**Pais e Prevenção**

Caros Pais,

Chegou ao nosso conhecimento que estamos vendo um aumento no número de estudantes que estão na posse de produtos com marijuana, que podem ser potencialmente muito perigosos se consumidos. Tivemos alguns incidentes neste ano letivo nos quais os alunos tiveram reações adversas ao consumir esses produtos. Esses produtos incluem biscoitos, brownies e gomas para mastigar. As escolas públicas de Bridgeport gostariam de fornecer algumas informações gerais sobre o consumo de marijuana.

Os pais podem ajudar seus filhos a aprender sobre os efeitos nocivos associados ao consumo de marijuana. Conversar com seus filhos sobre a marijuana desde cedo pode ajudá-los a fazer melhores escolhas e impedir que eles desenvolvam um problema com o uso da marijuana posteriormente. Comece a conversar com seu filho de maneira honesta e aberta quando ele estiver no final do ensino fundamental e no início do ensino médio. É menos provável que os jovens experimentem marijuana se puderem pedir ajuda aos pais e se souberem exatamente como eles se sentem sobre o uso de drogas.

***Dicas sobre como discutir marijuana com a sua criança:***

Pergunte o que eles ouviram sobre o uso da marijuana. Ouça atentamente, preste atenção e tente não interromper. Evite fazer comentários negativos ou mostrar irritação.

Dê à criança acesso aos fatos sobre os riscos e consequências do consumo de marijuana.

Peça à criança para dar exemplos dos efeitos da marijuana. Isso ajudará você a garantir que a criança entendeu o que você falou.

Se optar por conversar com a criança sobre as suas próprias experiências com drogas, seja honesto sobre o motivo pelo qual usou e as pressões que contribuíram para o seu uso. Tenha cuidado para não minimizar os perigos da marijuana ou de outras drogas e seja aberto sobre quaisquer experiências negativas que possa ter tido. Visto que a marijuana é mais forte atualmente, o efeito na criança provavelmente seria muito diferente do que aquilo que você experimentou.

Explique que a pesquisa científica atual nos diz que o cérebro continua a amadurecer até aos 20 anos. Enquanto está em desenvolvimento, há um risco maior de danos devido ao uso de marijuana.

***Às vezes, os pais podem suspeitar que a criança já esteja usando marijuana. Estes são os sinais comuns do uso de marijuana:***

* Agir de forma boba e diferente do habitual, sem motivo
* Usar palavras e frases novas como "sparking up," "420," "dabbing," e "shatter"
* Estar mais irritável
* Perder o interesse e motivação em atividades normais.
* Passar tempo com amigos que usam marijuana
* Ter problemas em lembrar coisas que acabaram de acontecer
* Ter cachimbos, isqueiros, vape pens e seda
* Chegar à casa com os olhos vermelhos e/ou com vontade de comer fora do horário normal de refeição
* Roubar dinheiro ou ter dinheiro para o qual não tem justificação



**ALERTA DE DROGA: COMESTÍVEIS DE MARIJUANA**

Brownies estão entre os produtos alimentares mais comuns infundidos com MARIJUANA, no entanto, quase qualquer produto alimentar pode ser infundido com marijuana e consumido.

QUAIS SÃO OS EFEITOS NEGATIVOS DOS COMESTÍVEIS DE MARIJUANA?



* Episódios psicóticos
* Alucinações
* Paranóia
* Ataques de pânico
* Comprometimento das capacidades motoras

**Efeitos da Marijuana**

Muitos adolescentes acreditam que o uso de marijuana é mais seguro que o uso de álcool ou outras drogas. Ao falar sobre marijuana com a criança, é aconselhável saber quais são os mitos e quais são os fatos. Por exemplo, os adolescentes podem dizer que “é inofensivo porque é natural”, “não vicia”, ou “não afeta a maneira como penso ou as minhas notas.”

No entanto, a pesquisa científica provou que a marijuana pode causar problemas sérios de aprendizagem, a nível sentimental e de saúde.

***Os efeitos a curto prazo do uso de marijuana podem levar a:***

* Dificuldades escolares
* Problemas com memória e concentração
* Aumento da agressividade
* Acidentes de carro
* Uso de outras drogas ou álcool
* Comportamentos sexuais de risco
* Degradação das condições de saúde mental subjacentes, incluindo alterações de humor e pensamentos suicidas
* Risco aumentado de psicose
* Interferência com medicação prescrita

O uso habitual de marijuana pode levar a problemas significativos, incluindo o Transtorno do Uso de Cannabis. Os sinais de que seu filho desenvolveu o Transtorno de Uso de Cannabis incluem o uso de marijuana com mais frequência do que o pretendido, o desejo ou o uso que cause interferências em outras atividades. Se alguém com o Transtorno pelo Uso de Cannabis parar de usar repentinamente, eles podem sofrer sintomas de abstinência que, embora não sejam perigosos, podem causar irritabilidade, ansiedade e alterações de humor, sono e apetite.

***Os efeitos a longo prazo do uso de marijuana podem levar a:***

* Transtorno do Uso de Cannabis
* Os mesmos problemas respiratórios que cigarros normais (tosse, chiado no peito, problemas com atividade física e câncer de pulmão)
* Motivação ou interesse diminuídos que podem levar ao declínio no desempenho acadêmico ou ocupacional
* Nível reduzido de inteligência
* Problemas de saúde mental, como esquizofrenia, depressão, ansiedade, raiva, irritabilidade, mau humor e risco de suicídio