**Padres y Prevención**

Estimados padres,

Se le ha informado a mi oficina que estamos viendo un aumento en el número de estudiantes que poseen artículos con marihuana que pueden ser potencialmente muy peligrosos si se consumen. Hemos tenido algunos incidentes este año escolar donde los estudiantes han tenido reacciones adversas al consumir estos artículos. Estos artículos incluyen galletas, brownies y gomitas masticables. Las Escuelas Públicas de Bridgeport desean brindarle información general sobre el consumo de marihuana.

Los padres pueden ayudar a sus hijos a conocer los efectos nocivos del consumo de marihuana. Hablar con sus hijos sobre la marihuana a una edad temprana puede ayudarlos a tomar mejores decisiones y puede evitar que desarrollen un problema con el consumo de marihuana más adelante. Comience a hablar con su hijo(a) de una manera honesta y abierta cuando esté en la escuela primaria e intermedia temprana. Los jóvenes tienen menos probabilidades de probar la marihuana si pueden pedir ayuda a los padres y saber exactamente cómo se sienten sus padres sobre el uso de drogas.

***Consejos para hablar sobre la marihuana con su hijo(a):***

Pregunte qué han escuchado sobre el consumo de la marihuana. Escuche atentamente, preste atención e intente no interrumpir. Evite hacer comentarios negativos o enojados.

Ofrezca a su hijo(a) datos sobre los riesgos y las consecuencias de fumar marihuana.

Pídale a su hijo(a) que dé ejemplos de los efectos de la marihuana. Esto lo ayudará a asegurarse de que su hijo(a) entienda de qué habló.

Si elige hablar con su hijo(a) sobre sus propias experiencias con las drogas, sea honesto sobre por qué consumió y las presiones que contribuyeron a su uso. Tenga cuidado de no minimizar los peligros de la marihuana u otras drogas, y sea abierto sobre cualquier experiencia negativa que haya tenido. Dado lo fuerte que es la marihuana en la actualidad, su efecto en su hijo(a) probablemente sea muy diferente de lo que experimentó.

Explique que la investigación nos dice que el cerebro continúa madurando hasta los 20 años. Mientras se está desarrollando, existe un mayor riesgo de daño por el consumo de marihuana.

***A veces los padres pueden sospechar que su hijo(a) ya está usando marihuana. Los siguientes son signos comunes del consumo de marihuana:***

* Actuar de forma muy graciosa y fuera de lugar sin razón
* Usar nuevas palabras y frases como "sparking up", "420", "dabbing" y "shatter"
* Tener mayor irritabilidad.
* Perder interés y motivación para realizar las actividades habituales.
* Pasar tiempo con compañeros que consumen marihuana.
* Tener problemas para recordar cosas que acaban de suceder.
* Cargar pipas, encendedores, vape pen, o papel para fumar.
* Regresar a casa con ojos rojos y/o ganas de comer fuera de las comidas habituales
* Robar dinero o tener dinero que no se puede contabilizar.



**ALERTA DE DROGAS: COMESTIBLES DE MARIJUANA**

Los brownies se encuentran entre los productos alimenticios más comunes impregnados con marihuana, sin embargo, casi cualquier producto alimenticio puede impregnarse con marihuana y comerse.

¿CUÁLES SON LOS EFECTOS NEGATIVOS DE LOS COMESTIBLES DE MARIHUANA?



* Episodios Psicóticos
* Alucinaciones
* Paranoia
* Ataques de Pánico
* Capacidad motora reducida

**Efectos de la Marihuana**

Muchos adolescentes creen que la marihuana es más segura que el alcohol u otras drogas. Al hablar sobre la marihuana con su hijo(a), es útil conocer los mitos y los hechos. Por ejemplo, los adolescentes pueden decir: "es inofensivo porque es natural", "no es adictivo" o "no afecta mi pensamiento ni mis calificaciones".

Sin embargo, la investigación muestra que la marihuana puede causar serios problemas con el aprendizaje, sentimientos y la salud.

***El consumo a corto plazo de la marihuana puede conducir a:***

* Dificultades escolares
* Problemas con la memoria y la concentración.
* Aumento de la agresión.
* Accidentes automovilísticos
* Uso de otras drogas o alcohol.
* Comportamientos sexuales arriesgados
* Empeoramiento de las condiciones subyacentes de salud mental, incluyendo los cambios de humor y el pensamiento suicida.
* Mayor riesgo de psicosis.
* Interferencia con la medicación prescrita.

El consumo regular de la marihuana puede provocar problemas importantes, incluyendo el Trastorno por Uso de Cannabis. Las señales de que su hijo(a) ha desarrollado el Trastorno por Uso de Cannabis incluyen el consumo de marihuana con más frecuencia de lo previsto, tener antojos o cuando interfiere con otras actividades. Si alguien con Trastorno por Uso de Cannabis deja de usarlo repentinamente, puede sufrir síntomas de abstinencia que, aunque no son peligrosos, pueden causar irritabilidad, ansiedad y cambios en el estado de ánimo, el sueño y el apetito.

***El consumo a largo plazo de la marihuana puede conducir a:***

* Trastorno por uso de cannabis
* Los mismos problemas respiratorios que fumar cigarrillos (tos, respiración sibilante, problemas con la actividad física y cáncer de pulmón)
* Disminución de la motivación o interés que puede conducir a una disminución en el rendimiento académico u ocupacional.
* Menor inteligencia
* Problemas de salud mental, como esquizofrenia, depresión, ansiedad, ira, irritabilidad, mal humor y riesgo de suicidio.