

## ¿CUÁL ES LA VERDADERA HISTORIA?

### LOS ADOLESCENTES DESEAN LA VERDAD SOBRE LA MARIJUANA

#### LA MAYORÍA DE LOS ADOLESCENTES YA SABEN QUE:

- La marihuana (yerba) es ilegal
- La marihuana es la hoja seca de la planta cannabis
- La yerba se fuma como un cigarrillo de marihuana llamado "joint"
- El fumar marihuana te droga o mareo

#### PERO LO QUE MUCHOS ADOLESCENTES NO SABEN ES QUE:

- La marihuana es mucho más potente ahora – y más dañina – de lo que fue en la década del sesenta. En la actualidad, la marihuana tiene mucho más THC (el químico que te "mareo").
- La marihuana dificulta el concentrarse y el recordar
- La gente que se droga puede recordar sus nombres, pero no lo que acaban de decir sus amigos
- El manejar un automóvil mientras estás drogado es tan peligroso como manejarlo cuando has estado bebiendo
- El fumar marihuana disminuye tu tiempo de reacción e interfiere con tu coordinación

#### ¿ES PELIGROSO DROGARSE SÓLO UNA VEZ?

No hay forma de predecir exactamente lo que pasará si te drogas con marihuana. Eso depende del tipo de persona que seas, y de la fuerza de la marihuana.

Estos son algunos de los riesgos de drogarse una sola vez:

- Conducir en condiciones inseguras
- Otro tipo de accidentes (ahogarse, caerse, provocar un incendio)
- Hacer cosas de las que te puedas arrepentir (ponerte en peligro)
- Sentir ansiedad
- Sentir pánico
- Perder el autocontrol

## **¿TE PUEDES HACER DEPENDIENTE DE LA MARIJUANA?**

Sí, tanto físicamente (adicción) como mentalmente.

Estos son algunos síntomas de dependencia:

- Necesidad de drogarte antes de salir con los amigos
- Sentir que la fiesta no es divertida a menos que está drogado.
- Drogándote cuando te sientes nervioso, enojado, solo o deprimido
- Usar más marijuana de la que intentabas usar
- Necesitar más marijuana para conseguir el mismo efecto
- Incapacidad para dejar o reducir el uso de la marijuana
- Abandonar o reducir actividades importantes por el uso de la marijuana
- Pasar mucho tiempo consiguiendo marijuana, usándola, o recobrándote por usarla

## **¿QUÉ LE PUEDE SUCEDER A LA GENTE QUE FUMA MARIJUANA POR MUCHO TIEMPO?**

- Un solo objetivo: Perder el interés en todo (en la escuela, las calificaciones, los amigos, la familia), excepto por el deseo de drogarse
- Dependencia: Sentir que debes fumar marijuana para sentirte bien
- Daño pulmonar: La marijuana tiene muchos de los mismos alquitranes causantes de cáncer que tienen los cigarrillos
- Cambios en el sistema reproductivo

## **¿EL FUMAR MARIJUANA TE PUEDE AYUDAR A SENTIR MEJOR ACERCA DE TUS PROBLEMAS?**

- Algunas veces, el fumar marijuana bloquea momentáneamente sentimientos desagradables tales como nerviosismo, enojo, o soledad, pero el problema que los causó sigue allí cuando el efecto de la marijuana se desvanece
- Cuando estás nervioso, enojado, o solo, el fumar marijuana te puede hacer sentir peor

El usar marijuana para hacer frente a tus sentimientos no funciona. Hace más difícil, no más fácil, el manejar tus problemas.