

Enganchados a los porros con 12 años: “Mi hija cambió radicalmente, era como un zombi y hasta tenía la piel diferente”

- Entidades como Proyecto Hombre alertan de la normalización del consumo de **cannabis** en menores y de la aparición temprana de síntomas depresivos



Adicción Porros Adolescentes

Sociedad Drogas Juventud Proyecto Hombre Depresión Salud mental Ansiedad Policía Jóvenes Cannabis

<https://elpais.com/sociedad/2023-10-30/enganchados-a-los-porros-con-12-anos-mi-hija-cambio-radicalmente-...>

Ana Torres Menárguez

Lunes, 30 octubre 2023

El consumo de **cannabis** no está relacionado con el perfil socioeconómico de las familias. No es un tema de clases. “Es transversal a toda la adolescencia”, dice Pablo Llamas, psicólogo en Proyecto Hombre Madrid especializado en atención a menores. A su consulta llegan algunos de los casos más extremos, aquellos en los que la convivencia familiar es casi imposible, chavales que acuden arrastrados por madres —en el 56% de los casos— que ya no reconocen a sus hijos. “Hay una trampa con los porros, no dejan tanta resaca como otras **drogas**, ni tanto desequilibrio, y es muy fácil pasar de un consumo esporádico o experimental a uno diario”, explica. Llamas lleva años viendo el mismo patrón; menores que sin darse cuenta se van desmotivando poco a poco, hasta que presentan síntomas depresivos. “En la mayoría de los casos, el chaval no admite que su relación con los porros ha entrado en una fase patológica”, dice el experto.

El **cannabis** se considera la tercera sustancia psicoactiva más consumida por los estudiantes de 14 a 18 años (tras el **alcohol** y el **tabaco**) y la primera en la categoría de **drogas** ilegales, según la **encuesta ESTUDES** (2021), elaborada por el Ministerio de Sanidad. Los datos muestran que el 28,6% de los jóvenes declara haber consumido **cannabis** alguna vez. De los casos de menores que llegan a Proyecto Hombre (PH), el 60% reporta problemas por consumo de **cannabis** —seguido de un 40% que sitúa al **alcohol** como principal causante—, el 76% son chicos y el 24%, chicas, con una media de

edad de 16 años. La edad de inicio ha bajado en los últimos años y ya se sitúa entre los 12 y los 14 años.

Con 11 años, Laura —que ahora tiene 16— probó el **tabaco**. A los 12 empezó con los porros (fumaba hachís), y su consumo fue *in crescendo*. No era capaz de ir a clase, faltaba muchos días y se quedaba fumando en casa, hasta ocho porros al día. “Si tenía algún problema, acudía a eso. Lo usaba como escapada, me dormía y ya está”, cuenta. Con los años, cuando llegaba el fin de semana, desaparecía durante varios días. Se quedaba a dormir en casa de amigos y empezó a probar otras **drogas**: MDMA, speed, coca, o “tussi” (2C-B). Una pelea fuerte en casa obligó a su madre a buscar la mediación de la Policía. Hace dos meses, empezó la terapia grupal en Proyecto Hombre Málaga. “Cuando escucho hablar a otros de mi edad, me siento identificada con cosas que crees que solo pasan en tu casa: prometer cambios que luego no cumples, sentir que tu madre ya no confía en ti”, dice.

Detrás de ese comportamiento, suele haber una situación emocional compleja, asegura Llamas. “Cuando llegan a terapia, reflexionamos con ellos sobre el origen del consumo, ¿Cuál es su relación actual con esa droga? Calmarse, evadirse... analizamos el proceso que les ha llevado a esa **adicción** y vemos que cuando se cronifica es porque había un problema gordo de base”. Luego les ayudan a perdonarse, porque la mayoría llegan con mucha culpa. “Algunos cargan con pesos que no les tocan, son el cajón de sastre de todo lo que está pasando en casa. Para sus padres, que no se aguantan, es más fácil focalizar en los problemas de rendimiento del hijo, y ahí empieza la bola”.

El relato de la madre de Laura, Soledad, da una visión todavía más oscura. “Mi hija cambió radicalmente, era un zombi, no se podía hablar con ella y estaba siempre triste, llevaba tres años consumiendo hachís, no había día que no desayunara con su porro, hasta su piel y su pelo eran diferentes”. Soledad, víctima de violencia de género, cuenta que perdió el control sobre su hija y admite que su modelo de crianza había fracasado. Siempre le había dado mucha libertad, pensaba que le estaba haciendo un favor, que se tenía que equivocar por ella misma. “En la terapia grupal —Proyecto Hombre siempre trabaja con las familias— me están enseñando mucho, me he dado cuenta de que ella reclamaba una madre que yo no había podido ser... he tenido que aprender mi nuevo rol”.

La falta de límites en casa es uno de los disparadores de los consumos abusivos. “En la mayoría de los casos, la familia es el *quid* de la cuestión, desgranas la situación y no hay un establecimiento de normas, ves que el rol de autoridad de las figuras paternas se ha desvirtuado y con las sesiones tienes que conseguir que se vuelvan a sentir con la fuerza de fijar líneas rojas”, señala Virginia Pérez, directora del programa de prevención de PH Málaga. Su equipo ha detectado estilos educativos muy polarizados: o extremadamente protectores o demasiado permisivos. En las sesiones, trabajan cómo establecer normas claras y consecuencias en caso de que sean traspasadas. “Con eso cada progenitor tiene que ser realista, si luego no se va a cumplir el castigo, todo el trabajo se tira a la basura”.

A eso se suma la escasa percepción de riesgo, la normalización del consumo entre los iguales y el efecto de los bulos que se propagan en las redes sociales. “Muchos creen firmemente que el **tabaco** es peor que el **cannabis**, al que atribuyen efectos curativos, te argumentan que es una planta natural

y terapéutica”, apunta Belén Pardo, presidenta de la comisión de prevención de PH. La asociación ha lanzado este mes una campaña contra los bulos en la que desmontan esos mantras y explican que los usos medicinales del **cannabis** son paliativos y no curativos, y sirven para reducir algunos síntomas, como por ejemplo aliviar el dolor en personas con cáncer, o esclerosis múltiple, entre otras enfermedades. “También existen medicamentos derivados del opio y nadie piensa que sea sano consumir **heroína**”, dice Pardo.

Según la literatura científica, el consumo de **cannabis** en adolescentes está asociado con un riesgo significativamente mayor de desarrollar trastornos mentales en la edad adulta. “Hay estudios longitudinales en personas que no tenían antecedentes de problemas de salud mental ni de consumo de **cannabis**, en niños recién nacidos que son seguidos hasta la etapa adulta, que demuestran que hay una clara relación entre el consumo de **cannabis** y la aparición de ciertos trastornos mentales, entre ellos los trastornos psicóticos”, indica Celso Arango, director del Instituto de Psiquiatría y Salud Mental del Hospital Gregorio Marañón. Este es otro de los puntos que los jóvenes desconocen.

Su hospital ha colaborado recientemente en un estudio sobre nuevos episodios psicóticos en 15 ciudades de Europa y uno de los hallazgos es que en aquellas poblaciones adolescentes con mayor consumo, más se disparan los trastornos psicóticos; a mayor potencia del **cannabis** (más cantidad de THC), mayor riesgo de psicosis o esquizofrenia. En estudios previos, se ha visto que el consumo de un adolescente tiene efectos en sus descendientes décadas después. “Tanto en la madre como en el padre, el consumo de **cannabis** durante la juventud aumenta el riesgo de trastornos mentales y de conducta en sus futuros hijos, estamos hablando de efectos que se producen 20 años después”, señala Arango.

Adriana, de 18, tuvo un problema serio con los porros, llegó a fumar hasta cinco diarios. “Empecé a los 15, no estaba pasando un buen momento, lo hacía todo fumada y dejé de lado mis obligaciones: ir al instituto y ayudar en casa”. Cuenta que era un estilo de vida, que incorporó el consumo a las actividades cotidianas. “Pasaba mucho tiempo en la cama y cuando se me bajaba la fumada, me liaba otro”. Ella, que siempre había sido una chica de notable, acabó “vetada” de todos los camellos del barrio gracias a la colaboración de sus amigos. Su terapia en PH duró varios años y ahora ha vuelto, pero esta vez ha sido ella, no sus padres. Está empezando a abusar del **alcohol**. “Es muy fácil sustituir unas sustancias por otras, cada persona tiene su lucha interna y yo he aprendido que mi cerebro es adicto... no quiero que me vuelva a pasar lo mismo, y me he dicho: relaja y busca ayuda”. Adriana ahora ve que esa **adicción** temprana puede tener sombras en toda su vida adulta.