

El **cannabis**, ¿un prometedor aliado para dormir?: "Necesitamos más evidencia científica"

- Los partidarios de su consumo terapéutico defienden las cualidades de ciertos compuestos de la planta mientras los científicos piden más estudios que avalen el tratamiento



Pastillas y aceites hechos con compuestos del **cannabis**.

cannabis Consumo Enfermedades artritis Ciencia Ansiedad Drogas El Periódico de España

<https://www.farodevigo.es/sociedad/2023/04/17/cannabis-prometedor-aliado-dormir-necesitamos-86103275.ht...>

Javier Martínez Candela

Lunes, 17 abril 2023

Propiedades analgésicas, anticonvulsionantes, antineuroprotectoras, antioxidativas... Los partidarios del uso del **cannabis** como método terapéutico promueven las cualidades de ciertos compuestos de esta planta, cuyo consumo podría servir de remedio natural frente a **la artritis o la epilepsia**, entre otras enfermedades, tal y como defienden distintos estudios científicos. Otro posible beneficio sería el de aliviar la ansiedad o el estrés. Incluso ayudarnos a **conciliar el sueño**, aunque en este caso su eficacia no está probada y los expertos piden más evidencias científicas que avalen su uso en este terreno.

Pero, ¿es el **cannabis** un potencial aliado a la hora de dormir? La clave no está tanto en la mata en sí misma, sino en un compuesto específico: el **CBD o cannabidiol**. Se trata de un principio activo no intoxicante de la planta del cáñamo que, al contrario que el famoso **THC o tetrahidrocannabinol**, no es una sustancia psicoactiva. Así, además de eliminar el riesgo de **adicción**, produciría una sensación de bienestar general sin llegar a intoxicar el organismo.

Sus defensores aseguran que el CBD es un compuesto completamente seguro, del que no se conocen **efectos secundarios perjudiciales**. Lo único que se desprende de primerísimos estudios científicos sobre el tema es que esta sustancia podría ocasionar sequedad en la boca, presión arterial baja, aturdimiento o **somnolencia**, clave para determinados productos que ayudan a dormir.

Sin embargo, aún no hay resultados concluyentes. Así lo asegura el doctor **Carlos Egea**, presidente de la **Federación Española de Medicina del Sueño (Fesmes)**, que defiende que es mejor esperar a los tiempos de la ciencia. "Se necesitan **más estudios** para avalar el tratamiento. Como somos académicos y no hay evidencia científica, es mejor esperar. Cuando haya documentación suficiente para considerarlo como un avance científico real, lo introduciremos", apunta.

Frente al tratamiento farmacológico para tratar el insomnio, un problema que afecta a cerca del 15% de la población española, Egea apuesta a corto plazo por la **terapia cognitiva conductual** y la "**higiene del sueño**", con medidas básicas como meterse en la cama a la misma hora, no trasnochar o no cenar copiosamente.

Situación legal

El CBD tiene un **difícil encaje legal**, pues no hay una ley que regule su uso y consumo en España y por tanto se rige por la Convención Única de Ginebra de 1961 sobre **Estupefacientes**, donde el cannabidiol no se penalizó, a diferencia del THC. El Tribunal Superior de Justicia de la Unión Europea (TJUE) publicó una sentencia en 2020 en la que dictaba que "un Estado miembro **no podrá prohibir la comercialización del cannabidiol** legalmente producido en otro Estado miembro si se extrae de la planta de **cannabis sativa** en su totalidad y no solo de sus fibras y semillas".

Pese a ello, la **Agencia Española de Medicamentos y Productos Sanitarios (Aemps)** no ha aprobado su uso como fármaco, por lo que no puede ser comercializado como tal. Sin embargo, en los últimos años en España han surgido productos con base de CBD que **se venden de manera legal** en tiendas y por internet. Eso sí, su utilización solamente está autorizada como producto cosmético, no para ser fumado ni ingerido.

Parálisis legislativa

La percepción entre la sociedad española es cada vez más permisiva hacia **la marihuana y sus derivados**, sobre todo entre los más jóvenes. Según un estudio de la Fundación FAD, siete de cada diez encuestados de entre 18 y 34 años opina que el consumo frecuente de **cannabis** es menos perjudicial que un consumo habitual de **alcohol** o **tabaco**. Y, como suele ocurrir, la discusión social del tema se adelanta a la legislativa.

El debate político en torno al permiso del consumo es un continuo en los últimos años. En el **Congreso de los Diputados** los socios del Gobierno y el PSOE chocan por la legalización total de su consumo, pero la posibilidad de ampliar la venta de **cannabis** y productos derivados por **motivos terapéuticos** se abre paso en la mayoría de partidos.

En julio de 2022, la **Comisión de Sanidad y Consumo** aprobó un dictamen que instaba a regularizar el uso medicinal de los productos **cannábicos** y daba un plazo de seis meses a la Agencia Española de Medicamentos y Productos Sanitarios (Aemps) para publicar un informe que facilitara al poder legislativo la creación de una norma que permitiera "la disponibilidad en el mercado farmacéutico de extractos o preparados estandarizados del **cannabis**".

Preguntado en su primera intervención en el Congreso, el nuevo ministro de Sanidad, **José Manuel Miñones**, aseguró que la Aemps continúa con la elaboración de dicho documento. “ **La información es insuficiente y no podemos recomendar su uso**, por lo que debemos ir de la mano de la evidencia científica y así se podrá asegurar ese balance de beneficio-riesgo para que sea positivo”, apuntó el político. Más de tres meses después de la fecha prevista, el texto continúa sin llegar y no parece que la cuestión se vaya a abordar **en la presente legislatura** .