



“¡Qué ganas tengo de un porrito y relajarme!”,

“¿Cuánto fumaré hoy?”.

Estas oraciones pueden ser mencionadas por personas de diferentes edades, raza, sexo, género y estratos sociales, el consumo de cannabis ha aumentado en los últimos años en Estados de Unidos de América, de un 8% en adultos jóvenes a un 11% en 2022 según el Instituto Nacional de Abuso de Drogas.



Para su abordaje es necesario conocer más al respecto de la situación individual por si se presenta un conflicto adictivo o una práctica recreativa,

¿Una persona puede generar una adicción sin darse cuenta? O

¿En qué momento sale de sus manos?

La respuesta antes la primera pregunta es sí, una persona puede desarrollar una adicción sin percibir los focos de atención para así detenerse y pedir ayuda, en general información sobre la repercusión de la sustancia o síntomas relevantes permite una temprana detección e intervención sin embargo los síntomas moderados o graves son los que hacen acudir a la persona o recibir presión por externos para que se atienda.



El momento específico en el que el individuo pierde el control o manejo del consumo es variado, en general, que exista la presencia de síntomas físicos y psicológicos en diferentes ámbitos de la vida que impidan un estado de bienestar físico y mental es el momento en el que necesita recibir atención clínica.

Las situaciones que se repiten en nuestro día a día delimitan el desarrollo de nuestras condiciones y las implicaciones que enfrentaremos, en otras palabras, el futuro.

El propósito de esta semana es que usted, lector, identifique cuales son las situaciones presentadas en la relación con el cannabis que aumentan las probabilidades de presentar las problemáticas de un trastorno debido al consumo de la sustancia.

Empecemos con los siguientes ejemplos ([se recomienda anotar con cuántos personajes se identifica](#)):

1. Omar consume cannabis con frecuencia en cantidades superiores o durante un tiempo más prolongado.



2. Sabina tiene un deseo persistente o ha presentado esfuerzos

fracasados de abandonar o controlar el consumo de cannabis.



sociales o interpersonales persistentes o recurrentes, provocados o exacerbados por los efectos del cannabis.



problema físico o psicológico persistente o recurrente probablemente causado o exacerbado por el cannabis.



3. Raúl invierte mucho tiempo en conseguir cannabis, consumirlo o recuperarse de sus efectos.

7. Jaime por el consumo de cannabis ha abandonado o ha reducido sus importantes actividades sociales, profesionales o de ocio.

10. Andrea presenta tolerancia, definida por alguno de los siguientes hechos:



- a. Una necesidad de consumir cantidades cada vez mayores de cannabis para conseguir la intoxicación o el efecto deseado.

4. Anahí tiene ansias o un poderoso deseo o necesidad de consumir cannabis.

8. Melisa se pone en situaciones que le provocan o pueden provocar un riesgo físico por consumir cannabis.

5. Ricardo al consumir cannabis frecuentemente no cumple con sus deberes fundamentales en el trabajo, la escuela o el hogar.



6. Martha sigue consumiendo cannabis a pesar de sufrir problemas

9. Mario continúa con el consumo de cannabis a pesar de saber que se sufre un



- B. Un efecto notablemente reducido tras el consumo continuado de la misma cantidad de cannabis

- 11.- Salvador presenta abstinencia, manifestada por

alguno de los siguientes hechos:

a. Presencia del síndrome de abstinencia característico del cannabis.



b. Se consume cannabis (o alguna sustancia muy similar, como una benzodiazepina) para aliviar o evitar los síntomas de abstinencia.

***Dato interesante:**

El DSM-5 reconoce que la interrupción brusca del consumo diario o casi diario del cannabis suele producir la aparición de un síndrome de abstinencia de cannabis.

Los síntomas comunes de la abstinencia incluyen irritabilidad, ira o agresividad, ansiedad, depresión, inquietud, dificultad para dormir, y disminución del apetito o pérdida de peso.

Aunque por lo general los síntomas no son tan graves como los del alcohol o de los opiáceos, el síndrome de abstinencia puede

causar un malestar significativo y, por tanto, puede contribuir a que existan dificultades para dejar de fumar o puede favorecer la recaída entre los que tratan de abandonar el consumo.



Si te has identificado con:

De **2 a 3 personajes** estás propenso a desarrollar un trastorno por consumo de cannabis en nivel leve.

De **4 a 5 personajes** estás propenso a desarrollar un trastorno por consumo de cannabis en nivel moderado.

De **6 a más personajes** estás propenso a desarrollar un trastorno por consumo de cannabis en nivel grave.

Cualquier número de identificaciones con los personajes requiere una evaluación por parte de un clínico de la salud mental, este blog no es suficiente para establecer un diagnóstico.

Estimado lector, si te identificaste con algunos personajes o consideras

que una persona cercana a ti se asimila a alguno de los casos te recomiendo compartirle esta información con respecto a la salud mental.



Cuestionar lo que nos sucede e investigar al respecto brinda un panorama amplio de nuestra vida y una mayor conciencia en la toma de decisiones para la intervención o tratamiento.

***Recuerda acercarte a un profesional para esclarecer dudas.**



***Bibliografía:**

- **APA. (2014).** Manual de diagnóstico y estadístico de los trastornos mentales (DSM-5)
-
- **NIH. (2022).** El consumo de marihuana y alucinógenos entre los adultos jóvenes alcanzó un máximo histórico en 2021. <https://nida.nih.gov/es/news-events/news-releases/2022/08/el-consumo-de-marihuana-y-alucinogenos-entre-los-adultos-jovenes-alcanzo-un-maximo-historico-en-2021#:~:text=El%20consumo%20diario%20de%20marihuana%20tambi%C3%A9n%20aument%C3%B3%20marcadamente%20en%20esos,y%20al%206%25%20de%202021>