

Las 6 mejores prácticas para el consumo de cannabis en la juventud

Proteja su cerebro.
Sea inteligente con respecto al consumo del cannabis.

EN LOS MENORES DE 25 AÑOS, LA MARIHUANA RETRASA EL DESARROLLO DEL CEREBRO E INTERFIERE CON ÉL.

1

No consuma.

Abstenerse de consumir es la mejor manera de prevenir los efectos adversos del cannabis.



2

Demore el consumo.

Retrase el consumo tanto como sea posible. Si bien la "regla de oro" es esperar hasta los 25 años, cualquier retraso en el consumo del cannabis puede reducir el potencial de daño.

≥25

3

Disminuya el consumo.

Consumir menos y con menor frecuencia reducirá el riesgo de tener efectos adversos.



4

No conduzca después de consumir.

Evite consumirlo antes de conducir para reducir las posibilidades de colisionar con el vehículo y de que haya incidentes.



5

No fume.

Usar un vaporizador de cannabis es menos perjudicial para los pulmones que fumar.



6

Elija la dosis con precaución.

Cuando lo consuma a través de un alimento, recuerde que los efectos tardan entre 30 y 60 minutos en aparecer. Consumir mediante los alimentos es la causa más común de sobredosis de cannabis.

