

## CANNABIS EFECTOS

Es una droga depresora del Sistema Nervioso Central y alucinógena. Sus efectos varían enormemente según la pureza, naturaleza, perfil de quien lo consume y entorno.

- ▶ **A corto plazo:** son los que aparecen poco después de consumirlo. Pueden durar hasta 24 horas tras una dosis moderada. Afectan:
  - **A la función cognitiva:** efectos euforizantes y relajantes; ansiedad; ideación paranoide; sensación de lentitud en las ideas; juicio alterado; deterioro de la atención; alucinaciones; interferencia en el funcionamiento personal; aumento de la adopción de riesgos y de la impulsividad.
  - **A las funciones fisiológicas:** aumento del apetito; boca seca; inyección conjuntival; taquicardia.
- ▶ **A largo plazo:** son los que se producen como consecuencia del consumo habitual, especialmente a diario, durante varios meses o años.
  - **Dependencia**
  - **Deterioro de la función cognitiva**
  - **Consecuencias psicosociales:** abandono escolar; desempleo; delincuencia juvenil; consumo de otras drogas.
  - **Trastornos mentales:** psicosis; trastornos bipolares; esquizofrenia; depresión; ansiedad; trastornos alimentarios, conductuales y de la personalidad; conducta suicida.
  - **Enfermedades respiratorias**
  - **Enfermedades cardiovasculares**
  - **Cáncer**

\* **Bibliografía:** World Health Organization. The health and social effects of nonmedical cannabis use. WHO: Geneva, 2016



ROMPE

LA BURBUJA

sin CANNABIS eres más

APURTU

BURBUILA

KALAMURIK gabe gehiago zara

## KALAMUA ERAGINAK

Nerbio-sistema zentralaren depresorea eta haluzinogenoa da. Ondorioak izugarri aldatzen dira purutasunaren, izaeraren, kontsumitzen duenaren profilaren eta ingurunearen arabera.

- ▶ **Epe laburrera:** kontsumitu eta gutxira gerta daitezkeenak dira. Dosi moderatu bat hartu eta 24 ordura arte iraun dezakete. Eragina dute:
  - **Funtzio kognitiboan:** efektu euforizatzaileak eta lasaigarriak; antsietatea; ideazio paranoidea; geldotasun-sentsazioa ideietan; iritzi aldatua; arretaren narriadura; haluzinazioak; interferentzia norberaren funtzionamenduan; arriskuen hartzea eta inpulsibotasuna areagotzea.
  - **Funtzio fisiologikoan:** apetitua areagotzea; aho lehorra; konjuntiba-injekzioa; takikardia.
- ▶ **Epe luzera:** kanabisaren ohiko kontsumoaren ondorioz gertatzen direnak dira, batez ere eguneroko kontsumoaren ondorioz, hainbat hilabete edo urtetan.
  - **Mendekotasuna.**
  - **Funtzio kognitiboaren narriadura**
  - **Ondorio psicosozialak:** eskola uztea; langabezia; gazteen delinkuentzia; beste droga batzuen kontsumoa; osasun mentaleko arazoak.
  - **Buru-nahasmenduak:** psikosia; nahasmendu bipolarrak; esquizofrenia; depresioa; antsietatea; elikadura-nahasteak, jokabide-nahasmenduak eta nortasun-nahasmenduak; jokabide suizidak.
  - **Arnas gaixotasunak**
  - **Gaixotasun kardiobaskularrak**
  - **Minbizia**

\* **Bibliografía:** World Health Organization. The health and social effects of nonmedical cannabis use. WHO: Geneva, 2016



## MITOAK

01

**Mittoa:** Substantzia naturala da, eta, beraz, substantzia hori kontsumitzeak arrisku txikia du osasunerako.

**Errealitatea:** Landare batetik datorren arren, osasunerako kaltegarria izan daiteke.

02

**Mittoa:** Kanabisak ondorio terapeutikoak ditu, gaixotasunak senda ditzake.

**Errealitatea:** Kanabis medizinala ez da edonorentzat, eta haren kontsumoa kontrol mediko zorrotzaren pean egin behar da.

03

**Mittoa:** Kanabisa erretzea ez da tabakoa erretzea bezain kaltegarria.

**Errealitatea:** Kanabisa iragazkirik gabe kontsumitzen da. Barruan dituen substantzia toxikoak zuzenean biriketara iristen dira eta luzaroago egoten dira bertan. Erretzaile pasiboentzat ere kaltegarria da.

04

**Mittoa:** Kanabisak ez dio eragiten gazteen garunari.

**Errealitatea:** Gazteen artean kanabisa kontsumitzeak garunaren garapenari eragiten dio, eta aldaketa eta kalte itzulezinak eragin ditzake, adibidez gogo-aldarte, memoria, arreta eta ikasteko gaitasuna aldatzea.

05

**Mittoa:** Kanabisak pixka bat besterik ez du jartzen.

**Errealitatea:** Kanabisa etengabe kontsumitzeak gaixotasun mentalak garatzen laguntzen du, hala nola antsietatea, izu-erasoak, depresioa, psikosia eta eskizofrenia.

06

**Mittoa:** Kanabisa ez da adiktiboa eta kontrola daiteke.

**Errealitatea:** Etengabe kontsumitzeak mendekotasuna sor dezake, bereziki nerabezarotan kontsumitzen denean.

07

**Mittoa:** Kanabisak hobeto lo egiten laguntzen du eta antsietatea murrizten du.

**Errealitatea:** Kontsumitzeari uzten zaionean edo lehen baino kantitate txikiagoan egiten denean, antsietate-koadroak sortzen dira eta abstinentsia-sindromea ager daiteke.

08

**Mittoa:** Kanabisa erretzeak ez dio eragiten ibilgailuak gidatzeari.

**Errealitatea:** Kanabisa erretzeak koordinazio motorrari eragiten dio eta erreazio-denbora handitzen du; beraz, istripu bat izateko probabilitatea handitzen du.

### \* Iturriak:

Osasun Saila. Eusko Jaurlaritzak. Kanabisaren mitoak eta kondairak. Kerik gabeko gazteak [kontsultatua: 2023.7.3]

Drogei buruzko Plan Nazionala. Kanabisari buruzko mitoak eta errealitateak. Osasun Ministerioa [kontsultatua: 2023.7.3]

## MITOS

01

**Mittoa:** Es una sustancia natural por lo que su consumo tiene poco riesgo para la salud.

**Realidad:** Aunque proceda de una planta, puede ser perjudicial para la salud.

02

**Mittoa:** El cannabis tiene efectos terapéuticos, puede curar enfermedades.

**Realidad:** El cannabis medicinal no es para cualquier persona y su consumo se debe realizar bajo estricto control médico.

03

**Mittoa:** Fumar cannabis es menos dañino que fumar tabaco.

**Realidad:** El cannabis se consume sin filtro. Las sustancias tóxicas que contiene llegan directamente a los pulmones y permanecen en ellos durante más tiempo. También es perjudicial para los fumadores pasivos.

04

**Mittoa:** El cannabis no afecta al cerebro de las personas jóvenes.

**Realidad:** El consumo de cannabis en personas jóvenes afecta al desarrollo del cerebro y puede producir modificaciones y daños irreversibles como alteraciones del ánimo, memoria, atención y capacidad de aprendizaje.

05

**Mittoa:** El cannabis sólo coloca un rato.

**Realidad:** El consumo continuado de cannabis favorece el desarrollo de enfermedades mentales como ansiedad, ataques de pánico, depresión, psicosis y esquizofrenia.

06

**Mittoa:** El cannabis no es adictivo y puede controlarse.

**Realidad:** Su consumo continuado puede producir adicción, especialmente cuando se consume en la adolescencia.

07

**Mittoa:** El cannabis ayuda a dormir mejor y reduce la ansiedad.

**Realidad:** Cuando se deja de consumir o se hace en una cantidad inferior a la que se venía haciendo, se crean cuadros de ansiedad y puede aparecer el síndrome de abstinencia.

08

**Mittoa:** Fumar cannabis no afecta a la conducción de vehículos.

**Realidad:** Fumar cannabis afecta a la coordinación motriz y aumenta el tiempo de reacción, por lo que aumenta la probabilidad de tener un accidente.

### \* Fuentes:

Departamento de Salud. Gobierno Vasco. Mitos y leyendas del cannabis. Kerik gabeko gazteak. [consultado: 3.7.2023]

Plan Nacional sobre Drogas. Mitos y realidades sobre el cannabis. Ministerio de Sanidad. [consultado: 3.7.2023]