

Cannabis:

preguntas, respuestas y dudas

**TODLO QUE SABEMOS
A TU DISPOSICIÓN**



TODO LO QUE SABEMOS A TU DISPOSICIÓN

Cannabis

Únete a la conversación
@PNSDgob

© PNSD, Enero 2024

REDACCIÓN Y COORDINACIÓN

Graciela Silvosa

SUPERVISIÓN

Joan R. Villalbí

EDITA

Ministerio de Sanidad

Secretaría de Estado de Sanidad

Delegación del Gobierno para el Plan Nacional sobre Drogas

DISEÑO Y MAQUETACIÓN

Ediciones Digitales 64

Esta publicación está disponible para su uso y puede ser reproducida, en su totalidad, sin pedir autorización a la DGPNSD. Se agradecerá que se reference la fuente.

CANNABIS

¿Qué es?
4

Datos
6

Usos
7

¿Cómo se
consume?
8

Efectos
9

Hablemos
claro
11

Riesgos
12

Obtener
ayuda
14

Más
información
15

Los boletines *Únete a la conversación* de @PNSDgob tienen como objetivo proporcionar información sobre sustancias que pueden ser peligrosas para la salud individual y comunitaria.

En esta publicación conversamos sobre el #cannabis, con la finalidad de compartir el conocimiento. A nivel internacional, el consumo de cannabis y de cannabinoides se ha incrementado en los últimos años. Los cannabinoides sintéticos de uso lícito como el CBD y la existencia de medicamentos basados en derivados del cannabis que pueden aliviar algunas patologías concretas han propiciado la aparición de mensajes contradictorios y estimulado debates sobre posibles cambios normativos.

En las redes sociales, se aprecia la existencia de grupos que difunden sistemáticamente mensajes favorables al consumo generalizado de cannabis, ignorando el conocimiento existente. De hecho los resultados de varios estudios sugieren que las coberturas narrativas de ciertos medios de comunicación sobre los posibles usos terapéuticos de algunos cannabinoides pueden generar confusión e influir en las actitudes de la ciudadanía hacia el consumo de cannabis¹. Por ello, nos proponemos aportar elementos contrastados.

Ciertamente, existen medicamentos con potencial adictivo y efectos sobre el dolor, el insomnio o la ansiedad que se pueden prescribir por profesionales de la medicina para pacientes con determinados problemas. Pero su uso sin supervisión médica puede generar serios problemas en las personas que los utilicen. Es por ello que están sometidos a controles.

Ponemos nuestro conocimiento a disposición de la ciudadanía. Seguimos investigando y divulgando.

Entre tod@s construimos una sociedad más saludable.

¿QUÉ ES EL CANNABIS?

Los recientes debates sobre la legalización del uso del cannabis y su autorización para uso terapéutico pueden difundir mensajes confusos. Los medios de comunicación, políticos e incluso parte de la comunidad científica pueden favorecer la difusión de mensajes contradictorios que inducen ideas erróneas en la opinión pública.

Así, con frecuencia se habla del cannabis como si fuera una sustancia con un único componente y un único efecto, pero el cannabis es una planta que contiene más de cien cannabinoides, de los cuales dos son los más destacados, el Δ -9-tetrahidrocannabinol (THC) y el cannabidiol (CBD):

- El **THC** es el cannabinoide por excelencia, el que tiene efectos psicoactivos. Se trata del compuesto de la planta por la que ésta se consume más, y el que buscan sus usuarios.
 - El THC es lo que “coloca”. También se ha relacionado con otros efectos nocivos como la dependencia, más riesgo de aparición de problemas de salud mental o retraso en el aprendizaje en consumos a edades tempranas.
 - Sus efectos agudos son conocidos: euforia, relajación, alteraciones en la percepción, sueño, hambre, etc.
 - La potencia de la planta se define por el grado de concentración que tenga de THC. Aunque ha aumentado en las últimas décadas, rara vez supera el 15%.
- El **CBD** es un cannabinoide sobre el que se están realizando muchos estudios que buscan sus propiedades terapéuticas. De hecho, pueden verse sus derivados, sobre todo cremas cosméticas. Los productos con CBD que se venden de forma legal en España no contienen THC.

La mayoría de los cannabinoides presentes en el cannabis han sido poco estudiados. Más allá del THC y del CBD, se desconocen los efectos de muchos de ellos.

*Hablar de cannabis incluye hablar del THC.
Varios estudios han asociado el consumo de cannabis
con un alto porcentaje de THC con
un aumento considerable de efectos adversos agudos,
especialmente con un mayor riesgo de psicosis*

UN EJEMPLO DE “NUEVO” CANNABINOIDE: EL DELTA-8 TETRAHIDROCANNABINOL²

- Es un cannabinoide que se ha comercializado en los EEUU por lagunas en su regulación. Los productos de Delta-8 THC no han sido evaluados ni aprobados por la FDA³ para su uso seguro. No obstante, se pueden comercializar suponiendo un riesgo para la salud pública.
- El Delta-8 THC que tiene efectos psicoactivos y embriagantes, es una nueva sustancia psicoactiva que aún no está regulada.
- La FDA ha recibido reportes de eventos adversos relacionados con productos que contienen Delta-8 THC.
- Los productos de Delta-8 THC a menudo implican el uso de otros productos químicos potencialmente dañinos para crear las concentraciones de Delta-8 THC que se ofrecen en el mercado. Los productos de Delta-8 THC deben mantenerse fuera del alcance de los niños y las mascotas.



El Delta-8 THC tiene graves riesgos para la salud

Según el último **Informe Europeo sobre Drogas** sobre el análisis de los datos de incautaciones:

- Se ha producido un aumento considerable de la potencia de la hierba (8-12% de THC) y de la resina (12-18% de THC, e incluso más, hasta el 28%).
- Estas observaciones coinciden con análisis realizados por la Administración para el Control de Drogas de los EEUU (DEA, por sus siglas en inglés), con un aumento en el porcentaje de THC del 4 al 12% en los últimos 20 años.
- También se han documentado aumentos similares en la potencia en Australia, y los informes del Centro de Inteligencia contra el Terrorismo y el Crimen Organizado (CITCO) lo han documentado en España.

Esta tendencia mundial se ha atribuido principalmente a la selección e introducción de variantes de plantas con un mayor contenido de THC y también al uso de técnicas de producción intensivas.

DATOS: ¿QUIÉNES CONSUMEN?

El cannabis está cada vez más presente en nuestra sociedad. En los últimos años se ha cruzado la línea entre lo natural y lo sintético (cannabinoides sintéticos), el uso como droga (cannabis), y el potencial para uso medicinal.

En nuestro país, un 2,8% de la población de 15-64 años consume cannabis a diario o casi a diario, con lo que tienen un patrón de consumo de mayor riesgo para la salud. Además, un 15% de la población española de entre 15 y 64 años piensa que consumir cannabis carece de consecuencias sobre la salud (EDADES 2022).

Según la encuesta EDADES, el cannabis es la sustancia ilegal más consumida en España. También en Europa y Estados Unidos, y su consumo se encuentra muy extendido entre los jóvenes.

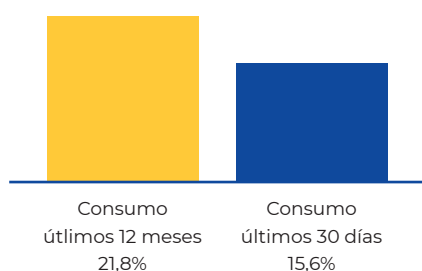
En 2022, el 40,9% de la población manifiesta haber probado cannabis alguna vez en la vida, y un 8,9% dice haberlo consumido en el último mes. En los últimos años se ha incrementado el consumo diario de un 1,7% en 2007 a un 2,8% en 2022⁴.

CARACTERÍSTICAS DE LOS CONSUMIDORES DE CANNABIS EN ESPAÑA EN LOS ÚLTIMOS 30 DÍAS SEGÚN LA ENCUESTA EN PERSONAS DE 15-64 AÑOS

Prevalencia de consumo	8,6%
Sexo	69,9% son hombres
Grupo de edad con mayor consumo	15-24 años (17,1%)
Tipo de cannabis consumido	Marihuana: 49,0% Hachís: 21,9% Hachís + marihuana: 29,1% Cannabis + tabaco: 88,1%

En estudiantes de 14 a 18 años, según la encuesta ESTUDES, el cannabis es la tercera sustancia psicoactiva más consumida (tras el alcohol y el tabaco), y como sustancia ilegal la de mayor consumo en esta población. Los datos muestran que el 28,6% de los jóvenes declara haber consumido cannabis alguna vez.

CONSUMO CANNABIS Estudiantes 14-18 años (ESTUDES)



Según ESTUDES, 2023:

- Persiste (desde 2010) la consideración del tabaco como más peligroso que el cannabis.
- La droga ilegal que se percibe como más disponible es el cannabis que es la droga que más se ofrece a los estudiantes.
- Los adolescentes opinan que la legalización no es una medida eficaz para luchar contra las drogas.

USOS

Los posibles efectos terapéuticos del cannabis tienen poco que ver con los efectos crónicos y agudos de su consumo como droga. Algunos cannabinoides pueden tener un futuro como medicamentos para aliviar diversos síntomas. De hecho, dos medicamentos con cannabinoides están aceptados por la Agencia Española de Medicamentos y Productos Sanitarios para el tratamiento de síntomas de enfermedades como la esclerosis múltiple y la epilepsia. Pero estos usos medicinales tienen que separarse del uso recreativo de la droga.

El consumo de cannabis fumado no es inocuo ni recomendable. Si se mezclan los efectos del posible uso terapéutico del cannabis con los efectos de la droga, acaba llegando a la población un mensaje sesgado sobre sus efectos.

Uso como droga

El cannabis, es decir, las sumidades, floridas de la planta (cogollos) con una determinada concentración mínima de THC.

Uso medicinal

Diferentes dosis de cannabinoides como CBD o THC, definidas como en cualquier otro medicamento para producir efectos terapéuticos acordes con estas dosis.

*Los programas de prevención
han de afrontar el papel de la cobertura
de algunos medios de comunicación
en la formación de la opinión pública,
y distinguir los usos del cannabis*

¿CÓMO SE CONSUME EL CANNABIS?

- Principalmente se fuma en cigarrillos enrollados (llamados porros o *joints*), en pipa o en pipas de agua (*bongs*). y muchas veces liado con tabaco.
- También se fuma en *blunts*, que son cigarros vaciados y vueltos a rellenar parcial o totalmente con marihuana. Para no inhalar el humo, algunas personas usan vaporizadores. Estos aparatos extraen los ingredientes activos de la marihuana (incluido el THC) y recolectan el vapor en una unidad de almacenamiento. Así se inhala el vapor, pero no el humo. Algunos vaporizadores usan un concentrado líquido de marihuana.
- El cannabis también se puede mezclar con alimentos (*comestibles de marihuana*) —como por ejemplo bizcochos de chocolate, galletas o golosinas— o beberse en forma de infusión como si fuera un té. Un método de consumo es fumar o comer distintas formas de resinas con alto contenido de THC. La absorción es más lenta, y sus efectos duran más tiempo.

Concentrados de marihuana

En los Estados Unidos cada vez es más común fumar resinas con alto contenido de THC extraídas de la planta de marihuana. Esta práctica se conoce como "*dabbing*", es decir, consumo de un "*dab*" o pizca (pequeña cantidad). Estos concentrados vienen en distintas formas:

- aceite de hachís o aceite de miel, un líquido pastoso.
- cera o "*budder*", una sustancia sólida suave con textura similar a la de un bálsamo para labios.
- "*shatter*", una sustancia sólida dura de color ámbar.

Estos concentrados pueden introducir grandes cantidades de THC en el organismo, su consumo ha llevado a algunas personas a la sala de emergencias.

Un peligro serio radica en la preparación casera de estos extractos, que normalmente requiere el uso de butano: algunas personas han causado incendios y explosiones y han sufrido quemaduras graves al usar butano para extraer estos concentrados en casa.

!!!ADVERTENCIA!!!

¿QUÉ EFECTOS PRODUCE SU CONSUMO?

La reciente investigación publicada en el *British Medical Journal* y en la que han participado médicos del Hospital Clínic de Barcelona y del IDIBAPS, confirma los efectos muy perjudiciales del consumo de cannabis, en personas jóvenes, embarazadas y conductores, principalmente⁵.

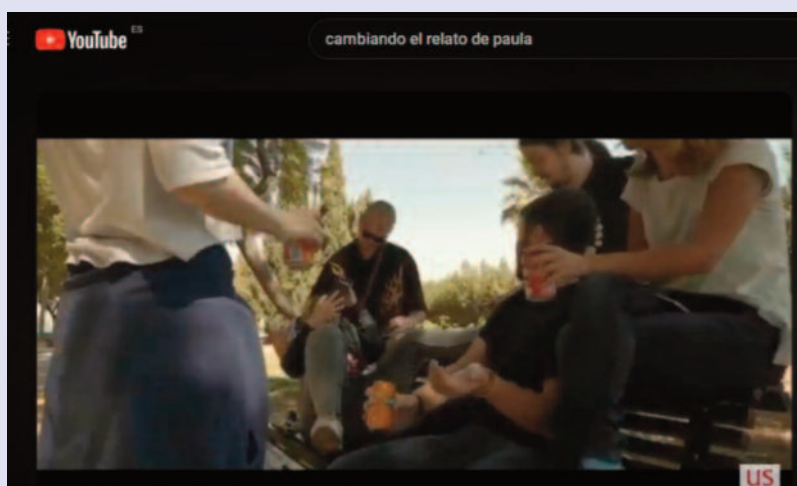
La mayoría de los resultados terapéuticos asociados con los cannabinoides están respaldados por pruebas débiles (estudios observacionales), certeza baja o muy baja (ensayos controlados aleatorios) o no son significativos (estudios observacionales, ensayos controlados aleatorios).

Cambiando: el relato de Paula

Prevención del consumo de cannabis en adolescentes – YouTube:

https://www.youtube.com/watch?v=SJ3gBmnWf_c

Cortometraje basado en el storytelling destinado a los profesionales de la salud, de la educación y de la intervención social y comunitaria para la prevención universal y selectiva de drogodependencias para el empleo con adolescentes entre 12 y 18 años. Proyecto aprendizaje-servicio: herramienta narrativa para la prevención del consumo de cannabis en adolescentes de especial vulnerabilidad. Financiado por la Oficina de Cooperación al Desarrollo. Universidad de Sevilla (Convocatorias 2016-2017 y 2017-2018). Realizado en convenio con el Ayuntamiento de La Rinconada.



*Los datos científicos muestran la necesidad de evitar
el consumo de cannabis durante la adolescencia
y la edad adulta temprana,
y mucho más en personas
con antecedentes de trastornos de salud mental*

EFECTOS SOBRE LA SALUD

El consumo de cannabis puede tener una amplia variedad de efectos físicos y mentales.

EFECTOS FÍSICOS

- **Problemas respiratorios.** El humo irrita los pulmones, y quienes fuman con frecuencia pueden tener los mismos problemas respiratorios que quienes fuman tabaco. Los investigadores no han podido demostrar hasta ahora que las personas que fuman cannabis tengan un mayor riesgo de cáncer de pulmón al no poder separar sus efectos de los del tabaco que también consume la mayoría.
- **Ritmo cardíaco acelerado.** Aumenta la frecuencia cardíaca. Este efecto puede aumentar la posibilidad de un infarto.
- **Problemas con el desarrollo del niño durante y después del embarazo.** El consumo de marihuana durante el embarazo está vinculado con menor peso del recién nacido y un mayor riesgo de problemas cerebrales y de comportamiento en los bebés. Algunas investigaciones también sugieren que el THC pasa en cantidades moderadas a la leche de la madre que está amamantando.
- **Náuseas y vómitos intensos.** El consumo regular y prolongado puede causar el síndrome de hiperemesis cannabinoide en algunas personas. Esto hace que la persona tenga ciclos regulares de intensas náuseas, vómitos y deshidratación, que a veces requieren atención médica de emergencia.

Las personas que han consumido cannabis tienen más riesgo de experimentar psicosis aguda, que incluye alucinaciones, delirio y la pérdida del sentido de identidad personal

EFECTOS MENTALES

El consumo prolongado ha sido asociado con enfermedades mentales como:

- Alucinaciones temporales.
- Paranoias temporales.
- Intensificación de los síntomas en los pacientes de esquizofrenia, un trastorno mental grave, con síntomas como alucinaciones, paranoia y pensamiento desorganizado.
- También se ha vinculado con otros problemas de salud mental como la depresión, la ansiedad y la ideación suicida en adolescentes. Sin embargo, hay estudios con conclusiones divergentes⁶.

Estudios previos ya habían sugerido la existencia de un componente genético, y mostrado vínculos entre el consumo intensivo de cannabis y la aparición tanto de cáncer cómo de trastornos psiquiátricos.

HABLEMOS CLARO

El interés del público sobre el cannabis y los compuestos derivados del cannabis, en particular el CBD, conlleva muchos interrogantes sin responder sobre los datos científicos, la seguridad y la calidad de los productos que contienen CBD. Las recomendaciones sobre el consumo de cualquier sustancia son dinámicas como la ciencia, pero como productores de salud debemos de ser prudentes y cautos de cara a la salud pública.

Fake news sobre el cannabis

No produce adicción y el consumo puede controlarse **FAKE**

Mejora la concentración y ayuda a relajarse **FAKE**

Es una sustancia natural e inofensiva para la salud **FAKE**

Es menos perjudicial que el tabaco **FAKE**

<https://fad.es/sensibilizacion/campanas/mitos-y-fumadas>

Consumir cannabis no es "natural", no todas las plantas naturales son buenas. Un ejemplo, el tabaco. Limitemos el uso de la palabra «cannabis» a partes o concentraciones de la planta, evitando el empleo de términos como «marihuana» que están más abiertos a la interpretación.

Más que hablar de cannabis medicinal sería preferible hablar del uso terapéutico de cannabinoides concretos. Resulta muy difícil dosificar una planta, y los medicamentos contienen dosis exactas.

*Consumir cannabis no es "natural" y
existen numerosas fake news sobre el cannabis*

LOS RIESGOS: COMBATIENDO LA DESINFORMACIÓN

El consumo de cannabis supone riesgos que se deben conocer

Una nueva investigación publicada en *Nature Genetics* profundiza en los orígenes genéticos del consumo de cannabis: tras analizar los genomas de más de un millón de personas, identificó tramos de ADN que podrían estar relacionados con la adicción al cannabis. Esto podría plantear riesgos sustanciales para la salud pública si aumenta su uso, destaca al respecto la revista *Nature Genetics* en un artículo adicional a la investigación⁷. Cuanto más frecuente sea el consumo más casos de dependencia habrá, y mayores serán los efectos adversos.

El cannabis tiene potencial adictivo. Se estima que un porcentaje de quienes lo usan durante la adolescencia desarrollan adicción u otros problemas de consumo.

La cantidad de THC ha ido en constante aumento en las últimas décadas, lo que genera efectos más dañinos en algunas personas

La duda que plantea esta investigación es si una mayor disponibilidad de cannabis podría conducir a un aumento de los problemas de adicción, o incluso de trastornos psiquiátricos relacionados con el consumo excesivo de cannabis.

- **Trastornos psicóticos:** las investigaciones demuestran que el consumo de cannabis está relacionado con una mayor probabilidad de una aparición más temprana de trastornos psicóticos (como la esquizofrenia) en las personas con otros factores de riesgo, como los antecedentes familiares.

La relación entre el consumo de cannabis y otros trastornos mentales distintos de la psicosis es menos evidente.

- **Accidentes de tráfico:** el cannabis fue la droga más detectada en la franja de edad de 18-34 años en conductores fallecidos en España⁸.

En julio de 2022 el *Journal of Studies on Alcohol and Drugs* publicó un artículo titulado “Cambios en las cifras de accidentes de tráfico después de la legalización de la marihuana”: se compararon cinco estados de Estados Unidos en los que la marihuana recreativa es legal, con otros en los cuales todavía sigue siendo ilegal; se observó que el efecto combinado de la legalización y la venta al por menor produjo un incremento del 5,8% en accidentes con heridos y del 4,1% en accidentes fatales, que varían del 10% al 4% entre estudios.

- Un tercio de las personas que consumen cannabis con frecuencia pueden desarrollar adicción o consumen la droga de forma perjudicial para su salud.
- El cannabidiol (CBD) se comercializa como una variedad de productos que incluyen alimentos, suplementos alimenticios, cosméticos y productos veterinarios. Aparte de dos medicamentos para tratar formas graves y poco frecuentes de epilepsia y síntomas de la esclerosis múltiple, la AEMPS no ha aprobado ningún otro producto que contenga CBD.

*Algunos productos
hechos a base de CBD
se comercializan
haciendo afirmaciones médicas
sin comprobar*

*La duda que surge
a tenor de lo que revela
la investigación publicada por Nature Genetics
es si la mayor disponibilidad y consumo de cannabis
podría conducir a un aumento
de los problemas de adicción,
o incluso de trastornos psiquiátricos
relacionados con el consumo excesivo
de cannabis.*

¿CÓMO OBTENER AYUDA? SI CONOCE A ALGUIEN QUE NECESITA AYUDA

LE ESCUCHAMOS

- Escuchar y aceptar a los demás ayuda a las personas a tomar el control de su propia salud.
- Los médicos pueden trabajar con usted para construir confianza escuchando sus preocupaciones.
- La opción más segura es evitar el consumo de estas sustancias.

La adicción se puede tratar

Portal Plan Nacional sobre Drogas - Ayuda Cerca de ti
sanidad.gob.es

<https://pnsd.sanidad.gob.es/ciudadanos/ayudaCerca/home.htm>

MÁS INFORMACIÓN

REFERENCIAS BIBLIOGRÁFICAS

Allem, J. P., Escobedo, P., & Dharmapuri, L. (2020). Cannabis surveillance with Twitter data: emerging topics and social bots. *American Journal of Public Health*, 110(3), 357-362.

Examining effects of medical cannabis narratives on beliefs, attitudes, and intentions related to recreational cannabis: a web-based randomized experiment. *Drug and Alcohol Dependence*, 185, 219-225.

Freeman, T. P., & Hall, W. (2023). Benefits and risks of cannabinoids. *bmj*, 382.

Institute of Alcohol Studies (2023). Liberalización del cannabis. Lecciones para la política de alcohol

Papaseit, E., Pérez-Mañá, C., Pérez-Acevedo, A. P., Hladun, O., Torres-Moreno, M. C., Muga, R., & Farré, M. (2018). Cannabinoids: from pot to lab. *International journal of medical sciences*, 15(12) Sznitman, S. R., & Lewis, N. (2018).

Solmi, M., De Toffol, M., Kim, J. Y., Choi, M. J., Stubbs, B., Thompson, T., ... & Dragioti, E. (2023). Balancing risks and benefits of cannabis use: umbrella review of meta-analyses of randomised controlled trials and observational studies. *bmj*, 382.

Sordo, L., & Gual, A. (2023). Cannabis recreativo y cannabinoides terapéuticos, ni mezclados ni agitados. *Gaceta Sanitaria*, 36, 500-501.

ENLACES

<https://fad.es/sensibilizacion/campanas/mitos-y-fumadas/>

<https://www.fda.gov/consumers/articulos-para-el-consumidor-en-espanol/5-cosas-que-debe-saber-sobre-el-delta-8-tetrahidrocannabinol-delta-8-thc>

https://pnsd.sanidad.gob.es/profesionales/sistemasInformacion/informesEstadisticas/pdf/2023_Informe_Resumen_ejecutivo.pdf

https://pnsd.sanidad.gob.es/pnsd/memorias/docs/2023_MEMORIAPNSD_2021.pdf

<https://pnsd.sanidad.gob.es/profesionales/cannabis/home.htm>

Instituto Nacional sobre el Abuso de Drogas. https://nida.nih.gov/sites/default/files/mfft_spanish.pdf

https://www.ondacero.es/noticias/ciencia-tecnologia/estas-son-diferencias-cannabis-thc-cbd_2023012463cfa47d1162f50001319ad4.html

-
1. <https://www.sciencedirect.com/science/article/abs/pii/S0376871618300206?via%3Dihub>
 2. <https://www.fda.gov/consumers/articulos-para-el-consumidor-en-espanol/5-cosas-que-debe-saber-sobre-el-delta-8-tetrahidrocannabinol-delta-8-thc>
 3. La Administración de Alimentos y Medicamentos es la agencia del Gobierno de los Estados Unidos responsable de la regulación de alimentos, medicamentos, cosméticos, aparatos médicos, productos biológicos y derivados sanguíneos.
 4. https://pnsd.sanidad.gob.es/profesionales/sistemasInformacion/informesEstadisticas/pdf/2023_Informe_Resumen_ejecutivo.pdf
 5. Solmi, M., De Toffol, M., Kim, J. Y., Choi, M. J., Stubbs, B., Thompson, T., ... & Dragioti, E. (2023). Balancing risks and benefits of cannabis use: umbrella review of meta-analyses of randomised controlled trials and observational studies. *bmj*, 382
 6. La legalización de la marihuana en Canadá hace cinco años ha generado beneficios sociales pero también ha causado el aumento de problemas de salud, como el fuerte incremento de casos de psicosis, según un artículo publicado en la revista médica *Canadian Medical Association Journal (CMAJ)*.
 7. Levey, D.F., Galimberti, M., Deak, J.D. et al. El estudio de asociación de todo el genoma de múltiples ancestros del trastorno por consumo de cannabis arroja información sobre la biología de la enfermedad y las implicaciones para la salud pública. *Nat Genet* (2023). <https://doi.org/10.1038/s41588-023-01563-z>
 8. Ministerio de Sanidad (2023). Memoria Plan Nacional sobre Drogas, 2021 ([sanidad.gob.es](https://pnsd.sanidad.gob.es)) https://pnsd.sanidad.gob.es/pnsd/memorias/docs/2023_MEMORIAPNSD_2021.pdf