

# Todo sobre la Marihuana



Algunos consejos para ti

## ¿Qué es?

### Mantén tu mente activa

La marihuana es una planta que contiene compuestos químicos, siendo el principal el tetrahidrocannabinol (THC), que es responsable de sus efectos psicoactivos. Es consumida de diversas formas, ya sea fumada, vaporizada, ingerida o aplicada tópicamente. Históricamente, ha sido utilizada con diversos propósitos, desde fines medicinales hasta recreativos y ceremoniales.

## Consejo #1

### Lleva una buena vida

Conoce tus límites: Cada persona reacciona de manera diferente a la marihuana. Es importante conocer tus límites personales y entender cómo te afecta la droga. Comienza con dosis bajas y aumenta gradualmente según sea necesario, especialmente si eres nuevo en su consumo.



## conceptos

### Conoce cada día

**Efectos:** La marihuana puede afectar a cada persona de manera diferente. Sus efectos pueden incluir euforia, relajación, alteración en la percepción del tiempo y del espacio, así como aumento del apetito. Sin embargo, también puede provocar efectos no deseados, como ansiedad, paranoia, disminución de la coordinación motora y dificultades cognitivas.



## Consejo #2

### Culturízate

Consume alimentos saludables: La marihuana puede aumentar el apetito y provocar antojos de comida chatarra. Intenta consumir alimentos saludables y nutritivos antes y después de consumir marihuana para mantener un equilibrio en tu dieta.

## Consejo #5

### Trabaja en tii

En resumen, la marihuana es una sustancia con efectos diversos y complejos, y su consumo conlleva riesgos y beneficios. Es importante tomar decisiones informadas y responsables sobre su uso, considerando tanto los aspectos médicos como legales. Siempre es recomendable buscar orientación profesional si tienes preguntas o inquietudes sobre el consumo de marihuana.