El cannabis y los jóvenes: conozca los hechos

NYC Health

El consumo de cannabis (también conocido como marihuana, hierba o mota) por personas adultas es legal en el estado de Nueva York (NYS). Los efectos del cannabis pueden ser más riesgosos para los jóvenes que para los adultos. Es importante saber qué es legal y qué efectos tiene el cannabis en su salud y comunidad.

Uso legal del cannabis

- El consumo de cannabis es legal para los adultos mayores de 21 años. Se puede comprar legalmente en comercios distribuidores con licencia del Estado de Nueva York.
- Consumir cannabis en un automóvil es ilegal, incluso entre pasajeros o mientras está estacionado.

  - Es peligroso conducir bajo los efectos del cannabis. No conduzca después de consumir cannabis ni viaje con alguien que haya consumido cannabis.

Preguntas frecuentes

Veo muchos lugares que venden cannabis. ¿Eso significa que es seguro consumirlo?

- El cannabis, ya sea que se venda legalmente o no, no es necesariamente seguro para todos ni en todas las situaciones.
- Muchos productos de cannabis que se venden en tiendas sin licencia no están regulados, por lo que no se puede saber qué contienen, qué tan fuertes son o incluso si contienen cannabis.
- Los distribuidores con licencia reciben un sello de verificación del estado de Nueva York con un código QR para colocar en su escaparate. Este sello indica que la tienda puede vender legalmente productos de cannabis.

- Si una tienda no tiene el sello de verificación del estado de Nueva York y no figura en **cannabis.ny.gov/dispensary-location-verifications**, **no** es un distribuidor con licencia y los productos que allí se venden no están regulados.
- Los distribuidores con licencia no pueden mostrar cannabis en sus escaparates.

¿Qué ocurre si mis amigos consumen cannabis?

- Tenga conversaciones honestas con sus amigos sobre:
  - Su consumo de cannabis.
  - Cómo consumir cannabis de forma más segura. Las distintas formas de cannabis tienen efectos diferentes, así que empiece con una pequeña cantidad y compruebe cómo se siente antes de consumir más.

- Evitar consumir productos de cannabis de tiendas sin licencia.

- Muchas personas no consumen cannabis. Incluso si otras personas lo consumen, está bien evitar el consumo de cannabis, esperar para consumirlo o reducir o suspender su consumo para evitar efectos nocivos.

¿Qué puedo hacer si he consumido demasiado cannabis o quiero ayuda para reducir el consumo?

- Si experimenta efectos no deseados por el cannabis, hable con un adulto de confianza. Llame al **911** si usted u otra persona tiene una emergencia médica. Para informarse sobre los efectos del cannabis, llame al Centro de Envenenamiento de la Ciudad de Nueva York al 212-764-7667.

- A veces, las personas consumen cannabis para afrontar el estrés u otras afecciones de salud mental, pero existen recursos que pueden ayudarlas a sobrellevarlo de forma saludable:

  - Para obtener asesoramiento gratuito y confidencial en caso de crisis, apoyo para la salud mental y el consumo de sustancias, y derivaciones a servicios de atención, llame o envíe un mensaje de texto al 988 o chatee en **nyc.gov/988** en cualquier momento.

  - Para inscribirse en NYC Teenspace y que se le asigne un terapeuta de Talkspace para mensajes y sesiones virtuales en vivo solo para adolescentes, visite **talkspace.com/nyc**.

Efectos del cannabis

- El cannabis puede:

  - Tener efectos nocivos en los jóvenes, cuyos cerebros aún se están desarrollando.
  - Disminuir las capacidades mentales y físicas, lo que afecta las tareas escolares, la participación en deportes y otras actividades que se disfrutan.
  - Causar depresión y ansiedad y, en algunas personas, aumentar el riesgo de trastornos como la esquizofrenia.
  - Ser más difícil de dejar cuanto más joven se empieza a consumir.

- El consumo de algunas formas de cannabis, como los vaporizadores o los cigarrillos de marihuana, puede afectar su comunidad.

  - Al igual que el tabaco, el humo y los aerosoles (vapor) de cannabis contienen productos químicos que pueden dañar a otras personas. Cuando evita consumir estos productos, protege su corazón, sus pulmones y a las personas que lo rodean.
  - Los vaporizadores añaden plásticos y baterías tóxicas al medio ambiente.

Para obtener información adicional sobre el consumo seguro, los efectos en la salud, sus derechos legales, el programa de cannabis medicinal de Nueva York y más, visite **nyc.gov/health/cannabis**.