

*¡Hola, Maryland!*



**¿LO SABÍA?**



INFORMADOS. RESPONSABLES. SEGUROS.

# Guía para el Consumo Responsable de Cannabis para Adultos de 21 años o más





## Tabla de Contenidos

---

### Objetivo y Uso

Esta guía fue desarrollada por la oficina de Administración de Cannabis de Maryland como un recurso informativo para los adultos de 21 años o más que consuman o estén considerando consumir cannabis dentro del mercado de cannabis para uso adulto en Maryland. El propósito de este documento es apoyar el consumo informado, responsable y seguro.

Las distintas jurisdicciones locales y departamentos de salud locales, socios comunitarios y otras partes interesadas pueden descargar e imprimir esta guía para su uso. Además, hay materiales educativos adicionales en el sitio web de la administración, [cannabis.maryland.gov](https://cannabis.maryland.gov).

### Contenidos

¿Dónde puedo comprar cannabis? . . . . .	1
¿Cuánto cannabis puedo tener conmigo? . . . . .	1
¿Dónde puedo usar cannabis? . . . . .	2
¿Puedo cultivar cannabis en mi casa? . . . . .	4
¿Es seguro conducir después de consumir cannabis? . . . . .	4
¿Puedo llevar cannabis cuando viajo? . . . . .	5
¿Qué pasa con el cannabis en mi lugar de trabajo? . . . . .	5
¿Cómo tengo que desechar el cannabis que no haya usado? . . . . .	5
¿Cuáles son las cantidades recomendadas para principiantes? . . . . .	6
¿Qué tengo que saber sobre los productos comestibles con cannabis? . . . . .	6
¿Qué factores pueden afectar mi experiencia con el cannabis? . . . . .	7
¿Qué consejos pueden ayudar a tener una experiencia segura de consumo de cannabis? . . . . .	8
¿Dónde tengo que guardar mi cannabis? . . . . .	8
¿Qué pasa si consumí demasiado cannabis? . . . . .	9
¿Y si necesito ayuda? . . . . .	9

Última actualización: 15 de julio de 2023

## ¿Dónde puedo comprar cannabis?

---



Los adultos de 21 años y más pueden comprar cannabis en los dispensarios oficiales. Los dispensarios oficiales con licencia siguen reglas estrictas para asegurar que los productos sean producidos, procesados, testeados y etiquetados correctamente. Puede encontrar una lista de los dispensarios oficiales con licencia en [cannabis.maryland.gov](https://cannabis.maryland.gov) (diríjase a la pestaña “Industry Licensee”).

## ¿Cuánto cannabis puedo tener conmigo?

---



Usted puede comprar y tener en su poder hasta 1.5 onzas de flores de cannabis, 12 gramos de cannabis concentrado y una cantidad total de productos de cannabis que no exceda los 750 miligramos de THC. Esta cantidad se conoce como “cantidad para uso personal”. Puede regalar cannabis a adultos de 21 años o más si la cantidad que regala se encuentra dentro del límite para uso personal y no hay dinero, bienes o servicios asociados con la transacción.



## ¿Dónde puedo usar cannabis?



Usted puede consumir cannabis en casas y en propiedades privadas, pero fumar cannabis en público está prohibido. Esto incluye parques, calles y aceras, bares y restaurantes, autos en movimiento, y transporte público (por ejemplo, autobuses, vans, trenes, taxis, limusinas).

Los dueños pueden prohibir el uso de cannabis en sus propiedades privadas. Si usted paga una renta, revise su contrato de renta para ver si figura alguna restricción con respecto al consumo de cannabis.

La mayoría de los hoteles no permiten fumar cannabis en sus habitaciones. Consulte en la recepción cuál es la política del hotel. Si se hospeda en una propiedad de alquiler vacacional, consulte con el dueño de la propiedad acerca de las reglas durante su estadía.



## ¿Puedo cultivar cannabis en mi casa?



Se pueden cultivar dos plantas por casa, en el interior y fuera de la vista de otras personas. Cabe aclarar que los arrendatarios y dueños de propiedades pueden prohibir el cultivo de cannabis en su propiedad.

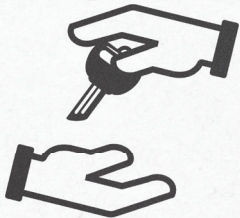
## ¿Es seguro conducir después de consumir cannabis?



El uso de cannabis afecta su habilidad de conducir de forma segura. Puede provocar un retraso en el tiempo de reacción, coordinación y concentración. Si usted está afectado mientras maneja, incluso en caso de que sea un paciente certificado con una tarjeta médica, las

autoridades pueden obligarlo a detenerse y realizarle una prueba de sobriedad. Usted puede recibir una multa o DUI.

Si usted está transportando cannabis en su auto o vehículo, debe llevarlo en el baúl o en un paquete sellado. Consumir cannabis en autos en movimiento está prohibido. Esto incluye fumar, vapear o consumir productos comestibles con cannabis.



Sigamos haciendo que Maryland sea un lugar seguro. Tenga siempre un plan antes de consumir cannabis.



## ¿Puedo llevar cannabis cuando viajo?



El cannabis sigue siendo ilegal según la ley federal. No puede usar o tener cannabis en su poder en territorios federales (incluyendo edificios federales, parques nacionales, bases militares, etc.). No puede transportar cannabis fuera de los límites del estado, incluso si se trata de estados en los que el uso de cannabis es legal. Enviar cannabis por medio del correo de Estados Unidos es ilegal.

## ¿Qué pasa con el cannabis en mi lugar de trabajo?



Verifique las políticas particulares de su empleador. La nueva ley no impide que los empleadores realicen pruebas de detección de consumo de drogas entre sus empleados. Los habitantes de Maryland que sean empleados federales deberán seguir las políticas federales de empleo con relación al uso y posesión de cannabis.

## ¿Cómo tengo que desechar el cannabis que no haya usado?



Desechar el cannabis de forma correcta ayuda a prevenir la exposición accidental, especialmente de niños curiosos o mascotas. Para desechar el cannabis que no haya usado, deberá aplastar o picar cualquier resto de cannabis, colocarlo en un contenedor vacío y mezclarlo con algo poco atractivo (como granos de café, tierra, o arena para gatos); después cúbralo, ciérrelo y tírelo en la basura.



## ¿Cuáles son las cantidades recomendadas para principiantes?\*



### Flores

Dosis: 1 inhalación  
Efecto: Entre 1 y 10 minutos  
Duración: 1 a 6 horas



### Productos comestibles

Dosis: 2.5 mg de THC  
Efecto: 1 a 2 horas  
Duración: 4 a 24 horas



### Vapeador

Dosis: 1 inhalación  
Efecto: Entre 1 y 10 minutos  
Duración: 1 a 6 horas



### Líquidos/Bebidas

Dosis: 2.5 mg de THC  
Efecto: 1 a 2 horas  
Duración: 4 a 24 horas

\*Sugerido para evitar el consumo excesivo.  
No existe una guía formal de consumo.

## ¿Qué tengo que saber sobre los productos comestibles con cannabis?



**Siempre** compruebe la cantidad de THC en la etiqueta. ¡Los productos comestibles pueden verse iguales pero ser más fuertes!

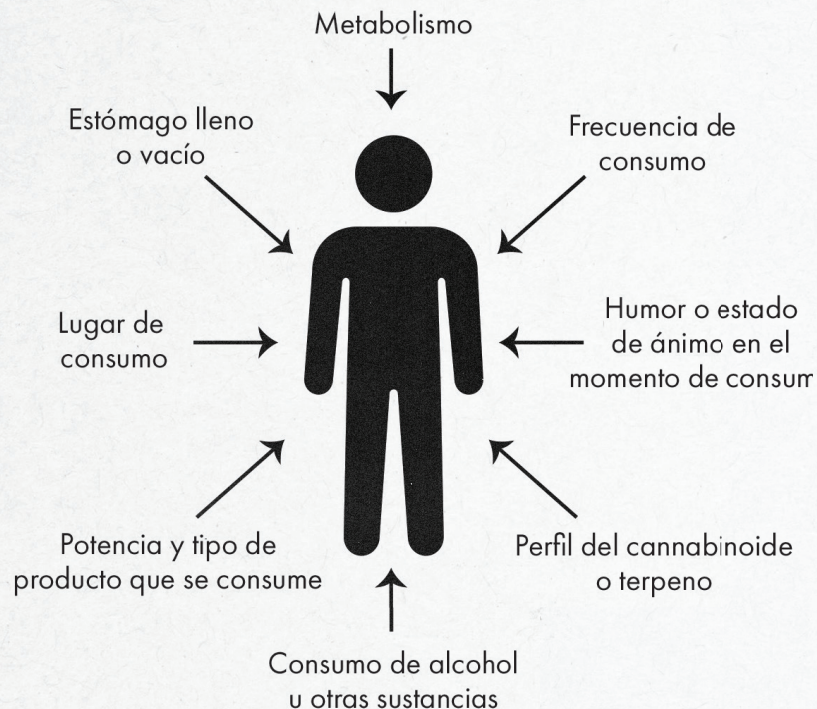


Es posible que tenga que cortar el producto en mitades o en cuatro partes para consumir la dosis que desee.

Los efectos de los productos comestibles con cannabis normalmente tardan más en sentirse y duran por más tiempo que si se fuma o se vapea.

## ¿Qué factores pueden afectar mi experiencia con el cannabis?

Lo que determina la intensidad del efecto no es solo la cantidad de THC que se consume. Los siguientes factores pueden afectar la experiencia de cada persona:





## ¿Qué consejos pueden ayudar a tener una experiencia segura de consumo de cannabis?

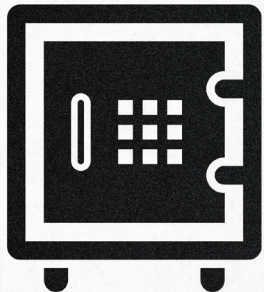
### SÍ

- ✓ Compre cannabis legal y probado de un dispensario con licencia
- ✓ Comience con una dosis baja (una o dos inhalaciones, o 2.5 mg de THC) y espere al menos un par de horas antes de consumir más
- ✓ Consulte a un proveedor de atención médica sobre cualquier duda respecto a la salud

### NO

- ✗ Mezcle cannabis con alcohol, tabaco u otras sustancias o estimulantes
- ✗ Conduzca después de consumir cannabis
- ✗ Fume cannabis en lugares públicos

## ¿Dónde tengo que guardar mi cannabis?



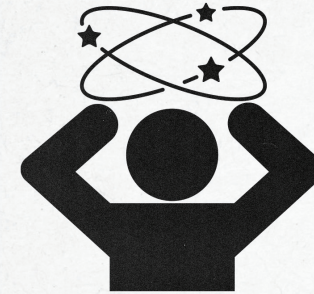
Todos los productos de cannabis deben guardarse en un lugar cerrado, fuera del alcance y de la vista de los demás

Use una caja de seguridad o caja fuerte (es posible que las vendan en los dispensarios)

Guarde el cannabis en su empaque original a prueba de niños, con las señales de advertencia de THC



## ¿Qué pasa si consumí demasiado cannabis?



- **Hidrátese.** Beba mucha agua
- **Mantenga la calma y descanse.** Tome una siesta o duerma en un lugar seguro, y espere a que pase el efecto
- **Respire profundamente.** Regular la respiración permite calmar el sistema nervioso en casos de consumo excesivo
- **Haga algo que lo haga sentir bien.** Escuche música, mire su programa favorito o llame a un amigo
- **Pida ayuda.** En casos de emergencia médica, llame a Maryland Poison Center (Línea de Ayuda para Casos de Envenenamiento), 800-222-1222 o al 911

## ¿Y si necesito ayuda?



- Maryland Poison Center (Centro de Ayuda para Casos de Envenenamiento de Maryland), 800-222-1222
- Pet Poison Hotline (Línea de Ayuda para Casos de Envenenamiento de Mascotas), 855-764-7661 (con cargo)
- Ayuda de salud mental, llame o envíe un mensaje de texto al 988
- ¿Tuvo una reacción grave?, llame al 911





[cannabis.maryland.gov](https://cannabis.maryland.gov)



Última actualización: 15 de julio de 2023