

¿Quiénes son los jóvenes en tiktok que muestran cómo es dejar de fumar marihuana? | Vanguardia.com

- Jhon Agudelo y Santiago Gallego son dos paisas, de 23 y 22 años, que a través de sus perfiles en TikTok han documentado su proceso de cómo es dejar de fumar marihuana de golpe y por decisión propia.



En TikTok dos jóvenes documentan sus procesos de abstinencia a la marihuana

redacción vanguardia

<https://www.vanguardia.com/entretenimiento/salud/en-tiktok-dos-jovenes-documentan-sus-procesos-de-abstin...>

Martes, 01 agosto 2023

Desde hace aproximadamente 7 años, Gallego, oriundo de Antioquia es consumidor de marihuana. En sus redes sociales Santiago ha publicado cómo ha sido el día a día desde que tomó la decisión de dejar su consumo a un lado.

“Yo no sé grabar por acá” expresa el joven en su segundo video de este proceso, pues aclara que no es influencer ni mucho menos se dedica a trabajar en las redes, pero tomó la valentía de arriesgarse a exponer la situación por la que atraviesa. Hoy suma alrededor de 11.000 seguidores.

Sus videos muestran qué es lo que hace diariamente, desde ir a su trabajo hasta terminar su día haciendo ejercicio. Asegura que la ansiedad es un constante sentimiento que embarga su cuerpo, pues el abstenerse a no caer en la tentación de fumar es demasiado fuerte. Confiesa que una noche esa sensación le pudo más que su fuerza de voluntad. Sin embargo, no se le cruza por la mente rendirse y está dispuesto a enfrentar esos momentos con la mejor actitud. Así lo muestra en sus videos.

Santiago plasmó su realidad de una manera atractiva para sus espectadores en las dos semanas que lleva testificando su limpieza del **cannabis**

Invierta tiempo en seleccionar el champú adecuado y disfrute de una cabellera hermosa y saludable.(Archivo / VANGUARDIA) ¡Es posible elegir el champú ideal! Solo debe seguir estas pautas

Lo mismo hace Jhon, quien lleva una semana publicando su proceso en el que incluye sus momentos más vulnerables, ante las sensaciones que le provoca el mantenerse en abstinencia. Sus casi 230.000 seguidores le motivan a seguir con su objetivo a pesar de las circunstancias. Siendo consumidor desde sus 18 años, Jhon afirma que se arrepiente profundamente de haber probado alguna vez aquella droga, pues lo que él veía como un pasatiempo, una manera de llevar las cosas más a la ligera, lo llevó a perder el control total de su consumo y a volverse dependiente de esta sustancia psicoactiva.

“Maldigo la hora en la que probé. Hay gente que ese vicio nos daña la vida y nos acaba”, cuenta entre lágrimas el antioqueño a sus seguidores. Junto a su padre, Fredy Agudelo, el joven cuenta en un TikTok cuál es el compromiso que tienen mutuamente, pues su padre le promete también trabajar en su [adicción](#) con el [alcohol](#) si ambos ponen toda su fuerza de voluntad en mantenerse sobrios.

[@johnagudelo277](#)

sonido original - [johnagudelo277](#)

consumir algún tipo de droga.

La finalidad de estos dos jóvenes al exponer una realidad de la que pocas familias se atreven a hablar, es demostrar y motivar a que otras personas tomen sus consejos de no caer en las tentaciones de

Demostrar sus procesos de una manera cruda es reflejar en lo que se puede convertir el mundo de un joven que toma las decisiones equivocadas. “Así no voy a volver a estar, voy a luchar también para que muchos jóvenes no se metan en esa chim... yo no era un pelado malo, yo era juicioso”

Santiago y Jhon continúan documentando sus procesos individuales, acompañados de sus familias y el apoyo que sus nuevos seguidores les están demostrando.