

# Lo que necesita saber sobre la juventud y el cannabidiol (CBD)

## ¿QUÉ ES EL CBD?

El cannabidiol, o CBD, es uno de los más de 100 componentes, junto con el tetrahidrocannabinol (THC), que se encuentran en la planta de cannabis.<sup>1</sup> El CBD no es lo mismo que la marihuana. La marihuana se refiere a las flores, hojas, tallos y semillas secas de la planta de cannabis. El CBD por sí solo no produce la sensación de euforia o el “subidón” que la marihuana es capaz de producir. Para aprender los términos de la jerga común y las palabras clave para el CBD, consulte la Lista completa de la Drug Enforcement Administration (Administración de Control de Drogas).

## ¿CÓMO SE UTILIZA EL CBD?

El CBD viene en muchas formas, incluidos aceites, extractos, cápsulas, parches, vaporizadores y preparaciones tópicas para usar en la piel. Los aceites y extractos de CBD también se pueden agregar a alimentos, bebidas y productos de belleza.<sup>2</sup>

## ¿CUÁLES SON LOS EFECTOS DEL CBD?

El CBD se comercializa para reducir la ansiedad, la depresión y el dolor, al mismo tiempo que promueve el sueño, entre muchas otras cosas.<sup>3</sup> Los efectos secundarios del uso de CBD pueden incluir boca seca, náuseas, diarrea, fatiga e irritabilidad, tolerancia y otros factores de salud, según cada persona.<sup>2-4</sup> El CBD también puede causar daño hepático y afectar la eficacia de los medicamentos recetados, lo que podría causar efectos secundarios graves.<sup>4</sup> Todavía se desconocen los impactos a largo plazo en la salud del consumo de CBD.<sup>2-4-5</sup>

## ¿ES SEGURO?

La seguridad del CBD aún se está evaluando.<sup>4</sup> La Food and Drug Administration (FDA, Administración de Alimentos y Medicamentos) ha aprobado solo un producto de CBD, un medicamento recetado que contiene CBD purificado de plantas de cannabis llamado Epidiolex, para tratar los

trastornos convulsivos.<sup>4</sup> El CBD se vende principalmente como suplemento, y su seguridad o pureza no están reguladas por la FDA; por lo tanto, los productos de CBD pueden contener otros productos químicos y productos desconocidos que pueden no ser seguros.<sup>5</sup> Un pequeño estudio de productos de CBD probados para determinar su pureza mostró que más de una cuarta parte contenía menos CBD de lo que figuraba en la etiqueta, y algunos contenían THC.<sup>3</sup>

## ¿EL CBD ES ADICTIVO?

El CBD no parece ser adictivo. Sin embargo, numerosos productos de CBD contienen niveles variables de THC, y este puede ser adictivo.<sup>3</sup>

## ¿EL CBD ES LEGAL?

Si el CBD se puede vender legalmente o no en un estado depende de las leyes y regulaciones de ese estado, pero los alimentos y suplementos dietéticos que contienen CBD no se pueden vender legalmente en el comercio interestatal.<sup>6</sup> Además, comercializar CBD agregándolo a un alimento o etiquetándolo como un suplemento dietético es ilegal en los 50 estados.<sup>4</sup>

## ¿CUÁNTAS PERSONAS CONSUMEN CBD?

14%

de adultos

20%

de personas entre 18 y 29 años

La prevalencia del consumo de CBD entre los jóvenes no está bien documentada. Según una encuesta de Gallup del 2019,<sup>7</sup> el 14 % de los adultos estadounidenses informaron usar un producto de CBD, y los jóvenes de 18 a 29 años informaron la mayor prevalencia de uso, con un 20 %.

## REFERENCIAS

1. Rosenberg, E. C., Tsien, R. W., Whalley, B. J., & Devinsky, O. (2015). Cannabinoids and epilepsy. *Neurotherapeutics*, 12(4), 747-768. doi: [10.1007/s13311-015-0375-5](https://doi.org/10.1007/s13311-015-0375-5).
2. Bauer, B. (2020, December 18) *What are the benefits of CBD – and is it safe to use?* Mayo Clinic. <https://www.mayoclinic.org/healthy-lifestyle/consumer-health/expert-answers/is-cbd-safe-and-effective/faq-20446700>. Accessed August 6, 2021.
3. Corroon, J., Phillips, J. A. (2018). A cross-sectional study of cannabidiol users. *Cannabis Cannabinoid Res.*, 3(1), 152 -161. doi: [10.1089%2Fcan.2018.0006](https://doi.org/10.1089%2Fcan.2018.0006).
4. Food and Drug Administration. (2020, March 5). What you need to know (and what we're working to find out) about products containing cannabis or cannabis-derived compounds, including CBD. <https://www.fda.gov/consumers/consumer-updates/what-you-need-know-and-what-were-working-find-out-about-products-containing-cannabis-or-cannabis>. Accessed August 6, 2021.
5. Grinspoon P. (2020, April 15). *Cannabidiol (CBD) – what we know and what we don't*. <https://www.health.harvard.edu/blog/cannabidiol-cbd-what-we-know-and-what-we-dont-2018082414476>. Accessed August 6, 2021.
6. National Center for Complementary and Integrative Health. (2019, November). *Cannabis (marijuana and cannabinoids: what you need to know*. <https://www.nccih.nih.gov/health/cannabis-marijuana-and-cannabinoids-what-you-need-to-know>. Accessed August 6, 2021.
7. Brenan, M. (2019, August 7). 14% of Americans say they use CBD products. *Gallup News*. <https://news.gallup.com/poll/263147/americans-say-cbd-products.aspx>. Accessed August 6, 2021.

*Este proyecto ha recibido el apoyo de los Centers for Disease Control and Prevention (CDC, Centros para el Control y la Prevención de Enfermedades) del U.S. Department of Health and Human Services (HHS, Departamento de Salud y Servicios Humanos de los Estados Unidos) como parte de una asistencia económica de un total de USD 2 000 000, con financiamiento total de los CDC/el HHS. Los contenidos pertenecen a los autores y no representan necesariamente las opiniones oficiales ni la aprobación de los CDC/el HHS o del gobierno de los Estados Unidos.*