www.laopiniondezamora.es
Fecha Publicación: viernes, 05 de mayo de 2023
Páginas: 3
Valor Publicitario: 3352,56 €
V. Únicos: 666225

Cannabis de alta potencia:qué es y cuánto aumenta el riesgo para la salud

- Los expertos aseguran que fumar más de 5 porros a la semana supone un grave riesgo para la salud. Y somos líderes de la UE en consumo

Fumar más de 5 porros a la semana supone un grave riesgo para la salud

adicciones Responde el doctor

https://www.laopiniondezamora.es/salud/guia/2023/01/01/cannabis-alta-potencia-aumenta-riesgo-86918901.ht...

Rebeca Gil

Viernes, 05 mayo 2023

Además, un 15% de la población española de entre 15 y 64 años, y un 11% de los adolescentes (14-18 años) piensa que consumir cannabis no tiene consecuencias sobre la salud.

Esta baja percepción de riesgo sumado a fuentes de información poco fiables o directamente o con intereses comerciales, dificulta que la población tenga acceso a mensajes de salud creíbles y basados en evidencia científica sobre los peligros derivados del consumo del cannabis.

Con el fin de refutar esta baja percepción de los peligros del cannabis, un grupo de profesionales expertos en adicciones del Clínic-IDIBAPS ha consensuado que el consumo de 5 o más porros a la semana implica un riesgo para la salud.

Una cifra que no convierte en buena una cantidad menor

Esta cantidad no significa que fumar menos sea seguro.

El **doctor Hugo López** , jefe del grupo de Adicciones de IDIBAPS y vicepresidente de la Sociedad Científica Española de Estudio sobre el Alcohol, el Alcoholismo y Otras Toxicomanías, explica que:

- "Cuando se habla de consumo de riesgo se hace referencia al “patrón de consumo de sustancias, en este caso cannabis, que aunque la persona no padezca un trastorno por su

www.laopiniondezamora.es
Fecha Publicación: viernes, 05 de mayo de 2023
Páginas: 3
Valor Publicitario: 3352,56 €
V. Únicos: 666225

consumo ni tenga consecuencias sobre la salud física o mental, entraña un alta probabilidad de presentar dichas consecuencias o trastorno en un futuro".

Y es que, a pesar de que se ha determinado este nivel de consumo de riesgo, los especialistas en adicciones recuerdan que existen poblaciones en las que cualquier consumo de cannabis, por poco frecuente e intenso que sea, implica un riesgo significativo para la salud. Y se refieren a:

- Los menores de 21 años
- Embarazadas y mujeres lactantes
- Personas que padecen enfermedades físicas (problemas cardíacos y respiratorios entre otros)
- O mentales (psicosis, depresión, trastorno bipolar, trastornos de ansiedad, adicción, entre otros).

Hoy se consume un cannabis de alta potencia

Uno de los aspectos que más preocupan a los especialistas en adicciones es el consumo entre los más jóvenes. Y es que la composición del cannabis ha cambiado mucho en los últimos 20 años, de tal manera que el que se consume hoy en día tiene un contenido de THC (componente con potencial adictivo) más potente que hace dos décadas.

- "Cualquier consumo de cannabis de más del 10% de THC es un consumo de riesgo, así como el conducir bajo los efectos del cannabis o hacerlo si existen antecedentes familiares de trastornos mentales. El consumo de cannabis junto con otras drogas, incluyendo alcohol, también implica un consumo de riesgo", añade el doctor López.

España es el país de la UE con mayor consumo de cannabis en el último mes.

Claves de la prevención del consumo de cannabis

Según explican los expertos en adicciones, España es el país de la UE con mayor consumo de cannabis en el último mes (9% de la población) y junto a Luxemburgo y Portugal, uno de los países con mayor porcentaje de usuarios diarios o casi diarios de cannabis, el patrón de consumo de mayor riesgo.

- La edad media del inicio de consumo de cannabis está por debajo de los 15 años, según la encuesta ESTUDES 2021 con estudiantes de secundaria, una edad en la que el cerebro está en pleno desarrollo y donde el consumo puede ser más perjudicial.
- A esto hay que sumarle que un 14,2% de los españoles de entre 15 y 34 años ha consumido cannabis al menos una vez en el último mes, cifra que sube al 15,9% entre los 15 y 24 años.

Estos porcentajes ponen en evidencia la necesidad de educar sobre los peligros que el consumo de esta sustancia tiene para la salud y desterrar algunas creencias extendidas sobre el cannabis.

Te puede interesar:

Guías de Salud Cómo pueden afectar a nuestros pies estos primeros calores del año, y como cuidarlos Guías de Salud Desarrollan un nuevo fármaco no hormonal que reduce los sofocos de la

www.laopiniondezamora.es
Fecha Publicación: viernes, 05 de mayo de 2023
Páginas: 3
Valor Publicitario: 3352,56 €
V. Únicos: 666225

menopausia Guías de Salud Aviso del colegio de dietistas para que no nos engañen con las dietas ni con productos milagro Guías de Salud ¿Sabes cuáles son las alergias más comunes en España? Guías de Salud Día del Pene: pautas para un correcto aseo diario y evitar enfermedades como el cáncer

Por eso, los expertos en adicciones aclaran algunas cuestiones sobre esta sustancia que pueden confundir a la población:

- **El consumo de cannabis no es inocuo**. "Aunque se haya planteado su utilidad como tratamiento para algunas dolencias, los fármacos utilizados fuera de la prescripción y el control facultativo también suponen un riesgo para la salud, y en este caso además la evidencia de su utilidad es escasa".
- **Las personas con problemas de salud mental empeoran** al consumir esta sustancia. Como explican desde el Clínic-IDIBAPS, aunque un paciente con trastorno mental pueda experimentar una mejora al consumir cannabis, esto no es más que un efecto temporal, que a la larga desparece.
- El consumo de cannabis **también tiene riesgos sobre la salud física**, especialmente cuando se mezcla con tabaco. Provoca problemas cardiacos y pulmonares.
- **Ninguna cantidad de cannabis es totalmente segura**. Desde el Hospital Clínic aconseja que si se va a consumir "intenta no hacerlo antes de los 21 años, evita consumir cannabis de más de un 10% de THC e intenta que el consumo sea inferior a 5 unidades de porro estándar a la semana. Cuanto menos mejor".
- Evitar esta sustancia si se padece algún factor de riesgo para sufrir mayores consecuencias.
- Y por último recomiendan que "si te preocupa tu consumo de cannabis habla con tu profesional de atención primaria de referencia".