

- Si vas a cultivar, hazlo en una cantidad proporcional a tu consumo personal, de lo contrario arriesgas ser relacionado con la intención de tráfico.
- La intensidad o duración de los efectos tiene más relación con la variedad de cannabis que uses, que con la cantidad que te fumes o el tiempo que la retengas en tus pulmones. Por ejemplo, una variedad con mayor concentración de THC, sólo requiere un par de fumadas sin necesidad de retener el humo ni fumar más, disminuyendo los riesgos asociados a la combustión.
- Siendo la inhalación de sustancias distintas al THC uno de los riesgos objetivos del consumo de Cannabis, estos pueden disminuirse utilizando papelillos más finos y sin goma o con goma natural, pipas o bongos; y pueden prácticamente anularse si se usan vaporizadores (pues no hay combustión del vegetal).
- Por vía oral (comerla), los efectos tardan más en aparecer, pueden ser más duraderos y no es fácil controlar la dosis. Esta vía no es recomendable para primerizos.

NO OLVIDAR...

- No existe ninguna droga, legal o ilegal, natural o sintética, inocua. Sin embargo, en muchas ocasiones los riesgos y daños relacionados con el consumo están más asociados a la persona (estado de salud mental, físico y emocional), contexto y la forma de consumo (dosis, frecuencia, mezclas entre sustancias, etc.), que a la sustancia en sí.
- Si estás embarazada, eres menor de edad; estás en tratamiento médico, tienes antecedentes psiquiátricos, problemas psicológicos o neurológicos; o no te sientes bien contigo mismo, SIEMPRE evita consumir drogas.
- Las personas somos distintas por lo que los efectos y formas de experimentar una misma droga, varían de una persona a otra.
- Evita mezclar sustancias: drogas distintas pueden tener efectos contrapuestos a nivel físico o psíquico incrementando los riesgos.
- Aprende a decir NO: si no quieres o no puedes. No pierdas el control sobre tu cuerpo, tus ganas, los resguardos.
- No te obligues ni obligues: usa tu libertad responsablemente y respeta la de los demás.

MENOS TAMBIÉN PUEDE SER MÁS

... si lo que buscas es disfrutar y vivir experiencias placenteras

*Este material no pretende fomentar el consumo de sustancias. Es sólo información de referencia orientada a la disminución y (auto) gestión de los riesgos asociados al consumo. Informarte más, disminuye los riesgos. La producción, tráfico, cultivo y consumo de sustancias ilegales, están sancionados por la Ley 20.000.
Preparado por Grupo IGIA LAT en colaboración con Revista Cáñamo y MOVIMENTAL.*

CANNABIS

(Cáñamo, Marihuana, Caño, Macoña, Pito, Cuete, María, Ganjha...)



GRUPO
IGIA
LAT

www.igialat.org



www.cultivatusderechos.cl



www.canamo.cl

CANNABIS

¿QUÉ ES?

Es una planta de la familia de las *Cannabaceae*. Se acepta que existen 3 clases de plantas de Cannabis: *C. Sativa*, *C. Índica* y *C. Ruderalis*. Las dos primeras son las habitualmente usadas con fines lúdicos, rituales o medicinales; la *Ruderalis* es más bien industrial (telas, materiales de construcción, biocombustible, etc.). Su uso data de varios miles años A.C. principalmente en Asia. Se han encontrado más de 400 compuestos químicos en la planta, 61 de los cuales son exclusivos del Cannabis por lo que se le llama cannabinoides. Entre los más importantes está el delta 9-thc (o THC: tetrahidrocannabinol). También tiene otros cannabinoides no psicoactivos como el cannabiol. Se han encontrado cannabinoides en el sistema nervioso de los mamíferos, como el hombre, los que se llaman endocannabinoides. Las formas de consumo principales son la inhalada (fumada) o por vía oral (comida de distintas maneras).

¿CÓMO FUNCIONA?

Como cualquier otra sustancia psicoactiva, para que esta ejerza sus efectos, deben existir receptores en el sistema nervioso central (SNC). Los conocidos a la fecha son los receptores CB1 (localizados principalmente en el cerebro y responsable de los efectos psicoactivos) y CB2 (ubicados en el sistema inmunológico).

No se han encontrado receptores cannabinoides, o están en muy bajas concentraciones, en el tronco encefálico, que es el responsable de regular los centros vitales (actividad cardiorrespiratoria y vasomotora). Esta es la razón de que la sobredosis de riesgo vital, sea muy poco probable.

EFFECTOS INMEDIATOS

Durante el consumo de cannabis se producen efectos psicológicos y fisiológicos. Dependiendo de la forma de consumo, la subida puede ser más o menos rápida (casi instantánea si es inhalada, 1 hr. aprox. si es ingerida).

Ambos tipos de efectos pueden ser muy diversos dependiendo de la variedad de Cannabis (hay más de 300), del contexto y del estado físico y psicológico de la persona; pudiendo amplificar sensaciones agradables o desagradables.

- Algunos efectos psicológicos: alteración de la concentración, distorsión de orientación espacio-temporal, hiperactividad o sensación de relajación, aumento de la sociabilidad o disminución del contacto social (“irse pa’ dentro”, “quedarse pegado”).

- Algunos efectos fisiológicos comunes: sequedad bucal, irritación ocular, alteración de la percepción y memoria inmediata, sensación de sueño. Aunque menos frecuente, también puede dar taquicardia.

- El bajón de cannabis puede implicar cansancio físico, bajón anímico, aumento del apetito (“bajón de hambre”).

RIESGOS

En general, el Cannabis no genera dependencia física pero puede generar dependencia psicológica, lo cual se relaciona más con la estructura de personalidad o trastornos psicológicos preexistentes que con la sustancia. Por vía inhalada, los potenciales riesgos se asocian a patologías broncopulmonares diversas a consecuencia de la inhalación de sustancias vegetales combustionadas (como el alquitrán).

La vía oral, evita lo anterior, pero es difícil controlar la dosis de consumo, los efectos pueden ser más duraderos e incontrolables, por lo tanto indeseables. La Cannabis actúa sobre el SNC, al igual que los antiepilépticos, antidepresivos, antipsicóticos, entre otros, por lo que su consumo puede interferir en un tratamiento farmacológico.

Aunque no existe evidencia concluyente que relacione el Cannabis con patologías mentales, lo más probable, como cualquier droga, afecte o potencie síntomas de enfermedades psiquiátricas ya existentes. A pesar de que los riesgos a la salud pueden ser notablemente menores que otras drogas, no es inocua

y además, existen riesgos sociales y legales por su uso, cultivo y/o por compartirla. Cabe destacar que NO existen registros de muertes relacionada directamente al uso de Cannabis o de sobredosis.

SI HAS DECIDIDO CONSUMIR...

- No pierdas el control sobre la cantidad y frecuencia de uso: esto podría generarte efectos indeseables para ti.

- No olvides que aunque para ti puede ser una práctica de bajo riesgo, inclusive normal, la sociedad no tiene la misma percepción y actuará en consecuencia (reprimiendo).

- Busca el momento adecuado para conversar el tema con tu entorno inmediato, como la familia.

- Evita el mercado negro. La Cannabis ofrece la posibilidad de ser autocultivada con lo que disminuyes los riesgos de salud que conlleva el tráfico (sabes lo que fumas) y legales (en una cantidad razonable, en el peor de los casos constituye una falta pero no un delito). Según cifras oficiales más del 90% de la cannabis que se trafica es del tipo prensada o “paraguaya” haciendo imposible reconocer por su aspecto u olor, otras sustancias extrañas que contiene por lo que los efectos y riesgos son notablemente distintos a los de la cannabis natural.