

Cannabis

El cannabis de uso no medicinal es legal en Canadá desde el 17 de octubre de 2018.

Hay muchos puntos de vista diferentes sobre el cannabis. Algunos consideran que la transición al cannabis legal en la Columbia Británica es desafiante. Hay cierta información que debe conocer y que ayudará a mantener seguros a los residentes de Columbia Británica. Para obtener más información por parte del Gobierno de Columbia Británica sobre la legislación del cannabis, las regulaciones, el impacto al viajar, el cultivo en casa y más, visite [Conozca el cannabis \(Get Cannabis Clarity\)](#).

El cannabis se puede usar con fines medicinales y no medicinales. Las personas pueden elegir usar el cannabis por sus efectos terapéuticos. Sin embargo, esto también puede afectar su salud. El cannabis con fines medicinales ha sido legal en Canadá por varios años.

Conozca cómo el cannabis puede afectarles a usted y a su familia.

- [El cannabis y su salud](#)
- [Cannabis medicinal](#)

¿Qué es el cannabis?

El cannabis también se conoce como marihuana, hierba o porro. La planta del cannabis contiene muchos compuestos químicos, incluidos los cannabinoides. Estos químicos pueden afectar el cerebro y otras partes del sistema nervioso del cuerpo. El tetrahidrocannabinol (THC) y el cannabidiol (CBD) son los cannabinoides más conocidos.

Para obtener más información sobre la planta del cannabis y sus componentes:

- [Acerca del cannabis, Health Canada](#)
- [Introducción, Tiendas de cannabis en Columbia Británica](#)
- [Cannabis, Centro para la Adicción y la Salud Mental \(Centre for Addiction and Mental Health, CAMH\)](#)
- [Cannabis, Centro de Recursos de Salud Mental de Kelty](#)
- [Actualizaciones sobre el cannabis, sucursal de distribución de licor de Columbia Británica](#)
- [Cannabis: Cosas importantes que hay que saber, Kids Help Phone](#)

Uso responsable y más seguro

El cannabis afecta a las personas en formas diferentes. Entender los riesgos sobre la salud y los posibles beneficios del cannabis y los lineamientos para un uso más seguro pueden ayudarlo a tomar decisiones correctas para usted.

[Los Lineamientos para un uso menos riesgoso del cannabis en Canadá](#) ofrecen 10 recomendaciones sobre un uso más seguro del cannabis, si elige usarlo. Estas recomendaciones se centran en el uso no medicinal del cannabis, pero también deben tenerse en cuenta si usted usa el cannabis con fines medicinales.

1. Elija no usar el cannabis en lo absoluto si quiere evitar por completo los riesgos relacionados.
2. Si es joven, deje el uso del cannabis para etapas posteriores en su vida. Las personas jóvenes tienen mayores riesgos de salud asociados con el cannabis.

3. Elija productos de intensidad baja como los que tienen un contenido bajo de THC o una proporción más alta entre CBD y THC.
4. No use productos de cannabis sintéticos.
5. No fume cannabis. Es la forma más dañina de usarlo.
6. Si fuma cannabis, evite inhalar profundo y no contenga la respiración.
7. Limite su uso. Use el cannabis solo de forma ocasional para reducir los riesgos para la salud.
8. No conduzca ni opere maquinaria después de usar cannabis.
9. Evite cualquier uso de cannabis si tiene antecedentes personales o familiares de psicosis, abuso de sustancias, está embarazada o lactando.
10. No combine el cannabis con otros comportamientos de algo riesgo, como consumir alcohol u otras drogas

El uso de cannabis durante el embarazo puede afectar a su bebé. Para obtener más información sobre los riesgos para la salud por el uso de cannabis antes o durante el embarazo, consulte:

- [Información del embarazo, Sociedad Canadiense de Obstetricia y Ginecología](#)
- [¿Está considerando usar cannabis antes o durante el embarazo?, Gobierno de Canadá](#)
- [Las mujeres y el cannabis, Centro de Excelencia para la Salud de la Mujer](#)

Para obtener más información sobre los riesgos para la salud y los lineamientos para un uso más seguro, consulte:

- [Cannabis: Lo que los padres, tutores y cuidadores necesitan saber, Centro para la Adicción y la Salud Mental](#)
- [Efectos del cannabis sobre la salud, Gobierno de Canadá](#)
- [¿Piensa usar el cannabis mientras cría a sus hijos?, Gobierno de Canadá](#)

Hablar sobre el abuso de sustancias con su familia

Hablar abierta y honestamente con sus hijos y su familia sobre problemas complejos como el abuso de sustancias puede ayudar a establecer conexiones positivas y a aumentar la resiliencia. Consulte nuestros [artículos de crianza](#) para obtener consejos sobre las conversaciones con su familia.

Para obtener más información y recursos sobre cómo hablar con su familia:

- [La verdad directa: datos útiles sobre formas seguras de usar cannabis, Centro para la Adicción y la Salud Mental](#)
- [Guía de comunicación sobre el cannabis, Centro Canadiense del Abuso de Sustancias y la Adicción](#)
- [IQ del cannabis \(un recurso para las familias\), Red de Ontario para la Intervención Temprana en Psicosis](#)
- [Consejos para hablar con su adolescente, Drug Free Kids Canada](#)
- [Los jóvenes y el uso del cannabis \(una guía para padres\), HeretoHelp](#)
- [Hablar de marihuana con usted, Centro Canadiense para el Abuso de Sustancias y la Adicción](#)
- [Hablar con los adolescentes sobre las drogas, Gobierno de Canadá](#)
- [Respuestas a sus preguntas sobre el cannabis, Gobierno de Canadá](#)

Cannabis con fines medicinales

El cannabis se puede usar con fines medicinales para ayudar a tratar los síntomas de ciertas afecciones. El cannabis con fines medicinales ha sido legal en Canadá por varios años. Las Regulaciones para el Acceso al Cannabis con Fines Medicinales han tenido cambios menores con la introducción del cannabis con fines no medicinales.

Nuestro tema médico sobre [Cannabis medicinal](#) proporciona información sobre qué es el cannabis medicinal, para qué se usa y cómo se usa. También, proporcionamos información sobre algunos de los riesgos médicos del cannabis medicinal y cómo puede reducir su riesgo.

Si sufre de una enfermedad grave o debilitante, vive en Canadá y tiene el apoyo de un médico, puede solicitar [acceso al cannabis con fines medicinales de un productor con licencia](#). Para obtener más información, visite [Uso medicinal del cannabis, Health Canada](#), llame a la Oficina de Cannabis Medicinal al 1-866-337-7705 o hable con su proveedor de atención médica.

Leyes y regulaciones del uso de cannabis no medicinal en Columbia Británica

Entender las leyes y regulaciones del cannabis no medicinal en Canadá y Columbia Británica ayudará a los residentes de Columbia Británica a estar seguros. Se implementaron nuevas leyes para mejorar la seguridad. Por ejemplo, los cambios en la Ley de Vehículos Automotores le dan a la policía más herramientas para retirar de la vía a los conductores afectados. Visite [Conozca el cannabis](#), para obtener más información sobre las leyes y regulaciones en Columbia Británica y Canadá.

Para obtener más información sobre las leyes y regulaciones, consulte:

- [Cannabis, Gobierno de Columbia Británica, Seguridad Pública](#)
- [El cannabis y los viajes internacionales, Gobierno de Canadá](#)
- [El cannabis y las fronteras, Gobierno de Canadá](#)
- [Los trastornos del cannabis, Gobierno de Canadá](#)
- [Información al consumidor: cannabis, Gobierno de Canadá](#)
- [No conduzca drogas, Gobierno de Canadá](#)
- [El abuso de sustancias y los trastornos en el sitio de trabajo, WorkSafeBC](#)
- [Declaración la Oficina de Aduanas y Protección Fronteriza de los EE.UU. \(U.S. Customs and Border Protection, CBP\) sobre la legalización de la marihuana en Canadá y el cruce de frontera](#)

Recursos útiles

Servicio de Información y Remisión por Consumo de Alcohol y Drogas

El Servicio de Información y Remisión por Consumo de Alcohol y Drogas (Alcohol & Drug Information Referral Service, ADIRS) proporciona servicios de información y remisión gratuitos y confidenciales a los residentes de Columbia Británica que necesiten ayuda con cualquier problema de abuso de sustancias (alcohol u otras sustancias). La remisión a todos los servicios de tratamiento por abuso de sustancias está disponible para todas las edades.

Contacte a la línea gratuita de ADIRS en el 1-800-663-1441 o en el sur de la provincia en el 604-660-9382. La ayuda telefónica gratuita y en varios idiomas está disponible las 24 horas del día, los 7 días de la semana.

Centro de información de drogas y venenos de Columbia Británica

Si cree que alguien podría estar envenenado por cualquier sustancia, medicamento o químico, llame al [Centro de Control de Venenos](#). La línea de Control de Venenos está disponible las 24 horas del día, los 7 días de la semana. Llame al 604-682-5050 o al 1-800-567-8911 (línea gratuita en Columbia Británica) Hay interpretación telefónica disponible en 150 idiomas.

Centro Canadiense para el Abuso de Sustancias y la Adicción

[El Centro Canadiense para el Abuso de Sustancias y la Adicción](#) proporciona orientación basada en la evidencia para las decisiones sobre el abuso de sustancias en Canadá. Aprenda cómo hablar del uso del cannabis, el cannabis y los jóvenes, la investigación reciente sobre el cannabis y más. Asociación de Líneas de Crisis de Columbia Británica

La Asociación de Líneas para Casos de Crisis de Columbia Británica (Crisis Line Association of BC) es la asociación provincial que representa a los miembros de las líneas para casos de crisis en Columbia Británica. Llame para obtener apoyo emocional, evaluación e intervención para crisis y suicidios, así como recursos informativos.

- [1-800-SUICIDE \(1-800-784-2433\)](#): llame si tiene pensamientos suicidas o conoce a alguien que los tenga. El servicio está disponible las 24 horas del día, los 7 días de la semana y en 140 idiomas. Opera en alianza con el Centro de Prevención del Suicidio e Intervención de Crisis de Columbia Británica (Crisis Intervention and Suicide Prevention Centre of BC).
- [310-Mental Health \(310-6789\)](#): llame si necesita apoyo emocional, información y recursos específicos de salud mental en Columbia Británica. El servicio está disponible las 24 horas del día, los 7 días de la semana y es gratuito en cualquier lugar de Columbia Británica (sin necesidad de marcar un código de área).

Foundry

[Foundry](#) es una red a nivel provincial de centros integrados de salud y servicios sociales para personas de 12 a 24 años. Los centros Foundry ofrecen atención en salud mental, servicios para el abuso de sustancias, atención primaria, servicios sociales y apoyos de pares juveniles y familiares. Visite un [Centro Foundry](#) local.

HeretoHelp

[HeretoHelp](#) es un proyecto de Socios de Columbia Británica para la Información sobre Salud Mental y Adicción (BC Partners for Mental Health and Addictions Information). Siete agencias sin fines de lucro, líderes en salud mental y adicciones, trabajan de manera conjunta para ayudar a las personas a vivir bien, prevenir y manejar problemas de salud mental y abuso de sustancias.

- [Los jóvenes y el uso del cannabis \(una guía para padres\)](#)
- [Aprenda sobre el cannabis](#)
- [Un uso más seguro del cannabis: marihuana, hachís, aceite de hachís](#)

Centro de Recursos de Salud Mental de Kelty

[El Centro de Recursos de Salud Mental de Kelty](#) ofrece información sobre salud mental y el abuso de sustancias, recursos, ayuda para navegar el sistema de salud mental y apoyo de pares para niños, jóvenes y sus familias en toda el área de Columbia Británica.

Contacte al Centro de Recursos de Salud Mental de Kelty por teléfono a través del 1-800-665-1822, en persona en BC Children's Hospital (Mental Health Building, 4555 Heather Street, Vancouver, BC, Room P3-302 [3rd Floor]) o por correo electrónico a través de keltycentre@cw.bc.ca.

Última revisión: 9 de noviembre de 2018

Para leer acerca de otros temas en los folletos de HealthLinkBC, vea www.HealthLinkBC.ca/healthfiles o visite su unidad local de salud pública. Para obtener información y consejos en temas de salud en B.C. (para casos que no constituyan una emergencia), vea www.HealthLinkBC.ca o llame al número gratuito 8-1-1. El número telefónico de asistencia para personas sordas o con problemas de audición es el 7-1-1. Ofrecemos servicios de traducción (interpretación) en más de 130 idiomas para quienes los soliciten.