

TIPS for TEENS

MARIJUANA



THE TRUTH ABOUT MARIJUANA

SLANG: WEED/POT/GRASS/ REEFER/
GANJA/MARY JANE/BLUNT/JOINT/TREES

GET THE FACTS

MARIJUANA AFFECTS YOUR BRAIN. Tetrahydrocannabinol (THC), the chemical responsible for most of marijuana's psychological effects, affects brain cells throughout the brain, including cells in circuits related to learning and memory, coordination, and addiction.¹

MARIJUANA AFFECTS YOUR SELF-CONTROL. Marijuana can seriously affect your sense of time and your coordination, impacting things like driving.

MARIJUANA AFFECTS YOUR LUNGS. Marijuana smoke deposits four times more tar in the lungs and contains 50 percent to 70 percent more cancer-causing substances than tobacco smoke does.²

MARIJUANA USE IS NEGATIVELY LINKED WITH OTHER ASPECTS OF YOUR HEALTH. Chronic marijuana use has been linked with depression, anxiety, and an increased risk of schizophrenia in some cases.³

MARIJUANA IS NOT ALWAYS WHAT IT SEEMS. Marijuana can be laced with substances without your knowledge.⁴ "Blunts"—hollowed-out cigars filled with marijuana—sometimes contain crack cocaine.

MARIJUANA CAN BE ADDICTIVE. Not everyone who uses marijuana becomes addicted, but some users develop signs of dependence.

? Q&A

Q. ISN'T SMOKING MARIJUANA LESS DANGEROUS THAN SMOKING CIGARETTES?

A. NO. Both marijuana and cigarette smoke can be harmful. More research is needed to fully understand the connection between marijuana and long-term effects such as cancer.⁵

Q. CAN PEOPLE BECOME ADDICTED TO MARIJUANA?

A. YES. Marijuana use can lead to a marijuana use disorder, which takes the form of addiction in severe cases.⁶

Q. WHAT ARE THE OTHER RISKS ASSOCIATED WITH MARIJUANA USE?

A. In addition to the physical and mental risks associated with marijuana use, people who use marijuana have also reported less academic and career success, as well as lower life satisfaction and more relationship problems.⁷

THE BOTTOM LINE:

Marijuana affects the development of teen brains. Talk to your parents, a doctor, a counselor, a teacher, or another adult you trust if you have questions.

LEARN MORE:

Get the latest information on how drugs affect the brain and body at teens.drugabuse.gov.

TO LEARN MORE ABOUT MARIJUANA, CONTACT: SAMHSA

1-877-SAMHSA-7 (1-877-726-4727)
(English and Español)

TTY 1-800-487-4889

www.samhsa.gov
store.samhsa.gov



SAMHSA
Substance Abuse and Mental Health
Services Administration



BEFORE YOU RISK IT!

- 1 KNOW THE LAW.** Marijuana is a Schedule I drug.⁸ According to federal law, it is illegal to buy or sell marijuana.
- 2 GET THE FACTS.** Using marijuana can cause memory problems and mood changes, and long-term use may lower intelligence.^{9,10}
- 3 STAY INFORMED.** Research suggest that teens usually try alcohol, tobacco, and marijuana before other drugs, though most people who use marijuana do not use other drugs.¹¹
- 4 KNOW THE RISKS.** Marijuana affects your coordination and reaction time, raising your risk of injury or death from car crashes and other accidents. Co-use of alcohol or other drugs heightens crash risks.¹²
- 5 LOOK AROUND YOU.** Most teens aren't smoking marijuana. In fact, only 6.5 percent of youth ages 12 to 17 said that they had smoked marijuana in the past month.¹³



KNOW THE SIGNS

How can you tell if a friend is using marijuana? Symptoms of marijuana use may include:¹⁴

- **Poor physical coordination**
- **Red eyes**
- **Unusual smell on clothing**
- **Problems with short-term memory**
- **Anxiety**



WHAT CAN YOU DO TO HELP SOMEONE WHO IS USING MARIJUANA?

BE A FRIEND. SAVE A LIFE.

Encourage your friend to stop using or seek help from a parent, teacher, or other caring adult.

For 24/7 free and confidential information and treatment referrals in English and Español, call SAMHSA's National Helpline at:

1-800-662-HELP (1-800-662-4357)
or visit the SAMHSA Behavioral Health Treatment Services Locator at:
findtreatment.samhsa.gov

MORE INFORMATION

FOR MORE INFORMATION OR FOR RESOURCES USED IN THIS

"TIPS for TEENS,"

visit **store.samhsa.gov** or call
1-877-SAMHSA-7 (1-877-726-4727)
(English and Español).

PEP NO. 19-05 REVISED 2019

SAMHSA complies with applicable Federal civil rights laws and does not discriminate on the basis of race, color, national origin, age, disability, or sex.

SAMHSA cumple con las leyes federales de derechos civiles aplicables y no discrimina por motivos de raza, color, nacionalidad, edad, discapacidad o sexo.



^{1,2,3,5,12} National Institute on Drug Abuse. (2018). Research Reports: Marijuana. Retrieved from <https://www.drugabuse.gov/publications/research-reports/marijuana/letter-director>

⁴ Gilbert, C. R., Baram, M., & Cavarocchi, N. C. (2013). Smoking wet: Respiratory failure related to smoking tainted marijuana cigarettes. *Texas Heart Institute Journal*, 40(1): 64-67.

⁶ Medical News Today. (2017). Marijuana 'may be worse than cigarettes for cardiovascular health'. Retrieved from <https://www.medicalnewstoday.com/articles/318854.php>

⁷ National Institute on Drug Abuse. (2018). Marijuana. *Drug Facts*. Retrieved from <https://www.drugabuse.gov/publications/drugfacts/marijuana>

⁸ Drug Enforcement Administration. (2018). Drug Scheduling. Retrieved from <https://www.dea.gov/druginfo/ds.shtml>

⁹ Centers for Disease Control and Prevention. (2017). Marijuana and Public Health. Retrieved from <https://www.cdc.gov/marijuana/health-effects.html>

¹⁰ Meier, M. H., Caspi, A., Ambler, A., Harrington, H., Houts, R., Keefe, R. S. E., McDonald, K., Ward, A., Poulton, R., & Moffitt, T. E. (2012). Persistent cannabis users show neuropsychological decline from childhood to midlife. *Proceedings of the National Academy of Sciences of the United States of America*, 109(40), E2657-E2664. Retrieved from <https://www.ncbi.nlm.nih.gov/pmc/articles/PMC3479587/>

¹¹ National Institute on Drug Abuse. (2015). Marijuana: Facts for Teens. Retrieved from <https://www.drugabuse.gov/publications/marijuana-facts-teens/want-to-know-more-some-faqs-about-marijuana>

¹³ Substance Abuse and Mental Health Services Administration. (2018). *Key substance use and mental health indicators in the United States: Results from the 2017 National Survey on Drug Use and Health* (HHS Publication No. SMA 18-5068, NSDUH Series H-53). Retrieved from <https://www.samhsa.gov/data/sites/default/files/cbhsq-reports/NSDUHFFR2017/NSDUHFFR2017.pdf>

¹⁴ American Addiction Centers. (2018). What Are the Signs That Someone Is High? Retrieved from <https://americanaddictioncenters.org/marijuana-rehab/how-to-tell-if-someone-is-high/>



Behavioral Health

For information on substance use disorder treatment services in San Bernardino County call (909) 421-4601(711 for TTY users) or visit www.sbcounty.gov/DBH

CONSEJOS para JÓVENES

MARIHUANA

LA VERDAD DE LA MARIHUANA



OBTEN LA VERDAD

LA MARIHUANA AFECTA TU CEREBRO.

Tetrahydrocannabinol (THC), el químico responsable de la mayoría de los efectos psicológicos de la marihuana afecta las células cerebrales en todo el cerebro, incluyendo las células en los circuitos relacionados con el aprendizaje y la memoria, la coordinación y la adicción.¹

LA MARIHUANA AFECTA TU AUTOCONTROL. La marihuana puede seriamente afectar tu sentido de tiempo y tu coordinación, impactando cosas como conducir un carro.

LA MARIHUANA AFECTA TUS PULMONES. El humo de marihuana deposita cuatro veces más alquitrán en los pulmones y contiene del 50 al 70 por ciento más sustancias cancerígenas que el humo del tabaco.²

EL USO DE LA MARIHUANA ESTÁ NEGATIVAMENTE VINCULADO CON OTROS ASPECTOS DE TU SALUD. El consumo crónico de marihuana se ha relacionado con depresión, ansiedad y un mayor riesgo de esquizofrenia en algunos casos.³

LA MARIHUANA NO ES SIEMPRE LO QUE PARECE. La marihuana puede ser mezclada con otras sustancias sin tu conocimiento.⁴ Los "blunts", puros ahumados llenos de marihuana, a veces contienen cocaína.

LA MARIHUANA PUEDE SER ADICTIVA. No todos los que usan marihuana se vuelven adictos, pero algunos usuarios desarrollan señales de dependencia.

?

PREGUNTAS & RESPUESTAS

- P. ¿FUMAR MARIHUANA ES MENOS PELIGROSO QUE FUMAR CIGARRILLOS?**
- R. NO.** Tanto la marihuana como el humo del cigarrillo pueden ser dañinos. Se necesita más investigación para entender la conexión entre la marihuana y efectos a largo plazo como el cáncer.⁵

P. ¿PUEDEN LAS PERSONAS SER ADICTAS A MARIJUANA?

- A. SI.** El consumo de marihuana puede conducir al trastorno del uso de marihuana, que toma la forma de adicción en casos severos.⁶

P. ¿CUÁLES SON LOS OTROS RIESGOS ASOCIADOS CON USO DE MARIJUANA?

- A.** Además de los riesgos físicos y mentales asociados con el uso de marihuana, las personas que usan la marihuana también han logrado menos éxito académico y profesional, así como una vida de más baja satisfacción y más problemas de relación.⁷

LA CONCLUSIÓN ES QUE:

La marihuana afecta el desarrollo del cerebro de los adolescentes. Habla con tus padres, un médico, un consejero, un maestro u otro adulto en el que confíes si tienes preguntas.

OBTÉN MÁS INFORMACIÓN

Obtén la información más reciente sobre como las drogas afectan el cerebro y el cuerpo en: teens.drugabuse.gov.

PARA OBTENER MÁS INFORMACIÓN DEL USO DE MARIHUANA, COMUNÍCATE CON:

SAMHSA

1-877-SAMHSA-7 (1-877-726-4727)

(inglés y español)

TTY 1-800-487-4889

www.samhsa.gov
store.samhsa.gov



SAMHSA
Substance Abuse and Mental Health
Services Administration



Behavioral Health

Para más información sobre los servicios de abuso de sustancias en el condado de San Bernardino, llama al (909) 421-4601(711 para usuarios de TYY) o visita www.sbcounty.gov/DBH



¡ANTES DE ARRIESGARTÉ!

CONOCE LA LEY. Marihuana es una droga de nivel 1.⁸ De acuerdo con la ley Federal es ilegal comprar o vender marihuana.

CONOCE LOS HECHOS. Usar marihuana puede causar problemas de memoria y cambios de humor, y el uso a largo plazo puede disminuir la inteligencia.^{9,10}

MANTENTE INFORMADO(A). La investigación sugiere que los adolescentes generalmente prueban el alcohol, el tabaco y marihuana antes que otras drogas, aunque la mayoría de las personas que usan marihuana no usan otras drogas.¹¹

CONOCE LOS RIESGOS. Marihuana afecta tu coordinación y tiempo de reacción. Aumenta tu riesgo de lesiones o muerte por accidentes automovilísticos y otros accidentes. El uso conjunto con el alcohol u otras drogas aumenta el riesgo de accidentes.¹²

MIRA A TU ALREDEDOR. La mayoría de los adolescentes no fuman marihuana. De hecho, solo el 6.5 por ciento de los jóvenes de 12 a 17 años dijeron que habían fumado marihuana en el último mes.¹³



CONOCE LAS SEÑALES

¿Cómo puedes saber si un amigo(a) está usando marihuana? Síntomas del consumo de marihuana pueden incluir:¹⁴

- Mala coordinación física
- Ojos rojos
- Olor inusual en la ropa.
- Problemas con la memoria a corto plazo.
- Ansiedad



¿QUÉ PUEDES HACER PARA AYUDAR A ALGUIEN QUE ESTÁ USANDO MARIHUANA?

SE UN AMIGO(A), SALVA UNA VIDA.

Anima a tu amigo(a) a dejar de usar o busca ayuda de un padre, maestro u otro adulto que se preocupe.

Para información gratuita y confidencial las 24 horas del día/7 días a la semana, y referencias en inglés y español, llama a la Línea de Ayuda Nacional de SAMHSA al:

1-800-662-HELP (1-800-662-4357)

o visita la página de los Servicios SAMHSA de Tratamiento de Salud Mental:

findtreatment.samhsa.gov

MÁS INFORMACIÓN

PARA MÁS INFORMACIÓN O PARA LOS RECURSOS UTILIZADOS EN ESTE

"CONSEJO PARA JÓVENES,"

Visita store.samhsa.gov

- llama al 1-877-SAMHSA-7 (1877-726-4727) (inglés y español).

PEP NO. 19-08 REVISED 2019

SAMHSA complies with applicable Federal civil rights laws and does not discriminate on the basis of race, color, national origin, age, disability, or sex.

SAMHSA cumple con las leyes federales de derechos civiles aplicables y no discrimina por motivos de raza, color, nacionalidad, edad, discapacidad o sexo.

SAMHSA

Substance Abuse and Mental Health Services Administration

^{1, 2, 3, 5, 12} National Institute on Drug Abuse. (2018). Research Reports: Marijuana. Retrieved from

<https://www.drugabuse.gov/publications/research-reports/marijuana/letter-director>

⁴ Gilbert, C. R., Baram, M., & Cavarocchi, N. C. (2013). Smoking wet: Respiratory failure related to smoking tainted marijuana cigarettes. *Texas Heart Institute Journal*, 40(1): 64-67.

⁶ Medical News Today. (2017). Marijuana 'may be worse than cigarettes for cardiovascular health.' Retrieved from <https://www.medicalnewstoday.com/articles/318854.php>

⁷ National Institute on Drug Abuse. (2018). Marijuana. Drug Facts. Retrieved from <https://www.drugabuse.gov/publications/drugfacts/marijuana> 8 Drug Enforcement Administration. (2018). Drug Scheduling. Retrieved from <https://www.dea.gov/druginfo/ds.shtml>

⁹ Centers for Disease Control and Prevention. (2017). Marijuana and Public Health. Retrieved from <https://www.cdc.gov/marijuana/health-effects.html>

¹⁰ Meier, M. H., Caspi, A., Ambler, A., Harrington, H., Houts, R., Keefe, R. S. E., McDonald, K., Ward, A., Poulton, R., & Moffitt, T. E. (2012). Persistent cannabis users show neuropsychological decline from childhood to midlife. *Proceedings of the National Academy of Sciences of the United States of America*, 109(40), E2657-E2664. Retrieved from

<https://www.ncbi.nlm.nih.gov/pmc/articles/PMC3479587/>

¹¹ National Institute on Drug Abuse. (2015). Marijuana: Facts for Teens. Retrieved from <https://www.drugabuse.gov/publications/marijuana-facts-teens/want-to-know-more-some-facts-about-marijuana>

¹³ Substance Abuse and Mental Health Services Administration. (2018). Key substance use and mental health indicators in the United States: Results from the 2017 National Survey on Drug Use and Health (HHS Publication No. SMA 18-5068, NSDUH Series H-53). Retrieved from <https://www.samhsa.gov/data/sites/default/files/cbhsq-reports/NSDUHFFR2017/NSDUHFFR2017.pdf>

¹⁴ American Addiction Centers. (2018). What Are the Signs That Someone Is High? Retrieved from <https://americanaddictioncenters.org/marijuana-rehab/how-to-tell-if-someone-is-high/>