RECURSOS I SERVEIS

- **El Pep**
  - https://www.elpep.info/els-porros/
- **Energy Control**
  - http://energycontrol.org
- **La Clara**
  - https://laclara.info/drogues/porros/
- **Línia Verda d'Informació telefònica de la Generalitat sobre l'alcohol i altres drogodependències:**
  - https://drogues.gencat.cat/ca/ciutadania/busqueu_ajuda/linia-verda/
- **SAIDP, Servei d'Atenció i Informació en Drogues i Pantalles:**
  - enllaç web
  - 680 402 795
  - infodrogues@ajsabadell.cat
- **Urgències i Emergències:**
  - Truca al 112
- **Xarxa Pública de centres d'atenció a les drogodependències:**
  - https://drogues.gencat.cat/ca/ciutadania/busqueu_ajuda/tractament/

SI VOLS MÉS INFORMACIÓ, DEMANA'NS HORA!

ASSESSORIA DROGUES I PANTALLES

C/ BLASCO DE GARAY, 19

93 745 33 01

689 32 19 45

@sbdjove

*Edició 07/2026

Ajuntament de Sabadell

Generalitat de Catalunya
Departament de Treball, Afers Socials i Famílies
Direcció General de Joventut

Diputació Barcelona

InfoExpress

drogues i pantalles

PORROS

oficinajove del Vallès Occidental Sabadell

QUÈ ÉS EL CÀNNABIS?

És el nom d'una planta amb tres subespècies:

- Índica, la més tranquil·la
- Sativa, més psicoactiva
- Ruderalis, utilitzada per la indústria del cànem, no és psicoactiva

La planta del cànnabis conté desenes de substàncies anomenades fitocannabinoides, algunes d'elles psicoactives. Les més importants són el THC, el CBD, el CBN i el THCV.

Degut a la nocivitat per la salut de la persona que el consumeix i els seus efectes depressors pel Sistema nerviós central, el cànnabis és considerat una substància il·legal. Actualment és la droga il·legal més consumida.

La Marihuana o Maria...

Són els cabdells de la planta que es trinxen per fumar en un porro o en pipa, inhalar amb un vaporitzador (és la forma menys agressiva) o fer altres preparats.

Poden arribar a ser molt potents i psicoactives, degut a que es fan hibridacions i s'utilitzen diverses tècniques de cultiu per crear tipus de marihuana amb diferents característiques.

El Haixix

És el premsat de fulles, branques, líquid resultant del trinxat i altres parts menys nobles de la planta.
El seu color és marronós, amb el que resulta mes fàcil d'identificar.
Hi ha haixix de molts tipus, alguns d'ells en pols o resinosos. La seva puresa oscil·la molt i, probablement, el que es ven al mercat negre és el més impur.

Consumir és la teva decisió.
Si ho fas, que sigui de manera conscient i tenint informació sobre la substància que consumeixes.

EFECTES DELS PORROS

El seu consum pot:

- Generar problemes de rendiment acadèmic, ja que **afecta l'atenció i la coordinació**
- Afectar la memòria i la capacitat d'aprenentatge. Sobretot les varietats psicoactives (les que tenen més THC) perquè poden provocar ansietat
- En persones amb predisposició a patir desequilibris mentals els pot **provocar o facilitar l'aparició de trastorns mentals**. Generalment, les varietats índiques tenen menys riscos psicològics
- Les experiències intenses es poden viure negativament (**paranoies, atacs d'angoixa**)
- Provocar **baixades de tensió**
- **Disminuir els teus reflexos**, augmentant el risc de patir un accident de trànsit o laboral
- **Incrementar el consum de tabac**. Fumar cànnabis amb tabac, a llarg termini, pot incrementar el risc de patir problemes respiratoris, cardiovasculars o diverses formes de càncer
- **Afectar la manera de com et relaciones amb els altres**, ja sigui per com et mostres o el que fas en un moment determinat (estar empanat/da, anar a la teva bola, riure molt quan no toca...)
- **Crear dependència** (necessitat de consumir per no trobar-se malament) i **tolerància** (un cop el cos s'acostuma a X quantitat, necessita més per sentir els mateixos efectes)

Com ajudo algú que ha fumat i no es troba bé?

Consumir cànnabis en excés pot provocar la baixada de tensió arterial, coneguda com a **"pàl·lida"**.

La persona que la pateix mostra un aspecte pàl·lid a la pell, a vegades té sudoració, tremolors o sensació de fred.

- Fer que la persona **segui a terra, es tombi i pujar-li les cames en alt.** També és important **girar el cap de costat** per si vomita.
- Un cop la persona es troba millor, **donar-li quelcom que contingui sucre** (refrescs, sucs, dolços) per pujar els nivells de sucre en sang i que es recuperi.

CAL SABER...

Quan **l'ús és terapèutic**, els seus efectes beneficiosos superen els indesitjats. Es pren de manera oral o vaporitzat, no fumada. És important saber que és **pal·liatiu**, o sigui que ajuda reduir els símptomes desagradables de diferents patologies o dels seus tractaments (per exemple, de l'esclerosi múltiple, càncers, SIDA o glaucoma).

Si la policia t'enxampa fumant a la via pública o tenint a la butxaca maria/haixix i es considera per **consum propi, no consta com a delicte, però sí com a infracció o falta greu**. Si és la teva primera vegada, la sanció que et posaran pot oscil·lar entre els 601 a 10.400 € (segons la quantitat que portis). Si no és la primera vegada, la quantitat a pagar es duplica o triplica.

En canvi, si es demostra que la substància que portes està destinada al tràfic, passa a ser un **delicte contra la salut pública i està penat amb sanció i presó** (a més quantitat, més sanció/anys de condemna).

Factors com el cansament físic o mental, falta d'aliments, combinar cànnabis + alcohol, la calor o humitat excessiva poden afectar a la persona que està consumint i augmentar els símptomes.