



Perfil de las personas

consumidoras de cannabis, según factores racionales y emocionales que motivan el consumo de este tipo de sustancia psicoactiva.

COSTA RICA.

Proceso de Investigación,
Diciembre, 2024.



**MINISTERIO
DE SALUD**

**GOBIERNO
DE COSTA RICA**

IAFA

CONSEJO EDITORIAL

Irene Alvarado Rojas
Natalia Fernández Rojas
Viviana Mora Morales
Dina Solano Meza
Ericka Trejos Gómez

EQUIPO RESPONSABLE

Irene Delgado Mora
Luis Carlos Hernández Mora

362.295

IN59p

Instituto sobre Alcoholismo y Farmacodependencia.

Perfil de las personas consumidoras de cannabis, según factores racionales y emocionales que motivan el consumo de este tipo de sustancia psicoactiva, IAFA, 2024 / Irene Delgado Mora, Luis Carlos Hernández Mora. --[1a. ed.]-- Costa Rica: IAFA, 2025.

106 p.

ISBN: 978-9930-510-46-9

1.USO DE MARIHUANA- ASPECTOS PSICOLÓGICOS - INVESTIGACIÓN-COSTA RICA I. Título II.
Hernández Mora, Luis Carlos III. Delgado Mora, Irene.

Contenido

Introducción	5
Planteamiento del problema	7
Objetivos.....	8
Objetivo general	8
Objetivos específicos.....	8
Metodología.....	9
Muestreo de informantes.....	10
Grupo focal.....	10
Instrumento	10
Marco teórico	11
Análisis de resultados	18
Primera experiencia y hábitos de consumo.....	18
Lugares de consumo:.....	19
Consumidor según frecuencia.	23
Hábitos de consumo	25
Frecuencia y cantidad.....	27
Preferencias sobre el cannabis.....	31

Motivación intrínseca	43
Beneficios de consumir	43
Motivación Extrínseca.....	52
Reducir el consumo o dejarlo	57
Control de consumo.....	57
Dejar el consumo.....	60
Perfiles de consumidores	64
Relajado o sereno	64
Social o creativo	66
Terapéutico.....	68
Experimental	70
Discusión.....	72
Recomendaciones.....	79
Referencias	80
Anexos.....	83

Introducción

El consumo de sustancias psicoactivas produce consecuencias negativas en la salud de las personas e impacta también los entornos familiares, laborales y académicos, así como los servicios de salud. Entre las personas consumidoras habituales pueden desarrollarse trastornos por dependencia y pérdida de la capacidad de control sobre el consumo.

Informes recientes de organismos internacionales señalan un aumento sostenido en los indicadores de prevalencia. Según el Informe Mundial sobre las Drogas 2022:

Tendencias de los mercados de drogas, cannabis y opioides, el cannabis continúa siendo la sustancia psicoactiva ilícita más consumida a nivel global. En 2020, más del 4 % de la población mundial de entre 15 y 64 años (209 millones de personas) reportó haber consumido cannabis en el año anterior. Además, la prevalencia aumentó un 8 % desde 2010 (pasó de 3,8 % a 4 %), y el número total de personas consumidoras creció un 23 %, debido en parte al incremento de la población mundial (UNDOC, 2022, p. 18).

En Costa Rica, diversas investigaciones realizadas por el Instituto sobre Alcoholismo y Farmacodependencia (IAFA), entidad estatal encargada de la dirección técnica, el estudio, la prevención, el tratamiento y la rehabilitación relacionados con el alcohol, el tabaco y otras sustancias psicoactivas lícitas o ilícitas, también evidencian un crecimiento en los indicadores de prevalencia de cannabis desde 1990. Según el Atlas de consumo de drogas en Costa Rica, “en 1990, solo el 0,4 % de la población se consideraba consumidora activa (consumo en el último mes), mientras que para 2015 la cifra aumentó a 3,2 %. Además, en 1990 se registraron dos casos nuevos de personas consumidoras por cada mil, mientras que para 2015 fueron diez por cada mil”. (IAFA, 2015).

A partir de estas tendencias de consumo observadas tanto a nivel internacional como nacional, se ha fortalecido de manera progresiva el debate sobre la legalización de la producción de cannabis con fines

medicinales, terapéuticos e incluso recreativos. América Latina no ha sido la excepción: países como Chile, Argentina, Colombia, Ecuador, Panamá, Paraguay y Perú cuentan con legislación que autoriza y regula la producción de cannabis a escala industrial para propósitos medicinales y terapéuticos; además, Uruguay y México han legislado también su uso con fines recreativos.

En este contexto, en Costa Rica, el 11 de noviembre de 2020 la Comisión de Ambiente de la Asamblea Legislativa dictaminó afirmativamente un proyecto para regular las licencias de siembra, industrialización e investigación relacionadas con el cannabis medicinal. Meses después, el Partido Acción Ciudadana (PAC) presentó una iniciativa para regular la producción, el consumo y la venta de cannabis y sus derivados. Finalmente, el 2 de marzo de 2022 —luego de un veto presidencial orientado a modificar algunos artículos del proyecto original— se aprobó la Ley N.º 10113, Ley del cannabis para uso medicinal y terapéutico y del cáñamo para uso alimentario e industrial. Esta normativa regula exclusivamente la producción de cannabis y sus derivados para fines medicinales y terapéuticos. El consumo con fines recreativos, por su parte, permanece sin regulación.

Cabe destacar que el cannabis es, probablemente, la sustancia psicoactiva ilícita cuyo consumo se ha “normalizado” con mayor rapidez. La disminución en la percepción de riesgo ha favorecido una mayor aceptación social de esta sustancia. Diversos estudios muestran que las personas adolescentes y adultas jóvenes no perciben el consumo de cannabis como un factor de riesgo para el desarrollo de problemas de salud, entre otros.

Otro aspecto relevante es la facilidad de acceso. Según la Encuesta Actualidades 2017 de la Escuela de Estadística de la Universidad de Costa Rica, el 78,1 % de la población considera que es fácil o muy fácil conseguir cannabis (UCR, 2017, p. 13).

En este sentido, investigaciones cualitativas como la presente resultan fundamentales para profundizar en las motivaciones extrínsecas e intrínsecas que llevan a las personas a consumir cannabis.

Planteamiento del problema

Los datos estadísticos disponibles relacionados con el estudio del consumo de sustancias psicoactivas, como el cannabis, son resultado de diversas investigaciones de tipo cuantitativo, a partir de las cuales se han sistematizado, desde 1990, los registros de prevalencia de consumo alguna vez en la vida, en el último año (consumo reciente) y en el último mes (consumo activo). Sin embargo, las investigaciones de tipo cualitativo son escasas, por lo que no se cuenta con estudios que aborden la problemática del consumo desde las motivaciones que estimulan a las personas a consumir cannabis.

En este sentido, el presente estudio aportará a la ampliación del conocimiento sobre el consumo de cannabis mediante una exploración de las preferencias, actitudes, emociones y percepciones de riesgo de las personas que consumen esta sustancia psicoactiva. Asimismo, permitirá profundizar los conocimientos teóricos sobre este fenómeno desde las vivencias de las personas entrevistadas.

Las afectaciones que el consumo de esta sustancia puede acarrear en distintos niveles, tanto en el plano personal como en los sistemas de salud y en la sociedad en su conjunto, justifican la necesidad de desarrollar líneas de investigación y de actuación específicas en materia de prevención, debidamente avaladas por la evidencia científica, además de contribuir a dimensionar la magnitud del consumo de esta sustancia psicoactiva en la población adulta.

Objetivos

Objetivo general

Caracterizar el perfil de las personas consumidoras de cannabis, según factores racionales y emocionales que motivan el consumo de este tipo de sustancia psicoactiva, IAFA 2024.

Objetivos específicos

- Distinguir las motivaciones extrínsecas, así como, los diferentes detonantes que, llevan al consumo de cannabis a la población entrevistada.
- Diferenciar los hábitos de consumo de cannabis, razones de su uso, lugares de consumo, frecuencia, cantidad de consumo, entre otros.
- Discernir cuáles son las emociones y percepciones que surgen como motivación intrínseca para dicho consumo.
- Identificar posibles argumentos racionales que llevarían a los informantes a dejar de consumir o disminuir su consumo.

Metodología

La presente investigación tiene un enfoque cualitativo de tipo exploratoria, ya que se busca comprender el comportamiento, las motivaciones y las características de algunos grupos de personas consumidoras de cannabis. Al respecto, se indica.

La investigación cualitativa trabaja con personas, situaciones, observaciones, historias, conductas, funcionamiento organizacional y movimientos sociales (Miles y Huberman, 1994), se utiliza básicamente las palabras y no los números, para comunicar los hallazgos. El objetivo de la investigación cualitativa es obtener información respecto a actitudes y opiniones de un grupo de individuos con hábitos, necesidades e intereses similares (Barrios & Costell, 2004). Se busca conocer con profundidad las necesidades, intereses y preocupaciones (Krueger, 1988). (Miles y Huberman, 1994, Barrios & Costell, 2004, Krueger, 1988, (citado por Ivankovich y Araya, 2010, p. 547)

La recolección de datos se realizó mediante la aplicación de grupo focal de dos horas de duración, con 2 grupos de 8 personas con características diferentes en cuanto a edad y condición socioeconómica, segmentadas por hombres y mujeres. Para ello, se diseñó una guía de preguntas específicas que aportara a la discusión de los grupos y permitiera recolectar información para responder a los objetivos de la investigación. La investigación se llevó a cabo durante 2024 como parte de los proyectos de investigación del IAFA.

El análisis de los datos se realizó con el programa RStudio, empleando una combinación de librerías especializadas para el análisis de información cualitativa, como RQDA, tm, quanteda, txt, syuzhet y topicmodels. Con éstas se codificaron los textos, se identificaron patrones de comportamiento y tendencias en los datos textuales, así como la extracción de temas latentes y el análisis de emociones.

Muestreo de informantes

El reclutamiento de personas participantes se realizó por medio de la empresa contratada, la cual aseguró la participación de la muestra total solicitada y se encargó de gestionar los lugares apropiados para la realización de las sesiones. Estas se llevaron a cabo en 2 grupos de 10 participantes por región del IAFA, para un total de 200 personas.

Grupo focal

La importancia de esta técnica radica en que facilita la interacción con el grupo meta del estudio; permite conocer y comprender las actitudes, necesidades, intereses y motivaciones de las personas participantes para continuar con el consumo o, por el contrario, cesarlo. La duración de cada entrevista fue de un máximo de 2 horas, iniciando con preguntas generales sobre el consumo de cannabis y concluyendo con preguntas más específicas. A su vez, se utilizó una entrevista semiestructurada para asegurar que todos los aspectos de interés se cubrieran durante la entrevista.

Instrumento

El instrumento consistió en un conjunto de preguntas abiertas, mediante las cuales las personas participantes expresaron sus opiniones de acuerdo con sus vivencias, desarrollando así la dinámica de la sesión grupal.

Marco teórico

El consumo de cannabis constituye un fenómeno de creciente relevancia en el ámbito de la salud pública, tanto por su amplia difusión como por las implicaciones que tiene en la salud física, psicológica y social de las personas. A nivel internacional, se ha documentado un conjunto de consecuencias cognitivas, emocionales y fisiológicas asociadas a su consumo, además de la influencia que ejercen diversos factores psicosociales en su inicio y mantenimiento, especialmente en población adolescente y adulta joven.

A continuación, se presenta una revisión de los principales aportes teóricos y empíricos relacionados con el cannabis, su composición, los efectos asociados a su consumo y los factores psicosociales vinculados, con el fin de contextualizar la problemática y sustentar el análisis de la presente investigación. Citando a Gómez Velásquez et al. (2023), en el estudio *Cannabis recreativo: perfil de los cannabinoides presentes en muestras de cannabis suministradas por población consumidora*, se presenta la siguiente definición de cannabis:

La Cannabis Sativa: también conocida como cannabis, una planta milenaria que hoy en día se cultiva alrededor de todo el mundo, ha sido ampliamente empleada a nivel medicinal y recreacional. Según el “Código de los Estados Unidos”, el término cannabis corresponde a todas las partes de la planta Cannabis L., ya sea que crezcan o no, las semillas, la resina extraída de cualquier parte de la planta, y todo compuesto, manufactura, sal, derivado, mezcla o preparación de dicha planta, sus semillas o resina. Dicha planta pertenece a la familia Cannabaceae y hoy en día, de acuerdo con las más recientes clasificaciones, se sabe que tiene alrededor de 170 especies. La especie Cannabis es la más conocida, la cual tiene la capacidad de sintetizar alrededor de 565 sustancias, 120 de las cuales, corresponden a moléculas de 21 átomos de carbonos con un esqueleto terpenofenólico llamadas fitocannabinoides, siendo el delta 9 tetrahidrocannabinol (Δ^9 -THC o THC) el cannabinoide que se encuentra en mayor proporción en la planta y el responsable de la gran mayoría de los efectos psicoactivos del cannabis. Otros fitocannabinoides, que también presentan actividad psicotrópica y que están en menor proporción en el material vegetal, son la cannabivarina (THCV)

y el CBN, este último evaluado en el presente estudio como marcador de oxidación del THC. Otros cannabinoides que no presentan actividad psicoactiva y que se pueden encontrar en la planta en diferentes concentraciones dependiendo de la cepa son cannabidiol (CBD), cannabicromeno (CBC), y canabigerol (CBG).

La dependencia a esta sustancia psicoactiva se ha convertido en objeto de intervención a nivel mundial, así como en tema de estudio por parte de diferentes especialistas. Sobre este tema, Mazzei (2018) señala lo siguiente:

El mecanismo a través del cual se produce la adicción es primariamente neurobiológico e involucra el sistema de recompensa mesolímbico, componen este sistema estructuras el núcleo accumbens, la amígdala y regiones relacionadas y el hipocampo. La otra estructura involucrada es la corteza prefrontal. Todos estos centros son estimulados por la dopamina, cuyos niveles son aumentados por todas las drogas, ya sea por directa o indirecta. Además de la dopamina, los efectos reforzantes del cannabis también se ejercen a través de mecanismos no dopaminérgicos relacionados con otros neurotransmisores como el glutamato, de acción excitatoria, el ácido gama-aminobutírico, de acción inhibitoria y varios opioides endógenos de acción excitatoria o inhibitoria.

Asimismo, este mismo autor añade que:

Las drogas estimulantes en general producen aumento de la atención, estado de alerta, actividad psicomotora y del sistema nervioso autónomo. Su comportamiento se asemeja al de las recompensas naturales (relaciones sociales, por ejemplo) actúan sobre los mismos mecanismos neurológicos produciendo placer conductual. La diferencia radica en que las drogas usurpan los mecanismos dopaminérgicos, pero no producen efecto saciedad, es decir que el aumento de la dopamina no se detiene produciéndose sensibilización dopaminérgica, el mecanismo básico de la adicción. (Mazzei, 2018)

En relación con el consumo de cannabis, se han desarrollado investigaciones que han determinado distintas implicaciones para la salud que puede provocar el uso de esta sustancia psicoactiva. Así, Rial et al. (2019) indican que:

Numerosos trabajos han hecho hincapié en las implicaciones que el consumo de dicha sustancia tiene a nivel cerebral, tanto desde un punto de vista estructural como funcional (Jacobus y Tapert, 2014). Se han constatado además efectos adversos para la salud a nivel respiratorio y cardiovascular (Bechtold, Simpson, White y Pardini, 2015). Se ha asociado a una mayor prevalencia de sintomatología psicótica (Arseneault et al., 2002; Henquet et al., 2005), ansiedad, depresión o un mayor riesgo de suicidio (Feingold, Weiser, Rehm y Lev-Ran, 2016; Silins et al., 2014).

Adicionalmente, en diversas entrevistas, foros y conferencias se ha conversado sobre el deterioro cognitivo como secuela del consumo de cannabis, tal como lo expuso Thomas (1993, citado por Núñez, 2000):

Existe un amplio consenso entre los diversos autores que han estudiado el cannabis de que el consumo de esta sustancia provoca en la mayoría de los usuarios alteraciones diversas tanto en el aspecto físico (boca seca, alteraciones en la pupila y en el ritmo cardíaco, etc.) como en el psíquico. En este último destacan la sensación de euforia, aumento de la relajación, distorsión en la percepción del tiempo y del espacio, así como alteraciones en la memoria y en la concentración, entre otras. En ocasiones y, entre sujetos predispuestos y por diversos motivos (dosis consumida, efecto del ambiente, expectativas ante el consumo), pueden aparecer crisis de angustia, fenómenos de despersonalización, ideas de referencia no delirantes y síntomas depresivos (Thomas, 1993). (Núñez, 2000, parr. 6)

Entre las alteraciones más frecuentes por el consumo de cannabis ha sido la alteración del funcionamiento de la memoria, temática que los investigadores le han dado importancia y seguimiento tal como lo señala Musty et al., (2000, citado por Nuñez, 2000).

Entre ellos se encuentran la alteración en la memoria reciente, en la memoria de reconocimiento (en forma de una alta frecuencia de errores por intrusión), en el cálculo aritmético y en funciones

relacionadas con lóbulo frontal (estrategias de planificación y organización). La explicación más sólida para este deterioro sería el déficit de atención provocado por el aumento en la competición de intrusiones de asociaciones irrelevantes. Dichas alteraciones son reversibles, incluso tras consumos moderados en cantidad y tiempo. (parr. 8)

Además, es importante considerar que, al hablar sobre las personas consumidoras de cannabis, conviene conocer lo estudiado en torno a sus factores. Así lo señalan Hawkins y Miller (1992, citado por García Aurrecoechea et al., 2016): “se reconoce una amplia gama de factores de riesgo asociados con la problemática del consumo de drogas, los cuales pueden clasificarse, según su cercanía con el individuo y su medio, en factores individuales, microsociales y macrosociales”.

En un estudio realizado en España sobre la intención conductual de consumir cannabis en adolescentes —*Análisis de la intención conductual de consumir cannabis en adolescentes: desarrollo de un instrumento de medida basado en la teoría de la conducta planificada*—, Arroyo y Carrero (2007) resumieron los resultados de la siguiente forma:

Las actitudes que más diferencian, en función de la intención conductual manifestada y la experiencia previa, son las que asocian el consumo de cannabis a la diversión, la creatividad, la relajación, las que asocian el consumo de cannabis al de otras drogas, a los problemas familiares, académicos y de salud. El control conductual percibido para el consumo y para la práctica de alternativas y la norma subjetiva referida a la familia y a los amigos también diferencian, aunque resulta necesario analizar los subcomponentes por separado, porque pueden generar resultados confusos, y es más diferenciadora la norma subjetiva - descriptiva, que la injuntiva. Cinco componentes del cuestionario predicen casi la mitad de la intención conductual de consumir cannabis.

Es frecuente encontrar a personas usuarias de cannabis que señalan que es “medicinal” y que no tiene consecuencias peligrosas como otras sustancias psicoactivas. Sin embargo, Cáceres (2022) en su artículo *Cannabis medicinal: más allá del mito, solo otra droga (vegetal)*, indica que:

Adicionalmente, bibliografía científica confiable muestra gran cantidad de reportes de eventos adversos, varios de ellos graves e irreversibles. Entre estos, podemos nombrar paro cardiorrespiratorio, linfadenopatías, trombocitopenias, vértigo, diabetes, náuseas, vómitos, dolor abdominal, cáncer, hepatotoxicidad, reacciones anafilácticas, anorexia, somnolencia, convulsiones, accidentes cerebrovasculares, falla renal aguda, tendencia suicida y suicidio. Quizá una parte considerable de ellos se deban al THC, principal sustancia psicoactiva del cannabis, aunque todos estos efectos seguramente no pueden atribuirse solo a este compuesto. (parr.15)

A su vez, es importante destacar artículos que han señalado cómo la pandemia por COVID-19 ha incidido en el consumo de cannabis entre la población adulta joven. Así lo refiere Schering (2023) en su artículo *CDC: Las visitas a urgencias relacionadas con el cannabis aumentaron entre los jóvenes durante la pandemia de COVID-19*, publicado por la *Academia Americana de Pediatría*:

Más del 90% de las visitas a urgencias relacionadas con el cannabis por parte de personas menores de 25 años ocurrieron entre adolescentes y adultos jóvenes de 15 a 24 años. En este grupo de edad, el número promedio semanal de visitas a los servicios de urgencias relacionadas con el cannabis durante la pandemia osciló entre 2.276 y 2.813, en comparación con las 2.118 y 2.531 anteriores a la pandemia. Los autores anotaron que los aumentos en este grupo de edad podrían deberse en parte al uso entre las personas más allá de la edad de la escuela secundaria. (párr. 7)

Entre los factores psicosociales que se relacionan con el consumo de esta sustancia psicoactiva se encuentra la baja autoestima, factor que sobresale en el estudio realizado por Medina et al. (2024), donde se indica que:

Se observó que las personas que experimentan bajos niveles de autoestima son más propensas a involucrarse en comportamientos de riesgo..., este comportamiento es derivado del intento de aumentar la autoestima, desobedeciendo normas legales o sociales. Esto sugiere que las experiencias de autoevaluación conducen a una pérdida de motivación para seguir las expectativas normativas y aumentan la motivación para desviarse de las estructuras normativas para mejorar la autoestima. Por lo tanto, de acuerdo con la teoría de la auto derogación, los adolescentes con baja

autoestima pueden involucrarse en el consumo de cannabis para mejorar su autoestima. (p. 226)

Se recalca, además, que los enfoques de los diversos programas de intervención dirigidos a personas que consumen cannabis están orientados a mejorar la autoestima, uno de los pilares de las habilidades blandas, al respecto se indica:

Algunos programas de intervención diseñados para prevenir el consumo de cannabis por parte de los adolescentes han buscado mejorar la autoestima con motivos preventivos. Bajo el fundamento teórico de que el riesgo de consumo de cannabis en los adolescentes se mitiga al mejorar sus habilidades sociales y cognitivas, necesarias para resistir las influencias sociales y de los compañeros. En ese marco mejorar las habilidades para la regulación de emociones, que están influenciados por factores cognitivos sociales, protegen contra la iniciación en el consumo de cannabis entre los adolescentes. (Medina et al., 2024)

Motivación

El concepto de motivación se encuentra entrelazado con el interés que genera un estímulo externo y con los recursos que pueden invertirse para obtener una determinada recompensa.

La motivación se entiende como el conjunto de procesos internos que orientan, activan y sostienen la conducta hacia una meta específica. Desde una perspectiva cognitiva, este concepto se vincula con la capacidad de las personas para dirigir sus acciones en función de expectativas, metas y percepciones de control personal. Birch, (1974) destacan que la motivación no solo implica iniciar una acción, sino también regularla y mantenerla en el tiempo, integrando factores emocionales y cognitivos que influyen en la toma de decisiones y la persistencia ante las demandas del entorno.

En la motivación se distinguen comúnmente dos tipos: intrínseca y extrínseca. La motivación intrínseca comprende determinaciones que provienen de una consecuencia interna; es decir, hace referencia a la determinación que nace de un deseo propio. La motivación extrínseca corresponde a la determinación que se produce por un refuerzo externo, en la que las consecuencias que se generan en el entorno impulsan la realización de la tarea.



Perfil de las personas

consumidoras de cannabis, según factores racionales y emocionales que motivan el consumo de este tipo de sustancia psicoactiva.

COSTA RICA.

Análisis de resultados

Primera experiencia y hábitos de consumo

En este apartado se desarrollará el segundo objetivo del presente informe, consistente en diferenciar los hábitos de consumo de cannabis, las razones de su uso, los lugares de consumo, la frecuencia y la cantidad de consumo hallados en las entrevistas realizadas.

En primera instancia, se observó que no existe un patrón definido sobre la primera vez que consumieron las personas, así como respecto de la experiencia y la razón para hacerlo. Debido a ello, las experiencias pueden dividirse en dos grandes grupos.

En primer lugar, se encuentran las personas cuya experiencia se dio siendo menores de edad, entre los 13 y 17 años, principalmente con amistades o compañeras/os que ya consumían o tenían alguna familiaridad con la droga, ya fuera por el contexto donde vivían, la influencia familiar u otras amistades.

Entre las experiencias mencionadas por las personas entrevistadas de este grupo, se identificaron quienes consideraron que el cannabis no tuvo efecto porque no “jalé bien”; quienes tuvieron una primera mala experiencia conocida como “el palidazo” o “la pálida”, la cual consiste en una disminución de la presión arterial y de la glucosa y, en general, la sensación de afectación de los signos vitales; y quienes experimentaron efectos percibidos como positivos al consumir cannabis.

“Yo siento que fue amor a primera vista jaja bueno a primer jalón, desde que la probé me encantó”

Ninguno de los tres tipos de experiencias anteriormente mencionados hace que la persona decida dejar de consumir; más bien, extiende el tiempo entre la primera y la segunda vez, especialmente en quienes tuvieron una mala experiencia. Entre quienes no sienten efecto o reportan una buena sensación, el tiempo entre la primera experiencia y la segunda es mucho más corto y no se percibe como peligroso.

En segundo lugar, se encuentran aquellas personas que, ya siendo mayores de edad, entre los 18 y

30 años, deciden empezar a fumar. En este escenario se incluyen personas consumidoras que ya fumaban cigarrillo convencional y deciden empezar a consumir, sea por el contexto y las relaciones interpersonales que tienen en ese momento o porque consideran que es una edad prudente para iniciar a consumir.

“Usted sabe hay estudios que dicen que uno no debería empezar a consumir como ella a los 14 porque el cerebro no se ha terminado de formar y eso es lo que hace la pérdida de neuronas, creo que es a partir de los 20 – 25 que es recomendable hacerlo”

De igual forma, en estas primeras experiencias se encuentran personas que reportaron una buena sensación al estar bajo los efectos de la sustancia y quienes tuvieron un “palidazo”. A diferencia de la primera experiencia de personas menores de edad, el tiempo entre la primera y la segunda vez es más corto, sin importar el tipo de experiencia.

Lugares de consumo:

El contexto de la primera ocasión de consumo está determinado por factores que trascienden la experiencia en sí y remiten a las circunstancias de tiempo y espacio. Los lugares citados por las personas participantes son:

Centro Educativo

Entre algunas de las personas participantes, la primera experiencia se dio dentro del centro educativo donde cursaban la secundaria, especialmente en los baños. Este espacio se considera alejado de la seguridad o vigilancia por parte de las personas encargadas. Para ello, las personas estudiantes utilizan un instrumento llamado “Bullet”, debido a que la cantidad de olor y humo que desprende al inhalar es menor.

“Yo estaba en el baño en el cole, creo que estaba en noveno, entonces mientras yo fumaba otra persona cuidaba en la puerta y así era un hornazo, pero nadie se dio cuenta”

Parques

En la misma línea de las personas menores de edad, es recurrente que se escapen del centro educativo para fumar en lugares cercanos, como los parques. Estos espacios son escogidos por varias personas consumidoras debido a la cercanía con sus colegios y por ser al aire libre. Existe la percepción de que, a pesar de ser espacios públicos, no están tan vigilados por la policía, lo que posibilita el consumo de cannabis.

“Nos escapamos, fuimos a unas canchillas que había en el barrio y nos fumamos un purillo entre todos”

Montaña y ríos

Especialmente, las personas consumidoras fuera de la Gran Área Metropolitana (GAM) encuentran espacios como la montaña o los ríos ideales para consumir por primera vez. Se tiene la idea de que estos lugares brindan la tranquilidad y la seguridad necesarias para “tener un buen viaje”; además, el hecho de estar alejados posibilita que haya menor presencia policial en la zona.

“La montañita, el aire y un purito, fue la mejor combinación porque uno está como concentrado y eso no deja que se vaya de mal ride, porque obvio todo influye”

Casas

En las familias donde el consumo de cannabis es recurrente, o bien cuando las personas adultas responsables pasan fuera del hogar muchas horas al día, se propicia que adolescentes y jóvenes cuenten con espacios para fumar, ya sea en solitario o acompañados/as. Asimismo, las personas que salen de su núcleo familiar y empiezan a vivir solas y/o con compañeras/os que consumen tienen una mayor probabilidad de iniciar el consumo.

“Yo me vine a vivir con mi prima aquí en San José y ahí fue como abrir una puerta hicimos de todo, empezamos a fumar cigarrillo y ella ya consumía marihuana entonces yo dije bueno ya fumo hagámosle a esto”

Bares / fiestas

Según las experiencias iniciales de consumo, las fiestas, clandestinas o formales, los cumpleaños o las salidas sociales fueron el ambiente propicio para empezar a consumir, especialmente para las personas que habían tenido experiencias previas con alcohol, cigarrillo u otras drogas ilícitas.

Esto puede explicarse por dos razones principales: (a) la euforia del momento, cuando el alcohol empieza a hacer efecto, y fumar se percibe como el paso siguiente para tener una mejor experiencia durante la fiesta; o (b) la presión social de sentirse parte de un grupo.

“Era un muchacho de quince años, y uno de mis amigos que era más grande lo llevaba entonces ahí fue como probé un puro, pero fue buenísimo, pero si en una fiesta de quince ahí fue mi primera vez y ya luego en un puesto de esos que uno hace para ir a tomar, ahí lo volví a fumar”

Curiosidad

La curiosidad es un sentimiento habitual en las personas, que las impulsa a la exploración y al aprendizaje sobre su entorno. Esta curiosidad motiva a probar cosas nuevas, experimentar, descubrir y conocer.

Como común denominador, se encontró que la curiosidad es el factor decisivo para que una persona, sin importar la edad, el círculo social, el estatus económico y/o el lugar de residencia, decida fumar por primera vez

“Un día salimos del cole e íbamos caminando y los maecillos me dijeron hey quiere y yo sabía que ellos ya lo hacían y di tenía curiosidad y acepté para ver si era real lo que decían”

Además, la mayoría de las personas consumidoras alegó haber iniciado el consumo a edades tempranas, buscando con ello el sentido de pertenencia a un grupo de pares determinado, influida por algún tipo de presión social que propició probar e iniciar el consumo de cannabis en la población en estudio.

Se identificó el ocio como tercer factor para empezar a consumir. Existe una relación entre la organización del tiempo de ocio y el aspecto económico, en la que la asociación de ambas situaciones propicia que una persona inicie el consumo, producto de la búsqueda de nuevas formas de divertirse o de salir de la rutina.

La sensación de querer escapar de la realidad se identificó como un cuarto factor en las personas que iniciaron el consumo en la edad adulta, ya que el estrés de las obligaciones o responsabilidades en su cotidianidad les insta a buscar un escape. Asimismo, se percibe como una alternativa a no consumir medicamentos para la salud mental.

“Yo tenía una depresión ahí muy fuerte, pero la clona lo pone a uno muy tonto y quería otra vara”

Como último factor, se identificó el “medicinal”: algunas personas indicaron haber iniciado el consumo por recomendación para sobrellevar problemas de salud o tratamientos; por ejemplo, en el caso de cáncer, señalaron que el tratamiento prescrito no les producía disminución del dolor. Además, se hallaron personas con ansiedad, trastornos del sueño o hiperactividad, quienes encontraron en esta sustancia una solución para sus padecimientos.

“Bueno yo empecé porque estaba enfermo, tenía 15 y les recomendaron a mis papás darme THC para el dolor y después empecé yo solo por mi cuenta”

Percepción inicial

Las personas consumidoras, antes de consumir por primera vez, ya se habían informado por diferentes medios, como internet o amistades; en su mayoría, contaban con una percepción inicial de lo que iban a sentir y, guiadas por la curiosidad, se generó en ellas un deseo genuino de experimentar aquella sensación que, según sus palabras:

“no tiene comparación, es lo mejor del mundo”

Sin embargo, dicha situación, en la mayoría de los casos, no cumple sus expectativas, pues en su imaginario iban a alucinar o sentir “que estaban volando”; esto se transformó en una sensación de relajación extrema, risa incontrolable, lentitud y falta de concentración.

Según las personas usuarias, esa sensación va más allá de lo que se quiere o espera sentir y se ve influenciada por factores como la seguridad, la planificación del momento, la compañía y/o estar en un estado de relajación. Por ello, no se puede generalizar una sensación o experiencia de “estar pijeado”.

Dado lo anterior, las personas usuarias señalan que no se debe tener, por más complejo que sea, una expectativa previa al consumir cannabis, ya que genera expectativas que pueden no alcanzarse y, más bien, propiciar un “mal viaje”

“Mae yo no consumía, pero estaba con mis amigos que, si lo hacían, y yo veía que se reían y se empayasaban demasiado y yo me reía con ellos, pero no entendían como yo podía estar tan feliz sin estar pijeada, entonces dije mmm ¿si estoy así sin fumar me reiré el doble pijeada? Eso era lo que esperaba estar en la payasa”

Consumidor según frecuencia.

Consumidor diario constante

En el siguiente bloque se describe a personas usuarias de cannabis que consumen de manera constante a lo largo del día, desde la mañana hasta la noche. Este grupo abarca desde quienes son consumidoras “experimentadas”, con alta tolerancia al cannabis e integración de su uso en la rutina diaria por diversos motivos, hasta quienes lo hacen por razones recreativas, buscando disfrutar de los efectos psicoactivos de forma continua. Asimismo, se incluyen quienes prefieren usarlo con fines medicinales, para manejar condiciones crónicas como el dolor o la inflamación, así como trastornos del estado de ánimo, por ejemplo, la depresión.

Consumir tres veces al día

Estas personas planifican su consumo de cannabis de manera estratégica para obtener beneficios específicos a lo largo del día. Por la mañana, pueden utilizarlo para iniciar el día de forma relajada o para estimular el apetito antes del desayuno. Durante la tarde, lo emplean para reducir el estrés y mejorar el enfoque. Antes de dormir, aprovechan las propiedades sedantes del cannabis para inducir el sueño y mejorar la calidad del descanso nocturno. Este patrón de consumo puede orientarse tanto a objetivos recreativos como terapéuticos, según las necesidades individuales.

Usuario nocturno

Las personas de este grupo utilizan el cannabis exclusivamente como ayuda para conciliar el sueño o para combatir trastornos del sueño, como el insomnio. Prefieren consumirlo cerca de la hora de dormir debido a sus efectos sedantes y relajantes, que pueden ayudar a calmar la mente y facilitar un sueño profundo.

Aliviador de estrés/ansiedad

Estas personas usuarias recurren al cannabis como herramienta para aliviar temporalmente el estrés y la ansiedad. Lo utilizan en momentos específicos, como antes de enfrentar situaciones estresantes o después de un día agitado. El cannabis actúa como un mecanismo de afrontamiento que puede ayudar a reducir los síntomas emocionales y a promover una sensación de calma y bienestar. Estas personas pueden tener un diagnóstico psicológico y/o consumir medicamentos para su condición, pero prefieren consumir cannabis antes que su medicación.

A su vez, dependiendo de la experiencia que deseen obtener, pueden dividirse en:

Recreativo social

El consumo de cannabis en fiestas se centra en el aspecto social y recreativo. En este contexto, el cannabis se utiliza para aumentar la diversión y relajarse junto con amistades. Puede facilitar la interacción social y mejorar la experiencia general de la fiesta al inducir sentimientos de euforia, creatividad y sociabilidad.

Amigo de la experiencia compartida

Similar al uso en fiestas, consumir cannabis con amistades se enfoca en disfrutar de la experiencia compartida en un entorno social distendido. Las personas suelen reunirse para conversar, jugar o simplemente relajarse. Este tipo de consumo fortalece los lazos sociales y puede ser una actividad recreativa que contribuye a la construcción de relaciones personales y a la creación de recuerdos positivos entre amistades cercanas.

Consumidor terapéutico

Son personas que utilizan el cannabis con fines terapéuticos y medicinales. Pueden estar bajo la supervisión de profesionales de la salud que lo recomiendan para tratar síntomas asociados con condiciones médicas como cáncer, ansiedad, depresión u otras enfermedades crónicas. Con el cannabis se busca el alivio del dolor, la reducción de la inflamación, la mejoría del estado de ánimo y el aumento del apetito, entre otros efectos percibidos como positivos para la salud.

Estas personas usuarias comienzan a consumir por razones terapéuticas y médicas, pero continúan por decisión propia debido a impresiones como “porque me gustó cómo se sentía”, lo que puede crear dependencia a la sustancia.

Hábitos de consumo

Rutina

El hábito de consumo dependerá del perfil de la persona consumidora. Hay quienes tienen una rutina definida y la respetan la mayor parte del tiempo, y otras que pueden modificarla según las situaciones que se presenten durante el día y/o la cantidad de cannabis que posean.

En primer lugar, se encuentran quienes tienen una rutina de tres tiempos ligada a sus momentos de comida. Después de levantarse y antes de desayunar, consideran necesario fumar “para empezar bien el día”; antes de almorzar, con el propósito de tener ganas de comer; y antes de dormir, para lograr conciliar el sueño.

*“La verdad si yo no fumo en la mañana, ese no me puede faltar nunca el mañanero,
ando de chicha, chicha de cannabis”*

También, algunas de las personas entrevistadas incluyen en su rutina el “puro mañanero”: son quienes no conciben hacer nada antes de fumar, incluso desayunar, bajo la idea de que “así les sabe mejor el desayuno y empiezan de forma correcta el día”. Por lo general, suelen consumir un sobrante, conocido entre ellas mismas como “la tocola”, que es el residuo final del “puro” de la noche anterior.

Por otra parte, se encuentran las personas que únicamente consumen en las noches. En esta rutina se identifican dos perspectivas: quienes necesitan consumir para lograr conciliar el sueño, debido a que el cannabis les relaja hasta “quedarse dormidos y descansar”; y, por otro lado, quienes consumen como una recompensa por el día.

“Mae yo cuando fumo duermo como un bebé”

Las personas que consumen únicamente en las noches aseguran tener problemas de insomnio que solo pueden controlar con el cannabis; sin realizar esta actividad logran dormir, pero les cuesta descansar.

En esta misma línea de rutina, se encuentran las personas que fuman en las noches como recompensa por su día de trabajo o de responsabilidades. Estas señalan que, durante el día, van acumulando pequeños logros que les impulsan a continuar, bajo la premisa de que en la noche van a fumar “algo bueno”.

Por el contrario, existen personas consumidoras que no tienen una rutina como tal, sino que fuman durante todo el día y cuando tienen tiempo libre. Este grupo, si bien no es el más numeroso, resulta preocupante, debido a que no conciben realizar sus actividades diarias si no han consumido

“Es que no es necesario andar pijeado, así atontado, un par de hitazos y vámonos”

Esta situación genera una sensación de adicción a la sustancia, dado que no poder transcurrir el día sin consumir obedece, en primera instancia, a que el cuerpo ha desarrollado cierta dependencia a la droga.

“A mí el cuerpo me lo pide, yo la amo, es mi mejor amiga, mi mejor compañera, me ayuda para todo, no puedo dejarla, primero dejo a mi mujer”

Las personas que no son consumidoras frecuentes no tienen una rutina establecida; solo consumen cuando se presenta la oportunidad o cuando están con personas que fuman.

“Es que como yo no fumo siempre, si no como social, no es que tenga una rutina sino cuando salgo a una fiestica o un compa me dice que cáigase y fumamos, porque la verdad es que yo no compro entonces no tengo en mi casa”

En todos los escenarios de rutina, las personas consumidoras indican que esta puede variar según acontecimientos que detonen la necesidad de fumar. Estos pueden ser: eventos estresantes; reuniones con amistades; día de pago; día en que compraron cannabis; sentirse tristes o estar felices por una noticia.

Frecuencia y cantidad.

Es importante aclarar que, para las personas entrevistadas, cuanto más dosis de cannabis tienen, mayor cantidad fuman, especialmente en los días en que realizan la compra. Esta situación disminuye conforme pasan los días, hasta el punto en que empieza a acabarse la sustancia psicoactiva y “se trata de rendir la marihuana”.

“Cuando hay, fumo y si puedo me fumo hasta la galaxia completa pero ya cuando el tarro está bajo y hay que comprar, trato de rendirlo un poco”

El término “fumarse la galaxia completa” se utiliza comúnmente cuando se consume más de la cuenta, llegando al abuso de la sustancia, lo que puede generar incapacidad para continuar con las actividades diarias (trabajo, estudio, etc.). Entre las personas consumidoras con mayor tiempo de uso y frecuencia de consumo, se tiene la percepción de que pueden funcionar y realizar sus responsabilidades de forma normal cuando consumen poco, debido a que el cuerpo ha desarrollado tolerancia a los efectos

del cannabis. Esto produce en la persona la sensación de que puede realizar actividades como estudiar, conducir o acudir al trabajo bajo los efectos del consumo, sin percibir repercusiones.

Cuando fuman en compañía, las cantidades suelen ser mayores, ya que, al haber más personas, se preparan más “puros” o, si a alguien se le acaba el cannabis, otra persona comparte, lo que incrementa la cantidad total de sustancia consumida. Asimismo, las personas consumidoras afirman que es recurrente que las reuniones con sus amistades giren en torno a fumar.

“A veces si le digo que mae vengase y fumamos, pero también se da por un hecho que si yo voy a verme con este mae di vamos a fumar”

Entonces, podría decirse que la frecuencia y la cantidad de consumo, en la mayoría de las personas entrevistadas, se alteran cuando el consumo se da en compañía, aspecto que puede ser recurrente o esporádico.

También se encontró que existen personas que consumen durante todo el día, de ser posible, ya que no tienen una frecuencia definida como tal; más bien, es esporádica, por ejemplo, cuando encuentran una “tocola” o “un puro mal puesto”. Este tipo de persona usuaria no logra reconocer la cantidad que fuma debido a que se encuentra consumiendo durante todo el día o gran parte de este.

Por el contrario, hay quienes aseguran que su frecuencia se limita a una vez al día, especialmente durante las noches, lo que hace que su cantidad de consumo sea mínima y que puedan pasar días sin fumar, sin ningún problema

“Es que puede que no haya nada, solo llego fumo ahí viendo el teléfono en tiktok un rato fumo, fumo ahí relajada es como mi tiempo”.

Las personas que consumen por motivos de salud tienden a hacerlo entre 1 o 2 veces al día, o bien con mayor frecuencia, dependiendo del grado de dolor que experimenten.

Compañía

La compañía no solo influye en la cantidad de consumo en una sola sesión, sino que la mayoría de las personas fumadoras asegura que, cuando consumen con amistades o personas conocidas, “el ride” es distinto. Lo anterior se debe a que pueden sostener conversaciones y se crea un ambiente de unidad en el que todas las personas están en sintonía, reforzando los lazos de amistad. Asimismo, señalan que, cuando están fumando, “todas las personas son amigas”; no importa si es la primera vez o la vez número mil que ven a alguien: mientras se “rota el puro”, “todas son una”.

Por el contrario, existen quienes prefieren fumar en solitario, porque la sustancia les permite meditar y reflexionar sobre las situaciones que están viviendo. Esto vuelve el proceso más introspectivo y esclarecedor para la toma de decisiones futuras y/o para adoptar otras formas de ver el problema, comportamiento que no podría darse si se encuentran con otras personas. Además, quienes prefieren un consumo solitario suelen consumir en menor cantidad.

Otro factor que influye en la decisión de consumir a solas o en compañía es la cantidad de cannabis que se vaya a destinar. Muchas personas fumadoras aseguran que es mejor consumir a solas, porque así les dura más el cannabis que compraron; a su vez, cuando se les acaba, pueden compartir con amistades, porque estas les ofrecen el producto.

“A mí me gusta más con compas por el vacilón, que estamos todos ahí empayasados riéndonos de todo, o no sé salen conversaciones importantes, pero es mejor así en grupo, pero eso sí no muy grande porque no rinde la mota”

Factores relevantes

De acuerdo con las personas consumidoras, la buena experiencia o el “buen viaje” se ve afectada por factores que dependen tanto de la persona usuaria como del contexto en que se encuentre.

Compañía

Estar en un círculo de amistades donde todas las personas están en sintonía favorece que la persona tenga una buena experiencia. A raíz de ello, algunas personas prefieren no consumir cuando hay personas

desconocidas en el grupo o cuando participan personas externas en una fiesta o en la vía pública. En primer lugar, por no saber qué están consumiendo; en segundo, por la relación o la actitud de la persona.

“sí hay alguien que yo no conozco prefiero no fumar porque no me siento cómoda, no me da seguridad y uno esta como expuesto”

Contexto

El espacio disponible para fumar, a pesar de que “todo lugar es fumable si usted se lo propone”, puede brindar a la persona consumidora una sensación de seguridad. Sin embargo, estar en un espacio público puede desencadenar episodios de paranoia y, por ende, un “mal viaje”. Por esta razón, no todas las personas fumadoras aceptan consumir en cualquier lugar; además, existe respeto por hospitales, zonas cercanas a personas menores de edad y/o centros educativos.

Salud mental

“A mí no me gusta fumar cuando estoy triste o deprimido porque me achantona y me pongo más mal”

En cuanto a la salud mental, existen dos posturas muy marcadas: (a) quienes creen que haber tenido un mal día o sentirse mal les perjudica fumar, debido a que se encuentran sensibles; el cannabis les vuelve más susceptibles y este estado, sumado a la sustancia, provoca que sobre piensen la situación, agravando el sentimiento. Por el contrario, (b) quienes consideran que consumir cannabis en esa situación les permite pensar el problema de otra manera y encontrar una solución.

“A veces uno está ahí tristón y fuma y no sé ve las cosas de otra manera, como que las ve distinto y empieza hablar con uno mismo y dice: -Bueno, pero si hago esto o no, no, no, piénselo mejor, cosas así entonces es bueno pijear cuando no le salen las varas”

Preferencias sobre el cannabis

Se observa que la calidad de la sustancia afecta la experiencia de la persona usuaria; por ello, se prefiere contar con una cantidad menor de cannabis de buena calidad antes que disponer de una mayor cantidad de un tipo que no genere una experiencia grata.

“A mí de que me sirve que me den un pelotón, si es una mierda voy a tener que fumar un montón para que me pegue, mejor una buena que con poco me pegue”

Tipos de Cannabis

Con relación a los tipos de cannabis, se destacó que las personas con mayor conocimiento, por los años que llevan de consumo, logran identificar dos cepas: *sativa* (“sativa activa”) e *índica*. La primera, como su nombre popular lo indica, tiene un efecto estimulante en el cuerpo, haciendo que la persona consumidora se sienta activa y con energía para continuar con sus actividades diarias.

Por el contrario, la cepa *índica* origina un efecto relajante que estimula en la persona consumidora “un estado de calma”, lo cual se traduce en descanso durante las noches o en la sensación de andar atontada/o. Esto hace que la persona consumidora de *índica* se sienta imposibilitada para realizar sus actividades diarias.

“Antes se hablaba mucho de la Sativa y la Indica, que son como dos estrellas que separan mucho, pero usted no encuentra ahora una como full sativa o full índica. Porque antes de usted agarraba una sativa y usted ve que lo ayudaba más para creatividad, limpiar o trabajar y la índica lo adormece o le da descanso”

“Uno lo puede identificar si sabe mucho, pero yo siento que cuando ya fumé es que me doy cuenta cual era”

“Yo creo que uno digamos también depende de la calidad que uno consume, digamos uno compra colombiana, que se yo, y di yo no ando pensando será Sativa será Indica, solamente me lo fumo y ya”

Preferencia

“A veces uno prefiere Indica porque ocupa como relajarse y así, pero Sativa es buenísima para bretear, igual eso depende de cada organismo, eso cambia”

No existe una persona que decida consumir solo un tipo de cepa, sino momentos en los que consideran conveniente fumar una u otra. De igual forma, hay personas consumidoras que no reconocen la existencia de dos cepas distintas ni perciben diferencias cuando fuman una u otra, sino que lo asocian al estado de ánimo, al contexto o al tiempo que llevan consumiendo.

La falta de conocimiento sobre estas dos cepas puede ocasionar que la persona consumidora no pueda elegir cuándo fumar una u otra, lo que impide llevar un control del efecto que desea obtener, en especial respecto de cuándo es mejor consumir sativa o índica.

Cantidad

Las personas relacionan la frecuencia y la cantidad de compra de cannabis con el tiempo que les dura y con la sensación que les genera percibir que no cuentan con dicha sustancia psicoactiva o, por el contrario, con la ansiedad que les produce observar la disminución del contenido.

“Jamás nunca se me puede acabar, yo veo que el tarrito se me está bajando e inmediatamente llamo al Doctor. Luego se me acaba en una emergencia y no tengo o tengo que esperar, porque no siempre son tan rápidos o tienen lo que uno anda buscando. Entonces mejor que no falte nunca”

Entre las personas que consumen con mayor frecuencia se identificaron dos tipos: por un lado, quienes compran una gran cantidad y la distribuyen durante la semana o la quincena; por otro, quienes compran “puros” por día. A estas últimas se les vende la cantidad de cannabis considerada “aceptable” o “recomendable” para un puro.

En este grupo de personas consumidoras, no existe la posibilidad de “se me acabó”: siempre deben contar con una reserva, ya sea una cantidad disponible o “una tocola para salir del paso”. El término “tener una emergencia” se utiliza de forma recurrente cuando se plantea la idea de que el cannabis puede

acabarse. El hecho de que nunca pueden dejar de tener la sustancia posibilita categorizar a esta población como dependiente al cannabis.

Gasto

Para estas personas consumidoras, el solo hecho de plantear la posibilidad de quedarse sin cannabis para consumir cuando “tienen una emergencia”, que básicamente se traduce en tener ganas de fumar, les genera una sensación de desesperación (síntoma de ansiedad). Aunado a ello, reconocen que la cantidad que fuman en una sola dosis no necesariamente se considera grande, dado que solo necesitan mantener la sensación que les produce el cannabis, lo cual evidencia la dependencia a la sustancia.

“Ya cuando uno siente que va disminuyendo, un par de hits dos o tres y listo vuelve, es como para mantener la sintonía, como que uno lo necesita”

El gasto promedio de las personas que compran una cantidad durante la semana y/o la quincena va desde ₡25 000 hasta ₡60 000. Por el contrario, las personas que compran por día suelen adquirir entre 3 y 4 “puros”, donde cada uno puede costar entre ₡1 000 y ₡2 000; los precios varían de acuerdo con la zona de compra, la calidad de la sustancia y la persona vendedora.

Asimismo, se encuentran personas consumidoras cuyo consumo es menor y, por ende, su cantidad y gasto también son menores. Para estas personas, la compra puede durar hasta un mes, con un precio que oscila entre ₡20 000 y ₡50 000. Estas personas no consideran necesario gastar “de más”, debido a la baja dependencia que presentan hacia la sustancia; por lo tanto, el gasto en esta no representa un gran porcentaje de sus ingresos económicos. Del mismo modo, quedarse sin cannabis no es un inconveniente.

“Si se acaba no pasa nada, yo he pasado hasta dos días, una semana porque no es algo que me muera por hacer uno sabe que no hay y ya, pero eso sí cuando ya compro fumo un montón”

En este mismo apartado se encuentran personas que únicamente consumen en eventos sociales, como fiestas o reuniones con amistades, especialmente con otras personas consumidoras regulares, lo que posibilita que no tengan que comprar, dado que sus amistades les regalan cannabis en el momento.

Este perfil asegura que nunca compra de manera individual, por lo que el gasto siempre lo asumen sus amistades que fuman con regularidad; estas son quienes les suministran la sustancia en las actividades sociales. Así, al ser fumadoras ocasionales y de forma muy reducida, no ven necesario adquirir cannabis para uso personal.

Cotización en el mercado

Las personas consumidoras de cannabis buscan calidad y precio en el mercado, incluso alejándose de su “dealer” (persona vendedora) de confianza, lo cual refleja varias dinámicas, entre ellas:

Racionalidad económica. Se observa la tendencia a buscar la mejor relación calidad-precio. Esto implica que están dispuestas a explorar opciones fuera de su red de contactos habitual para verificar si encuentran mejores ofertas en términos de calidad o precio en otro lugar. Esta racionalidad económica puede influir de manera significativa en cómo y dónde deciden adquirir el producto, siempre considerando la inseguridad que conlleva comprar a una persona desconocida o en una zona de riesgo. En síntesis, se busca cannabis de buena calidad y precio razonable, sin poner en riesgo la integridad personal.

Impacto de la oferta y la demanda. Esta dinámica se relaciona con las diferencias de precio entre zonas turísticas, áreas residenciales y zonas vulnerables, que muestran cómo la oferta y la demanda afectan el costo del cannabis. En áreas turísticas, la demanda puede ser alta y la oferta estar limitada por regulaciones más estrictas o dificultades de distribución, lo que conduce a precios más altos. En contraste, en zonas vulnerables, donde puede haber una oferta más abundante y menor regulación, los precios tienden a ser más bajos; ello no necesariamente afecta la calidad del producto.

Seguridad y confianza versus costo y calidad. Es la dinámica que lleva a muchas personas consumidoras a buscar mejor precio y calidad, a pesar de que la mayoría prefiere comprar a sus *dealers* (personas vendedoras) de confianza por razones de seguridad y consistencia en la calidad del producto. Esta dinámica sugiere que la lealtad puede ser condicional a la disponibilidad y al valor percibido del producto. Se debe tener en cuenta que no todas las personas consumidoras consideran necesario buscar un nuevo proveedor por temas de seguridad; no tanto por el contenido del producto, sino por el espacio donde se adquiere. Hay ciertos lugares, como *búnkeres* o zonas de riesgo, que la persona consumidora, especialmente

la regulada, prefiere no visitar. La persona fumadora con el “perfil adicto” “se juega el chance” con tal de conseguir la sustancia de preferencia.

Diversidad de mercado y competencia. La existencia de diferentes precios en distintas áreas también refleja la diversidad del mercado de cannabis, donde las personas vendedoras compiten no solo en términos de producto, sino también en ubicación y accesibilidad. Dada esta competencia, las personas consumidoras aseguran que su dealer de confianza les brinda “financiamiento” para comprar la sustancia y pagarla después o, bien, les otorga regalías o descuentos por referir a otras personas compradoras. Así, una persona vendedora de cannabis hará todo lo posible para que la persona consumidora se sienta cómoda y no busque nuevas opciones de compra.

Precios. A continuación, se presentan las cuatro cantidades más comparadas entre las personas consumidoras; varían según el tipo de persona fumadora y su poder adquisitivo.

Puro:

Hay personas, especialmente aquellos que consumen de forma regulada, que prefieren comprar la marihuana por puro. Este tiene un precio de mil colones, pero en zonas turísticas puede costar hasta 4 mil colones.

01

Un octavo:

Compra más utilizada entre los consumidores, sin importar su perfil. Producto de la accesibilidad de precio, el cual ronda entre los 10-15 mil colones.

02

03

Medida menos utilizada por los consumidores, su precio ronda entre los 20-30 mil colones.

Una onza:

04

Compra más utilizada entre las personas que consumen con regularidad y poder adquisitivo mayor. Su precio ronda entre los 50 – 80 mil colones.

Una media:

Estas son las cuatro cantidades más compradas entre las personas consumidoras; varían según el tipo de persona fumadora y su poder adquisitivo.

Existen momentos en que, debido a atrasos en la importación o a conflictos externos al *dealer*, los precios tienden a aumentar y la calidad del producto a disminuir. Asimismo, el precio se incrementa conforme mejora la calidad del cannabis que se adquiere.

Calidad. En torno a este tema, la clasificación se divide según el efecto que la persona consumidora atribuye al producto; existe una evidente preferencia por el tipo “creepy”, aunque la compra depende de la realidad económica de cada persona. Los diversos tipos de cannabis mencionados por las personas entrevistadas fueron: “caca de mono”, “mexicana”, “colombiana”, “creepy”, “hachís marroquí”, “kief” y “wax”.

Métodos de consumo

Existen distintos métodos para consumir cannabis; la elección depende del instrumento con que cuente la persona consumidora, así como de su preferencia y/o de la cantidad que desea consumir en una sola oportunidad. De igual forma, la compañía al momento de fumar influye en la selección del método, pues en grupo se valoran más ciertos métodos por la cantidad de cannabis utilizada.

Puro: se considera el método más tradicional; depende de la técnica de enrollado y de la habilidad de la persona fumadora para hacerlo, lo que lo convierte en el preferido de las personas usuarias.

Pipa: Se elige por la poca cantidad de cannabis que se utiliza. Sin embargo, no se considera el favorito, ya que, al requerir calentarlo con un encendedor, la persona fumadora puede quemarse las cejas, las pestañas, el bigote o los dedos por el tiempo de combustión.

Comestibles: Debido a que su efecto dura varias horas y se reactiva cuando se ingieren alimentos, muchas personas lo catalogan como su método favorito. Otras consideran que es muy fuerte, aun cuando se consumen pequeñas cantidades.

Bong: Son pocas las personas consumidoras que prefieren este método, especialmente las jóvenes, debido a la poca cantidad de humo que desprende.

Gravity: Este método se utiliza mayoritariamente en reuniones con amistades, debido a la poca cantidad de cannabis que requiere; además, su efecto suele ser superior al de otros métodos.

Vaporizador de wax: Se considera el método más costoso y, por ende, el menos utilizado. Entre las razones para usarlo se encuentran la potencia de sus efectos y la poca cantidad de olor que desprende.

Identidad, sentido de pertenencia y grupo de pares

Entre las personas que consumen cannabis puede encontrarse una comunidad fuerte y solidaria, en la que, sin importar la relación, de muchos años o de reciente conocimiento, la persona fumadora puede sentirse cómoda con sus pares, dado que no será juzgada. Además, entre personas consumidoras existe la costumbre de compartir el cannabis, lo que genera un gran sentido de pertenencia, factor importante que contribuye al desarrollo de la identidad de cada persona.

“Yo puedo estar en una parada que si viene alguien y me pide obvio con respeto yo no le puedo negar que le pegue unos 3 hits, porque puede ser que mañana yo sea esa persona que pide. Obvio uno se cuida de como se ve la persona no puede ser ahí muy pinta y siempre con respeto”

Este mismo sentimiento de “hermandad” ocasiona que la mayoría de las amistades de las personas que consumen también sean fumadoras. Señalan que es “más divertido” estar con personas que consumen, porque saben que siempre se encontrará el momento para fumar o que, en salidas y/o reuniones, alguna persona llevará cannabis. Si bien no se relacionan únicamente con personas que consumen, sí manifiestan sentirse más cómodas con quienes lo hacen, para no estar expuestas a estigma y críticas ante la práctica de fumar.

“Aunque no tiene plata usted sabe que siempre va a fumar, porque lo invitan”

Las personas que tienen amistades y/o familiares que no consumen cannabis mencionan que siempre debe haber una relación de respeto y aceptación del consumo, pues afirman que no dejarán de hacerlo y que es parte de su vida diaria.

A su vez, el sentido de comunidad y la cantidad de amistades que tienen las personas consumidoras les hacen reconocer que dejar de consumir sería un desafío, no solo porque sus salidas, aunque no se centren en dicha sustancia, la incluyen de forma implícita, sino también porque, al dejar el consumo, su grupo social o de amistades cambiaría drásticamente.

Las personas que manifestaron haber tenido periodos de no consumo o que, actualmente, se encuentran en un intento por dejar el cannabis mencionan que sus amistades las han hecho “a un lado” por el hecho de ya no consumir.

“A mí me decían, pero Ericka usted no era así, ¿qué le pasó? Y eventualmente me tuve que alejar de ellos por qué yo ya no era como antes y no quería volver a serlo”

Esta comunidad solo se configura cuando todas las personas miembros consumen cannabis, lo que convierte a quienes no desean hacerlo en personas excluidas y agrava la segregación entre ambas partes, influyendo en el estigma hacia las personas consumidoras de cannabis.

Reglas del consumo

Al estar el consumo inmerso en su vida cotidiana, tanto de forma solitaria como entre pares, existen ciertas normas o “leyes no escritas” reconocidas por la comunidad consumidora.

Equidad en la distribución. Con frecuencia, los grupos establecen normas para asegurar que todas las personas reciban una parte justa del cannabis. Esto puede implicar que todas contribuyan de manera equitativa al suministro o que se reparta de forma justa durante el consumo. Para ello, se espera que quienes participan no fumen grandes cantidades por turno, evitando que el “puro” se termine rápidamente. Asimismo, el fumado puede generar el denominado “cáncer”, que se refiere a cuando no se consume de forma pareja, lo que altera la forma original del “puro” y eventualmente impide su funcionamiento. que el puro tenga una forma distinta a la original y eventualmente no funcionar.

Respeto por los límites. Es importante que cada persona respete los límites de las demás en cuanto a la cantidad que desean consumir. Algunas pueden tener menor tolerancia o simplemente no querer

consumir tanto, y es crucial respetar esas decisiones. Por ello, la mayoría prefiere consumir con amistades o con personas de confianza, para prevenir posibles “empalidazos” o episodios de disociación durante el consumo, que podrían hacer que no se desee participar en las conversaciones del grupo.

Responsabilidad compartida. En muchos grupos, existe la expectativa de que todas las personas asuman cierta responsabilidad respecto del suministro y la preparación. Esto puede incluir proporcionar cannabis, realizar los preparativos necesarios o limpiar después del consumo. Dentro de esta “regla” existen opiniones divididas: hay quienes sostienen que todas las personas del grupo deben aportar, sea cannabis, boletas o comida para después del fumado; y hay quienes consideran que no siempre es posible, por lo que la solidaridad dentro de la comunidad consiste en ofrecer, en la medida de lo posible, al menos “un jalón” a quien lo requiera.

De igual forma, se mantiene la regla de que la persona que arma el “puro” es quien debe fumar de primero.

“Todo el mundo lo sabe, el que enrolla es el primero que fuma y lo pasa a la derecha siempre a la derecha del círculo, es el primero porque fue el que trabajó el que hizo el arte “

Ambiente agradable. Crear un ambiente agradable para el consumo de cannabis en grupo es fundamental para asegurar una experiencia placentera y positiva para todas las personas participantes. Para ello, es necesario contar con un espacio cómodo y acogedor. La música juega un papel importante: elegir una selección musical que todas disfruten, mantener un volumen adecuado y asegurar que el estilo se ajuste al estado de ánimo del grupo puede mejorar significativamente la experiencia.

Además, se considera crucial mantener una actitud positiva y una comunicación amena entre quienes van a fumar. También se pueden incorporar actividades recreativas, como juegos o películas, para enriquecer la experiencia. Si bien se asume que en las reuniones se va a consumir, no se realiza únicamente esa actividad; por ello, el consumo en grupo suele ser bien recibido entre las personas participantes.

“Uno tiene que cuidar el ambiente, como adonde está hacer el set para prepararse y que todo funcione, con cannabis una buena compañía y conversación es bien, pero con otras drogas como MD una musiquita, candela no se para irse en el trance mejor”

Mezcla de sustancias:

Preferencia

La mezcla de sustancias se presenta en una parte importante de las personas consumidoras de cannabis. Hay quienes lo consumen junto con alcohol o cigarrillo convencional, y también quienes consideran combinarlo con otras drogas ilícitas, como cocaína (tradicionalmente llamada “perico”), “tusi” (cocaína rosada), ketamina, “ácidos”, pastillas para trastornos depresivos y ansiosos (por ejemplo, clonazepam o fluoxetina), “popper”, heroína y hongos. La elección de cada una de estas dependerá de la relación que tenga la persona con la sustancia, así como de los efectos que le ocasione en el momento.

Vale la pena aclarar que no todas las personas fumadoras consideran necesaria la mezcla de sustancias. Hay quienes señalan que combinar cannabis con otras drogas fuertes, así como con alcohol, no les brinda una buena experiencia, pues refieren no tener control total de su cuerpo ni de las acciones que puedan ocurrir.

“Si yo sé que voy a tomar prefiero no fumar porque “empalido”, me mata, siempre prefiero solo fumar porque con el alcohol uno puede hacer muchas tonteras”

Entre las personas que mezclan sustancias con regularidad, no suele observarse preocupación por los efectos o complicaciones para la salud. Predomina la inquietud por los efectos placenteros inmediatos, así como por la importancia de conseguir la sustancia a tiempo.

“A mí la verdad me gusta el perico, yo soy una periquera inclusive creo que me quedaría solo con el perico antes que la cannabis, es que es otro viaje, es mejor”

Razón

Existen dos razones marcadas en cuanto a la importancia de mezclar el cannabis con otras sustancias. En primer lugar, se encuentran las personas que consideran que esta sustancia les baja el efecto, sobre todo en el caso de drogas estimulantes como los “ácidos”, MD, ketamina y cocaína, haciendo que la persona no se sienta tan acelerada o alterada de la realidad. De igual forma, existen drogas alucinógenas, por lo que mezclarlo con cannabis les brinda un estado de mayor tranquilidad o relajación para “disfrutar el viaje”, ya que los sentidos se encuentran alterados y, de alguna forma, “más activos”.

Por el contrario, existen personas que, al fumar cannabis mientras consumen otras drogas, especialmente las relajantes, o alcohol, potencian los efectos de estas, “para que la experiencia sea un 360°” y “puedan vivirla al máximo”, disfrutando todos los efectos de las sustancias que consumen.

“Primero hongos, MD y luego Popper y después cannabis para potenciar”

Contexto

La mezcla de sustancias se realiza especialmente en ambientes ligados a la fiesta, ya sea en eventos formales, en casas o en lugares clandestinos, así como en festivales de música electrónica. Las personas consumidoras señalan que, en estos espacios, la música y las luces hacen que los efectos de las drogas estimulantes mejoren la experiencia del concierto, además de “ponerlas en el *mood*” para soportar la cantidad de horas que pueden durar dichos eventos.

“Se trata de ver con quién esté o el lugar donde esté donde esté. Si es un lugar de ambiente, de música electrónica mucho a mí me gusta ir y entonces ahí sí se consume los de pastillas, tusi, gato, ácidos”

Motivación intrínseca

Este apartado aborda el tercer objetivo, que consiste en discernir sobre las emociones y percepciones que surgen como motivación intrínseca para dicho consumo.

Beneficios de consumir

Reduce el estrés

El cannabis se ha utilizado para aliviar el estrés y la ansiedad en algunas personas. Sus compuestos activos, como el THC, pueden inducir una sensación de relajación y bienestar, lo que podría ayudar a reducir la tensión mental y física. Por esta razón, las personas consumidoras señalan que, cuando se encuentran en altos niveles de estrés, ya sea por el trabajo, la universidad o la cotidianidad y problemas personales, fumar les brinda un “escape de la realidad”, posibilitando reducir el nivel de estrés y ansiedad en el momento.

“Cuando llego del trabajo y tuve un día cansado, me enrolo un purito y dejo de pensar en todo, me relaja de una manera”

Creatividad

Entre algunas de las personas entrevistadas, cuyos trabajos o estudios se relacionan con las artes, se considera que el consumo de cannabis les ayuda a ser más creativas y a pensar de formas distintas. Esto les permite cumplir con sus responsabilidades, idear alternativas para un diseño importante o, bien, innovar en su negocio.

“Yo soy artista y también hago murales y siempre antes de empezar me pego unos quetos para que fluyan mejor las ideas”

“Soy emprendedora, tengo un negocio de serigrafía entonces para los diseños de las camisas me sirve fumar como para hacer nuevos diseños, ideas, siempre estar cambiando”

Identidad / Autoconocimiento

El uso de cannabis puede influir en la autoexploración y en la percepción del yo. Algunas personas encuentran que su consumo les ayuda a conectar con su identidad personal o a reflexionar sobre su vida y experiencias, lo que puede permitirles encontrar soluciones a sus problemas o, bien, evitar pensarlos desde una perspectiva negativa. Las personas consumidoras reconocen que fumar les brinda un espacio de introspección que difícilmente lograrían sin la sustancia.

“Pone a pensar, porque me ha pasado que tal vez estoy con una situación que me tiene ahí pensando, y luego fumo y mae es vara, no le tengo que poner la atención”.

Socializar

El consumo de cannabis puede tener efectos desinhibitorios, lo que hace que algunas personas se sientan más relajadas y abiertas en situaciones sociales, fomentando interacciones más fluidas. Esto se observa especialmente en las respuestas de las personas participantes, quienes indicaron que, sin el consumo de cannabis, se consideran introvertidas o tímidas, por lo que la sustancia les permite salir de su naturaleza y expresarse con libertad, sin importar quién esté con ellas.

“Mi novia cuando ando fumado me dice ¿quién es usted? Porque ando hablando y así como más suelto sin pena”

Concentración

Otro de los motivantes de consumo mencionados por las personas entrevistadas se refiere a los efectos que produce el cannabis sobre la capacidad de concentración, los cuales pueden ser mixtos. Mientras algunas personas usuarias indicaron que provoca una mejora en la capacidad para concentrarse en tareas específicas, otras manifestaron experimentar distracciones o dificultades para enfocarse. Algunas personas participantes atribuyen estos efectos a las variedades (*sativa/índica*), aunque no todas las personas consumidoras reconocen el tipo de cannabis por los efectos posteriores al consumo.

En esta misma línea, se observa que la productividad de quienes fuman mientras trabaja, o acuden al trabajo bajo los efectos de la sustancia psicoactiva, podría mejorar según su propio reconocimiento. Algunas

personas consideran que les ayuda a mantenerse motivadas o a ver problemas desde ángulos nuevos; no obstante, también puede afectar la capacidad para realizar tareas que requieren alta concentración o precisión.

“Yo trabajo en constru y mi jefe sabe que si me deja pegarme unos hits pequeñitos yo le rindo más y hasta le pego todo el techo, trabajo mejor fumado la verdad”

Aumento de sensibilidad

El aumento de la sensibilidad es otro de los motivantes para consumir cannabis, según las personas participantes. El consumo de cannabis intensifica las percepciones sensoriales, haciendo que el gusto, el olfato y el tacto sean más agudos, lo que enriquece la experiencia de actividades cotidianas. Por ejemplo, al comer, los sabores pueden volverse más intensos y complejos, haciendo que una comida sea más placentera o se despierten las ganas de comer. Además, algunas experiencias mencionadas indican que la intimidad sexual se intensifica con el consumo de cannabis.

“Todo se siente mejor, la comida sabe mejor, la música se escucha mejor porque los sentidos están activados”

“El sexo fumado es mejor se siente mejor, uno está más para la mujer no sé se da más, por lo mismo que los sentimientos están activados uno siente más las cosas, obvio es mejor que los dos estén fumados para estar sintonizados, pero di soy yo el que va a sentir más por estar fumado”

Razones personales

Para algunas de las personas participantes, la principal razón para consumir cannabis es disminuir el estrés y sentirse relajadas; las personas fumadoras señalan que esta sustancia les permite afrontar de mejor manera la vida diaria y las complicaciones que pueden presentarse. En este sentido, parece que una persona que consume cannabis no puede afrontar situaciones de estrés sin estar bajo los efectos de la sustancia.

Otra de las razones para consumir radica en el disfrute de las sensaciones que el estar bajo los efectos del cannabis aporta al cuerpo. Esta satisfacción asocia el consumo con algo “bueno” y genera la necesidad de volver a sentirse de esa manera.

“Yo estoy peleando con la doña y ella es como tome, tome, y me pasa el puro o una “tocolilla” porque sabe que yo con eso me voy a contentar y ya después cuando se me pase podemos hablar porque ya yo no estoy enojado y vi el problema desde otro lado o no sé solo se me pasó”

Expectativas de consumo

Una persona que tiene un consumo recurrente o muchos años de fumar cannabis no mantiene una expectativa sobre lo que va a sentir, sino que tiene una idea de lo que necesita sentir. Por ejemplo, una persona que tuvo un día estresante en el trabajo desea fumar para sentirse relajada. Entonces, no se sostiene una expectativa, sino un anhelo por los efectos de la sustancia. Este anhelo podría ser un indicio de que la persona presenta cierta dependencia a la sustancia y ya no concibe un día estresante sin los efectos del cannabis. Por otra parte, las personas que consumen por primera vez o solo en momentos ocasionales sí mantienen la expectativa de sentirse fuera de su cuerpo o de alcanzar un nivel de relajación extremo.

En cuanto a la mezcla de sustancias y la expectativa, las personas consumidoras reconocen que idealizan que el cannabis les permite disminuir los niveles de los efectos de todas las sustancias, especialmente las psicodélicas.

Placer vs. Satisfacción

Se encuentra placer en la experiencia inmediata de gratificación o disfrute que siente la persona durante el consumo de cannabis. Esto puede incluir la sensación de relajación o una alteración agradable de la percepción. Este placer puede ser respuesta a los efectos psicoactivos del THC, incluyendo sentimientos de bienestar, risa o un mayor estímulo sensorial. Aquí se ubican las personas que fuman de forma espontánea, quienes se centran más en el disfrute del momento, en relación con el sistema de recompensa del cerebro.

Por el contrario, la satisfacción es una sensación más duradera y profunda. Esta puede asociarse con el sentimiento de cumplir una necesidad o un deseo, o con una percepción de bienestar que se extiende más allá del efecto inmediato del consumo. Aquí se incluyen las personas que consumen todo el día o en grandes cantidades, y también aquellas que emplean métodos cuyos efectos son más fuertes y duraderos, como los comestibles, “wax” o “gravity”.

Salud Mental

Existen dos perfiles de consumo con respecto a la salud mental. En primer lugar, están las personas que consideran que el cannabis les ayuda a controlar el estrés y la ansiedad. En segundo lugar, se encuentran quienes mantienen el consumo mientras están en tratamiento con pastillas recetadas por profesionales de la salud.

Para este último caso, la persona profesional en salud conoce que la persona paciente consume cannabis, ya sea por decisión propia o como complemento del medicamento. Según lo indicado por las personas participantes, estas/os profesionales señalan que fumar cannabis les ayuda a sobrellevar el estrés y a pensar los problemas de forma distinta, siempre bajo supervisión y con una comunicación fluida y honesta sobre el resto de las sustancias que puedan consumir.

“Yo lo consumo, bueno empecé a fumar, por temas de salud mental, mi psiquiatra me dice que de creepy para arriba y también tomo medicamentos fuertes, pero la cannabis me estabiliza”

Otras personas no pueden consumir cannabis cuando se sienten mal o cuando su salud mental está afectada. Lo anterior se debe a que la sustancia les hace pensar en exceso, agravando la situación y propiciando que la persona se sienta peor que antes de decidir fumar.

“Cuando yo tengo ganas de llorar fumo y se me quitan las ganas, porque pienso como: - ¿Por qué va a llorar por esto? Y ahí reflexiono y me doy cuenta de que no tiene sentido que llore por algo tan tonto”

Identidad

Cuando las personas participantes indican que el cannabis es parte integral de quienes son, de cómo piensan, qué hacen y con quién se relacionan, el consumo se convierte en un componente de su autoimagen, su estilo de vida y su percepción del entorno en que se encuentran.

Para algunas, consumir cannabis puede influir en su manera de pensar, brindándoles una perspectiva única o alterada de su percepción del mundo y de la sociedad que las rodea. Asimismo, puede afectar sus actividades diarias, desde las relaciones interpersonales hasta el trabajo, convirtiendo el consumo en parte central de su rutina o de sus pasatiempos. Este aspecto se reflejó cuando se consultó por sus pasatiempos y *hobbies*: la gran mayoría no concebía no poder fumar en alguna de estas dos actividades.

Asimismo, el consumo de cannabis a menudo afecta las relaciones interpersonales. Puede definir el tipo de personas con quienes comparten, ya que con frecuencia buscan compañía de quienes comparten sus mismos hábitos y valores. En este sentido, el consumo no solo moldea la identidad personal, sino también el círculo social o la comunidad, afectando la percepción tanto dentro como fuera de dicho círculo y creando una subcultura o comunidad que valora el consumo de cannabis, lo cual refuerza un sentido de pertenencia e identidad compartida.

“Marihuano a mucha honra”

“A una apropiación a la palabra actualmente, que ya el concepto peyorativo que pudo haber tenido no sé hace quince años o menos, ya ahora está apropiado por las mismas personas consumidoras que somos unos marihuanos y ya, el sol no se puede tapar con un dedo”

“A mí no me duele que me digan cannabis, si me están diciendo cannabis para ofender uno lo nota, si lo hace para rechazarme o hacerme sentir vergüenza o hace que sea marginalizado, los mismos traficantes ellos tienen que ser violentos porque hay una policía que los hace ser violentos. Hay una sociedad que nos dice vagos, nos dice delincuentes”

Otras sustancias

Preferencia

Cuando a las personas entrevistadas se les pide escoger entre el cannabis u otra sustancia, la mayoría prefiere quedarse con el cannabis, debido a que consideran que sus efectos no imposibilitan sus actividades diarias. Señalan que pueden trabajar, estudiar, socializar y desenvolverse en todas las esferas de su vida mientras se encuentran bajo los efectos de la sustancia psicoactiva. A diferencia de otras sustancias que, por lo general, son estimulantes y generan una mayor activación, consideran que con ellas no pueden realizar otras actividades, dado que sus efectos son más fácilmente observables.

Por otro lado, entre algunas de las personas entrevistadas, en especial quienes gustan de consumir alcohol, se prefiere quedarse con este antes que con el cannabis. Estas personas usuarias presentan un perfil ocasional de consumo de cannabis, pues beben con mayor regularidad. Asimismo, manifiestan preferir los efectos del alcohol en su cuerpo y consideran socialmente más aceptable beber una cerveza en un espacio público que consumir cannabis.

Además, entre las personas entrevistadas se identificó un número reducido que prefiere otras sustancias, como la cocaína.

“Siempre la cannabis, ante todo, prefiero fumar que tomar, porque uno pijeado solo anda así relajado en cambio con guaro uno hace cada tontera o se les olvida que al día siguiente le cuentan todo el estúpido que hizo”

Conocimiento sobre los tipos de cannabis y sus efectos adversos

Son muy pocas las personas participantes que reconocen haber investigado sobre los efectos adversos de fumar cannabis; su conocimiento se basa en lo que señalan sus pares, la sociedad o bien en su propia experiencia.

En cuanto a los tipos de cannabis existentes (*sativa* e *índica*), se observa que son pocas las personas consumidoras que indican saber cuál es la principal diferencia, o incluso la existencia, de estas dos plantas.

Esta falta de conocimiento impide reconocer qué tipo se está comprando y dificulta comprender por qué se presentan determinados efectos en el cuerpo.

Por otra parte, las personas consumidoras reconocen que la compra del producto y, por ende, el consumo no va acompañados de una indagación sobre la calidad ni de pruebas del producto adquirido. Señalan que, en varias ocasiones, este desconocimiento ha permitido que se les venda cannabis de otro tipo o mezclado con otras sustancias, lo que ha derivado en consumos —especialmente de cocaína— sin saberlo, hasta el momento en que terminan de fumar.

Las personas entrevistadas también reconocen que no hay suficiente información sobre los efectos del cannabis en el cuerpo y que gran parte de la información divulgada o disponible se relaciona con la violencia alrededor del mercado de las drogas.

“Pero todo eso lo sabe porque conoce mucho, uno que es un simple mortal solo fuma y ya”

Reducción de consumo

Uno de los factores clave que lleva a las personas entrevistadas a reducir el uso de cannabis es el gasto económico asociado. El costo de la sustancia depende de la cantidad y la calidad que se consuma; éste puede aumentar de manera significativa, especialmente en entre quienes consumen con mayor frecuencia. La preocupación por el gasto impulsa a algunas personas usuarias a disminuir el consumo, con el fin de cuidar sus finanzas.

Otro motivo para la reducción del consumo es el deseo de disminuir la tolerancia a la sustancia. Con el tiempo, el uso regular de cannabis puede llevar a una mayor tolerancia a sus efectos, lo que significa que las personas usuarias necesiten mayor cantidad para experimentar los mismos efectos de antes. Al reducir o interrumpir el consumo, buscan restablecer su sensibilidad a la sustancia, lo que puede permitirles experimentar efectos más intensos y satisfactorios cuando retoman el consumo.

Cuando las personas entrevistadas vuelven a fumar después de un período de reducción, suelen experimentar efectos más pronunciados debido a la disminución de la tolerancia. Este aumento en la intensidad puede ser percibido como un beneficio.

“A veces yo me hago breaks como de dos semanas, una semana como para resetear porque siento que estoy fumando mucho y ya no me pega como antes entonces como que me desintoxico y cuando vuelvo se siente como la primera vez”

Motivación Extrínseca

Este apartado aborda el primer objetivo, el cual consiste en identificar las motivaciones extrínsecas y los diferentes detonantes que llevan a la población entrevistada a consumir cannabis.

Círculo social

Tener amistades que consumen cannabis y otras sustancias, independientemente de la edad de la persona, puede influir en mayor o menor medida para que termine consumiéndola. Si bien la presión o la insinuación para fumar disminuye conforme avanza la edad, siempre existe la posibilidad de que se ofrezca la sustancia.

“Yo (hablando de antes de consumir) tenía amigos que fumaban y todo bien siempre me ofrecían nunca me obligaron, pero me daban si quería y eventualmente acepté y empecé a pijear”

Contexto

El hecho de que una persona viva en un entorno donde las sustancias son parte de la vida cotidiana puede facilitar que eventualmente comience a consumir, debido a la normalización de esta práctica. Algunas de las personas entrevistadas consideran que sus lugares de residencia influyeron en el inicio de su consumo, ya que resultaba “raro”, por presión social, no hacerlo.

“En el barrio usted sabe, adonde uno vive en cada esquina se ve gente fumando, es normal”

Familia

Además del contexto en el que vive la persona, el hecho de tener familiares que consumen facilita, en primera instancia, el acceso a la sustancia y otorga mayor libertad para hacerlo, dado que en su círculo más cercano el consumo se percibe como algo normal. Se reconoce que, en ciertas familias, existe una dinámica alrededor del consumo que puede ir desde quienes fuman con sus hijas/os, tías/os o hermanas/os, hasta familias cuyo sustento económico depende de la venta de sustancias.

“Yo nací en un ambiente donde todo eso era normal, no era sano, pero para mí y mis hermanos era normal ver a la gente consumir y marihuana era lo más sano”

“Yo prefiero que pije conmigo y que lleguen sus amigos a la casa, ya son amigos míos también todos pijeamos juntos, es más seguro”

Pareja sentimental

En este caso se identificaron dos situaciones. En primer lugar, están las personas participantes cuya pareja consumía y que, por la naturaleza de la práctica, empezaron a fumar, ya sea por curiosidad o por presión, aunque dentro de un marco de libertad en el que la decisión fue propia. En segundo lugar, están las personas que fueron obligadas por sus parejas a consumir, producto de una relación de poder y abuso, donde, sin contar con consentimiento ni libertad para decidir, se vieron forzadas a probar la sustancia a fin de evitar discusiones y/o agresiones.

Estigma Social

Si bien el imaginario social sobre la persona consumidora de cannabis ha cambiado de manera significativa a lo largo de los años, quienes consumen afirman que todavía se sienten señaladas por ello. Suelen ser catalogadas como delincuentes, vagas o irresponsables y que, sin importar sus logros académicos, económicos o su responsabilidad ciudadana, continúan siendo objeto de juicios. Por esta razón, las personas participantes reconocen que prefieren no mencionar su consumo, especialmente frente a desconocidos o en sus espacios laborales. Aunque consideran que, de saberse eventualmente, no tendrían mayores problemas, prefieren evitarlo debido al estigma que persiste.

“Uno tiene que vivir ese rechazo todos los días, porque piensan que uno por ser marihuano es un delincuente”.

Familia

La mayoría de las personas entrevistadas no reconoce, al inicio, ante sus familias que consume cannabis, incluso cuando otras personas dentro del mismo núcleo también lo hacen. Por lo general, quienes están al tanto son hermanas/os o primas/os. Se observó una tendencia a ocultarlo a los padres, independientemente de la edad, principalmente debido al estigma o al ‘qué dirán’.

Si bien algunas familias saben que la persona consume cannabis, suele persistir cierto rechazo basado en la idea de que la sustancia puede volverlas poco productivas o eventualmente “vagas”. Del mismo modo, se mantiene la norma de no consumir frente a sus padres, aunque residan en la misma casa hermanas/os, familiares menores de edad o hijas/os.”

Esta “norma” se relaciona directamente con las ideas que se construyen en torno a la percepción de la persona consumidora de cannabis, las cuales están determinadas tanto por los dictados sociales como por las creencias religiosas; estas últimas, en particular, ejercen un impacto significativo en el estigma que persiste dentro de las familias.

“Yo siempre he sido de mantener un perfil bajo, porque mi mamá y mi padre, es más hasta yo, hemos sido, bueno yo fui criado en la iglesia, mis papás son cristianos de toda la vida entonces Dios guardé verdad.

Mi mamá supo que yo llegué a consumir ya después que yo le dije digamos viejo actualmente. Yo le dije si mami yo he probado la marihuana, pero cuando yo vivía con ella, ella nunca se dio cuenta, porque lo escondía ... y también nunca he andado en la calle siempre perfil bajo porque me decían por ese respeto a mis padres para que no hablaran”

Legalidad

En Costa Rica, en el año 2022, se aprobó la Ley N.º 10113, «Ley del Cannabis para Uso Medicinal y Terapéutico y del Cáñamo para Uso Alimentario e Industrial», que permite que las personas con una condición médica, cuando dicha sustancia sea la única que les brinde una mejor calidad de vida o una alternativa ante los efectos secundarios del tratamiento, puedan hacer uso del cannabis de forma legal. Entre las personas entrevistadas, algunas lo consumen con fines medicinales, pero sin prescripción médica que autorice ese uso.

“Yo lo que uso son unas gotitas que me traen de Jamaica, que son medicinales para el dolor porque yo tengo Lupus, ya la morfina ni nada me hacía entonces esas gotitas me las tomo y me alivian a veces me pongo más depende del dolor. Se ponen debajo de la lengua y son muy buenas yo le he dado a mi suegra para el dolor, mis papás ahora todos la usamos”

Algunas de las personas entrevistadas indicaron que, si se legalizara el consumo de cannabis con fines recreativos, podrían reducirse ciertos riesgos asociados con el consumo, como el acceso a lugares inseguros para comprar la sustancia (búnkeres) o la vinculación con individuos o grupos peligrosos. Asimismo, señalaron que podrían evitarse algunas prácticas de la fuerza pública que, en ocasiones, incluyen detenciones, confiscaciones y, en algunos casos, violencia hacia las personas consumidoras de cannabis, sin importar el género ni la edad.

“Yo estaba ahí fumando un domingo en la mañana, quien sale un domingo en la mañana solo un marihuano a fumar, y vi por todo lado y no había nada entonces lo prendí y ahí vi que venía una patrulla entonces escondí rápido el purillo me lo metí en la licra y me hacen los pacos saque vimos que guardo algo y yo como no tengo nada y como no andaban policía mujer llamaron a una y todo casi me montan en la perrera, solo por un purillo a nadie estaba molestando”.

Facilidad de compra

La facilidad para comprar cannabis y otras sustancias ilegales, a pesar de su ilegalidad, es un fenómeno que persiste en muchas partes del mundo. Este mercado ofrece un acceso relativamente sencillo a estos productos, pero conlleva riesgos significativos para las personas consumidoras.

Aunque el consumo de cannabis con fines recreativos es ilegal, existe un mercado ilícito ampliamente extendido. Comprar en estos entornos implica riesgos considerables, como la exposición a productos de calidad variable o adulterados, así como la posibilidad de enfrentar actividades delictivas asociadas con dicho mercado. En cuanto a los lugares de compra, las personas entrevistadas indican que no existe un lugar fijo; las personas consumidoras suelen tener a alguien de confianza que les lleva el producto hasta sus hogares. Asimismo, existen espacios llamados “búnkeres”, donde se pueden conseguir sustancias, pero son percibidos como peligrosos y, por ende, poco utilizados.

“Solo falta que lo pongan en uber, hay servicio exprés hasta la puerta de su casa a toda hora y de todo”

Calidad del producto

Las personas entrevistadas procuran adquirir un producto de calidad y confían en las sugerencias de quien les vende; sin embargo, se evidencia que, en términos generales y más allá de la “recomendación del vendedor”, las personas consumidoras no cuentan con garantías sobre la composición del producto que están adquiriendo, lo que podría agravar consecuencias negativas para su salud.

“Uno debe tener un dealer de confianza porque sabe que le está vendiendo y si hay confianza te dice tengo eso, pero es mala calidad”

Impacto en las mujeres

Las mujeres, por lo general, pueden experimentar una mayor sensación de inseguridad al comprar sustancias ilegales, debido a preocupaciones adicionales sobre su seguridad personal. La violencia de género puede manifestarse en forma de intimidación, acoso o agresión física en contextos donde la compra de estas sustancias es común. Este factor puede disuadir a algunas mujeres de comprar en el mercado ilegal, por lo que buscan alternativas más seguras o evitan el consumo por completo.

“Yo antes si iba a algún lugar de paseo y nadie llevaba le preguntaba no sé al guarda del lugar, pero ahora no hago eso, sobre todo porque una se cuida más por todo lo que se ve en las noticias y di yo no quiero pensar mal pero no sé qué pueda hacer el guarda con esa información mía o aprovecharse entonces prefiero por seguridad si nadie anda yo no voy a ser la que pregunte”

Reducir el consumo o dejarlo

El presente apartado se refiere al cuarto objetivo: identificar posibles argumentos racionales que llevarían a las personas informantes a dejar de consumir o a disminuir su consumo.

Control de consumo

Se observó que algunas personas entrevistadas logran mantener control sobre la cantidad de consumo, especialmente a partir de factores como malas experiencias, cambio de amistades y/o pareja, mudanza a otros lugares y motivos laborales.

Las personas que logran ejercer ese control son aquellas cuyo consumo no es tan frecuente o quienes reconocen presentar cierto grado de adicción a la sustancia, en tanto consideran que esta les está generando consecuencias en su vida. Para alcanzar dicho control, la persona reduce, en primera instancia, la cantidad de cannabis que compra, lo que le obliga a dejar de fumar o a hacerlo en menor cantidad, al despertar la conciencia de “no hay más”.

Este control del consumo se evidencia cuando se les preguntó sobre la cantidad y la duración de la compra de cannabis: quienes no pueden reconocer cuánto compran ni cuánto les dura no presentan control en su consumo, lo que las hace más propensas a desarrollar dependencia a la sustancia.

Contar con control sobre el consumo permite a la persona lograr una reducción y, de ser el caso, dejar de fumar cannabis, dado que ya ha desarrollado la habilidad de gestionar la ansiedad que genera la necesidad de fumar.

“Yo he reducido demasiado, por una mala experiencia y malas juntas que no eran buenas para fumar, pero claro deje de fumar muchísimo”

Temas económicos

La principal preocupación de las personas entrevistadas es el gasto que realizan para mantener su consumo. Algunas llevan un presupuesto de lo que gastan por semana, quincena o mes; otras no tienen

claridad sobre cuánto de su dinero destinan a sustancias. En ciertos casos, toman conciencia del gasto cuando no cuentan con recursos para cubrir otras obligaciones, lo que les lleva a cuestionarse la cantidad de cannabis que están consumiendo.

Asimismo, los cambios en las prioridades de vida —como tener hijas/os o asumir responsabilidades familiares— hacen que la persona consumidora deba preocuparse por la cantidad, dado que la compra de cannabis pasa a un segundo plano frente a dichas prioridades.

“Yo sé que es lo que es no tener comida y haberlo gastado todo en cannabis yo sé lo que es tener hambre, pero siempre tener que fumar y eso me estaba matando, ya en ese punto me preocupé de que estoy haciendo con mi vida y le bajé”

No obstante, existe un grupo de personas entrevistadas para quienes el consumo de cannabis es prioritario; indican que, de sus salarios, lo primero que apartan es el dinero destinado a sustancias y que puede faltar todo, menos “la vuelta”.

Temas sociales

En el ámbito social, se observó una preocupación constante por la influencia que se ejerce sobre las personas menores de edad del entorno. No obstante, entre quienes consumen y tienen hijas/os se identifican posturas contrarias: por un lado, algunas personas consideran que, si su hija o hijo fuma a su lado y bajo su consentimiento, pueden mantener un control sobre la cantidad y la calidad del consumo; por otro lado, un segundo grupo no desea que, por su conducta, sus hijas/os se sientan tentadas/os a probar, pues, en última instancia, se trata de una adicción que nadie debería tener. Para este último grupo, ser una influencia positiva para sus hijas/os pesa más que su deseo de fumar. Esta razón hace que la persona no se sienta cómoda fumando o hablando al respecto fuera de su círculo social cercano.

Aunado a lo anterior, el estigma que perciben por ser personas consumidoras de sustancias ha generado preocupación por su imagen ante la sociedad. Si bien algunas personas entrevistadas indican que no les importa lo que otras personas piensen o digan sobre su consumo, otras consideran que dichos comentarios les afectan, lo que les preocupa y les lleva a cuestionarse la continuidad de esta práctica.

“La gente cree que por uno ser cannabis es un vago o un delincuente y no, yo sé que eso no es cierto porque he tenido amigos de todo que hacen de todo desde el pedrero hasta el de saco y corbata, pero es feo que a una la vean así, como esa la cannabis”

Temas de salud

Es común encontrar, entre las personas entrevistadas, preocupaciones relacionadas con la salud, asociadas a sus experiencias personales o a lo que han escuchado o investigado. Algunas expresaron inquietudes sobre la posible muerte de neuronas y el impacto negativo del consumo en la salud cerebral, así como la afectación de la función cognitiva y la memoria.

Asimismo, otras reportan que su capacidad de concentrarse y procesar información se ha visto afectada por el consumo. Han experimentado sensación de lentitud mental, dificultad para enfocarse en tareas y problemas para recordar o realizar actividades que requieren altos niveles de concentración.

Otras se preocupan por efectos ligados específicamente al acto de fumar, como problemas en pulmones y garganta, además de posibles efectos a largo plazo, como el impacto en el sistema cardiovascular o la posibilidad de desarrollar condiciones asociadas con el consumo prolongado.

Adicionalmente, un número reducido de personas entrevistadas manifiesta preocupación por la dependencia que la sustancia está ocasionando; señalan que identifican rasgos de adicción y, en consecuencia, deciden disminuir el consumo.

“Bueno, a mí me pasa, ya no sé si soy la única, pero a mí me da como por tiempos, cuando digo ya, ahora sí me tengo que poner las pilas, veo que tengo que estar super al máximo en lo que estoy haciendo. Entonces dejo de fumar 3 meses, 6 meses, pero siempre vuelve uno”

“Pero ya ahorita recientemente estoy tratando de solamente hacer lo más el fin de semana o como más ocasional, y no todos los días porque dicen, sea como que ya no me gustaba tener esa sensación de tengo que fumar para comer o si no no me da hambre, si no, no tengo apetito, entonces estoy tratando como de volver a como de Regularme como para ser más normal”

Dejar el consumo

El Autocontrolado

En este perfil se ubican las personas que consideran que pueden dejar de consumir cannabis con facilidad, basándose en experiencias previas en las que lo hicieron sin dificultad. Estas personas se sienten seguras de su capacidad para controlar el consumo y no consideran que presenten dependencia a la sustancia.

“Yo ya lo dejé un día me levanté y dije ya no más, así puedo volver hacerlo algún día”

El posponedor

Se trata de personas que desean dejar de consumir cannabis, pero no sienten una necesidad inmediata de hacerlo. Aunque reconocen que dejar de consumir podría resultar beneficioso en el futuro, en la actualidad no experimentan problemas asociados con el uso. Su decisión de continuar consumiendo cannabis está influenciada por la ausencia de un impacto visible en su salud o en sus responsabilidades diarias.

“Eventualmente me gustaría dejar, ahora no veo la necesidad, pero sí, sí puede ser en un futuro cuando esté más vieja, porque no me gustaría ser una señora fumadora”

El preocupado por la familia

Estas personas están motivadas a dejar de consumir debido a la preocupación por la influencia negativa sobre sus hijas/os o sobre personas menores a su alrededor. Reconocen que el consumo puede generar efectos adversos en la dinámica familiar o en la percepción que sus hijas/os puedan desarrollar respecto del uso y la familiarización con las sustancias. Su principal motivación para dejar de consumir es el deseo de contar con un entorno saludable y positivo y, por ende, modelar un comportamiento que consideran más adecuado.

“Por mí hija, porque a mí me da vergüenza ser una cannabis y que ella sepa. Aunque yo me voy para que no me vea y que ella no sepa, no es tonta debe saber, pero igual no quiero ser una mala influencia y que por mi empiece a fumar”.

El defensor del consumo

Este perfil está compuesto por quienes manifiestan abiertamente que no desean dejar de consumir. Para estas personas, fumar es una parte valiosa y esencial de su vida, ya sea por el placer, la relajación o el alivio de alguna situación. No consideran que existan razones suficientes para cambiar este aspecto de su rutina y sostienen que los beneficios del consumo son mayores. En este perfil se encuentran, principalmente, personas con consumo frecuente y diario.

“¿Qué tiene de malo si mantengo mi mente ocupada? ¿Por qué tengo que dejar esto si lo puedo conllevar? ¿me explico?, no tiene sentido”.

Dificultades para dejar el consumo

Entre las razones identificadas como obstáculo para dejar de consumir figura el hecho de que el círculo más cercano de la persona también consume; en consecuencia, resultaría difícil dejar de fumar cannabis u otras sustancias ilícitas.

Asimismo, quienes están dispuestas/os a dejar de consumir, o por lo menos a reducir el consumo, consideran que la fuerza de voluntad o la disposición personal para dejar de fumar será más determinante que la influencia de las personas a su alrededor

“Porque usted ya está, ya está acostumbrado a andar solo con gente marihuanera entonces va a ser muy difícil como sea. Obviamente, si usted tiene voluntad propia o se lo ha rechazado, porque a mí me ha pasado, verdad. Yo a veces digo no, no quiero fumar, y todo bien”

Otras Alternativas

Terapia

Entre quienes utilizan el consumo de cannabis para calmar el estrés o la ansiedad, algunas personas señalan que podrían probar con la terapia para canalizar dichas emociones. Otras complementan el uso de sustancias con la asistencia a terapia privada. En cuanto al servicio de psicología que ofrecen los centros públicos, las personas participantes mencionan que no les resulta útil, dado que solo les recetan medicamentos y no les ofrecen actividades de apoyo. De igual forma, existen personas usuarias que indican que asistir a terapia implica un gasto de dinero y que prefieren continuar con el consumo de cannabis.

“Voy a tirar un montón de gastar miles de plata en psicólogos y simplemente un ratito que usted tiene con la naturaleza a un árbol de una montaña, una nube que sea gente pasar”

Ejercicio

Realizar ejercicio provee a las personas suficiente energía y promueve la liberación de hormonas en el cerebro, lo que hace innecesario el consumo de sustancias. Este recurso podría representar una alternativa frente a la búsqueda de los efectos del cannabis.

“Yo hago mucho ejercicio y los días que hago no me hace falta fumar”

Deportes extremos

Algunas personas consumidoras evalúan practicar algún deporte extremo con el fin de eliminar el cannabis de sus vidas, aunque mantienen la idea de que les hará falta antes o después de la experiencia para potenciar los efectos de la percepción como tal.

“Tendría que ser no sé algo extremo que me de adrenalina, algo que me ponga extrema para que yo decida dejar de fumar”

De igual manera, se sostiene la idea de que la práctica de este tipo de deportes implica un costo elevado, lo cual disminuiría la posibilidad de realizarlos con mayor regularidad.

“Ninguna actividad me va a poner en algo que quiero evitar y para eso fumo para evadir la realidad”

“Tal vez nunca vaya a encontrar una actividad porque muchas veces uno se droga solo porque quiere drogarse y ya, no porque este huyendo de algo, es solo que quiero estar drogada”

Perfiles de consumidores

El siguiente apartado detalla la caracterización del perfil de las personas consumidoras de cannabis, según factores racionales y emocionales que motivan el consumo de esta sustancia psicoactiva. Se identificaron cuatro grupos, cuya clasificación se presenta a continuación:

Relajado o sereno

Perfil Demográfico:

- **Sexo:** Hombres y mujeres por igual.
- **Edad:** Principalmente jóvenes, con una mayoría (75 %) entre 18 y 35 años. Esta etapa de la vida suele estar marcada por la transición entre la adolescencia y la adultez temprana, en la que el equilibrio entre responsabilidades y vida personal comienza a generar estrés y ansiedad.

Motivaciones:

- **Motivación Principal:** Este grupo encuentra en el cannabis una herramienta para lidiar con el estrés de la vida diaria. Para estas personas, el consumo es un ritual que les permite desconectarse de las presiones del trabajo, los estudios o las responsabilidades cotidianas. El 81 % busca específicamente un estado de calma y relajación, descanso y dormir bien.
- **Actitud hacia el Cannabis:** Las personas del perfil **Sereno** tienen una visión pragmática del cannabis. No lo consideran una sustancia recreativa ocasional, sino una parte integral de su bienestar diario. Su relación con el cannabis es funcional y está enfocada en la autorregulación emocional y física.
- **Conocimiento:** Poseen un conocimiento intermedio del cannabis, diferenciando entre las variedades índica y sativa. Entienden cómo estas cepas afectan sus cuerpos y mentes, y prefieren la índica por sus efectos relajantes. Están al tanto de las tendencias de precios y de los diferentes formatos disponibles en el mercado, lo que les permite tomar decisiones informadas y personalizadas sobre su consumo.

Hábitos de Consumo:

- **Frecuencia:** El 92 % consume cannabis a diario o varias veces por semana. Este consumo regular se ha convertido en un componente estructural de sus rutinas diarias, con momentos definidos para el consumo, como después de la jornada laboral o antes de acostarse.
- **Modalidades de Consumo:** Prefieren productos de consumo fácil y uso sencillo, como puros y aceites en vaporizadores portátiles. Estos formatos les permiten controlar mejor la dosificación y el entorno del consumo.
- **Planeación de Compras:** La planificación es clave en este perfil. Su consumo frecuente implica mantenerse siempre atentas/os a su inventario. Generalmente compran de forma semanal o quincenal y suelen realizar pedidos antes de quedarse sin producto, lo que evidencia una previsión que refleja la importancia del cannabis en su vida diaria.

Entorno de Consumo:

- **Espacios Privados:** El consumo de cannabis del perfil Sereno se da principalmente en espacios privados y controlados, como sus hogares. Esto resulta vital para asegurar que el ambiente contribuya a su objetivo de relajación. No buscan la socialización en esos momentos, sino la introspección y la tranquilidad.
- **Rituales Personales:** Han desarrollado pequeños rituales en torno al consumo. Esto puede incluir preparar el espacio (música suave, iluminación tenue) o combinarlo con actividades relajantes, como meditar, ver una serie o escuchar música. Estos rituales constituyen una parte esencial de su proceso de relajación.

Impacto en su Vida Diaria:

- **Salud Mental:** Para el perfil **Sereno**, el consumo de cannabis se concibe como una forma de autocuidado. Les ayuda a gestionar la ansiedad y el estrés, contribuyendo a su bienestar emocional. No obstante, se observa una dependencia psicológica moderada, en tanto han incorporado el cannabis como un mecanismo principal para afrontar situaciones difíciles.

Social o creativo

Perfil Demográfico:

- **Sexo:** Principalmente hombres (65%).
- **Edad:** Mayormente jóvenes, con un 70 % entre 18 y 35 años. Este grupo busca en el cannabis una forma de integrarse y disfrutar de la vida social durante un período de exploración y socialización intensivas.

Motivaciones:

- **Motivación Principal:** El principal atractivo del cannabis para este grupo es su capacidad de mejorar la experiencia social. Buscan compartir momentos con amistades, conectar con otras personas y disfrutar de la diversidad social. El cannabis también puede ayudar a algunas personas a superar la timidez, facilitando la socialización y el diálogo. Para otras, el consumo se asocia con un aumento de la creatividad y con una mayor apertura en las interacciones sociales.
- **Actitud hacia el Cannabis:** Conciben el cannabis principalmente como un facilitador social. La experiencia compartida y la interacción con otras personas son más importantes que el consumo en sí mismo. Para este grupo, el cannabis actúa como una herramienta para amplificar las experiencias sociales y creativas.

Hábitos de Consumo:

- **Frecuencia:** No consumen cannabis a diario. Su consumo está condicionado por la oportunidad de socializar y es más frecuente en eventos sociales, fiestas y reuniones en casas de amistades. La frecuencia varía según la disposición y la participación de otras personas del grupo.
- **Modalidades de Consumo:** Prefieren productos fáciles de compartir, como puros, y están abiertas/os a utilizar lo que esté disponible, incluidos comestibles, bongos y otros implementos para fumar. Su conocimiento sobre el cannabis es limitado, con escasa comprensión de las diferencias entre cepas, aunque tienden a reconocer y preferir ciertos tipos, como la “creepy”, por su efecto.
- **Planeación de Compras:** todas las personas del grupo adquieren cannabis de forma regular. En su lugar, el consumo suele depender de la contribución de varias personas para adquirirlo, o bien se suman a eventos donde el suministro ya está disponible. La

colaboración para el abastecimiento es común, con algunas personas aportando para el “puro” en lugar de realizar compras individuales.

Entorno de Consumo:

- **Espacios Sociales:** Prefieren consumir en contextos que faciliten la interacción grupal, como fiestas, reuniones sociales y casas de amistades. El entorno debe permitirles cumplir el objetivo de su consumo: socializar y compartir experiencias.
- **Rituales Sociales:** El consumo suele formar parte de eventos sociales y se asocia con momentos de diversión y convivencia. Los rituales pueden incluir compartir productos y participar en actividades grupales que potencien la experiencia social y, en algunos casos, el consumo de otras sustancias.

Impacto en su Vida Diaria:

- **Autopercepción:** El cannabis les ayuda a superar barreras personales y sociales, especialmente en contextos donde podrían sentirse menos seguras/os o más introvertidas/os. Aunque su conocimiento sobre el cannabis es limitado, su enfoque en la experiencia social compensa esta falta de profundidad.

Terapéutico

Perfil Demográfico:

- **Sexo:** Mayormente hombres (61%).
- **Edad:** Principalmente jóvenes (80%) de 18 a 35 años. Esta etapa es significativa para la exploración de alternativas para el manejo de la salud y el bienestar emocional.
- **Educación:** Un porcentaje importante cuenta con estudios superiores (53 %) y algunas personas están actualmente en la universidad. Este nivel educativo puede influir en su capacidad para investigar y comprender el uso del cannabis con fines terapéuticos.

Motivaciones:

- **Motivación Principal:** El perfil terapéutico utiliza el cannabis como una herramienta para el manejo de trastornos emocionales y psicológicos, como ansiedad, depresión y otros malestares. Aunque muchas personas recurren al cannabis como una forma de automedicación, han encontrado en él una alternativa para problemas que no siempre están formalmente diagnosticados. La motivación es el alivio de síntomas y la mejora del bienestar emocional y mental.
- **Actitud hacia el Cannabis:** Para este grupo, el cannabis se concibe principalmente como una terapia alternativa. Su uso está dirigido a controlar y mejorar la salud mental y emocional, con un enfoque en el alivio personal más que en el disfrute recreativo.

Hábitos de Consumo:

- **Frecuencia:** El 50 % consume cannabis a diario para manejar sus síntomas, mientras que la otra mitad lo utiliza con menor frecuencia, ya sea una o dos veces por semana, o en respuesta a episodios críticos de ansiedad o problemas emocionales.
- **Modalidades de Consumo:** Tienen un conocimiento avanzado sobre el cannabis y prefieren flores de alta calidad, aunque también utilizan “puros” y otras formas de consumo. Saben qué cepas y tipos de cannabis les proporcionan el alivio necesario, lo que refleja un enfoque informado y específico hacia su consumo.
- **Planeación de Compras:** Estas personas adquieren cannabis cuando se les acaba, siguiendo un patrón de abastecimiento que asegura contar siempre con el suministro necesario para su bienestar.

Entorno de Consumo:

- **Espacios de Consumo:** Algunas personas no tienen inconveniente en fumar en presencia de otras, mientras que otras prefieren hacerlo en privado para mantener su proceso de alivio emocional en un entorno controlado. La elección del entorno puede variar según la comodidad y la necesidad de privacidad.
- **Rituales Personales:** El consumo de cannabis suele integrarse en sus rutinas diarias como parte del manejo de su salud. Pueden existir rituales asociados, como la elección de un ambiente tranquilo y el uso de productos específicos que les ayuden a manejar sus síntomas de manera efectiva.

Impacto en su Vida Diaria:

- **Autopercepción:** El uso del cannabis se percibe como una herramienta de empoderamiento personal para el manejo de la propia salud y su conocimiento.

Experimental

Perfil Demográfico:

- **Sexo:** Mayormente mujeres (64%).
- **Edad:** Principalmente jóvenes (72%) de 18 a 35 años.
- **Educación:** Un 36% posee estudios superiores y algunos están actualmente cursando la universidad.

Psicografía y Motivaciones:

- **Motivación Principal:** Este grupo busca experimentar con el cannabis en contextos sociales o durante eventos, motivado por el interés de explorar la sinergia entre relajación, creatividad e interacción social. Su enfoque se centra en el descubrimiento y la experiencia, más que en un uso regular o con fines terapéuticos.
- **Actitud hacia el Cannabis:** Para ellos, el cannabis es más una herramienta de exploración que una necesidad diaria. Algunos están motivados por el deseo de experimentar y combinar el cannabis con otras sustancias en eventos o fiestas.

Hábitos de Consumo:

- **Frecuencia y Contexto:** El consumo es ocasional y suele ocurrir en eventos, fiestas o encuentros sociales. No forma parte regular de su rutina diaria; se busca en ocasiones específicas.
- **Modalidades de Consumo:** Tienen un conocimiento limitado sobre el cannabis, sin una diferenciación clara entre cepas o tipos de productos. Generalmente se apoyan en personas con mayor experiencia para obtener lo que necesitan. Prefieren vaporizadores tipo *pen* por su facilidad de uso y para evitar la combustión, lo que les permite disimular el consumo en contextos sociales.
- **Experimentación:** Son abiertas/os a combinar el cannabis con otras sustancias, especialmente en entornos sociales nocturnos. Esta disposición a experimentar refleja su enfoque del cannabis como parte de una experiencia más amplia de exploración.

Entorno de Consumo:

- **Espacios de Consumo:** Su consumo ocurre en espacios sociales, como fiestas o eventos, donde buscan una experiencia integrada que combine relajación, creatividad y socialización. Algunas personas prefieren mantener un bajo perfil y utilizar dispositivos que disimulan el consumo.
- **Rituales Personales:** La experimentación con el cannabis no sigue un patrón fijo y suele estar influenciada por el entorno social y las oportunidades de interacción.

Impacto en su Vida Diaria:

- **Exploración y Diversión:** El cannabis se integra en su vida como una forma de explorar y disfrutar experiencias sociales, más que como una necesidad regular. La combinación de cannabis con otras sustancias se concibe como una manera de maximizar la experiencia.

Discusión

Los datos del presente informe muestran que un grupo de personas entrevistadas que consumen cannabis lo hace para “lidiar con el estrés diario” y quienes lo utilizan con fines terapéuticos son personas adultas jóvenes que recurren al consumo como herramienta para el manejo de la ansiedad, la depresión, el insomnio, entre otros malestares.

Cabe destacar que, entre los cuatro perfiles identificados —relajado o sereno, experimental, terapéutico y social o creativo—, se encontró una sensación predominante de bienestar y satisfacción; sin embargo, las motivaciones de las personas entrevistadas varían según su perfil de consumo.

En algunos casos, la primera experiencia de consumo fue negativa, ya fuera por no haberlo consumido de forma adecuada o por un efecto adverso inicial; no obstante, otras personas sí experimentaron placer al consumir dicha sustancia. Además, se observó que, si bien el cannabis puede no generar placer en la primera ocasión, sí es una sustancia a la cual se le otorga más de una oportunidad para experimentar sus efectos.

Entre los lugares donde ocurrieron las primeras ocasiones de consumo se mencionaron centros educativos, parques, montañas y ríos, viviendas, bares o fiestas; por tanto, se deduce que, en diversos espacios físicos, las personas con curiosidad por consumir lo harán, dado que el producto se ha vuelto “fácil” de conseguir.

Además, es fundamental considerar que la mayoría de las personas entrevistadas tuvo su primera ocasión de consumo a edades tempranas. Las amistades o círculos sociales son el principal referente, lo cual se relaciona con la necesidad de sentirse integradas y aceptadas por grupos de iguales, cumpliendo con ello una de las necesidades de estima, la aceptación, planteadas por Abraham Maslow:

Las necesidades de estima son aquellas que tienen que ver con el hecho de contar con el respeto de los demás y de uno mismo, un buen estatus social, la posibilidad de que otros depositen su confianza en nuestras manos y, en general, contar con una serie de ventajas que se expresan en las relaciones personales y en el trato que nos dan los demás, incluso si no pertenecen a nuestra familia o círculo de amigos más cercanos. (Torres, 2019)

Es importante destacar también que, aunque son minoría las personas con padecimientos crónicos, enfermedades terminales o condiciones relacionadas con la salud mental (depresión, ansiedad, ataques de pánico, etc.), la disminución de los efectos producidos por los fármacos recetados para sus propios padecimientos ha propiciado la búsqueda de medicina alternativa, encontrando en el cannabis una mejoría o sensación de control e, incluso, una disminución de los síntomas percibidos a causa de su padecimiento. Al respecto Casares (2022) menciona que: “dentro del campo médico, los cannabinoides han mostrado potencial utilidad en condiciones como cáncer, enfermedades dermatológicas, virales, neurológicas y neurodegenerativas, entre muchas otras”.

Asimismo, no es posible generalizar los hábitos de consumo de las personas, pues varían según el perfil y el nivel de dependencia. Hay quienes solo fuman durante las noches para poder dormir; quienes necesitan fumar para poder comer o para su disfrute; y quienes presentan mayores indicios de posible dependencia consideran necesario estar bajo los efectos de la sustancia para sobrellevar la jornada laboral o de estudio.

Cabe destacar que, entre los hábitos mencionados, se señaló la sensación de “ayuda para conciliar el sueño”. Por tanto, se debe tomar en cuenta que, al ser una sustancia psicoactiva con efecto inhibitor del sistema nervioso central (SNC), el cannabis coadyuva a que el tiempo para conciliar el sueño sea menor en las personas que consumen, lo que provoca una sensación de relajación y de sueño más profundo. Sin embargo, este resultado obedece a un efecto de “sedación” que altera la fase REM del sueño.

Según Russo (2016), los monoterpenos son los responsables de los diferentes efectos de los diferentes tipos de cannabis. El efecto relajante asociado a las variedades *índica* y su supuesto alto contenido en CBD y bajo contenido en THC se debe al *mirceño*. La sensación estimulante que relacionamos

con el supuesto alto contenido en THC y bajo contenido en CBD de las *sativas* se debe al limoneno, que también se encuentra en las cáscaras de los cítricos (citado por Erhardt, 2024). Es decir, en términos de preferencia de consumo, las personas con menor conocimiento podrían atribuir correctamente los efectos a componentes que van más allá de la planta consumida.

Con relación a los diferentes perfiles de consumo según el gasto monetario, en función de la cantidad y la frecuencia de compra, inciden factores económicos, la disponibilidad en el mercado y la realización de actividades con amistades. Este último aspecto es el que más impacta, pues genera compras con mayor regularidad del producto, dado que “no es lo mismo que yo fume solo a que vengan y fumen dos o tres, se gasta más”.

Es importante destacar cómo las personas consumidoras adquieren un sentido de pertenencia e identidad con el grupo de pares que tiene el consumo de cannabis como actividad en común. El arraigo que sienten hacia este tipo de grupos y actividades resulta relevante para el desarrollo psicológico, al formar parte de una necesidad primaria. Como referente Erikson (1968) señala: “la identidad representa la percepción de la mismidad y continuidad de la propia existencia en el tiempo y en el espacio, y la percepción del hecho de que otros reconocen esa mismidad”. Esta identidad les permite ser en medio de una sociedad, lo que, según Maslow, se vincula con la satisfacción de necesidades de afiliación (amistad, afecto) y de reconocimiento (autorreconocimiento, confianza, éxito), sin importar si dicho reconocimiento o sentido de afecto está asociado al consumo de cannabis.

La adquisición de cannabis se considera relativamente sencilla. Las personas participantes aseguran tener a alguien de confianza que les suministra el cannabis y que está a un “clic” de distancia, sin importar la zona donde se encuentren ni la hora en que lo necesiten. Lo anterior responde a una cuestión de oferta y demanda, en la que el *dealer* puede fijar el precio a su conveniencia y la persona eventualmente tendrá que comprar. Asimismo, este precio varía según la zona: en lugares alejados o marginales suele ser más barato por la cantidad de personas vendedoras; en zonas turísticas, el precio aumenta debido a que los distribuidores contemplan un mercado con mayor poder adquisitivo (turistas).

Las motivaciones intrínsecas para el consumo de cannabis se basan en situaciones de estrés y ansiedad. La sustancia brinda a la persona un escape temporal de la realidad y un mecanismo para replantear los problemas y encontrar una posible solución. Algunas personas señalan que consumir cannabis les permite controlar aspectos relacionados con la alimentación, como el apetito o las ganas de comer.

De las diversas percepciones de las personas entrevistadas, se observó que, en general, el estigma sobre quienes consumen cannabis se ha moderado hasta el punto de percibirse, en muchos casos, con cierta normalidad e inocuidad. En varios testimonios se valora como beneficioso, pues, según indicaron, reduce el estrés, potencia la creatividad y la productividad laboral, refuerza la identidad y el autoconocimiento, desinhibe y facilita la socialización; en algunos casos, mejora la concentración y potencia la sensibilidad del gusto, el olfato y el tacto, aludiendo incluso a mejores experiencias en la intimidad sexual.

En este sentido, datos de la Comisión Interamericana para el Control del Abuso de Drogas (CICAD, 2019) señalan que los patrones de consumo de cannabis han evolucionado con rapidez y que, actualmente, se consume en una mayor variedad de formas que en el pasado. Por otra parte, la apertura de los mercados para la producción de cannabis con fines medicinales y terapéuticos ha facilitado el acceso a esta sustancia. Al mismo tiempo, algunos países han aprobado leyes para regular la producción y el consumo de cannabis con fines recreativos; esta tendencia podría estar reforzando la percepción de “normalidad” del consumo.

En la relación entre el cannabis y la salud mental existen dos escenarios. Algunas personas señalan que la sustancia les ayuda a mejorar y a sentirse plenas, ya sea por decisión propia o por recomendación de su profesional en psicología o psiquiatría. Por el contrario, otras prefieren no consumir cannabis cuando están tristes o deprimidas, pues consideran que los efectos del consumo podrían llevarles a sobrepensar la situación y, por ende, a sentirse peor.

Entre algunas personas entrevistadas, el efecto identitario asociado al consumo de cannabis es relevante. En general, se trata de personas con varios años de consumo, que se reconocen como parte de un colectivo que, sin importar clase social, nivel educativo o lugar de origen, comparte una identidad común de “marihuano”, reforzando la idea de unidad. En este sentido, el consumo de cannabis facilita una cohesión entre pares, en la que todas las personas pueden contar con alguien del grupo para consumir cuando no disponen de la sustancia.

Durante el consumo de cannabis, es recurrente, según las propias personas participantes, probar otras sustancias de mayor potencia, como drogas alucinógenas o las denominadas “drogas duras”, especialmente por curiosidad en contextos de fiesta. Estos espacios pueden ir desde reuniones improvisadas en viviendas hasta establecimientos o festivales de música. La mezcla de sustancias es vista por la mayoría como algo “normal” y, a la vez, “nocivo”. Este “mix” no sigue un orden específico y el cannabis no produce el mismo efecto en todos los organismos. Algunas personas lo utilizan para potenciar el efecto de otra sustancia, y otras para “nivelar” y relajarse, en especial cuando han consumido drogas de efecto estimulante.

Es mínimo el porcentaje de personas dispuestas a dejar de consumir, sin importar la actividad que se le ofrezca a cambio. Persiste la percepción de que “hará falta el cannabis” después de realizar dichas actividades. Las pocas personas dispuestas a dejarlo son quienes, en algún momento, ya lo han suspendido o quienes consumen de forma ocasional.

En cuanto al acompañamiento, algunas personas consideran importante contar con apoyo para dejar la sustancia. Por otra parte, respecto del programa de reducción de daños, aunque está vigente en el país conforme a la normativa del IAFA, se observó desconocimiento por parte de una fracción de las personas entrevistadas.

Por otra parte, vivir en una era de redes sociales, entretenimiento y publicidad constante, que presenta el consumo de drogas, en especial el cannabis, como una actividad agradable y de estatus, ha jugado un papel importante en el consumo de las personas. Las celebridades e *influencers* pueden tener un impacto significativo en el comportamiento y en las decisiones, pues algunas personas podrían sentir el deseo de imitar un estilo de vida glamoroso y aparentemente libre de consecuencias negativas.

Es importante mencionar que, desde la publicidad y el marketing, una celebridad o una persona admirada puede desempeñar un papel fundamental en la configuración de decisiones sobre las drogas. En muchos casos, las campañas publicitarias y, de manera no siempre consciente, las propias personas jóvenes consumidoras podrían asociar que el consumo de drogas de cualquier tipo produce emociones positivas y experiencias gratificantes, sin mayores consecuencias o afectaciones para la salud.

Asimismo, las redes sociales han adquirido un papel relevante, especialmente para las personas más jóvenes, en la representación del consumo de drogas. A través de plataformas populares se promueven estilos de vida vinculados al consumo de sustancias, presentándolo como algo deseable.

A partir del análisis realizado, se puede deducir que el inicio en el consumo de cannabis está estrechamente ligado al contexto relacional de la persona. Estar inmersa/o en un entorno donde el consumo es frecuente y/o relacionarse con personas que ya utilizan la sustancia suele despertar la curiosidad y podría motivar la primera experiencia de consumo.

Asimismo, se observó que son pocas las personas que inician y se mantienen en el consumo de cannabis por recomendación de terceros, ya sean profesionales de la salud, terapeutas naturistas o amistades bajo la idea de que su uso podría contribuir a mejorar la salud. No obstante, es importante señalar que el consumo constante y la presencia de componentes adictivos, como el tetrahidrocannabinol (THC), pueden llevar a que la persona deje de recurrir al cannabis únicamente para aliviar malestares y, con el tiempo, pueda desarrollar dependencia.

Además, se observó que la edad de inicio de consumo entre las personas entrevistadas estuvo entre los 13 y los 17 años, siendo el colegio su primera referencia de consumo, ya fuera dentro del centro educativo, a la salida o en ocasiones en que decidieron ausentarse de este.

Los espacios de consumo son variados: hay quienes prefieren únicamente sus viviendas o espacios seguros, para evitar ser observadas/os o para controlar el ambiente, y quienes optan por lugares abiertos rodeados de naturaleza, así como espacios públicos como parques, aceras o, incluso, sus lugares de trabajo.

En cuanto a la compañía al consumir cannabis, no se identificó un patrón definido. Algunas personas señalan que, cuando lo hacen en soledad, pueden pensar y reflexionar sobre sus problemas o asuntos personales; otras, en cambio, prefieren estar acompañadas por las conversaciones que pueden surgir a partir de los efectos de la sustancia.

La cantidad de consumo por ocasión está ligada a la disponibilidad de la sustancia: las personas consumidoras indican que, entre más se tenga, más se fuma. Por esta razón, señalan como relevante que la mayor cantidad de participantes de la reunión lleve cannabis.

Entre las principales motivaciones externas para iniciarse en el consumo se encuentran la relación con pares —quienes impulsan a probar por curiosidad—; el uso de internet y redes sociales, que influye especialmente en la población más joven al presentar el consumo como algo inofensivo y “cool”; y la facilidad de adquirir la sustancia psicoactiva, incluso por plataformas de reparto o por pedido “expres” vía WhatsApp.

Entre las motivaciones internas que les impulsan a buscar el consumo de cannabis se encuentran factores como el estrés y la ansiedad, así como el insomnio, lo que deriva en consumir para conciliar el sueño, manejar ataques de pánico y controlar síntomas de hiperventilación y taquicardia, además de afrontar el estrés ocasionado por diferentes circunstancias de la vida diaria.

El común denominador entre las personas entrevistadas es que no consideran dejar de consumir, ya que el cannabis no les imposibilita realizar sus actividades y responsabilidades. No obstante, la principal preocupación por los efectos del consumo se vincula con problemas respiratorios; por tanto, las propias personas consideran más oportunas otras formas de consumo que eviten el fumado.

A su vez, no descartan del todo implementar estrategias de reducción de daños; sin embargo, ninguna de las personas entrevistadas considera aplicarlas en el presente. Las valoran a mediano o largo plazo, motivadas por un posible ahorro económico.

Finalmente, el surgimiento de nuevas sustancias psicoactivas (NSP), como los cannabinoides sintéticos, agrega mayor complejidad al estudio del consumo de cannabis; por ejemplo, estas sustancias se encuentran entre las NSP más utilizadas en América del Norte, lo que podría significar un riesgo real para nuestro país en un futuro cercano (CICAD, 2019). Este nuevo contexto queda abierto para futuras investigaciones.

Recomendaciones

Dado que la edad de inicio ocurre en los primeros años de la adolescencia, se recomienda reforzar o replantear los programas y planes de prevención dirigidos a la población estudiantil del país. Es fundamental promover intervenciones que contribuyan a postergar la edad de inicio del consumo de cannabis.

Sumado a lo anterior, al formular propuestas de prevención primaria orientadas a reducir el consumo de cannabis en la comunidad, se sugiere implementar estos programas no solo en instituciones educativas, sino también a través de alianzas con los gobiernos municipales y con los programas de seguridad de la Fuerza Pública. Un enfoque interinstitucional permitiría ampliar el alcance de las acciones preventivas e impartirlas a la comunidad en general. El propósito es disminuir la práctica de consumo mediante estrategias que fortalezcan las habilidades sociales y de resistencia, de modo que las personas cuenten con más recursos para optar por estilos de vida más saludables.

Asimismo, se propone fortalecer los programas gubernamentales de apoyo emocional y psicoterapéutico dirigidos a la niñez y a las personas jóvenes que carecen de apoyo familiar y, por ello, se encuentran institucionalizadas en albergues. Paralelamente, se recomienda capacitar al personal especializado encargado de su atención, con el fin de garantizar intervenciones oportunas, integrales y adaptadas a las necesidades de esta población.

Considerando la paulatina apertura de los mercados para la producción industrial con fines medicinales, terapéuticos y, en algunos casos, recreativos; la normalización del consumo; las bajas percepciones de riesgo; la aparición de nuevas sustancias psicoactivas, como los cannabinoides sintéticos; y el aumento de los indicadores de prevalencia, se considera necesaria la realización periódica de investigaciones cualitativas que complementen los resultados de las investigaciones cuantitativas, a fin de generar evidencia científica adicional que contribuya a comprender el problema con otros insumos. De esta manera, será posible mejorar o reorientar, desde un enfoque centrado en la persona, los programas preventivos y de atención.

Referencias

- Cáceres Guido, P. (2022). Cannabis medicinal: más allá del mito, solo otra droga (vegetal). *Salud Colectiva*.18. <https://doi.org/10.18294/sc.2022.4078>
- Comisión Interamericana para el Control del Abuso de Drogas (2019). Informe Sobre el consumo de Drogas en la Américas 2019. (CICAD)
- Birch, D. (1974). *Cognitive control of action*. In B. Weiner (Ed.), *Cognitive Views of Human Motivation* (pp. 71–84). Academic Press
- Erhardt, E. (2024). Diferencias entre índica y sativa, una mirada diferente centrada en el mirceno. <https://softsecrets.com/es-ES/articulo/diferencias-entre-indica-y-sativa-una-mirada-diferente-centrada-en-el-mirceno>
- Erikson, E. H. (1968). *Identidad, juventud y crisis*. Editorial Paidós.
- García Aurrecochea, V., Rodríguez Kuri, S., Córdova Alcaráz, A., y Fernández Cáceres, M. (2016). Diagnóstico macrosocial de riesgo del consumo de drogas en México. *Acta de investigación psicológica*, 6(3), 2516-2526. <https://doi.org/10.1016/j.aippr.2016.11.005>
- Gómez Velásquez, S., Amaya Heredia, Á., Bedoya Moncada, S. Patiño González, J. y Martínez Ramírez, J. (2023). Cannabis recreativo: Perfil de los cannabinoides presentes en muestras de cannabis suministradas por población consumidora. *Salud colectiva*, 19. <https://dx.doi.org/10.18294/sc.2023.4385>

Instituto sobre Alcoholismo y Farmacodependencia. (2015). Atlas del consumo de drogas en Costa Rica. IAFA.

Ivankovich-Guillén, C., y Araya Quesada, Y. (2010). "Focus Groups": Técnica de investigación cualitativa en investigación de mercados. *Ciencias Económicas*, 29(1), 545– 554.

Mazzei, J.A. (2018). Problemática del consumo de Cannabis. *Revista americana de medicina respiratoria*, 18(2), 77-78. http://www.scielo.org.ar/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S1852-236X2018000200001&lng=es&tlng=es.

Medina Quevedo, P., Guzmán-Ortiz, E., Álvarez-Aguirre, A., Martín del campo-Navarro, A., y García-Campos, M. (2024). Autoestima y consumo de cannabis en adolescentes: Una revisión integrativa. *Horizonte sanitario*, 23(1), 220-230 <https://doi.org/10.19136/hs.a23n2.5454>

Núñez Domínguez, L. (2000). Deterioro cognitivo tras consumo de cannabis. [Psiquiatría.com] <https://psiquiatria.com/bibliopsiquis/deterioro-cognitivo-tras-consumo-de-cannabis>

Oficina de las Naciones Unidas contra la Droga y el Delito. (2022). Tendencias de los mercados de drogas. Cannabis y opioides. UNODC https://www.unodc.org/res/wdr2022/MS/WDR22_Booklet_3_spanish.pdf

Rial, A., Burkhart, G., Isorna, M., Barreiro, C., Varela, J. y Golpe, S. (2019). Consumo de cannabis entre adolescentes: patrón de riesgo, implicaciones y posibles variables explicativas. *Adicciones*, 31, 1. www.adicciones.es. <https://www.adicciones.es/index.php/adicciones/article/view/1212/980>

Schering, S. (2023). Las visitas a urgencias relacionadas con el cannabis aumentaron entre los jóvenes durante la pandemia de COVID-19. *Academia Americana de Pediatría*.

https://publications.aap.org/aapnews/news/25063/CDC-Cannabis-involved-ED-visits-increased-among?_gl=1*11pgq0u*_ga*MTU4MzlwOTU1My4xNzYzNzMyMDc5*_ga_FD9D3XZVQQ*czE3NjM3MzlwNzgkbzEkZzEkdDE3NjM3MzI4NjQkajYwJGwwJGgw*_gcl_au*MTAwNjAxMjYwMy4xNzYzNzMyMDc5*_ga_GMZCQS1K47*czE3NjM3MzlwNzkkbzEkZzEkdDE3NjM3MzI4NjQkajYwJGwwJGgw

Universidad de Costa Rica. (2017). Encuesta Actualidades 2017. UCR. <https://www.ucr.ac.cr/medios/documentos/2017/estadistica-ucr-encuesta-actualidades-2017-.pdf>

Anexos

Anexo 1: Guía de sesiones

GUÍA DE TRABAJO PARA LA SESIÓN DE CANNABIS

- Duración: 1:30 horas a 2:00 horas
- PRESENTACIÓN

La presente investigación, desarrollada por CID Gallup para el Instituto sobre Farmacodependencia y Alcoholismo (IAFA), tiene como objetivo comprender en profundidad los patrones de consumo de cannabis en Costa Rica. Esta guía de investigación se centra en recolectar datos detallados y precisos que permitirán identificar tendencias, motivaciones y características demográficas de los consumidores de cannabis en el país.

La participación en esta investigación es completamente voluntaria y se puede optar por no responder a cualquier pregunta en cualquier momento. Sin embargo, la colaboración de los participantes es invaluable para el éxito de este estudio y para el desarrollo de estrategias efectivas en la lucha contra la farmacodependencia y el abuso de sustancias en Costa Rica.

Agradecemos de antemano su cooperación y confianza en esta importante iniciativa. Su participación contribuirá significativamente a mejorar la comprensión del consumo de cannabis en nuestro país y a la implementación de políticas públicas más informadas y efectivas.

Rueda de intereses

El facilitador explica brevemente el objetivo de la actividad: “Vamos a hacer una actividad rápida llamada ‘Rueda de Intereses’. Esto nos ayudará a conocernos mejor y a empezar a sentirnos más cómodos unos con otros.”

Identificación de Intereses

En cada sección del círculo, los participantes deben escribir una respuesta a las siguientes cuatro preguntas:

- ¿Cuáles son sus hobbies favoritos?
- ¿Cuáles son sus lugares favoritos para visitar?
- ¿Qué actividades les gusta hacer para relajarse?
- ¿Cuáles son sus creencias religiosas? (general)

Primera Experiencia y Hábitos de Consumo

Estas preguntas están dirigidas a: Discernir los patrones de comportamiento y las motivaciones detrás del primer consumo de cannabis, así como identificar los factores que podrían influir en cambios en estos hábitos.

- Primera Experiencia: Contexto, motivaciones, y percepciones iniciales al probar cannabis.
- Hábitos Actuales: Rutinas, métodos, lugares, cantidades y calidad del consumo.
- Diferencias en Consumo: Variaciones entre consumo en solitario y en contextos sociales, así como la planificación versus la espontaneidad en el consumo.

Contexto de la Primera Experiencia

- Pregunta principal: ¿Dónde y hace cuánto fue la primera vez que consumieron cannabis? ¿Pueden describir el lugar?

Preguntas de indagación:

- ¿En qué situación se encontraban cuando decidieron probar cannabis por primera vez (fiesta, reunión con amigos, solo en casa, etc.)?
- ¿Estaban solos o acompañados durante su primera experiencia con cannabis? ¿Con quiénes estaban y cuál fue su rol?
- ¿Qué los motivó a probar cannabis por primera vez?
- ¿Hubo algún evento o circunstancia específica que los llevó a tomar la decisión de probar cannabis?
- ¿Qué expectativas tenían antes de consumir cannabis por primera vez?

Hábitos de Consumo

- Pregunta principal ¿Actualmente cómo describirían su rutina de consumo de cannabis? ¿Es algo regular o esporádico? ¿Con qué frecuencia consumen cannabis (diariamente, semanalmente, mensualmente, ocasionalmente)?

Preguntas de indagación:

- ¿Consumen cannabis solo en ciertos momentos del día?
- ¿Cuáles y por qué?
- ¿Ha cambiado la frecuencia de su consumo a lo largo del tiempo? ¿Qué factores han influido en estos cambios?
- ¿Cuál es su método preferido para consumir cannabis (fumar, vapear, comestibles, etc.) y por qué?
- ¿Han cambiado su método de consumo a lo largo del tiempo?
- ¿Qué motivó ese cambio?
- ¿Dónde prefieren consumir cannabis (en casa, en casa de amigos, al aire libre, en eventos sociales, etc.)?
- ¿Qué tan importante es el ambiente o lugar para su experiencia de consumo de cannabis?
- ¿Evitan consumir cannabis en ciertos lugares? ¿Por qué? ¿Hay lugares donde se sienten más cómodos consumiendo cannabis? ¿Qué características tienen esos lugares?
- ¿Cómo determinan la cantidad de cannabis que consumen en cada sesión?
- ¿Consideran que consumen más, menos o la misma cantidad de cannabis en comparación con otros consumidores que conocen? ¿Por qué?

- ¿Cómo eligen la calidad del cannabis que consumen? ¿Qué factores consideran importantes? ¿Han experimentado diferencias significativas en su experiencia de consumo basadas en la calidad del cannabis?

Diferencias en el Consumo

- ¿Planean sus sesiones de consumo de cannabis con anticipación o son más bien espontáneas? ¿En qué situaciones es más probable que consuman cannabis de manera espontánea?
- ¿Consumen cannabis más frecuentemente cuando están solos o en compañía de otros? ¿Por qué?
- ¿Cómo varía su consumo de cannabis en contextos sociales en comparación con cuando están solos?

Bloque 2: Motivaciones Extrínsecas

Estas preguntas están dirigidas a: Comprender las influencias externas y sociales que afectan el consumo de cannabis, incluyendo la legalidad, la publicidad y la aceptación social, así como identificar cómo estas influencias pueden cambiar los hábitos de consumo.

- Influencias en el grupo social: Impacto del grupo social en la decisión de consumir cannabis. Aceptación social del cannabis en el entorno del participante. Influencia de la desaprobación familiar en la decisión de reducir o dejar el consumo.
- Normas y Legalidad: Legalidad del cannabis afecta la decisión de consumir. Cambios en las actitudes hacia el consumo de cannabis en los últimos años. Facilidad o dificultad de conseguir cannabis y su impacto en la frecuencia de consumo.

Influencias en el grupo Social

- Pregunta principal: ¿Cómo describirían la influencia de sus amigos o grupo social en su decisión de consumir cannabis?

Preguntas de indagación:

- ¿Han sentido presión social para consumir cannabis? ¿En qué contextos?

- ¿Consideran que el consumo de cannabis está socialmente aceptado en su entorno? ¿Por qué? ¿Qué opinan sus amigos y familiares sobre su consumo de cannabis?
- ¿La preocupación o desaprobación de sus seres queridos ha influido en su deseo de reducir o dejar el consumo?

Normas y Legalidad

- Pregunta principal: ¿Qué impacto tiene la legalidad o ilegalidad del cannabis en su decisión de consumirlo o dejarlo?

Preguntas de indagación:

- ¿Cómo influyen las normas sociales y la percepción pública sobre el cannabis en su consumo?
- ¿Creen que las actitudes hacia el consumo de cannabis han cambiado en los últimos años? ¿Cómo?
- Pregunta principal: ¿Qué tan fácil o difícil es para ustedes conseguir cannabis? ¿Influye esto en su frecuencia de consumo?

Bloque 3: Motivaciones Intrínsecas

Estas preguntas están dirigidas a: Explorar las motivaciones personales y emocionales detrás del consumo de cannabis, evaluando los beneficios percibidos y las experiencias emocionales, así como la comparación y combinación con otras sustancias para obtener una comprensión completa de las razones intrínsecas del consumo.

- **Beneficios Personales:** principales beneficios personales percibidos. Comprender hasta qué punto el consumo de cannabis se debe al placer o la satisfacción que proporciona.
- **Emociones y Estados de Ánimo:** Identificar las razones internas y emocionales para consumir cannabis en lugar de otras actividades o sustancias.
- **Comparación y Combinación con Otras Sustancias:** Identificar otras sustancias que proporcionen efectos similares al cannabis y las situaciones en las que se prefieren.

Beneficios

- Pregunta principal: ¿Cuáles consideras que son los principales beneficios personales que obtienen del consumo de cannabis?

Preguntas de indagación:

- ¿Cómo creen que el consumo de cannabis ha impactado su bienestar general (físico, mental, emocional)?
- ¿Hasta qué punto consumes cannabis por el placer o la satisfacción que le proporciona? ¿Cómo describirías la sensación de bienestar o euforia que experimenta al consumir cannabis?
- ¿Qué expectativas tienen cuando deciden consumir cannabis? ¿Se cumplen esas expectativas? ¿Cómo se sienten cuando el cannabis no cumple con sus expectativas?

Emociones y Estados de Ánimo

- Pregunta principal: ¿Qué razones internas o personales los llevan a consumir cannabis en lugar de otras actividades o sustancias? ¿Qué emociones suelen experimentar antes de decidir consumir cannabis?

Preguntas de indagación:

- ¿Utilizan el cannabis como una forma de lidiar con el estrés, ansiedad u otras emociones? (o si cuando se presentan estos sentimientos aumenta el uso) ¿Cómo?
- ¿Cómo describirían el cambio en su estado emocional después de consumir cannabis? ¿Sienten que el consumo de cannabis los ayuda a manejar ciertas emociones o situaciones estresantes? ¿Cómo? ¿Creen que el cannabis les proporciona una sensación de calma o relajación?
- ¿Pueden describir esa sensación?
- ¿El consumo de cannabis les ayuda a reflexionar o a conocerse mejor a sí mismos? ¿De qué manera?
- ¿Sienten que el cannabis influye en su creatividad o en su capacidad para resolver problemas? ¿Cómo?
- ¿Creen que el consumo de cannabis es parte de su identidad o estilo de vida? ¿Cómo?
- ¿De qué manera el cannabis influye en su autoimagen o en cómo se perciben a sí mismos?

Otras sustancias

- ¿Hay alguna otra sustancia que les ayude a sentir lo mismo que el cannabis

Si la respuesta es sí:

- ¿Qué sustancia(s) y en qué situaciones prefieren usarlas? ¿Cómo comparan los efectos de esa sustancia con los del cannabis?

Si la respuesta es no:

- ¿Qué aspectos del cannabis consideran que son mejores o más efectivos en comparación con otras sustancias? ¿Hay algo específico del cannabis que no encuentren en otras sustancias (efectos, sensación, manejo del estrés, etc.)?
- ¿Suelen mezclar cannabis con alguna otra sustancia para mejorar el efecto?

Si la respuesta es sí:

- ¿Cuál(es) sustancia(s) mezclan con cannabis y por qué? ¿Qué efectos adicionales buscan al mezclar cannabis con otras sustancias?

Si la respuesta es no:

- ¿Por qué prefieren no mezclar cannabis con otras sustancias?
- ¿Consideran que el cannabis por sí solo es suficiente para obtener los efectos que desean?
¿Por qué?

Reflexión sobre el Consumo

Estas preguntas están dirigidas a: Explorar la reflexión personal sobre el consumo de cannabis y sus efectos adversos, así como identificar las motivaciones y estrategias para reducir o dejar el consumo, y comparar el cannabis con otras sustancias o actividades para obtener una visión completa de las perspectivas de los consumidores sobre su consumo y el cambio potencial.

- Efectos Adversos: Preocupaciones sobre los posibles efectos a largo plazo en la salud física y mental. Impacto del cannabis en la productividad, concentración y desempeño en actividades cotidianas, así como en las responsabilidades y relaciones personales.
- Motivaciones para Reducir el Consumo: Visiones futuras en relación con el consumo de cannabis y los cambios deseados. Razones personales para reducir el consumo y los beneficios esperados. Necesidades de apoyo y recursos para dejar de consumir cannabis.

Auto reflexión y Consumo

- ¿Toman tiempo para reflexionar sobre su consumo de cannabis y sus efectos en su vida? ¿Qué conclusiones han sacado? ¿Sienten que hay aspectos de su vida que han mejorado o empeorado gracias al consumo de cannabis? ¿Cuáles?
- ¿Sienten que tienen control sobre su consumo de cannabis? ¿Por qué o por qué no?
- ¿En qué momentos sienten que el consumo de cannabis es más una necesidad que una elección consciente necesidad?

Efectos Adversos

- ¿Qué efectos secundarios conocen sobre el consumo de cannabis?
- ¿Dónde obtuvieron la información sobre estos efectos secundarios?
- ¿Están preocupado por los posibles efectos a largo plazo del cannabis en su salud física o mental?
- ¿Han notado algún cambio en su salud que atribuyan al consumo de cannabis? ¿De qué tipo?
- ¿Cómo afecta el consumo de cannabis a su productividad, concentración o desempeño en actividades cotidianas? ¿Han sentido que el consumo de cannabis interfiere con sus responsabilidades o relaciones personales? ¿Hasta qué punto estos efectos negativos influyen en su deseo de seguir consumiendo cannabis?

Motivaciones para Reducir el Consumo

- Pregunta principal: ¿Cómo se ven a sí mismos en el futuro en relación con el consumo de cannabis? ¿Qué cambios les gustaría hacer en su vida respecto al cannabis y cómo planean lograrlos?

Preguntas de indagación:

- ¿Hay alguna razón personal que les motive a reducir su consumo de cannabis (mejorar la salud, aumentar la productividad, etc.)? ¿Qué beneficios esperan obtener si deciden reducir su consumo de cannabis?
- ¿Han intentado reducir su consumo de cannabis en el pasado? ¿Cómo fue esa experiencia? ¿Qué obstáculos encontraron al intentar reducir su consumo y cómo los superaron?
- ¿Cómo imaginan el proceso de dejar de consumir cannabis? ¿Qué apoyo o recursos creen que necesitarían?
- ¿Han considerado buscar ayuda profesional para dejar de consumir cannabis? ¿Por qué o por qué no?
- ¿Han considerado otras actividades o métodos para obtener los mismos beneficios que les proporciona el cannabis (ejercicio, meditación, etc.)?
- ¿Qué tan dispuestos estarían a probar alternativas al cannabis para manejar el estrés o mejorar su bienestar?
- ¿Cómo comparan el cannabis con otras sustancias o actividades en términos de beneficios y riesgos? ¿Qué ventajas ven en dejar el cannabis y optar por estas alternativas?
- ¿Cómo creen que sería su vida si dejara de consumir cannabis? ¿Qué aspectos mejorarían?
- ¿Qué desafíos anticipan al dejar el cannabis y cómo planean enfrentarlos?

Perfil de las personas

consumidoras de cannabis, según factores racionales y emocionales que motivan el consumo de este tipo de sustancia psicoactiva.

COSTA RICA.

Proceso de Investigación,
Diciembre 2024.



MINISTERIO
DE SALUD

GOBIERNO
DE COSTA RICA

IAFA