



# Qué necesitan los padres, mentores y adultos de confianza SABER SOBRE EL CANNABIS

Una persona debe haber cumplido los 21 años para comprar, usar o poseer cannabis (también conocido como marihuana, mota, hierba, etc.) en el estado de Nueva York.

Padres y adultos de confianza: ustedes pueden influir en si los jóvenes de su vida usan cannabis. Nunca es demasiado pronto para comenzar la conversación. Hable con ellos a temprana edad y regularmente para ayudarles a entender cómo puede afectarles el uso del cannabis al ser menores.

Su apoyo puede ayudarles tomar decisiones más seguras y sanas.

## EL CANNABIS Y EL CEREBRO EN DESARROLLO

Los estudios han mostrado que el desarrollo total del cerebro no se completa hasta los 25 años. Los estudios sugieren que usar cannabis mientras el cerebro todavía se está desarrollando puede cambiar cómo realiza las conexiones que son importantes para la atención, la memoria y el aprendizaje. El cannabis también puede afectar cómo se desarrollan y funcionan las partes del cerebro responsables de nuestro juicio y la toma de decisiones. Estos cambios pueden afectar negativamente el desempeño escolar, y el uso crónico continuo puede tener otros efectos adversos.

El uso de cannabis frecuente por parte de los jóvenes puede incrementar el riesgo de contraer problemas de salud mental, entre ellos, depresión, ansiedad y enfermedades mentales como trastornos psicóticos.

Los estudios han mostrado que empezar a usar cannabis a una edad temprana y el uso frecuente del cannabis con un contenido más elevado de THC por parte de personas que tienen antecedentes familiares de enfermedades mentales graves puede incrementar su riesgo.

## ALMACENAMIENTO SEGURO Y RESPONSABLE DE LOS PRODUCTOS DE CANNABIS

El almacenamiento seguro y responsable de los productos de cannabis implica asegurarse de que todo el cannabis que se encuentre en casa esté bajo llave, fuera de la vista y fuera del alcance de los niños (y mascotas). Consumir por accidente productos de cannabis es un riesgo para los niños y los animales, que puede ocasionar una intoxicación con cannabis o la necesidad de atención médica de emergencia.

Si ocurre una exposición accidental - llame a su Centro de Control Toxicológico o diríjase al Departamentos de Emergencias de su hospital, si es necesario.

Póngase en contacto de inmediato con su veterinario si su mascota ha ingerido un producto que contiene cannabis.





# Qué necesitan los padres, mentores y adultos de confianza SABER SOBRE EL CANNABIS

## CONSEJOS PARA HABLAR CON LOS JÓVENES DE SU VIDA

- Comience la conversación a una edad temprana (cuando empiecen a hacer preguntas) y antes de que consideren usarlo.
- Planifique tener más de una conversación – funcionan mejor muchas charlas breves. Mantenga las conversaciones de manera informal, en vez de tener una reunión familiar formal, o mano a mano.
- Busque maneras naturales de abordar el tema – como cuando pase por un dispensario o cuando vea una referencia sobre el uso del cannabis en la televisión.
- Enfóquese en los hechos y en cómo el cannabis puede afectar su cerebro en desarrollo.
- Hable con sus hijos sobre tener un “plan de salida”, si alguien les ofrece cannabis. La presión de las amistades puede ser poderosa, y tener un plan para evitarla puede ayudarles a tomar decisiones más saludables. Hable con los jóvenes de su vida sobre qué harían ellos si tuvieran que tomar una decisión respecto a consumir drogas o alcohol, como enviar por texto una palabra clave a un miembro de la familia. Ofrezca una palabra clave que los jóvenes puedan enviarle por texto cuando tengan que tomar una decisión respecto a usar sustancias.
- Sea consciente de sus propias actitudes y conductas - acepte el hecho de que esta conversación puede hacerlos sentir incómodos a ambos. Recuerde que es más probable que usen cannabis si usted lo hace. Establezca sus expectativas y comuníquelas claramente.
- Fomente las preguntas, no emita juicios de valor y escuche las ideas de ellos.
- Mantenga la calma y hágales saber que pueden contar con usted. Si usted cree que los jóvenes de su vida pueden estar usando cannabis, asegúrese de que sepan que ellos siempre pueden acudir a usted, u otra persona de confianza, si necesitan un adulto.

## QUÉ HACER SI SU HIJO ESTÁ USANDO CANNABIS

- Mantenga la calma - Reaccionar exageradamente puede ocasionar que los jóvenes se rebelen, se sientan resentidos o asuman riesgos mayores.
- Hable sobre sus inquietudes y proporcione los hechos y los motivos positivos por los que usted quiere que dejen de usar cannabis, enfocándose en el impacto que el cannabis puede tener en el cerebro en desarrollo.
- Si ellos tienen licencia de conducir, recuérdelos que no conduzcan cuando usen cannabis. El cannabis retrasa el tiempo de reacción y la coordinación motriz, y puede ser extremadamente peligroso conducir bajo su influencia. Es ilegal, y pueden ser multados por conducir bajo la influencia y tener problemas peores.





Office of Cannabis  
Management

# Qué necesitan los padres, mentores y adultos de confianza **SABER SOBRE EL CANNABIS**

PARA OBTENER MÁS INFORMACIÓN, PÓNGASE EN CONTACTO CON LA OFICINA DE  
GESTIÓN DEL CANNABIS

Sitio web: [cannabis.ny.gov](http://cannabis.ny.gov)

Email: [info@ocm.ny.gov](mailto:info@ocm.ny.gov)

Llamada: 1-888-OCM-5151 (1-888-626-5151)

