

Foro1. Salud Pública y Prevención.

Autor: Erika Yeraldin Valladares Guevara

¿Cuáles son los efectos de la marihuana en la salud?

“Riesgos del consumo de marihuana en la salud de los estudiantes”

Las drogas han estado presentes desde tiempos inmemoriales en la vida humana, a través del tiempo han sufrido modificaciones de acuerdo al número de consumidores y las características de la sociedad misma. Entre los jóvenes adquiere un significado incluso de resistencia a lo establecido, a las normas; en contraparte dichos grupos de jóvenes son relacionados a la delincuencia y a sectores marginados de la sociedad. En nuestro país no hay un solo significado o motivación para el consumo y empleo de esta droga.

Ahora bien, una droga es una sustancia química (natural o sintética), la cual cambia el funcionamiento del cuerpo.

La marihuana es una combinación de hojas, tallos, semillas y flores secas desmenuzadas de la planta *Cannabis sativa*, y puede ser de color verde, café o gris. Otros términos que se utilizan para referirse a la marihuana son: “mota”, “yerba”, “moy”, “pasto”, “churro”, “churrasco”, “mari”, “queso”, “toque”, “quemar”, “las tres”.

En todas sus modalidades la marihuana afecta la mente, es decir, que altera las funciones normales del cerebro. Estas alteraciones son provocadas por el ingrediente activo químico que contiene la marihuana, llamado THC (delta- 9-tetrahidrocanabinol). Además, la planta de la marihuana contiene otras 400 sustancias químicas adicionales.

Se conocen más de mil 200 variedades de la Cannabis sativa, más conocida como marihuana; muchos de los híbridos surgieron de países como Afganistán, Nepal, México, India, Estados Unidos y en diversas partes de América Latina, informó el doctor Fernando Cano Valle, investigador del Instituto de Investigaciones Jurídicas de la UNAM.

Los primeros efectos en los consumidores es diverso, hay personas que no sienten ningún cambio cuando fuman marihuana. Otras se sienten relajadas, mareadas o alegres. En algunos casos frecuentes puede sentirse sed y hambre.

El porcentaje más alto de consumidores regulares incluye a quienes se sienten relajados y perciben más intensamente los sonidos, los sabores y los colores, encontrando interesantes o graciosos algunos acontecimientos que en realidad son triviales; además, sienten que el tiempo transcurre lentamente. Fumar un “churro” para inspirarse o tranquilizarse es un consejo popular transmitido por películas, vídeos musicales o series televisivas. En ellas, se muestra que la marihuana provoca un efecto relajante y, en muchas ocasiones, “enciende” la creatividad o los talentos escondidos. Sin embargo, el consumo de esta planta tiene muchas implicaciones en la salud, sobre todo antes de los 21 años, edad en que aumenta el riesgo de desarrollar enfermedades mentales.

En muchas ocasiones, cuando esta actividad se lleva a cabo en grupos, los integrantes llegan a debatir temas profundos sobre la existencia misma o bien la simplicidad de la vida misma. Así, se comprende que disminuya

notablemente la preocupación por cumplir las obligaciones escolares y familiares.

Si mencionamos los efectos físicos inmediatos producidos por la marihuana, están los siguientes: palpitaciones; boca seca; disminución de la capacidad para coordinar los movimientos y mantener el equilibrio corporal; disminución de la velocidad de reacción a los estímulos; vasodilatación local en las conjuntivas, lo cual provoca enrojecimiento de los ojos; aumento de la presión arterial, y taquicardia (aumento del número de los latidos del corazón por minuto). Después de dos o tres horas los efectos van desapareciendo, y puede presentarse sueño profundo.

Los efectos de la marihuana descritos anteriormente son considerados a corto plazo o bien inmediatos. A largo plazo se puede decir que afecta el desarrollo cerebral. Cuando las personas empiezan a usar marihuana durante la adolescencia, la droga puede reducir las facultades mentales para pensar, memorizar, aprender, y afectar la construcción de ciertas conexiones entre las diferentes partes del cerebro necesarias para llevar a cabo estas funciones. Los efectos negativos de la marihuana en estas funciones pueden durar mucho tiempo e incluso pueden ser permanentes. También se le ha relacionado con enfermedades mentales como alucinaciones temporales, paranoia temporal e incluso empeorar síntomas de esquizofrenia.

En el plano físico también existen consecuencias como problemas de respiración, el humo de la marihuana irrita los pulmones, y los fumadores frecuentes de marihuana pueden tener muchos de los mismo problemas respiratorios que experimentan los fumadores de tabaco; frecuencia

cardiaca elevada, lo cual puede incrementar el riesgo de un ataque al corazón; problemas con el desarrollo del bebé durante y después del embarazo, ya que está relacionado con un riesgo más alto de problemas de conducta y problemas con el desarrollo cerebral del bebé.

Si una madre embarazada usa marihuana, la droga puede afectar el desarrollo de ciertas partes del cerebro del bebé. Entre las deficiencias que pueden ser causadas al bebé están el tener dificultad para prestar atención, problemas con la memoria y con la habilidad de resolver problemas. Además, algunas investigaciones han encontrado cantidades moderadas de THC en la leche materna de madres que están amamantando. Los efectos que esto puede tener en el desarrollo del cerebro del bebé todavía no se conocen.

Por lo que se refiere al sistema reproductivo, se sabe con certeza que la marihuana altera la producción de hormonas en los individuos de ambos sexos. El THC fumado en dosis elevadas puede retardar la iniciación de la pubertad en quienes empiezan a fumar marihuana desde pequeños. También disminuye la producción de esperma, lo que demuestra que la marihuana puede dañar los tejidos y las funciones del organismo. En el caso de las mujeres, se altera el ciclo menstrual y se obstaculiza la ovulación (producción y descarga de los óvulos por los ovarios).

Para concluir el tema de los efectos de la marihuana en la salud, cabe mencionar que existen tratamientos disponibles para la adicción de esta droga. Las personas que llevan usando marihuana por mucho tiempo han mostrado sentir síntomas de abstinencia al dejar la droga, lo cual hace que sea más difícil dejarla. Algunos de los síntomas incluyen:

- irritabilidad
- dificultad para dormir
- falta de apetito
- ansiedad
- antojos

Las técnicas de apoyo conductual han mostrado ser efectivas como tratamiento para la adicción a la marihuana. Algunos ejemplos incluyen terapias y el uso de incentivos motivacionales (estos proveen algún tipo de recompensa a los pacientes que se mantienen libres de drogas). Hasta el momento no hay medicamentos para el tratamiento de la adicción a la marihuana. Sin embargo, se siguen llevando a cabo investigaciones que podrían llevar a la creación de nuevos medicamentos para ayudar con los síntomas de abstinencia, a bloquear los efectos de la marihuana y a prevenir la recaída en el uso de la marihuana.

El conocimiento de las verdades mencionadas anteriormente, todas ellas basadas en estudios científicos, no es suficiente para evitar los males a los que se atienen aquellos que desconocen el riesgo del consumo de la marihuana; por ello es importante sumar esfuerzos de organismos e instituciones para poner al alcance de los jóvenes la información que les permitirá tomar una decisión informada. Como integrante de una institución educativa me permito reconsiderar las libertades y facilidad con la que un alumno puede tener acceso a la marihuana; los efectos arriba mencionados podrían impactar directamente en la deserción escolar, limitar las capacidades de un aspirante a ingresar al colegio e incluso truncar su carrera en nuestra institución. Los jóvenes que forman parte de nuestra sociedad estudiantil son vulnerables y blanco fácil a quienes buscan lucrar

sin importar las consecuencias personales y sociales de nuestros futuros egresados.

Por ello recalco la importancia del trabajo entre sociedad y gobierno para procurar tomar las mejores decisiones para quienes conformamos este país, en especial buscando proteger a los adolescentes quienes son los más vulnerables por la falta de conciencia de los efectos nocivos que tiene el uso lúdico de la marihuana en su salud a corto, mediano y largo plazo.