

CÓMO AYUDAR A UN ADICTO CONSUMIDOR DE CANNABIS

La sociedad científica Socidrogalcohol acaba de publicar, con el apoyo del Plan Nacional sobre Drogas perteneciente al Ministerio de Sanidad, una Guía Clínica sobre Cannabis. La publicación está dirigida a profesionales de la salud. Trata temas relacionados tanto con la prevención como con el tratamiento.

El objetivo de esta guía es facilitar herramientas basadas en la evidencia científica más reciente disponible a los profesionales que trabajan en la prevención y en el tratamiento de los pacientes con problemas relacionados con el consumo de cannabis. La guía clínica no aborda temas como la situación legal del cannabis o el uso medicinal del mismo ya que requerían guías específicas elaboradas por profesionales de otros ámbitos” como ha explicado Francisco Pascual, presidente de Socidrogalcohol.

¿POR QUÉ UNA GUÍA CLÍNICA?

Porque el “Cannabis tiene efectos adversos demostrados científicamente. Afecta al sistema respiratorio y pulmonar, al ser su principal vía de administración, la fumada: ‘Fumar cannabis está relacionado con la inflamación de las vías respiratorias, similar al tabaquismo, y el consumo a largo plazo se asocia con daño en las mucosas y deterioro de la regulación inmunitaria, lo que predispone a infecciones del tracto respiratorio inferior’. También tiene consecuencias negativas sobre el sistema cardiovascular. El cannabis puede ser un desencadenante de un infarto de miocardio.

También se ha demostrado que hay efectos adversos en el embarazo y en neonatos: ‘Las mujeres que consumen cannabis durante el embarazo, tienen mayor riesgo de anemia [...] y los recién nacidos de madres que consumían cannabis tenían un menor peso al nacer y más probabilidades de ser ingresados en la unidad de cuidados intensivos’. Además, los recién nacidos pueden estar expuestos a los compuestos nocivos del cannabis también a través de la leche materna lo que puede causar déficits en funciones cognitivas y alteraciones de conducta a través del desarrollo cerebral alterado.

El uso también se ha relacionado con algunos tipos de cáncer como el de pulmón, cabeza, cuello y testicular.

Y más allá de las consecuencias físicas, también se asocia con consecuencias psicológicas y trastornos psiquiátricos importantes, principalmente la psicosis y la esquizofrenia. Además aumenta levemente el riesgo de desarrollar depresión e influye en los trastornos de ansiedad.

Finalmente, uno de cada diez usuarios de cannabis, sobre todo los que inician el consumo con menor edad, va a desarrollar un consumo problemática que en su forma más grave adquiere las características de una adicción.

En todas estas situaciones es importante que los profesionales de la salud tengan conocimientos y herramientas basados en la evidencia científica que les permitan un adecuado diagnóstico y plan terapéutico.

Para saber como aydar a las personas aditas al canábis la Revista Dependencias entrevistó Hugo Lopez, vicepresidente de Socidrogalcohol, que nos habló de la guía e de las herramientas para que las personas puedan aprender a vivir com satisfacion y alegría sin consumir.

He estado leyendo la Guía de Cannabis que ha escrito, y me surge una pregunta fundamental, ¿Cómo podemos ayudar a un adicto consumidor de cannabis?

HUGO LOPEZ (HL) - Al final es ayudar a una persona que tiene un problema de salud y la aproximación debe ser desde la sanidad. Esto puede parecer muy obvio, pero no siempre a las personas que han tenido una adicción o un problema con una sustancia, se les ha tratado como un ciudadano de pleno derecho que tiene un problema de salud. Muchas veces ha sido tratado como un delincuente, como un criminal...De hecho, en algunos países se sigue tratando así o se les excluye directamente del sistema sanitario. Lo primero es entender que es un problema de salud y que por lo tanto lo tiene que tratar un sanitario.

¿Hace o no hace daño el cannabis a la salud de los consumidores?

HL - Como todas las sustancias depende del tipo de consumo hacen más o menos daño. A mayor cantidad y frecuencia, más probabilidad de que haya daños por consumo de cannabis sobre la salud. Cuantos más años de consumo, también más probabilidad. Cuando la persona es más vulnerable a los daños de la sustancia,

también es más probable. Sabemos, por ejemplo, que como personas de salud mental, personas con problemas cardiovasculares, adolescentes y adultos jóvenes o embarazadas; son personas especialmente vulnerables a los daños del consumo de cannabis.

Y, sin embargo, los jóvenes tienen una baja percepción de riesgo del consumo de la sustancia, ¿esto por qué ocurre?

HL - Durante mucho tiempo, se han dividido las drogas en drogas blandas y duras. El cannabis a veces se clasificaba como droga dura y en los últimos años se ha clasificado como droga dura. Y es una clasificación totalmente artificial. Todo depende de la cantidad, de la frecuencia y de factores individuales. Para algunas personas consumir cannabis es más dañino que para otras. No es tanto de si una sustancia es dura o blanda, porque depende también de cada persona y del patrón con el que se consume. No hay drogas duras y blandas.



“Cannabis tiene efectos adversos demostrados científicamente.”

Habla de la relación del consumo de cannabis con trastornos como la psicosis, la esquizofrenia, hablamos de enfermedades muy complejas, ¿no?

HL - Sí. La esquizofrenia es una de las enfermedades mentales más graves que hay. Afortunadamente tiene tratamiento, pero que provoca mucho daño al paciente, a la familia y a la sociedad. Y es importante evitarla, hay factores genéticos que son inevitables, pero después hay factores ambientales que son evitables y el consumo de cannabis es uno de los más importantes y está relacionado con que la esquizofrenia y los síntomas psicóticos aparezcan antes, el pronóstico sea peor, la respuesta al tratamiento sea peor, etc.

El cannabis es una droga que hace daño a la salud y es ilegal, ¿si la legalizáramos dejaría de hacer daño a la salud?

HL - Es una buena pregunta. No lo sé, pero hay algunos daños de las drogas en general, y esto en el cannabis no es una excepción, que tiene que ver con su situación legal. Por ejemplo,

acabar en prisión por poseer droga o distribuir drogas, es una consecuencia sobre tu calidad de vida y tu salud social, grave. Esto está asociado con el estatus legal, pero hay otras consecuencias que la legalización del cannabis no va a mejorar la salud. Por el hecho de que sea legal, las personas que tengan esquizofrenia y consuman cannabis, no van a ir mejor. Es verdad que hay daños de las drogas asociados a su estatus legal y esto sí que puede cambiar si cambia el estatus legal, pero otros son independientes del estatus legal.

¿El consumo cannabis es o no un problema de salud pública?

HL - Absolutamente sí. Pero también me gusta recordar cuando respondo a esta pregunta, que también lo es el consumo de alcohol y de tabaco.

¿Es cierto, porque a pesar de estar legalizados hace daño a la salud?

HL - Claro, pero es importante recordarlo. Es un problema de salud pública.

Ya que hablamos de sustancias como el alcohol, cuando nosotros consumimos azúcar o sal, que también dañan la salud, Europa dice que hay que hacer un etiquetaje para advertir de los daños, pero no lo dice en relación con el alcohol, ¿Por qué?

HL - Bueno, desde hace muchos años sabemos que las medidas para prevenir el consumo de las sustancias son marcos regulatorios que son muy distintos en cuanto a la publicidad y este incluye el etiquetaje, el acceso a la sustancia y el precio de la misma. Se ha estado aplicando relativamente bien en Europa para el tabaco y no se ha aplicado para el alcohol. Probablemente los intereses económicos que tienen empresas en la Unión Europea, no son comparables a las que tienen las tabacaleras. La capacidad que tienen en la UE ha quedado demostrada recientemente hasta el punto de que no se sigan las indicaciones con evidencia científica. El etiquetado de bebidas alcohólicas debería ser más contundente.

A pesar de todo, hablemos de los datos, ¿cómo está el consumo en Europa y particularmente en España?

HL - Hemos revisado la evolución del consumo de cannabis de los últimos 10 años en Europa con investigadores alemanes e ingleses, y el consumo ha aumentado en los últimos años entre 2010 y 2019. Y sobre todo ha aumentado el consumo regular, el que más nos preocupa. El consumo habitual, que viene resumido por el consumo de cannabis en 20 veces o más en el último mes. Ha pasado del 3'1% al 3'9% en Europa. Y los países que más incrementado el consumo son Portugal, España y Luxemburgo. En Portugal, de los que consumen cannabis, el 60% lo consume de forma diaria o casi diaria. En el ranking seguiría Luxemburgo, entorno al 50% de los usuarios que lo han consumido el último mes lo han usado casi a diario. Y después estaría España con un 40%. Estos datos son importantes porque sabemos que estas personas tienen más riesgo de tener problemas con la sustancia. La necesidad de tratamiento en Europa ha pasado de 27 adultos de cada 100.000 en 2010 a 35 cada 100.000 en 2019.

Y a pesar de toda esta situación, no hay grandes fármacos que contribuyan a solucionar la situación.

HL - El tratamiento es sobre todo psicológico comuna tasa de respuesta moderada. No tenemos tratamientos farmacológicos, es verdad.

“ En Europa, el cannabis há pasado del 3,1% al 3,9%. Y los países que más incrementado el consumo son Portugal, España y Luxemburgo.”