



Centros de
Integración
Juvenil, A.C.

Para vivir sin adicciones

MARIJUANA

¿mota,

churro,

porro...?

¡Mejor Infórmate!

**"No todo el
verde es vida"**

¿QUÉ ES?

La marihuana es una mezcla de hojas y tallos, semillas y flores secas de la planta conocida como cáñamo (*cannabis sativa*).

Fumar marihuana afecta el funcionamiento normal del cerebro porque contiene una sustancia química llamada THC (*delta-9-tetrahydrocannabinol*).

Sus EFECTOS a corto plazo

- **Problemas con la memoria y el aprendizaje.**
- **Percepción distorsionada (visual, auditiva, del tacto y del tiempo).**
- **Dificultad para pensar claramente y resolver problemas.**
- **Pérdida de coordinación motriz.**
- **Aceleración del corazón.**

Nota importante:

Estos efectos son aun más graves cuando se combinan con alcohol u otras drogas.

Riesgos y daños:

Fumar marihuana puede llevarte a:

- **Cometer errores que te dañen, te avergüencen o lastimen a otros.**
- **Perder interés por tu apariencia, por la escuela o trabajo.**
- **No destacar en deportes: el THC afecta los reflejos, los movimientos y la coordinación.**
- **Tomar decisiones equivocadas como tener relaciones sexuales de riesgo: la marihuana afecta el juicio.**

**Fumar marihuana y
CONDUCIR un auto, una
pésima combinación:**

**La marihuana tiene efectos
sumamente peligrosos sobre
las destrezas necesarias
para conducir un auto con
seguridad:**

- **el estar alerta**
- **la concentración**
- **la coordinación**
- **la habilidad para
reaccionar rápidamente**

**Además, puede dificultar
que aprecies las distancias
y que reacciones lentamente
ante señales en la carretera.**



La marihuana provoca
ADICCIÓN:

- **Modifica la actividad de las zonas que regulan el placer en el cerebro.**
- **Produce un intenso deseo de volver a sentir sus efectos, a pesar de sus consecuencias negativas en el cuerpo, en las relaciones familiares y en el desempeño escolar.**
- **Puede llevar a desarrollar "tolerancia": necesitar cada vez cantidades mayores de marihuana para obtener los mismos efectos.**

Para prevenir

- **Evita consumir por curiosidad, la mayor parte de los adictos así comenzaron.**
- **Evita reunirte con personas que fumen marihuana, podrían presionarte a que tú también lo hagas.**
- **Desarrolla tu creatividad: el potencial está en ti, NO en una sustancia.**
- **Expresa, comunica y defiende lo que sientes y lo que quieres.**



Centros de
Integración
Juvenil, A.C.

Para vivir sin adicciones

¡Mejor infórmate!

CIJ Contigo 01 (55) 52 12 12 12

www.cij.gob.mx www.cij.org.mx

cij@cij.gob.mx



[cij.oficial](https://www.facebook.com/cij.oficial)



[@cij_oficial](https://twitter.com/cij_oficial)



[cijcontigo](https://www.youtube.com/cijcontigo)



cijoficial.blogspot.mx