apariencia personal y en su desempeño escolar o en el trabajo. Los atletas no logran el mismo desempeño porque el THC afecta sus reflejos, movimientos y coordinación. También, ya que la marihuana puede afectar la manera que piensa y juzga, las personas que la usan pueden olvidarse de protegerse durante actos sexuales y posiblemente, exponerse al VIH, el virus que causa el SIDA.

Efectos a largo plazo

Hasta la fecha se ha determinado que el uso regular de la marihuana o del THC probablemente es un factor en ciertos tipos de cáncer, y en problemas de los sistemas respiratorio, inmune y reproductivo.

Cáncer -- Es difícil estar seguros sobre el efecto del uso de la marihuana y el cáncer. Se sabe que el humo de los cigarrillos causa cáncer y que la marihuana contiene algunos de estos mismos químicos, y otros, que también causan esta enfermedad. Los estudios muestran que una persona que fuma cinco cigarrillos de marihuana a la semana probablemente está consumiendo la misma cantidad de químicos que causan cáncer, que una persona que fuma un paquete de cigarrillos al día.

Los pulmones y las vías respiratorias -- Las personas que fuman marihuana frecuentemente desarrollan los mismos problemas respiratorios que las personas que fuman cigarrillos. Tienen una tos persistente, un silbido respiratorio, y tienden a sufrir de más resfriados que las personas que no fuman. Estas personas también están a alto riesgo de tener infecciones pulmonarias como la pulmonía.

Sistema inmunitario -- Los estudios científicos con animales han demostrado que el THC puede dañar las células y los tejidos en el cuerpo que ayudan a proteger a la persona contra las enfermedades. Cuando las células inmunes se debilitan, tienes más posibilidad de enfermarte.

¿Puede ser inicio para consumir otras drogas el consumo de marihuana?

Estudios a largo plazo de estudiantes de secundaria, en los Estados Unidos y México, y sus patrones de uso de drogas, demuestran que muy pocos de ellos llegan a usar otras drogas ilegales sin haber usado primero la marihuana.

Por ejemplo, el riesgo de usar cocaína es 104 veces mayor para personas que han probado marihuana que para los que nunca la han probado.

La marihuana pone a los niños y los jóvenes en contacto con personas que usan y venden esta y otras drogas. En este sentido, sí existe mayor riesgo de que los jóvenes estén más expuestos y tengan mayor tentación de probar otras drogas.

Para determinar mejor el riesgo, los científicos están examinando la posibilidad que el uso de la marihuana por muchos años, pueda crear cambios en el cerebro que puedan poner a una persona a alto riesgo de ser adicta a otras drogas, como el alcohol y la cocaína.

Mientras no toda la gente joven que usa marihuana pasa a usar otras drogas, se necesitan hacer más investigaciones para determinar quienes tendrán el riesgo más alto.

Riesgo al consumir marihuana

La marihuana tiene efectos sumamente peligrosos en la capacidad de guiar un auto con seguridad: el estar alerta, la habilidad de poderse concentrar, la coordinación y la habilidad de reaccionar rápidamente. Estos efectos pueden durar hasta 24 horas después de fumar marihuana. La marihuana puede dar dificultad en juzgar distancias y en reaccionar ante las señales visuales y auditivas en la carretera.

Es posible que la marihuana tenga algo que ver con accidentes de tráfico. En un estudio de 150 conductores arrestados en Memphis, Tennessee, Estados Unidos, a quienes se les hicieron exámenes de uso de drogas en el lugar de arresto, se mostró restos de marihuana en el 33 por ciento, y restos de marihuana y cocaína en otro 12 por ciento.

También existe información indicando que mientras fuma marihuana, el individuo demuestra la misma falta de coordinación en los exámenes de "conductores ebrios" como lo hacen las personas que han consumido demasiadas bebidas alcohólicas.

¿Cómo afecta el cerebro?

Fumar cannabis puede alterar la estructura y función cerebral. Numerosos estudios han demostrado que su consumo tiene efectos neurotóxicos en el cerebro, en especial en el de adolescentes.

“Estos cambios cerebrales se relacionan sobre todo con deficiencias cognitivas y con un aumento del riesgo de desarrollar problemas psiquiátricos, que se asocian con un uso crónico de la droga. Cualquier persona que fume cannabis verá alterada la función de sus células cerebrales. Lo que es más variable entre los individuos es la magnitud de esos cambios y su conexión con efectos negativos”, afirma Jennifer T. Sneider, profesora de Psiquiatría en la Harvard Medical School, en EE. UU. La especialista ha llegado a estas conclusiones con un estudio, publicado en la revista *Journal of Addiction Research & Therapy*, en el que revisa los trabajos de espectroscopia por resonancia magnética –una técnica que complementa a la habitual resonancia y que identifica compuestos bioquímicos– realizados hasta la fecha a consumidores de marihuana adultos y jóvenes.

Además, su consumo altera la percepción sensorial, reduce la memoria a corto plazo, la atención y las habilidades motoras. “El uso ocasional puede producir ansiedad y ataques de pánico”, recalca Emilio Ambrosio, catedrático de Psicobiología de la Universidad Nacional de Educación a Distancia (UNED).

Algunos estudios muestran que cuando un individuo ha fumado marihuana en cantidades grandes por años, la droga daña sus funciones mentales.

¿De qué forma llega al cerebro?

Cuando el cannabis alcanza el cerebro a través del torrente sanguíneo, su componente activo, el tetrahidrocarbocannabinol o THC, se une a unas proteínas neuronales llamadas receptores CB1. Como ocurre con otras drogas, el cannabis estimula la liberación de dopamina en áreas específicas del cerebro (mesolímbicas), mientras que el THC estimula la liberación de opioides endógenos. El incremento de la dopamina y de la liberación de opioides son los responsables de los efectos gratificantes y de refuerzo del cannabis, detalla Walter Fratta, profesor de Ciencias Biomédicas de la Universidad de Cagliari, en Italia.

El uso de la marihuana afecta las partes del cerebro que controlan la memoria, la atención y el aprendizaje. Para que una persona pueda aprender y desempeñar tareas simples, es necesario que tenga una capacidad normal de memoria reciente.

Fumar marihuana causa algunos cambios en el cerebro como esos causados por la cocaína, la heroína y el alcohol.

Algunos investigadores creen que estos cambios pueden aumentar el riesgo de que una persona se haga adicta a otras drogas, como la cocaína y la heroína. Los científicos aún están aprendiendo las distintas formas en que la marihuana puede afectar al cerebro.

Las personas que la usan ¿se pueden hacer adictas?

Sí. A pesar que no todos los que la fuman se hacen adictos, cuando una persona empieza a buscar la droga para consumirla obsesivamente, se dice que es dependiente o adicta a la sustancia.

En 1995, 165,000 personas que ingresaron en programas de tratamiento por drogadicción en los Estados Unidos reportaron que la marihuana era la sustancia que más abusaban, lo que demuestra que necesitan ayuda para dejarla.

De acuerdo a un estudio, adolescentes que usan marihuana y tienen problemas serios antisociales pueden llegar rápidamente a depender de la droga.

Algunas de las personas que usan la marihuana frecuentemente desarrollan tolerancia a ella. La "tolerancia" quiere decir que la persona necesita mayor cantidad de la droga para obtener los mismos efectos que antes.

Problemas de aprendizaje, cerebro sobrecargado

El cannabis no es la más peligrosa de las drogas, al contrario que el alcohol, "que hace una gran cantidad de daño", dice el doctor Harold Kalant, profesor de farmacología en la Universidad de Toronto e investigador sobre alcohol y cannabis desde 1959.

La marihuana secuestra el funcionamiento normal del cerebro adolescente, y muchos científicos creen que puede tener efectos permanentes en el desarrollo del cerebro.

La doctora Andra Smith, profesora asociada de psicología en la Universidad de Ottawa, empleó imágenes de resonancia magnética funcional para comparar la actividad cerebral en jóvenes de 19 a 21 años que no fumaban marihuana regularmente y los que habían fumado al menos 1 porro a la semana durante 3 años o más.

En una serie de estudios publicados, Smith evaluó el funcionamiento ejecutivo de la mente joven -el término general para los procesos mentales implicados en la organización, toma de decisiones, planificación y reunión de objetivos a largo plazo.

Smith y sus colegas encontraron una mayor actividad cerebral en los fumadores de marihuana regulares mientras completaban tareas diseñadas para medir su impulsividad, memoria de trabajo, procesamiento viso-espacial y atención sostenida.

Aunque el aumento de la actividad cerebral pueda sonar como algo bueno, "en realidad es interpretado como que el cerebro tiene que desempeñar un trabajo más duro y comprometer a más recursos cerebrales para responder con precisión", indica Smith.

Los jóvenes fueron estudiados desde su nacimiento hasta la edad de 25-30 años. Los investigadores recogieron cerca de 4000 variables de estilo de vida, incluyendo estatus socioeconómico y la exposición prenatal a la marihuana y al alcohol, así como el consumo en la adolescencia de cannabis.

La marihuana fue la culpable más probable del aumento de la actividad cerebral, afirma Smith.

Estudios anteriores en ratas, realizados por Kalant en la década de los 80, sugieren que los déficits cognitivos relacionados con el consumo de cannabis pueden darse a largo plazo. Incluso después del equivalente de 9 años humanos, sin exposición a la marihuana, las ratas tratadas con marihuana en su adolescencia mostraron déficits mentales residuales en la memoria y el aprendizaje que persistieron hasta la adultez. Sin embargo, las ratas adultas jóvenes tratadas con marihuana no desarrollaron discapacidad de larga duración, indica Kalant, añadiendo que los receptores de cannabis en los cerebros humanos y roedores actúan de "maneras muy similares".

Un estudio más reciente, publicado en abril en la revista Journal of Neuroscience, encontró cambios estructurales en cerebros de jóvenes de 18 a 25 años de edad que fumaban al menos un porro por semana comparados con jóvenes con poco o nulo historial de consumo de marihuana.

Empleando imágenes de resonancia magnética, los investigadores de la Universidad Northwestern detectaron alteraciones en las regiones del cerebro implicadas en la emoción y el procesamiento de recompensas. Encontraron que a mayor uso de la marihuana, mayores alteraciones en estas regiones.

¿Qué hace la persona si quiere dejar de usar la marihuana?

Hasta hace algunos años era muy difícil encontrar programas específicamente diseñados para personas dependientes a la marihuana. Ahora, los investigadores están estudiando diferentes maneras de ayudar a estas personas a abstenerse de fumarla. Hasta la fecha, no existen medicamentos para tratar la adicción a la marihuana, así es que los programas de tratamiento se concentran en consejería y sistemas de grupos de apoyo. También existen muchos programas diseñados especialmente para ayudar a los adolescentes que abusan de las drogas.

Los médicos de familia también son una buena fuente de información si se necesita asistencia en tratar de ayudar a un adolescente con problemas de uso de marihuana.