

# MARIHUANA DE USO RECREATIVO: MÉTODOS DE USO

21 de mayo de 2015

La marihuana de uso recreativo es legal para los adultos mayores de 21 años, puede usarse de muchas maneras y tener diferentes niveles de tetrahidrocanabinol (THC). Sin embargo, independientemente de la forma en que se consume la marihuana — fumarla, comerla, inhalarla en forma de vapor o en su forma

concentrada— el THC puede hacer que se sienta drogado. Estar drogado afecta la habilidad para realizar actividades diarias de manera segura.

**Se debe ser consciente de la cantidad de marihuana que se consume y del efecto que tienen las diferentes formas de consumo.**



## FUMAR

**MÉTODO:** Carrucos o porros, pipas, blunts (hechos con papeles de cigarrillos o puros, con gran variedad de sabores y efectos).

**CÓMO FUNCIONA:** El brote o flor de la planta de marihuana se quema y se inhala el humo.

**MÉTODO:** pipas de agua o bongs.

**CÓMO FUNCIONA:** El humo pasa a través del agua antes de ser inhalado.

**TIEMPO EN QUE HACE EFECTO:**

Segundos a minutos. Los efectos pueden durar hasta 6 horas.

**EFECTOS EN LA SALUD:** Inhalar el humo de la marihuana no es saludable. Usar pipas de agua o bongs no hace que el efecto del humo sea menos nocivo. El humo de la marihuana de cualquier tipo irrita los pulmones.

Fumar cerca de otras personas lo convierte en un fumador pasivo o involuntario. El humo de la marihuana contiene los mismos productos químicos cancerígenos que el humo del tabaco.



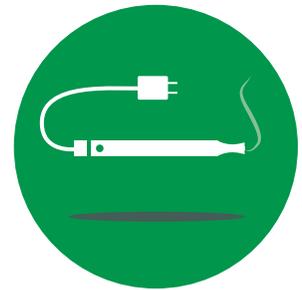
## COMER o BEBER

**MÉTODO:** Productos comestibles y bebidas mezclados con marihuana.

**CÓMO FUNCIONA:** El extracto de tetrahidrocanabinol de la marihuana se añade a comidas o bebidas para digerirlo.

**TIEMPO EN QUE HACE EFECTO:** El efecto se siente entre los 90 minutos a 4 horas. Los efectos pueden durar hasta 8 horas.

**EFECTOS EN LA SALUD:** Dado que el cuerpo digiere los productos comestibles con marihuana como si fueran alimentos comunes y corrientes, es posible que los efectos de la droga demoren mucho más en hacerse sentir. No es seguro comer o beber porciones adicionales enseguida. Debe tenerse cautela al consumir más de una porción.



## INHALAR VAPOR

**MÉTODO:** Cigarrillos electrónicos y vaporizadores personales.

**CÓMO FUNCIONA:** El extracto de tetrahidrocanabinol de la marihuana se calienta y se inhala el vapor.

**TIEMPO EN QUE HACE EFECTO:** Segundos a minutos.

**EFECTOS EN LA SALUD:** La marihuana vaporizada puede contener altos niveles de THC y otros productos químicos. Altos niveles de THC pueden ser peligrosos. No hay reglamentos que regulen la seguridad en el uso de los dispositivos vaporizadores así como sus efectos para la salud. En este momento, no sabemos si la marihuana vaporizada es segura.

## UNA SOLA PORCIÓN DE MARIHUANA DE USO RECREATIVO CONTIENE 10 MG DE THC.

Para usuarios ocasionales, 10 mg o más de THC probablemente afectarían su capacidad de conducir, andar en bicicleta y realizar otras actividades. A partir de febrero de 2015, todos los productos comestibles con marihuana de uso recreativo deben tener marcadas claramente las porciones de 10 mg de THC y no contener más de 100 mg por producto. Las porciones pueden estar envueltas en trozos y las bebidas embotelladas o las secciones divididas individualmente para que sea fácil separarlas.

## CONSIDERACIONES DEL USO DE MARIHUANA EN COLORADO

### LOS EFECTOS DEL USO DE MARIHUANA PUEDEN DURAR HASTA 8 HORAS

*Sea precavido luego de consumir marihuana en cualquiera de sus formas.*

Estar bajo los efectos de la droga puede provocar que algunas actividades sean más peligrosas. No es seguro que una persona drogada cuide a un niño o conduzca. Si tiene pensado consumir marihuana, asegúrese de contar con otra persona que pueda realizar actividades importantes.

### NO ES SEGURO COMBINAR MARIHUANA CON OTRAS SUSTANCIAS.

*No es seguro mezclar alcohol con marihuana.*

Beber alcohol y usar marihuana al mismo tiempo es más peligroso que consumir cualquiera de dichas sustancias por separado.

*Hable con su proveedor de servicios médicos sobre la marihuana y sus medicamentos.*

Sea cauteloso al tomar medicamentos y consumir marihuana. Es posible que haya interacciones con la marihuana que aun no se hayan identificado. Hable con su proveedor de servicios médicos.

### ES FÁCIL CONFUNDIR LOS PRODUCTOS COMESTIBLES QUE CONTIENEN MARIHUANA CON COMIDA O BEBIDA COMÚN Y CORRIENTE

*Siempre guarde la marihuana en un lugar seguro.*

Los productos que se compran en tiendas de marihuana de consumo recreativo o medicinal deben, por ley, estar en envases a prueba de niños. Mantenga la marihuana en estos envases y en un lugar bajo llave.

### RECURSOS

Para obtener más información sobre la marihuana en Colorado, a saber, las leyes, efectos en la salud y recursos para la prevención en los jóvenes, visitar [Colorado.gov/Marijuana](http://Colorado.gov/Marijuana).

Si está preocupado porque consumió demasiada marihuana, llame a la línea de control de intoxicación tan pronto como sea posible. La llamada es gratuita y recibirá ayuda rápidamente: **1-800-222-1222**. Si los síntomas son graves, llame al 911 o vaya a una sala de urgencias inmediatamente.



### DARSE TOQUES (con marihuana concentrada)

**MÉTODO:** Aceite de hachís o mota, toque, cera, cristal.

**CÓMO FUNCIONA:** El extracto de tetrahidrocanabinol de la marihuana se calienta y se inhala el vapor.

**TIEMPO EN QUE HACE EFECTO:** Segundos a minutos.

**EFECTOS EN LA SALUD:** El extracto de tetrahidrocanabinol de la marihuana, también llamado aceite de hachís o mota, puede contener entre un 60 y 80 % de THC. Altos niveles de THC pueden ser peligrosos. En este momento, no sabemos si los toques (con marihuana concentrada) son seguros.



### DE USO TÓPICO

**MÉTODO:** Productos no comestibles como cremas, aceites, ungüentos, pomadas.

**CÓMO FUNCIONA:** El extracto de tetrahidrocanabinol de la marihuana se añade a los productos y se aplican sobre la piel.

**TIEMPO EN QUE HACE EFECTO:** No se ha comprobado.

**EFECTOS EN LA SALUD:** Es posible que los productos tópicos puedan tratar problemas de la piel o para calmar el dolor, pero no hacen que el usuario se sienta drogado.



**COLORADO**  
Department of Public  
Health & Environment