

¿Pérdida de memoria por **cannabis**? Depende de estos factores

- ¿Fumar porros afecta a la memoria? Sí, aunque depende de diversos factores. Aquí tienes los detalles.



Imagen simbólica sobre los efectos del **cannabis**

Memoria **cannabis** cerebro porros

<https://cuidateplus.marca.com/bienestar/2023/02/05/perdida-memoria-consumo-cannabis-depende-factores-1...>

María Sánchez-Monge

Domingo, 05 febrero 2023

Los estudios sobre consumo de **cannabis** muestran efectos a corto y largo plazo. Se ha visto que **esta droga afecta a la salud mental y hay pruebas de que fumar porros se relaciona con un aumento del riesgo de esquizofrenia durante la adolescencia**. Se estima que hasta el 8% de la incidencia de este trastorno psiquiátrico en la población podría estar relacionada con el consumo de **cannabis** en jóvenes.

Sus efectos sobre la memoria, la atención y otras funciones cognitivas son complejos de medir, ya que dependen de la intensidad y el periodo de consumo. No obstante, cada vez hay más evidencias científicas que revelan un impacto significativo. **Incluso se ha demostrado que el consumo puntual puede producir cambios estructurales y cognitivos en el cerebro de los adolescentes**. Pero ¿qué sucede al cabo del tiempo? ¿Qué ocurre con la memoria de quienes siguen consumiendo en la edad adulta? ¿Quiénes lo dejan recuperan sus funciones?

El **cannabis** es la droga ilegal más extendida en España y otros países. La **encuesta *Estudes* 2022** muestra que **el 22,2% de los estudiantes entre 14 y 28 años han consumido cannabis en el último año**, porcentaje que se sitúa en el 15,9% cuando el tramo temporal se circunscribe al último mes. Lo más habitual es que se tome de forma esporádica, pero un 2,1% de los alumnos entrevistados y el 1,1% de las alumnas señalaron que habían fumado porros (la forma con más prevalencia de consumo) o consumido otras modalidades más de 20 días al mes. Este estudio también detectó un uso considerado *problemático* en un porcentaje significativo de los encuestados.

En la población entre 15 y 64 años, según el **Informe Edades**, en 2022 el 40,9% de los entrevistados reconocieron haber consumido **cannabis** alguna vez en la vida, la edad media de inicio se situó ligeramente por encima de los 18 años y el **2,8% de los encuestados reconocieron haber consumido cannabis diariamente en el último mes**.

Diferencias en el impacto del consumo agudo y crónico

Al evaluar los efectos de estos consumos es importante diferenciar, tal y como apunta Gonzalo Herradón, investigador principal del grupo de Neurofarmacología de las **Adicciones** y los Trastornos Degenerativos (Neurofan) y decano de la Facultad de Farmacia de la Universidad CEU San Pablo, “el consumo crónico e intenso del agudo y recreacional. **Este último podríamos decir que consiste en fumar unos porros el fin de semana, mientras que el crónico es todos los días y un número importante**”.

El efecto agudo, es decir, lo que sucede mientras se fuma un porro y durante las siguientes horas, “afecta a niveles muy distintos”, señala Sergio Fernández-Artamendi, profesor de la Universidad Loyola, psicólogo y miembro de la junta directiva de Socidrogalcohol. Los más destacados son “**la planificación, organización, resolución de problemas, toma de decisiones, control emocional, velocidad de procesamiento, tiempo de reacción, recuerdo ...**”. “Lo más complejo es evaluar a los consumidores crónicos”, recalca.

Pero está claro que hay efectos en el cerebro, que en muchos casos pueden ser permanentes y se traducen, según enumera el representante de Socidrogalcohol, en “problemas de atención, en la memoria corto y largo plazo, en la memoria episódica y en la flexibilidad cognitiva”, entre otros impactos.

Por otro lado, hay diversos estudios que revelan los cambios que produce el consumo intenso de **cannabis** durante años. **La zona del cerebro más relacionada con procesos de memoria y aprendizaje, el hipocampo, puede reducirse de forma significativa en los consumidores crónicos**. “Es decir, *se encoge* a lo largo de los años con el abuso habitual de **cannabis**”, apunta Herradón.

Asimismo, se ha observado que el consumo habitual de **cannabis** afecta a la expresión de genes que son cruciales en aspectos como la neurodegeneración, la memoria y el aprendizaje.

Efectos de los porros en la adolescencia y en la edad adulta

Los autores de una revisión publicada en *Revista Española de Salud Pública* a finales de 2022 aseveran que **el consumo de esta sustancia “puede ser más perjudicial durante la adolescencia que en otras etapas vitales”**. Según explican, los cambios inducidos durante esta etapa del desarrollo “pueden conducir a cambios neurobiológicos sutiles pero duraderos que afectan a las funciones cerebrales y al comportamiento del cerebro a lo largo de toda la vida”. Asimismo, la interacción del principal componente psicoactivo del **cannabis**, el tetrahidrocannabinol (THC), con los receptores cerebrales, sobre todo en estas edades, “hace que aumente la probabilidad de que se interrumpen las últimas etapas de maduración encefálica”.

Todo lo anterior “implica que el consumo de **cannabis** en estos períodos críticos del desarrollo con frecuencia tenga efectos neurotóxicos más graves a largo plazo que si se consumiera en otros períodos vitales posteriores”.

Impacto en la memoria y otras funciones a largo plazo

Herradón considera que los estudios que muestran mejor cómo afecta el **cannabis** a la memoria son los que se están realizando en Nueva Zelanda, donde un equipo de investigadores está haciendo un seguimiento a un grupo de personas nacidas en los años 70 del siglo pasado. Uno de los últimos trabajos de esta serie, publicado en mayo de 2022 en la revista *American Journal of Psychiatry*, evalúa el uso y la dependencia del **cannabis** en más de 1.000 individuos a los 18, 21, 26, 32, 38 y 45 años de edad; el coeficiente intelectual a los 7, 9, 11 y 45 años; y funciones neuropsicológicas específicas y el volumen del hipocampo a los 45 años.

Los resultados del análisis revelan que los consumidores de **cannabis** a largo plazo **mostraron una disminución del coeficiente intelectual desde la infancia hasta la mediana edad de unos 5,5 puntos de media**. También presentaron **peores capacidades de aprendizaje y velocidad de procesamiento, así como problemas de memoria y atención**. “Los déficits cognitivos entre los consumidores de **cannabis** a largo plazo no pueden explicarse por el consumo persistente de **tabaco, alcohol** u otras **drogas** ilícitas, el nivel socioeconómico infantil, el bajo autocontrol infantil o los antecedentes familiares de dependencia de sustancias”, advierten los investigadores neozelandeses. Además, los usuarios crónicos mostraron un volumen del hipocampo más pequeño. Sin embargo, no se pudo establecer una correlación entre el tamaño de esta zona cerebral y los déficits cognitivos relacionados con el **cannabis**.

Los sujetos que participan en este proyecto científico tienen actualmente en torno a 50 años de edad. La gran incógnita, que es probable que resuelvan los estudios que se realicen cuando estas personas alcancen una edad más avanzada, **es si los consumidores de **cannabis** a largo plazo muestran tasas más elevadas de demencia**.

¿La memoria se recupera al dejar el **cannabis**?

Otra duda que surge con el consumo crónico es si esos daños se recuperan cuando alguien deja de consumir. Según las conclusiones de la revisión publicada en *Revista Española de Salud Pública*, **la memoria mejora su funcionamiento con la abstinencia**, pero no está claro que ocurra lo mismo con la atención.

El experto de Socidrogalcohol señala que es lógico pensar que no es lo mismo dejar de consumir **cannabis** cuando el consumo se inició en la adolescencia que cuando comenzó en la edad adulta: “**Si se empieza muy temprano, cuando el cerebro se está desarrollando aún, los daños que pueda generar a nivel cognitivo pueden ser más permanentes** que si se empieza más tarde”, resalta.

En los estudios neozelandeses, los déficits significativos de coeficiente intelectual, memoria y aprendizaje no se detectaron en quienes ya habían abandonado el **cannabis** a los 45 años de edad.