

Diferentes formas de consumir cánnabis (marihuana)



Programa de Cannabis Medicinal
 Medical.Cannabis@doh.nm.gov
 (505) 827-2321

	Formas de consumir cánnabis:	¿Cuánto tiempo tarda en hacer efecto?	¿Cuánto tiempo puede durar? *	Razones por las que las personas pueden consumir cánnabis de esta manera:	Puntos que debe tener en cuenta:
Oral	 Bebidas: Jugo, té, batido, refresco	30 minutos a 2 horas	2 a 8 horas	- Alivio duradero - Sin humo - Fácil de tomar	- Puede tardar en notarse el efecto - Es fácil tomar una dosis excesiva - La potencia puede variar - Puede no ser adecuado para personas que controlan su consumo de azúcar o con necesidades dietéticas especiales
	 Comestibles: Piruletas, gominolas, galletas, crackers, helado, barritas de chocolate, chicle, palomitas, mezclas de frutos secos	30 minutos a 2 horas	4 a 12 horas	- Alivio duradero - Sin humo - Fácil de tomar	- Puede tardar en notarse el efecto - Es fácil tomar una dosis excesiva - La potencia puede variar - Puede no ser adecuado para personas que controlan su consumo de azúcar o con necesidades dietéticas especiales
	 Tinturas: Extraídas de plantas de cánnabis. Los usuarios colocan unas gotas debajo de la lengua	15 a 30 minutos	3 a 6 horas	- Acción rápida - Sin humo - Fácil de tomar - Fácil de ajustar la dosis - Portátil/discreto	- El sabor puede no ser adecuado para algunas personas - Las tinturas pueden tener una base alcohólica - La exposición al aire, el calor y la luz puede limitar su vida útil - La velocidad de absorción puede variar de una persona a otra
	 Pastillas: Cápsulas de gelatina/cápsulas blandas, Cápsulas de flor, Comprimidos	1 a 2 horas	8 a 12 horas	- Efectos duraderos - Sin humo - Portátil/discreto	- Eficacia variable - Es fácil tomar una dosis excesiva - Se puede confundir con medicamentos de aspecto similar
Inhalación**	 Fumar: Colocar la flor de cannabis en papel de fumar, pipas de agua, pipas manuales	30 minutos	2 a 4 horas	- Económico - Fácil de ajustar la dosis - Acción rápida - La forma más natural	- El olor puede ser problemático. - Puede irritar los ojos, la garganta y los pulmones. - Puede no ser ideal para personas con afecciones respiratorias (por ejemplo, asma, cáncer de pulmón).

*Este es el tiempo promedio; sin embargo, puede variar según cada persona.

**La inhalación puede irritar los ojos, la garganta y los pulmones, y las partículas presentes en el humo o el vapor pueden provocar o agravar afecciones respiratorias, especialmente bronquitis. (Para obtener más información, visite: https://www.mayoclinichealthsystem.org/hometown-health/speaking-of-health/marijuana-and-lung-cancer-risk#:~:text=It's%20important%20to%20note%20that,Vaping%20marijuana.)).

	Formas de consumir cánnabis:	¿Cuánto tiempo tarda en hacer efecto?	¿Cuánto tiempo puede durar? *	Razones por las que las personas pueden consumir cánnabis de esta manera:	Puntos que debe tener en cuenta:
Inhalación**	 Vaporizar: Calentar para aerosolizar sin combustión (aceite o flor seca)	Segundos a minutos	1 a 2 horas	- Acción rápida - Potencialmente menos irritante que fumar flores - Portátil - Múltiples opciones de dispositivos	- Los dispositivos para vapear pueden ser caros - Los dispositivos para vapear pueden estar mal fabricados (por ejemplo, la batería puede sobrecalentarse y provocar incendios y/o quemaduras en la piel) - Más información: https://pmc.ncbi.nlm.nih.gov/articles/PMC10491958/
	 Hacer un toque: Calentar un toque en una superficie caliente. Algunos ejemplos son la cera, la colofonia, la salsa, los diamantes, el budder, el shatter y el flan	Segundos a minutos	1 a 3 horas	- Acción rápida - Muy potente (muy fuerte)	- Es fácil tomar una dosis excesiva - No es adecuado para todas las afecciones (por ejemplo, asma, trastorno por estrés postraumático, ansiedad) - Es difícil de usar si no se está familiarizado con la técnica (no es adecuado para principiantes)
Cremas tópicas	 Lociones y pomadas: Productos que se aplican sobre el cuerpo y se absorben a través de la piel (ungüentos, pomadas, aerosoles, lociones).	10 a 30 minutos	Hasta 3 horas	- Fácil de aplicar - Alivio específico - Sin humo - No es tan fuerte ni tan intoxicante como otras opciones	- No es óptimo para todas las afecciones (por ejemplo, epilepsia, glaucoma, trastorno por estrés postraumático). - Puede causar irritación cutánea. - Útil para personas con náuseas o vómitos extremos, ya que se coloca sobre la piel.
	 Parche transdérmico: Se aplica sobre la piel y penetra en el torrente sanguíneo.	15 minutos	8 a 12 horas	- Fácil de aplicar - Alivio específico - Alivio duradero - Portátil/discreto - Sin humo	- Puede causar irritación en la piel. - Puede causar una reacción si es alérgico a los adhesivos. - Debe aplicarse sobre la piel limpia (por ejemplo, sin lociones, sin suciedad y sin grasa). - Útil para personas con náuseas o vómitos extremos, ya que se coloca sobre la piel.
	 Supositorios: Forma sólida y cónica que se inserta en el recto o la vagina.	15 a 30 minutos	4 a 8 horas	- Acción rápida - Sin humo - Alivio específico - Alivio duradero	- Familiarizado con el proceso - Puede ser complicado, incómodo o difícil de introducir en el cuerpo - Almacenamiento (debe refrigerarse) - Puede causar irritación a las personas sensibles a los ingredientes

Referencia:

Kaltenborn A, Dastagir K, Bingoel AS, Vogt PM, Krezdorn N. E-cigarette explosions: patient profiles, injury patterns, clinical management, and outcome. JPRAS Open. 2023 May 18;37:34-41. doi: 10.1016/j.jpra.2023.05.001. PMID: 37693690; PMCID: PMC10491958.

Sitio web del Programa de Cannabis Medicinal: mcp.doh.nm.gov

