

Vía respiratoria

El efecto tarda en sentirse entre 5 a 10 minutos y disminuye paulatinamente luego de 1 a 3 horas aproximadamente.

Fumar o “vía pirolítica”

Es la forma menos saludable. Consiste en la inhalación del humo producido por la combustión de la sustancia por medio de cigarrillos, pipas o bongos - pipas de agua -.

No se recomienda pues la combustión genera agentes tóxicos que podrían traer problemas en el sistema respiratorio, ya que la combustión o pirólisis produce monóxido de carbono y otras sustancias cancerígenas e irritantes. Además, las altas temperaturas que alcanza la combustión por aplicación de fuego, destruye muchos de los cannabinoides y terpenos de la planta, disminuyendo su potencial terapéutico.

Vaporizar

Consiste en la inhalación del vapor de agua generado por la ebullición de los compuestos vegetales o extracciones, por el alza controlada de temperatura en una cámara cerrada. Al no aplicar fuego ni alcanzar la temperatura de combustión, no se generan elementos tóxicos, humo ni olores y se perciben mejor los aromas. Se ha descubierto que los distintos compuestos que conforman la planta y que son más de 100, se activan a determinadas temperaturas, por lo que es posible controlar de mejor manera los efectos. Existen vaporizadores de mesa y portátiles.

THC: Comienza a ebullición a 157°C.

CBD: comienza a ebullición entre los 160°C y 180°C.

Si quiere mayor detalles, puede descargar el manual de uso de vaporizadores y yerbas secas.

Agradecimientos a Bocanada, vaporizadores <http://bocanadastore.cl/>

Vía oral

Comestibles

El efecto puede tardar entre 30 minutos a varias horas, por ello es recomendable ir probando con pocas cantidades. Es mucho más prolongado y dependerá siempre de la dosis ingerida. Cuando no se calienta a temperatura de ebullición, no se produce un efecto psicoactivo.

Los cannabinoides son liposolubles, es decir, que se diluyen en la grasa animal o vegetal. Se pueden hacer preparados comestibles en base a mantequilla, leche entera, aceite de oliva o coco, entre otras. Cuando se utilizan estos ingredientes, hay que tener cuidado con el efecto psicoactivo, pues puede ser muy alto, en especial cuando se ha usado grasa de origen animal.

Crudos

Algunos componentes de la cannabis deben activarse mediante el calor o descarboxilación. Sin embargo, existen otros elementos igualmente medicinales que se pueden consumir de forma cruda y por tanto, este tipo de consumo no genera psicoactividad o esa sensación de “estar volado”. De igual forma, se puede calen-

tar la materia vegetal de igual modo, evitando alcanzar temperaturas de ebullición para evitar el efecto psicoactivo del THC.

Se puede ingerir en forma de jugo, batidos o mezclar con frutas o verduras.

Cocidos o descarboxilados

Para obtener los efectos esperados de los cannabinoides, en especial el del THC, entre otros, es necesario que las moléculas pasen por un proceso de descarboxilación que no es más que aplicar calor por un tiempo determinado. En el caso de los alimentos, esto se logra por la cocción de materia vegetal en algún tipo de grasa (vegetal o animal), ya que los cannabinoides son liposolubles y se adhieren a las grasas. Es por ello que las recetas más conocidas son las que contienen leche entera, mantequilla, aceite de coco, etc.

Macerados

Es la forma más sencilla de extracción aunque tiene menor potencia medicinal. Consiste en sumergir el producto en aceite o alcohol y dejarlo en reposo una determinada cantidad de tiempo, para transmitir al líquido características del macerado.

Infusión en agua como té de hierbas

Es la extracción menos eficaz de todas ya que el agua caliente no logra extraer de manera efectiva los elementos medicinales propios de la planta, ya que los cannabinoides no son hidrosolubles. Puede servir para aliviar dolores muy suaves o insomnios leves.

Forma tópica, cremas o pomadas

Al diluir un extracto con aceite de coco, vaselina o cera de abeja, se puede obtener una crema a base de cannabis que se puede aplicar de manera local sobre la piel. Ayuda a aliviar dolores articulares o similares y también se pueden aplicar en enfermedades dérmicas como la psoriasis, entre otras.