

“¿Cómo le hablo a mi hija/o/e acerca de la **marihuana?**”

Inicia con información.

El mejor momento para hablar con un adolescente acerca de la marihuana, es antes de que la consuma.

Al momento de hablar con adolescentes acerca de la marihuana, es necesario estar al día con la información y desinformación que exista.

La marihuana se ha convertido en un gran negocio. Recientemente se ha legalizado y ampliado distintas formas de consumo de una manera engañosa a través de muchas campañas de publicidad diseñadas para atraer a jóvenes. 151.1 millones de adolescentes de la “generación Z” ven esta publicidad por medio de internet, vallas y medios impresos. El 94% de adolescentes han estado expuestos al marketing de la marihuana en el diario vivir. *

Una percepción equivocada entre adolescentes es, que la marihuana es más segura que el alcohol y otras drogas. El marketing oculta los efectos negativos que tiene su consumo, especialmente en adolescentes, como, la pérdida de memoria, aumento de agresividad y el consumo de otras sustancias, etc.* Un estudio reciente reveló que el consumo de marihuana en adolescentes tiene un mayor impacto negativo en su desarrollo cognitivo que el alcohol. *

No Es La Marihuana De Otros Yiempos (Literal)

Al carecer de la materia vegetal ecológica asociada con esta hoja, la marihuana actual no sólo es 20 veces más potente que en la década de 1970, sino que la sustancia química que provoca la “elevación” (THC) se aísla en nuevos aceites y resinas concentradas (con una pureza de hasta el 99,9%) que pueden inhalarse, comerse e “inyectarse” (encendida e inhalada) de forma mucho más eficaz y encubierta que fumándola.*



Ahora Que Lo Sabes, ¿Por Dónde Empezar?

Aprender estos datos es importante. Es crucial crear un plan para generar un diálogo abierto y ser consciente de involucrar de manera respetuosa al adolescente. Los modelos positivos, la compasión y la verdad serán de gran ayuda para empezar a actuar.

Utiliza los siguientes pasos y recursos para iniciar el Plan de Acción de Comunicación. ▶



Datos Básicos

- La marihuana es la sustancia más consumida en adolescentes en los Estados Unidos.*
- Contrario a lo que tu hija/o/e ha oído, hazle saber que la MAYORÍA de sus compañeros/as de la escuela NO consumen marihuana.*
- La marihuana puede ser adictiva. 1 de 10 consumidores de marihuana presenta adicción.
- Los Estados que han legalizado la marihuana recreacional, tienen un acceso exponencialmente mayor entre las/los jóvenes.*
- Adolescentes que interactúan con distintas marcas de cannabis en el internet, son 5 veces más vulnerables a consumir el producto, que adolescentes que no tienen ningún contacto.*

Como Iniciar:

1 Antes De Hablar: Hay Que Oír.

Una conversación es de doble vía. El respeto mutuo, la transparencia, la compasión y escuchar lo que tu hija/o dice, ayudará a darte datos importantes para avanzar y darte una posición más influyente. Tú hijo/a por alguna razón ha pensado en consumirla. ¡Es importante empezar por esto! Ninguna fuente o documento será la receta perfecta. Reúne todas las herramientas posibles que estén al alcance en la guía. Inicia con el PDF de la CDC: **What You Need To Know About Marijuana Use in Teens***

2 La Conversación: Busca El Momento.

No existe “todo es igual para todos/as/es” encontrar el tiempo o una manera para iniciar una conversación es como esto. Las reacciones en adolescentes tienen que ver mucho con su nivel de madurez. El mejor resultado proviene de la colaboración. Se debe buscar una introducción adecuada. Evitar las confrontaciones. Teniendo paciencia y empatía se genera confianza. El sitio de Partnership Addiction desglosa los pasos para tener una conversación efectiva en la guía **What You Need To Know To Talk With Your Teen About Marijuana***

3 Ahora Que Tienes Su Atención: ¿Qué Procede?

Tu hija/o/e está contemplando o ya consume marihuana por razones sociales. Descubre qué es lo que sabe acerca de la marihuana. Existe la posibilidad que no sea consciente del daño potencial que puede causar. La industria de la marihuana gasta millones de dólares en la comercialización de sus productos asociados al cannabis como las terapias “naturales basadas en plantas”. Brinda respuestas a sus preguntas y disipa los mitos. Apela a su buen juicio. La administración de Salud Mental y Abuso de Sustancias ofrece un documento de preguntas y respuestas que facilita la discusión objetiva relacionada a la marihuana. **Tips For Teens: The Truth About Marijuana***

4 Un Gran Inicio: ¡No Te Detengas!

Toda esta información ayuda a formular un plan de comunicación para ti y tu adolescente. Los efectos del consumo de marihuana en adolescentes pueden causar dificultades en la escuela, pérdida de memoria a corto plazo, agresividad, conductas sexuales riesgosas. Una plática posiblemente no sea suficiente. Necesitará de tu apoyo para dejar de consumir. Mantener las líneas de comunicación abiertas y de manera constante. Descubrir recursos en familia e involucrarle en el proceso. La Línea de Ayuda Nacional de Salud Mental y Abuso de Sustancias es un medio accesible para ayudar a jóvenes a sentirse empoderados de dejar la marihuana.



Independientemente de todos los recursos y estrategias que la industria de la marihuana invierte para su comercialización, la verdad ha salido a la luz y está a nuestro alcance. Todas estas herramientas y más, se encuentran disponibles en **PASart.org/Marijuana**. Toda esta información y materiales, están disponibles para crear una estrategia que empoderará tanto al adolescente como a la persona que le acompañe en el proceso. Todo el contenido está diseñado para ayudarles en el inicio.



* Ingresa a nuestro código QR o visita nuestra página pastart.org/marijuana, para obtener más información y tener acceso a nuestro material interactivo.

Conoce Más Acerca De **PASart.org**

 **Commonwealth Prevention Alliance**

El material posee permisos para ser usado unicamente con fines ilustrativos y cualquier persona representada en el material es solamente un ejemplar.