

Spannabis Magazine

¡El cannabis de la A a la Z!

cannabis: como **afecta**
al **rendimiento**

autocultivo: **controla** y define
el **aroma** de tus **plantas**

Especial: **mdma y Sexo**
parte II

**grows y smart
shops** ante la ley

efedrina,
una mini anfetamina

2,95€

2º aniversario



Ciencia: Segundo un amplio ensayo clínico el cannabis y el THC reducen la incontinencia en la esclerosis múltiple

Según un estudio clínico publicado en marzo de 2006, tanto un extracto de cannabis como el THC aislado, produjeron una reducción significativa de la incontinencia comparado con el placebo. El estudio formaba parte de un ensayo multicéntrico con cannabinoides en 630 pacientes con esclerosis múltiple (el conocido como estudio CAMS) llevado a cabo en el R.U., y cuyos principales resultados ya fueron publicado en 2004.

Durante quince semanas los participantes recibieron cápsulas del extracto de cannabis Cannador, THC bajo su presentación como Marinol, o un placebo, a dosis máxima diaria de 10-25 mg. de THC dependiendo del peso. Los pacientes llenaron un diario de incidencias respecto a su in-

continencia. El extracto del cannabis la redujo el 38 por ciento, el THC el 33, y el placebo el 18. Los investigadores afirman que estos "hallazgos sugieren un efecto clínico del cannabis en los episodios de incontinencia en los pacientes con esclerosis múltiple".

(Fuente: Freeman RM, Adekanmi O, Waterfield MR, Waterfield AE, Wright D, Zajicek J. The effect of cannabis on urge incontinence in patients with multiple sclerosis: a multicentre, randomised placebo-controlled trial (CAMS- LUTS). Int Urogynecol J Pelvic Floor Dysfunct 2006 Mar 22; [versión electrónica ya disponible])

EE.UU.: Redadas a fabricantes y productores de cannabis en California

El pasado 16 de marzo fueron decomisadas centenares de cajas de dulces de cannabis y miles de plantas de marihuana en cinco redadas realizadas por la DEA (Drug Enforcement Administration, la agencia antidroga norteamericana) de forma simultánea en tres ciudades californianas (Oakland, Emeryville, y Lafayette). Las autoridades dijeron que es la mayor operación de este tipo realizada en la Costa Oeste contra manufacturadores y distribuidores de cannabis.

Han sido detenidas doce personas que se enfrentan a acusación de tráfico de cannabis. Según la DEA las cajas

iban a ser distribuidas mediante los clubes de cannabis y por Internet. Los partidarios del uso terapéutico de la marihuana afirman que según la ley Californiana se trata de cannabis medicinal legal. El envase de los dulces viene acompañado con un completo etiquetado con información nutricional y recomendaciones sobre dosificación, así como una nota que advierte que sólo es para uso médico. En las redadas participaron policías de los distintos departamentos locales.

(Fuente: The Oakland Tribune del 17 de marzo de 2006)

Noticias breves

***EE.UU.: Rhode Island

El pasado 31 de marzo entró en vigor la ley sobre cannabis medicinal de Rhode Island. En enero dicho estado norteamericano se convirtió en el undécimo en legalizar el uso médico del cannabis. El Programa de Marihuana Médica repartirá tarjetas identificativas, que incluirán una foto, a pacientes con enfermedades graves, como esclerosis múltiple y glaucoma, lo que les permitirá cultivar hasta 12 plantas de cannabis o comprar 2'5 onzas de marihuana. (Fuente: Associated Press del 31 de marzo de 2006)

***Italia: Certificado de exención

Francesco Storace, anterior Ministro de Sanidad, ha extendido un certificado de exención a un hombre del Tirol del Sur con esclerosis múltiple, lo que

le autoriza a usar el extracto de cannabis Sativex con fines médicos. Ha sido todo un acontecimiento en Italia dado el precedente que sienta. (Fuente: Die Neue Suedtiroler Tageszeitung del 23 de marzo de 2006)

***Alemania: La Farmacia del Cannabis

Según informa la Farmacia de Cannabis (www.hanfapotheke.org), hasta ahora son 29 los pacientes que han obtenido acceso a la misma a través de un médico que trabaja en colaboración con ella. De éstos, 22 han recibido su ministro de cannabis a partir de donaciones anónima y gratuita. En la actualidad hay 12 pacientes que reciben, de manera segura y continua, suministro de otros tantos

donantes. 11 enfermos se encuentran aún sin abastecimiento, en lista de espera. (Fuente: Comunicación personal del 10 de marzo de 2006)

***Holanda: Aislamiento de cannabinoides

Farmalyse BV ha anunciado que, en colaboración con la Universidad de Leiden, ha desarrollado un nuevo método para el aislamiento de los cannabinoides de la planta del cannabis. Muchos de los cannabinoides que la compañía tiene puestos a disposición no los prepara ningún otro laboratorio. En un correo electrónico Farmalyse afirma que la pureza del THC (dronabinol) aislado alcanza más del 99 por ciento. "Junto con Feyecon BV hemos desarrollado una nueva formulación mediante la cual el principio activo va encapsulado para ser admi-



SINCE 1985

CREATORS OF CHAMPIONS

Ganadores de 30 Copas High Times

Ganadores de la Copa Highlife Holanda 2005

Ganadores de la Copa Highlife España 2005

PLANTAS	PREMIOS
The Doctor	-
Big Bang	3 rd HTCC 2000
The Church	-
A.M.S.	-
Himalaya Gold	-
Great White Shark	1 st HTCC 1997 1 st HIGHLIFE 2006
White Widow	1 st HTCC 1995
Arjan's Haze #3	-
White Rhino	1 st HTCC 1996 2 nd ESPANA 2005
El Niño	1 st HTCC 1998
Arjan's Ultra Haze #1	-
Arjan's Ultra Haze #2	2 nd HTCC 2005 3 rd ESPANA 2005 3 rd HIGHLIFE 2006
Arjan's Strawberry Haze	-
Arjan's Haze #2	-
Super Silver Haze	1 st HTCC 1997-98-99
Hawaiian Snow	1 st HTCC 2003 3 rd HIGHLIFE 2006
Neville's Haze	1 st HTCC 1998
Arjan's Haze #1	1 st HTCC 2004



PRECIOS DESDE
15 EUROS!

Visite la nueva tienda de semillas!

LANGEBRUGSTEEG 11

RED LIGHT DISTRICT - AMSTERDAM

www.greenhouseseeds.nl
www.kingofcannabis.com



Cannabis Champions Cup 2005

P R E M I O S

CATEGORIAS

EXTERIOR

1º D'meter

2º Santamaría

3º Kanopia

Bubble Gum

Sandstorm

Bluemoschine

INTERIOR BIO

1º La Huerta de Juan Valdés

2º Paradise seeds

3º Madre Naturaleza

Missing

Sensi Star

Jack Herer

INTERIOR HIDRO

1º Madre Naturaleza

2º House Plant

3º Green House seeds

Bud Ball

White Rhino

Arjan Ultra Haze 2

RESINA

1º Gata Loca

2º Gata Loca

3º Gata Loca

Citral

New York Diesel

Ak 47

Jurado compuesto por personajes reconocidos
del mundo de las artes y de las ciencias.



Organizan:
La Cañamería Global, S.L.
Feria del Cáñamo, S.L.



nistrado por vía sublingual. El THC encapsulado es un polvo tan seco que se pueden hacer tabletas con él". (Fuente: Correo electrónico de Farmalyse BV del 27 de marzo de 2006)

***EE.UU.: Sondeo sobre cannabis y alcohol

Según una encuesta realizada por el Pew Research Center sobre moralidad actual, los ciudadanos norteamericanos opinan que fumar cannabis no es tan malo como beber alcohol en exceso. En febrero preguntaron a 1.502 personas y ahora, el 28 de marzo, han sido publicados los resultados. 10 motivos fueron catalogados como peores desde un punto de vista moral. A la cabeza de la lista, con cerca del 88 por ciento de respaldo, el hecho de tener una aventura extramatrimonial. Beber alcohol en exceso se situó en el tercer puesto (con el 61 por

ciento de apoyo) y fumar cannabis el quinto (con el 50 por ciento).

(Fuentes: Chicago Tribune del 29 de marzo de 2006, <http://pewresearch.org/>)

(Fuente: Neuburger M, et al. Schmerz. 2006 Mar 16; [versión electrónica ya disponible])

***Ciencia: Respiración y espasticidad

Ha sido presentado un caso de un paciente con espasmos abdominales y de piernas debido a una lesión traumática de la médula espinal a nivel cervical. Presentaba dificultad para respirar, aunque era capaz de hacerlo durante el día sin ayuda de dispositivo mecánico. Debido a que el resto de medicamentos probados para la espasticidad resultaron ineficaces, le fue administrado THC en dosis de 2'5 mg. Dos veces al día, lo que dio como resultado una mejoría de los síntomas. Sin embargo, los problemas respiratorios aumentaron después del tercer día de tratamiento y la administración de THC tuvo que suspenderse.

***Ciencia: Equinacea

Investigadores del Instituto Federal Suizo de Tecnología de Zurich han demostrado que determinados componentes de las equináceas, las denominadas alquilamidas, ejercen efectos immunomoduladores por distintos mecanismos, algunos de ellos dependientes de la activación de los receptores CB2. Han comprobado que varias alquilamidas de las equináceas se acoplan a los receptores CB2 con más fuerza que los endocannabinoides. Reducen la inflamación por sus efectos sobre las citoquinas, como la inhibición de la TNF-alfa (o factor de necrosis tumoral alfa). (Fuente: Raduner S, et al. J Biol Chem 2006 Mar 17; [versión electrónica ya disponible])

Si desea consultar números atrasados del Boletín de la IACM visite nuestro archivo en: www.cannabis-med.org

Asociación Internacional por el Cannabis como Medicamento (IACM)

Rueckertstrasse 4

53819 Neunkirchen

Alemania

Teléfono: +49-2247-968083

Fax: +49-2247-9159223

Email: info@cannabis-med.org

Internet: <http://www.cannabis-med.org>

Contacto español: Dr. Ricardo Navarrete, ricardonv@hotmail.com

HACE UN AÑO:

- Holanda: El Ministerio de Sanidad suspende la venta de cannabis medicinal en farmacias
- Ciencia: El THC y el cannabis aumentan la ingesta de alimento en individuos VIH positivo con pérdida de peso
- Ciencia: Pretenden que el THC oral induce psicosis

HACE DOS AÑOS:

- Canadá: Proyecto piloto de distribución de cannabis a través de las farmacias en la Columbia Británica
- Holanda: La venta de cannabis en las farmacias, menor que el esperado
- Estados Unidos: El uso médico de la marihuana puede ser utilizado como defensa en un juicio criminal sobre drogas

La Marcha del Millón de Porros también llega a España

Un año más se celebra en todo el mundo la Global Marijuana March

El Sábado día 6 de Mayo de 2006 a las 18:30 nos reuniremos en la Plaza de Oriente de Madrid, frente al Palacio Real (metro Ópera) para celebrar civilizada y pacíficamente la Marcha Mundial por la Normalización de la Marihuana y el consumo de Cannabis.

El día de la Global Marijuana March, **Marcha del Millón de Porros** en España, se celebra en todo el Mundo el primer fin

de semana de mayo de cada año. La lista de ciudades que celebran la Million Marijuana March con una concentración popular supera hoy día las 180 salpicadas por todo el Globo (terráqueo). En anteriores años nos concentrábamos en Madrid más de 10.000 personas venidas de toda la Península Ibérica. Este año se suman a la lista de la Million Marijuana March Vigo, Euskalherria y Fuerte Ventura.

PLANTASUR

distribuciones

www.plantasur.com
pedidos@plantasur.com

ENVIOS
EN 24 H.

Tel.: 958 506 110 - Fax: 958 490 817

VENTA AL MAYOR



SECRET SILSER GROW SHOP

En **SECRET SILSER GROW SHOP** somos especialistas en cultivo, ya que es a lo que nos dedicamos desde hace más de 5 años.

Últimas tecnologías aplicadas al cultivo.

Hidro/biológico, Hidropónico y Aeropónico.

Sistemas de iluminación técnica.

Ventilación, Extracción y tratamiento de olores.

Controladores del clima para cultivos.

Aparatos de medición.

Primeras marcas en fertilizantes específicos y los mejores sustratos para tus plantas.

Diseño y optimización de pequeñas, medianas y grandes áreas de cultivo.

Parafernalia, cosmética del cáñamo y mas mucho mas.

Puedes visitarnos en nuestras tiendas de Madrid, Zaragoza y Vigo o puedes visitar nuestra

Web www.secretssils.com donde encontrarás todo lo necesario para tu cultivo.

ZARAGOZA, ZARAGOZA

Alberca nº 43 local C-3 Predicadores.

Tel: 97 628 56 05

MADRID, CARABANCHEL

Calle Juan Francisco nº 17.

Tel/Fax: 91 428 40 51

PONTEVEDRA, VIGO

Avenida Florida, 183 bajo.

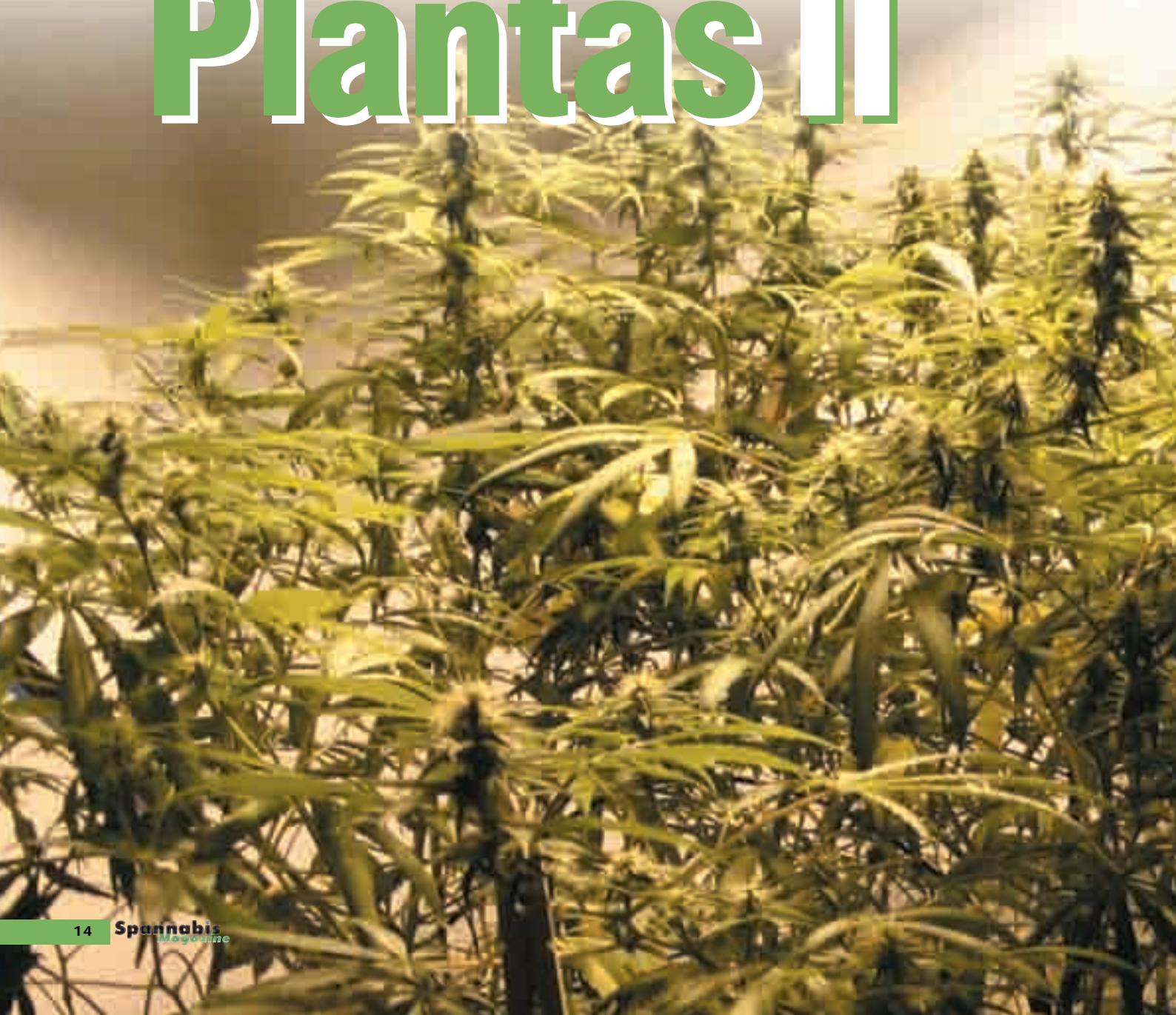
Tel: 986 24 54 83 Fax: 986 24 54 84

INFO@SECRETSSILSER.COM

WWW.SECRETSSILSER.COM



El Aroma de tus Plantas II



Un perfume va cambiando con el paso del tiempo. A medida que algunos de los elementos que lo conforman se van degradando, el aroma global se ve afectado tendiendo siempre hacia la permanencia de los componentes menos volátiles o más resistentes. Algo parecido sucede en el cannabis, por lo que la comprensión de los mecanismos que intervienen en la evolución de los agentes aromáticos es fundamental para nuestro fin: plantas más aromáticas.





Y a vimos en la entrega anterior como los COV's o compuestos orgánicos volátiles son responsables en gran parte del aroma del cannabis, y que por su naturaleza química son relativamente inestables. Sin embargo, algunos de ellos se conservan, como veremos a continuación.

Almacenaje de los Aromas

Es cierto que los diferentes compartimentos y estructuras celulares donde son producidos los COVs, tienen una cierta influencia en los procesos de difusión aromática, pero además hay un factor adicional importante. Una vez producidos, estos COVs pueden ser almacenados o no en estructuras especializadas dependiendo de los compuestos y de las especies. Por ejemplo, los terpenos son almacenados en los tricomas glandulares del cannabis, las mentas o en los conductos resiníferos de los pinos y sus concentraciones oscilan normalmente entre el 1 y el 3% del peso seco, pero pueden llegar en casos excepcionales hasta 15-20% (Langenheim 1994, Peñuelas *et al.* 1995, Shulaev *et al.* 1997). De todas formas, hay algunas especies como la encina, *Quercus ilex*, que producen y emiten terpenos de forma significativa sin almacenarlos en ninguna estructura.

El almacenamiento, además de afectar a la concentración y a la presión de vapor, afecta de manera importante la resistencia a la difusión de los COVs. Esta resistencia es mayor cuando los almacenamientos son internos, como es el caso de los conductos resiníferos, que cuando se producen en estructuras externas como las glándulas de los

tricomas. Y esta resistencia siempre es mayor que en las especies no almacenadoras. Sin embargo, se ha comprobado que en realidad las emisiones son muy parecidas entre especies almacenadoras y no almacenadoras con máximos en primavera-verano cuando se dan las máximas irradiancias y temperaturas. Precisamente la temperatura y la luz son los factores externos mejor descritos como responsables del control primario de muchas emisiones de COVs.

Luz y Temperatura

La temperatura incrementa las tasas de emisión de la mayoría de COVs de forma exponencial hasta un óptimo al aumentar las actividades enzimáticas de síntesis, al elevar la presión de vapor de los COVs, y al disminuir la resistencia de las vías de emisión. Incluso para COVs no almacenados como el a-pineno en *Q. ilex*, la emisión aumenta hasta tres veces cuando la temperatura aumenta desde 20 hasta 30 °C (Loreto *et al.* 1996). Sin embargo, se ha comprobado la existencia de diferencias en las respuestas dependiendo de la volatilidad y de la bioquímica del compuesto. Por ejemplo, los terpenos con alta volatilidad parecen ser más sensibles al aumento de temperatura que los menos volátiles y, además, hay algunos terpenos como los acíclicos (ej. cis-ocimeno) cuya emisión es más dependiente de la luz y menos de la temperatura que la de los demás terpenos (Kesselmeier *et al.* 1997, Loreto *et al.* 1998).

La irradiancia influye a largo plazo en la reserva de COVs ya que provee de energía



biosintética, regula la síntesis y controla el crecimiento de las plantas (Tingey *et al.* 1991, Langenheim 1994). Además, la irradiancia influye a corto plazo (de minutos a horas) en las emisiones de los terpenos no almacenados al ser compuestos que necesitan de los productos fotosintéticos para su biosíntesis. Por el contrario, parece que tal influencia instantánea no es importante en el caso de especies almacenadoras como el cannabis, a pesar de que una parte de la emisión puede ser derivada a partir de terpenos recientemente sintetizados (Kesselmeier y Staudt 1999). De nuevo, la respuesta no es la misma para los diferentes compuestos. Los terpenos menos volátiles parecen más sensibles y responden más a la luz y a las tasas fotosintéticas que los más volátiles.

Si nos fijamos en el gráfico del número anterior, podremos observar como los parámetros abióticos base responsables de la síntesis de COV's son la luz, la genética y la temperatura. El tema de la genética del individuo no será tratado aquí, pues ya se expusieron los factores a tener en cuenta a la hora de escoger una variedad para cultivo aromático en las primeras entregas. La luz, como elemento principal tras la genética es responsable de la síntesis de COV's por partida doble, por un lado de forma directa al estimular los sistemas de defensa de la planta, y por otro al ser la principal responsable del nivel de la tasa fotosintética, esto es, una fórmula que da como resultado un valor que indica el rendimiento total de la actividad fotosintética en cuanto a la producción de todos los elementos necesarios para el correcto desarrollo de la planta, entre los que se encuentran los agentes aromáticos.

Por último, el otro responsable de los procesos de síntesis de agentes volátiles es la temperatura, que también influye en la tasa fotosintética, así como en el nivel de volatilidad de los agentes aromáticos debido a que es determinante en el ratio de presión de vapor contenida en los COV's. Otros factores abióticos secundarios que pueden influir en la síntesis de agentes aromáticos son el ozono y el viento, siendo el primero responsable de la "desodorización" general al destruir la mayoría de cadenas de hidrocarburos por su efecto oxidante.

Una de las alteraciones organolépticas más características del uso de ozono o de ozonizadores del ambiente es la aparición de un



olor y/o sabor típico a radiación. Esto es debido principalmente al efecto de los radicales libres sobre los lípidos y las proteínas. Este aroma es más pronunciado inmediatamente después de la irradiación y decrece e incluso desaparece durante el almacenamiento, cuando la clorofila, celulosa y otros compuestos se degradan. Por todo esto, queda claro que el uso de ozonizadores o ionizadores negativos es totalmente desaconsejable para nuestros fines. Incluso si la plantación va a ser en exterior, deberíamos consultar alguna de las páginas web que muestran los niveles de ozono en distintas zonas, eligiendo los enclaves donde aquellos sean más bajos.

El viento, por otra parte es responsable del arrastre o rotura de muchas de las glándulas que almacenan COV's, por lo que si estamos en zona de vientos fuertes también perdemos algunos de los agentes aromáticos en beneficio de otros que se quedarán fijados en otras estructuras moleculares, lo que provocará un "desequilibrio" entre sabor y combustión a la hora de fumar que para algunos resulta desagradable.

En la próxima entrega cerraremos este capítulo con la exposición de una metodología de cultivo que aumente el aroma de forma notable. Hasta entonces, un saludo.

Luis Hidalgo es experto en genética cannábica e iluminación, colabora con diversos bancos de semillas, y es miembro-fundador de la Asociación de Internautas del Cannabis Café (AICC)

EXPOcannabis 2006

2^a Feria del Cáñamo y Tecnologías Alternativas

Octubre 2006 en Madrid



www.expocannabis.com / info@expocannabis.com

La Cañameria Global, S.L. / Feria del Cáñamo, S.L.

GATA LOCA

PRESENTA:

SISTEMAS DE EXTRACCIÓN



ICE-O-LATOR

Bubbleator®

C. REPÚBLICA, 2 (12004) CIUDAD REAL TEL-FAX (0034) 925 23 28 00
WWW.GATALOCA.NET

gatalocashop@hotmail.com

Bubbleator®



El sistema de extracción ICE-O-LATOR es un sistema de extracción que hace uso del hielo seco para extraer los aceites esenciales de las plantas de marihuana sin dañarlas. El sistema de extracción ICE-O-LATOR es un sistema de extracción que hace uso del hielo seco para extraer los aceites esenciales de las plantas de marihuana sin dañarlas. Y funciona a temperaturas tan bajas como -70°C. El sistema de extracción ICE-O-LATOR es un sistema de extracción que hace uso del hielo seco para extraer los aceites esenciales de las plantas de marihuana sin dañarlas. El sistema de extracción ICE-O-LATOR es un sistema de extracción que hace uso del hielo seco para extraer los aceites esenciales de las plantas de marihuana sin dañarlas. El sistema de extracción ICE-O-LATOR es un sistema de extracción que hace uso del hielo seco para extraer los aceites esenciales de las plantas de marihuana sin dañarlas.



Bubbleator 1000-70ml
Bubbleator Outdoor 45ml
Bolsas extra 38/45/70/90/120ml
Expansión Kit

Pollinator Company, Nieuwe Herengracht 25,
1011 RL Amsterdam, [t] +31-20-4708889
[w] www.pollinator.nl [e] info@pollinator.nl



CANNABIS SEEDS & GROWTH SOLUTIONS

NIRVANA



Nirvana

St. Antoniebreestraat 14, 1011 HB Amsterdam, the Netherlands

Tel: +31(0)20-6275113, Fax: +31(0)20-6271361

Nieuwe Hoogstraat 3, 1011 HC Amsterdam, the Netherlands

Tel: +31(0)6 28399053, Fax: +31(0)20-6271361

www.nirvana.nl

**GHE**

www.greenshield.com

CULTIVOS SIN FRONTERAS

LA BIOPONIA™ : **CULTIVO HIDROPÓNICO** **¡ 100 % ORGÁNICO !**

BioSevia™

BioSevia Grow - BioSevia Bloom

BioSevia es un nutriente ideal de bioponía :
es 100% orgánico,
y se adapta tanto al suelo como a hidroponía

BIOSEVIA TIENE VARIAS CUALIDADES ESPECIALES:

1. Es un elemento completo para las plantas.
2. Su composición específica y su excelente solubilidad permiten que las plantas lo asimilen fácilmente.
3. Se aplica eficazmente en fertigote y sistemas por goteo.
4. Contiene ácidos húmicos que mejoran las condiciones del suelo y aumentan la capacidad de absorción de las plantas.
5. Las cosechas tendrán un sabor suave y agradable.
6. ... y un uso para cultivos hidropónicos!

BIOSEVIA SE PRESENTA EN 2 BOTELLAS:

- para crecimiento (BioSevia Grow).
- para floración y fructificación (BioSevia Bloom).
- Para suelos, utilizar BioSevia Grow, luego BioSevia Bloom de acuerdo con la etapa de crecimiento de la planta.
- En cultivos hidropónicos con substratos húmedos como lava de roca o fibra de coco, agregar algo de BioPonic Mix (BPM), una mezcla específica de macro-organismos que ayudan a mejorar la descomposición de materia.
- En cultivos hidropónicos con substratos de drínage como guijarros de arcilla o piedras de lava, usar el BioFibre para facilitar el buen desarrollo de las condiciones para los micro-organismos.



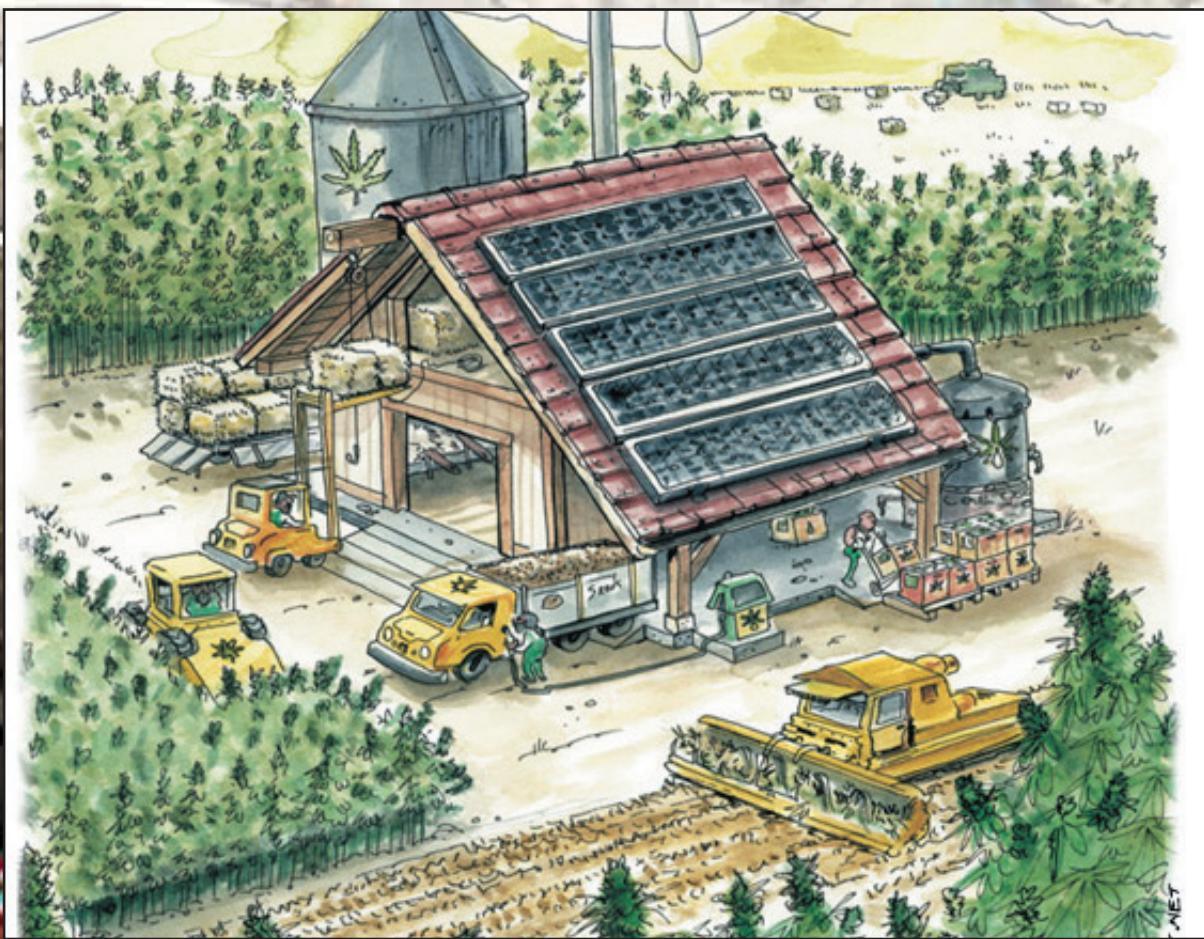
CÁÑAMO INDUSTRIAL



Cáñamo para bioconstrucción



Un mes más, nos ocupamos de relatar brevemente las cualidades de la planta que más ha ayudado a la subsistencia del ser humano a lo largo de toda la historia. Al empezar la redacción de este artículo pronto surgieron dudas sobre el enfoque del mismo: *Lo mejor para tu casa y la de tu vecino es la frase que podría resumir la extraordinaria calidad que puede ofrecer un material de construcción de origen natural y renovable; La esperanza en un futuro digno y sostenible para todos es el resumen de nuestros sueños que quizás no sean tan inalcanzables como parece.* Al final hemos decidido que lo queremos todo. Casas saludables para todos.



CÁÑAMO INDUSTRIAL

Es un concepto de construcción ecológica y natural, muy extendido, desarrollado y apreciado especialmente en Francia, Suiza y Alemania. A partir del cultivo de cáñamo industrial se obtiene materia prima de gran calidad y a precios competitivos para la fabricación de materiales de construcción. En estos países cada vez es más frecuente el empleo de este material



biológico en contrachapados, ladrillos, argamasa y aislantes térmicos y acústicos.

El serrín de cáñamo o cañamiza ya se ha empleado desde antiguo como argamasa o mortero mezclado con cal para fabricar viviendas en China, Grecia o Egipto, pero en la construcción se han empleado y se emplean también barnices, pinturas y lacas a base de aceite de cáñamo. El aceite también sirve para fabricar compactados de gran resistencia, con los que llega a cubrirse un elevado porcentaje de las necesidades de material para la construcción de una casa.

Al otro lado del Atlántico, en Dakota del Sur, en la reserva sioux oglala de Pine Ridge se construye en 1998 una casa con un 90% de sus materiales



procedentes del cáñamo. La experiencia está ahí, aunque posteriormente el colectivo indígena tuviera que ir a juicio con las autoridades antidroga que confundieron la plantación de cáñamo industrial con marihuana. Después de 7 años de proceso, se aproxima por fin la fecha de la sentencia que podría autorizar definitivamente a este colectivo a la plantación de la variedad industrial del cannabis.

En España, afortunadamente, no es tanta la complicación a la hora de plantar unas hectáreas de cáñamo industrial, el cultivo se beneficia incluso de ayudas de la UE, aunque no llega a ser algo tan normalizado como en Francia o Alemania, donde se goza igualmente de subvenciones europeas para el cultivo.

En Guadix, Granada, la empresa Cannabric fabrica ladrillos ecológicos de cáñamo y comercializa cañamiza para la elaboración de morteros aislantes para cubiertas, revocos y soleras. El Cannabric es un bloque de construcción bioclimático monocapa formado por fibras vegetales de cáñamo industrial, cal hidráulica natural y una mezcla de minerales. Además de reunir todas las funciones de un muro estructural como es, entre otras, la resistencia a las cargas y la protección contra incendios, su composición no exige la adición de aislamiento térmico y acústico.

Su materia prima principal, el cáñamo, lo convierte en un material con gran capacidad aislante frente al frío. Los minerales le conceden la resistencia mecánica y densidad ideales para la bioconstrucción.

Se trata de un material macizo y con un calor específico muy elevado, que tiene las propiedades termofísicas óptimas de proteger también del calor. El material es transpirable y capaz de equilibrar la humedad ambiental.

La construcción de tapiales y cubiertas mediante encofrado con mezcla de cañamiza y minerales ofrece un magnífico resultado funcional y estético.



En Francia, el fabricante de materiales de construcción basados en cáñamo Chenevotte Habitat, comercializa Isochanvre®, una mezcla de cañamiza y minerales similar a la empleada por Cannabric, que petrifica igualmente con unas cualidades excelentes para la construcción.

Además, Chenevotte pone en el mercado de materiales de bioconstrucción planchas de lana de cáñamo, con una importante ventaja sobre sus competidores: es reciclable 100%. En rollos o paneles, la lana de cáñamo es una alternativa ecológica y eficaz a la fibra de vidrio y el poliuretano, muy resistente al aplastamiento, no atrae ácaros ni roedores y puede dotarse de un tratamiento ignífugo.

Quizás la misma Naturaleza nos esté dando pistas de cómo mejorar la calidad de nuestras viviendas y nuestro entorno.

Construir el futuro con cáñamo solidario

Querido lector:

Quisiéramos que nos acompañes en la reflexión acerca lo que supone actualmente el problema de la vivienda en los campos de refugiados.

Sus habitantes no sólo deben soportar las carencias de alimentos básicos y el período mínimo de 2 años de estancia en ellos, sino también cambios de temperatura extremos del día a la noche, de 52 °C a -8 °C.

Hace ya unos años que venimos buscando apoyos para desarrollar una estrategia que dote a estos lugares de viviendas de emergencia dignas, tan



baratas y sencillas que lleguen para todos los miles de personas que sobreviven allí.

La foto de una madre con su hijo en un rincón olvidado de África describe perfectamente la situación actual. También puede apreciarse claramente la simplicidad del concepto constructivo para realizar las pequeñas chozas improvisadas que sirven de alojamiento.

Este concepto puede mejorarse y ampliarse para cubrir las necesidades de espacio reales y dignas de los refugiados.

Lo importante es que usando un material sencillo como la varilla de cáñamo se puede lograr una construcción sólida y bien aislada aprovechando las propiedades que ofrece esta planta en su versión constructiva, cañamiza o viruta mezclada con cal enriquecida en sales. Esto nos permitiría dar un revestimiento al exterior y construir un suelo de características parecidas a la tierra batida, pero más limpio y sin polvo.



A continuación unos datos sobre las capacidades de aislamiento del cáñamo, que nos permitirían recubrir el exterior de estos refugios y viviendas, así como cubrir los suelos.

La simplicidad de la técnica constructiva unido al hecho de ser viable sin tener que transformar o elaborar el producto de una manera complicada nos permite evaluar esta opción muy seriamente.

A la vez que obtenemos un producto de la varilla, en campos destinados al uso agrícola y disponiendo del agua necesaria, también dispondremos de grano de muy alta calidad protéica y rico en ácidos grasos insaturados (omega), generando un equilibrio perfecto para justificar el uso de la especie desde un punto de vista integral. No solamente para cubrir las necesidades de un techo digno, sino también las necesidades alimenticias y sanitarias. Con esto recordamos de paso la extraordinaria calidad de los productos para el cuidado de la piel que se obtienen del aceite de esta semilla.

CÁÑAMO INDUSTRIAL



Por sus cualidades físicas, en una construcción a base de cáñamo la temperatura es uniforme y agradable, gracias a su inercia térmica. El cáñamo se calienta muy despacio, pero al atardecer cuando en el exterior la temperatura desciende, es capaz de liberar calor para equilibrar la temperatura entre dentro y fuera. Durante las ondulaciones de calor (radiaciones incidentes que exceden los 45 °C), los ocupantes de un edificio, nuevo o renovado, construido enteramente con cáñamo, observan habitualmente que la temperatura no excede de 26 °C en los espacios habitables.

¿Por qué la conductividad térmica no es el único valor que debe ser tomado en consideración?

Aquí están las conductividades térmicas de algunos materiales (W/m.k):

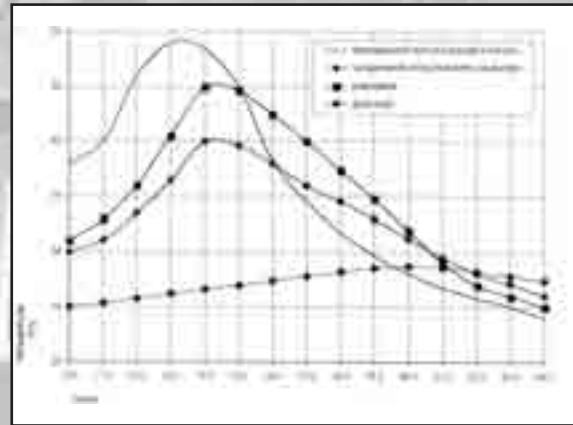
- Aire seco inmóvil: 0.023
- Espuma de Poliuretano: 0.025 a 0.029
- Lanas de cristal o fibra de vidrio. 0.03 a 0.04
- Poliestireno expandido: 0.037 a 0.046
- Lana de cáñamo: 0.04

El más bajo es el aire. El aire es por tanto el mejor aislante térmico. ¿Por qué no dejar aire estancado bajo los tejados o entre los muros? Esto podría ser, en teoría, el mejor aislante con la mejor relación calidad /precio.

Sin embargo, esto podría ser no muy confortable porque el aire se calienta y se enfriá muy rápidamente.

Lo que ocurre es que al utilizar la cal como material a mezclar con la paja de cáñamo estamos sumando el efecto aislante del aire pero logrando que la cal atempere o regule el cambio térmico de manera que se logra aumentar la inercia térmica.

No olvidemos que el aire queda retenido en pequeñas cavidades que conforman los pequeños microtúbulos que constituyen los haces vascula-



res del tallo y que son de un material muy rico en sílice.

Por otro lado la cal hidráulica, al usarla en el exterior para enfoscar o cargar la estructura, le confiere propiedades de impermeabilidad al refugio.

Pero volviendo al tema más humano y urgente. Sería algo terrible olvidar las ventajas de materiales como el cáñamo y la cal en la construcción teniendo en cuenta lo útiles que podrían ser para situaciones tan extremas como las que se dan en muchos desiertos.

Mantenemos abierta la esperanza para que entre todos hagamos viable un sueño, que es producir suficientes recursos naturales allí donde hacen falta, de la manera más sencilla y llegando al máximo de personas, porque está muy claro que en un mundo tan insolidario como éste, desde un punto de vista económico, es difícil imaginar que dejemos de llevarnos la riqueza del Sur hacia el Norte y menos aún cambiar las políticas que sustentan dichas bases económicas.

Entre todos es posible poner en marcha las alternativas y los modelos de autosuficiencia y auto-gestión que algunas especies vegetales como el cáñamo nos ofrecen.

Autores:

**David Hurtado Esteban - T.S. en Gestión y Organización de Recursos Naturales
(kundroll1@yahoo.es)**

**Álvaro Soldevila Ribelles - Cannamade S.C.
(asoldev@cannamade.com)**

**Foro de cáñamo industrial y solidario:
www.canamoblanco.org**

PRIMA KLIMA Remotebox



Tamaño del Balaстро: 810x160x160 mm.
Tamaño del Reflector: 410x320x165 mm.
Tamaño del embalaje: 425x425x190 mm.

Prima Klima Remotebox

La solución ideal para cultivos de interior durante las fases de crecimiento y floración de la planta.

El Remotebox viene ensamblado y con todos los accesorios necesarios para su funcionamiento: Cables, CAP-Reflector (reflector cerrado), lámpara de sodio de alta presión (SHP), Balaстро ensamblado con fusible incluido y manual de instrucciones.

Todo listo para funcionar!

El balaстро para lámparas de sodio de alta presión (SHP) está disponible en 250W, 400W y 600W.

El Remotebox tiene ruedas de refrigeración que aseguran un óptimo funcionamiento.

Dispone de un fusible protector y de un diodo indicador de estado de funcionamiento. El balaстро se conecta al reflector por medio de un cable de 3m de longitud.

El anillo de radiación del Reflector Power-Lux es ajustable vertical y horizontalmente a 2.5cm. El reflector es cerrado y curvado con cuatro lados, tiene ranuras de ventilación que facilitan la refrigeración de su interior. El reflector se puede suministrar montado o desmontado, incluye tornillos y casquillo de porcelana E40.

Planeta Organico
Polígono In Ibiza
C/Rumanía N° 5 Nave A-11
28802 Alcalá de Henares/Madrid
Tel: +34 91 877 06 45
Fax: +34 91 877 98 92

Horticultura Técnica S.L.U.
c/ Cervantes, 76
46800 Algemesí
Valencia
Tel: 962 42 63 70

Leaf Lite S.L.
Ctra. M-111, Km 8, Nave B
28880 Paracuellos del Jarama
Madrid
Tel: 91 658 27 46
Fax: 91 658 27 42

female
seeds.nl

(Muy sencillo)

Presenta

Semillas Femeninas:

Northern Light
White Widow
Skunk Special
Easy Bud

Sativa
Cinnamon
Grapefruit
Nev. Haze

Extinct
Easy Sativa
Macoc
Purple Power

I Nuevo!
El 4-pack conveniente
(contiene 4 semillas)



Female Seeds
P.O. Box 3063
2301 DB Dordrecht
Holanda
Tel: +31 78 6132263
Fax: +31 84 7318611
info@fim-seeds.nl



Cannabis y rendimiento

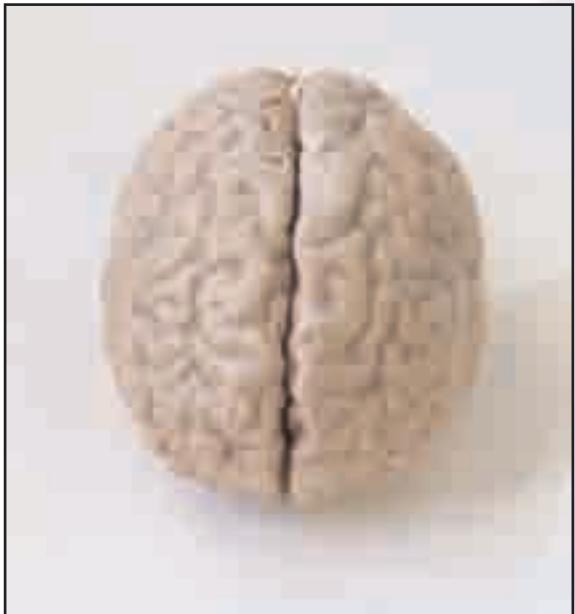
Parte II

Por Juan Carlos Ruiz Franco

Tras la introducción que realizamos en la primera parte (ver Spannabis Magazine nº 23, páginas 44-48), pasamos ahora a revisar algunos estudios que tratan los efectos del cannabis sobre el rendimiento, comenzando por los que inciden en los aspectos negativos. Evitaremos muy a propósito términos en apariencia científicos, pero en realidad cargados de connotaciones peyorativas y sin fundamento real, como el famoso "síndrome amotivacional" -la pasividad y falta de motivación supuestamente atribuidas al porreta-, del cual ni sus mismos defensores saben si es debido al consumo de cannabis o si se trata más bien de características previas del sujeto y no achacables a la sustancia.



cannabis y rendimiento



Nos ceñiremos a las investigaciones que describen acciones concretas (no invenciones terminológicas) realizadas con sujetos experimentales, y nos centraremos en los efectos sobre las facultades intelectuales, el campo al que me he dedicado en estos últimos años. Existen también bastantes datos empíricos acerca de cuestiones somáticas, especialmente el impacto sobre las hormonas sexuales (testosterona y gonadotropinas), pero mis publicaciones sobre rendimiento físico y deporte están aún en proyecto, por lo que me limitaré al ámbito cognitivo. Por hacer una mención al trillado asunto de los efectos hormonales, reconozco que hace años -en la era pre-Internet, cuando sólo contaba con algunas referencias de artículos y libros de nutrición y medicina deportiva- me atenía a varios estudios de los años ochenta que describían daños producidos por el cannabis. Más tarde, cuando la Red me permitió el acceso a una gran abundancia de literatura científica, he ido modificando mi opinión, y ahora -a partir de los resultados contradictorios que las investigaciones ofrecen- creo que en varones sólo puede afectar temporalmente a los niveles de hormona luteinizante y de testosterona, así como al recuento de espermatozoides, efectos que parecen remitir a medio plazo y que posiblemente no tengan mayor trascendencia, a no ser en el caso de consumidores habituales de cantidades masivas. Al final del artículo ofrecemos algunas referencias sobre este asunto, para quien desee consultarlas.

Volviendo al tema que nos ocupa, el cáñamo actúa sobre los procesos cognitivos por su influencia en determinados receptores de neurotransmisores del sistema nervioso. Estos procesos no son bien conocidos por diversas razones: porque se han descubierto hace pocos años, porque son complicados en sí mismos y porque existe bastante reticencia a la hora de investigar algo que puede desmontar todos los prejuicios hacia una droga controlada y obligar a reconocer sus beneficios. Lo que sí se sabe con seguridad es que el tetrahidrocannabinol (THC), el principal alcaloide, actúa sobre los receptores de cannabinoides localizados en diversas partes del encéfalo. Existen receptores de esta clase en el cerebro (encargado de la coordinación de movimiento, entre otras funciones), el hipocampo (aprendizaje y memoria, entre otras), en varias zonas de la corteza cerebral (capacidades cognitivas superiores) y en el hipotálamo (metabolismo). El hecho de que tengamos receptores de cannabinoides ya nos induce a pensar que deben ejercer alguna función y que el cáñamo no es un producto extraño para nuestro organismo. Asimismo, existen endocannabinoides, sustancias producidas por el propio organismo y similares al THC; si éste deteriorara ciertas funciones, también lo haría su versión endógena¹.

Como el lector ya sabe, la comunidad científica, al no ser inmune a la presión social, tradicionalmente ha insistido en los problemas de salud que origina el consumo de drogas. Así, grandes autoridades médicas suelen decir que el cannabis deteriora la memoria. Sin embargo, es más que probable que se trate sólo de un efecto transitorio, mientras dura la acción de la sustancia. Además, algunos estudios apuntan al extremo contrario y afirman que mejora la capacidad intelectual gracias a ciertas propiedades antioxidantes.

Definición de conceptos

Definimos ahora algunos conceptos, para una mejor comprensión de las investigaciones descritas.

Memoria operativa (anteriormente conocida como "memoria a corto plazo"): sin entrar en la difícil cuestión de si se trata de una estructura o tan sólo de un proceso, la memoria operativa es el sistema donde almacenamos

1 Ott, Jonathan. *Pharmacophilla o los paráisos naturales*. Editorial Phantástica

de forma temporal la información necesaria para desenvolvernos en nuestro entorno. En inglés se denomina "working memory" (memoria de trabajo), lo cual deja claro que sirve para fines prácticos e inmediatos; lo almacenado en ella se olvida si no se refuerza mediante el repaso, que permite trasladar los conocimientos a la memoria a largo plazo.

Memoria explícita: recuerdos conscientes que pueden expresarse de forma directa.

Memoria implícita: recuerdos de los cuales el sujeto no es consciente, pero que influyen en alguna conducta o capacidad actual.

La *atención* es un constructo teórico que engloba un conjunto de procesos neurológicos; en el caso concreto de la *atención selectiva*, su función consiste en enfocar nuestros sentidos y conciencia sobre un objeto o fenómeno determinado que se percibe como relevante. La *atención dividida* aparece cuando los recursos se distribuyen entre varias tareas a las que debemos atender simultáneamente. *Diseño cruzado:* en este tipo de estudio todos los sujetos reciben todas las dosis de tratamiento, es decir, pasan por todas las condiciones posibles. Si contamos con dos grupos, uno experimental y otro de control (el que recibe el placebo), en la mitad del ensayo el grupo experimental pasa a ser de control y viceversa, una vez disipados los efectos del tratamiento anterior.

Diseño de doble ciego: en este caso ni los sujetos que reciben el tratamiento ni los clínicos que lo administran conocen las dosis, ni tampoco si se trata de una sustancia activa o de un placebo.

Resonancia magnética funcional: esta herramienta de investigación neurológica incorpora a la excelente resolución que ya ofrece la resonancia magnética, la detección de la actividad fisiológica del cerebro a través de los cambios en el nivel de oxígeno del flujo sanguíneo.

Algunos estudios relevantes

Como puede suponer el lector, sobre esta materia existen miles de estudios, de los cuales hemos elegido cuatro por considerarlos representativos. Todos los citados -y la mayoría de los más importantes- pueden consultarse en el portal del *National Center for Biotechnology Information estadounidense* (<http://www.ncbi.nlm.nih.gov/>).



EDITORIAL

Como cada año, en esta época cambia el tiempo, la primavera despliega su manto y el sol bendice al fin los amados cultivos que tantas y tan sabrosas alegrías van a regalarnos al final del verano. Estos días propicios a la fecundación llenan las terrazas, jardines y calles de voluptuosidad y vida. Las tardes se vuelven amables y niños y mayores toman los parques para regalarnos esa imagen tan típica de las grandes ciudades de España: entre los edificios se reúnen, entre risas y buenos humos, vecinos y amigos, mientras sus hermanos pequeños juegan a la pelota unos metros más allá. La primavera es época de plenitud, madre de cambios y revoluciones: ojalá pudiéramos contar que un Mayo como el de este año las cosas cambiaron y "la María" dejó de ser considerada un demonio por esa parte de la sociedad que había sucumbido a la manipulación de años de propaganda ridícula.

Un buen paso hacia ese objetivo podría ser la reunión convocada por la Generalitat de Catalunya acerca de las ferias cannábicas, eventos que en España ya llevan 3 años celebrándose con éxito sonado. A finales de Abril se reunirá un comité de expertos que responderá a una serie de preguntas, y aportará sugerencias, todo esto para la posterior elaboración de un informe. Entre los que conforman dicho comité se encuentran los organizadores de las ferias, representantes del gremio de comerciantes de productos cannábicos de Cataluña, diversas ONG's como Energy Control y por supuesto autoridades del departamento de sanidad, orden público, toxicología y drogodependencias. Quizás esta reunión se deba a razones puramente administrativas, probablemente sea sólo una excusa para recoger diferentes opiniones que más tarde se estudiarán para intentar regular los eventos cannábicos. Lo que me gustaría creer en cambio es que este es un acercamiento amistoso al mundo del cáñamo, una mano tendida a las ferias que, al fin y al cabo, son la expresión del sector cannábico, su materialización en algo tangible, la representación de los cientos de familias que viven de la planta y sus derivados en nuestro país. En nuestro próximo número os diremos más acerca de lo que aconteció en esta peculiar jornada de reflexión.

Los que seguro que también desean un cambio de política son los amigos de la A.M.E.C., que han convocado para el día 6 de Mayo su ya clásica Marcha del Millón de Porros. A las 18:30 nos reuniremos en la Plaza de Oriente de Madrid los que estamos hartos de las vejaciones a las que somos sometidos los consumidores de Cannabis. Hartos de cadenas, hartos de prohibición, ya no queremos más multas. Será la ocasión perfecta para comenzar a celebrar una fecha muy importante para nosotros, y es que con este número SPANNABIS MAGAZINE cumple dos años de batallas, alegrías y esfuerzos. Seguiremos los años que haga falta, al menos mientras que después del invierno llegue la primavera y con ella, el momento de la siembra...

Director:

Agustín Lacalle

Redactor Jefe:

Daniele Levi

Administración:

Belén González

Colaboradores:

Alvaro Soldevila, David Gutiérrez,
Eduardo Hidalgo, Elisa Guerra,
El Investigador, Fernando Caudevilla,
Gato, Green Light,
Ignasi Peña, J. Antonio Martín,
José Manuel Menéndez,
Juan Carlos Ruiz Franco, Juan Crespo,
Luis Hidalgo, Noucetta Kehdi,
Oscar Arkonada, Ph&Ec,
Raúl del Pino, Wernard Bruining

Redacción y Publicidad:

Ctra. M-111, km 8, nave A,
Paracuellos del Jarama
28860 MADRID

Tel.: +34 91 658 45 20

Fax: +34 91 658 45 21

www.spannabismagazine.com

comercial@spannabismagazine.com

Dep. Legal: M. 50.048-2004

Imprime: I. G. PRINTONE, s.a.

Imagen de portada: Spann Design



"Behavioral pharmacokinetics of marijuana" ("Farmacocinética conductual de la marihuana")²

En esta investigación se midió el rendimiento de los sujetos en tres pruebas motoras y perceptuales, efectuadas durante las veinticuatro horas posteriores a fumar un cigarrillo de marihuana con 100, 200 ó 250 microgramos/kg de THC. Se observó una correlación significativa entre los errores cometidos en pruebas de atención dividida y los niveles de THC en sangre por encima de 5-25 nanogramos/millilitro, medidos dos horas después de administrar la sustancia.

"Cognitive functioning of long-term heavy cannabis users seeking treatment" ("Función cognitiva de consumidores habituales de cannabis que solicitan tratamiento")³

Se trata de un estudio de larga duración efectuado en distintos lugares de los Estados Unidos (Seattle, Farmington y Miami), a partir de ensayos realizados entre 1997 y 2000 con 102 usuarios habituales de cannabis (51 con una media de 23,9 años de consumo; 51 con una media de 10,2 años de consumo), en comparación con un grupo de control de 33 sujetos no consumidores. Se valoró la atención y la memoria con medidas de nueve tests neuropsicológicos, realizados antes y después de diecisiete horas de abstinencia.

Resultados: en las pruebas de memoria y atención los consumidores a largo plazo rindieron significativamente peor que los consumidores a corto plazo y que los sujetos de control. En la prueba de aprendizaje verbal los consumidores a largo plazo recordaron menos palabras que los usuarios a corto plazo y que los sujetos de control, con diferencia nula entre estos dos últimos grupos. Los usuarios a largo plazo mostraron peores resultados en aprendizaje, retención y recuperación de conocimientos que los individuos de control. Los dos grupos de consumidores (corto y largo plazo) rindieron peor que los de control en una prueba de estimación temporal. Las medidas del rendimiento correlacionaban significativamente con la duración del consumo de cannabis, con menor puntuación a medida que aumentaban los años de consumo; además, no tenían relación con los síntomas de retirada



2 "Behavioral pharmacokinetics of marijuana", Barnett G, Licko V, Thompson T. *Psychopharmacology* 1985; 85(1):51-6. Springer-Verlag, Berlín, Alemania

3 "Cognitive functioning of long-term heavy cannabis users seeking treatment", Solowij N, Stephens RS, Roffman RA, Babor T, Kadden R, Miller M, Christiansen K, McRee B, Venditti J; Marijuana Treatment Project Research Group. *Journal of the American Medical Association*, 2002 Mar; 287(9):1123-31

de la sustancia y persistían a pesar de no haber tomado nada recientemente.

Conclusiones: los resultados confirman que los usuarios habituales y a largo plazo muestran deterioros en la memoria y en la atención que perduran más allá del periodo de intoxicación y que empeoran según aumentan los años de consumo.

"Cognitive and subjective dose-response effects of acute oral Delta 9-tetrahydrocannabinol (THC) in infrequent cannabis users" ("Efectos cognitivos y subjetivos, en respuesta a la dosis, de la administración puntual de THC en consumidores no habituales de cannabis")⁴

Objetivo: detallar las posibles alteraciones cognitivas -inmediatas y crónicas- del THC, en consumidores no habituales de cannabis.

Método: diseño cruzado de doble ciego, con objeto de comparar, en quince sujetos varones, los efectos de la administración de 7,5 y 15 miligramos de THC con un placebo. Se tomaron medidas antes del tratamiento, y 1, 2, 4, 6, 8, 24 y 48 horas después.

Resultados: el consumo de 15 miligramos de THC perjudicó el rendimiento en dos tareas de memoria explícita en el momento de máxima concentración en sangre (dos horas después de la administración). El rendimiento en tareas de memoria implícita no experimentó alteraciones. Los efectos subjetivos eran muy marcados a las dos horas, pero persistieron más tiempo, llegando a ocho horas en algunos sujetos. En las pruebas realizadas 24 y 48 horas después no se observaron efectos negativos, lo cual indica que los efectos residuales son mínimos.

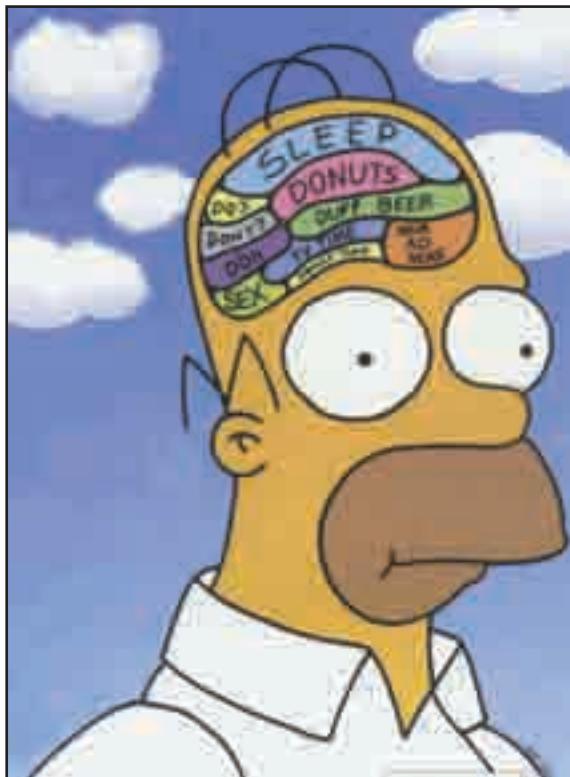
"Long-term effects of frequent cannabis use on working memory and attention: an fMRI study" ("Efectos a largo plazo del uso habitual de cannabis sobre la memoria operativa y la atención: un estudio con imágenes de resonancia magnética funcional")⁵

El propósito de este estudio es valorar la función cerebral, en los ámbitos de la memoria operativa y la atención selectiva, de consumidores habituales de cannabis que toman dosis moderadas.

Método: imágenes por resonancia magnética funcional, para examinar la memoria operativa

4 "Cognitive and subjective dose-response effects of acute oral Delta 9-tetrahydrocannabinol (THC) In Infrequent cannabis users", Curran HV, Brignell C, Fletcher S, Middleton P, Henry J. *Psychopharmacology* 2002 Oct;164(1):61-70

5 "Long-term effects of frequent cannabis use on working memory and attention: an fMRI study", Jager G, Kahn RS, Van Den Brink W, Van Ree JM, Ramsey NF. *Psychopharmacology*, 2006 Apr;185(3):358-68



verbal y la atención selectiva viso-auditiva, de diez consumidores habituales de cannabis que han pasado una semana sin tomar nada, y de diez individuos de control no consumidores. Los grupos eran del mismo sexo y con edad y CI similar.

Resultados: los dos grupos rindieron igual durante las pruebas de memoria operativa y atención selectiva. Tampoco hubo diferencias en los patrones de actividad de las regiones cerebrales implicadas en estas funciones cognitivas. Sin embargo, en los consumidores de cannabis se observó una alteración en la actividad cerebral de la corteza parietal superior izquierda.

Conclusión: no hay evidencia que indique déficits a largo plazo en la memoria operativa y la atención selectiva, en usuarios habituales de dosis moderadas de cannabis que han estado una semana sin consumir. No obstante, parece existir alguna alteración cerebral basándose en lo observado en la corteza parietal izquierda.

Como hemos mencionado, existen muchos otros estudios que describen efectos negativos

en mayor o menor grado, pero sus pautas son similares a los aquí presentados. En la próxima entrega resumiremos algunos de los que inciden en la ausencia de trastornos originados por el cannabis o en los beneficios que conlleva su uso. Las conclusiones finales serán difíciles, y probablemente consistan en admitir cierto deterioro de algunas capacidades cognitivas a corto plazo y una falta de pruebas sobre daños a medio y largo plazo, a no ser en el caso de un consumo excesivo y prolongado durante años: ya sabemos que cualquier sustancia activa, tomada en exceso, puede originar problemas de salud. Si me permiten la sugerencia, al usuario de cannabis preocupado por sus facultades cognitivas pueden ayudarle productos como la hydergina® -creada por el genial Albert Hoffman, con propiedades vasodilatadoras y oxigenadoras del cerebro y potenciadoras de algunos neurotransmisores- y la sulbutiamina -derivada de la vitamina B₁, estimulante suave y neurotrópica-, prácticamente carentes de efectos secundarios y que clasifico dentro del grupo de las drogas inteligentes y sustancias para mejorar el rendimiento.

Para la acción del cannabis sobre las hormonas sexuales:

"Endocrine effects of marijuana" ("Efectos endocrinos de la marihuana") , Brown TT, Dobs AS. Journal of clinical pharmacology, 2002 Nov; 42(11 Suppl): 90S-96S

"Effects of chronic marijuana use on testosterone, luteinizing hormone, follicle stimulating hormone, prolactin and cortisol in men and women" ("Efectos del uso crónico de marihuana sobre la testosterona, hormona luteinizante, hormona estimuladora del folículo, prolactina y cortisol, en varones y mujeres"), Block RI, Farinpour R, Schlechte JA. Drug Alcohol Dependence, 1991 Aug; 28(2): 121-8

Juan Carlos Ruiz Franco es profesor de Filosofía, nutricionista deportivo y autor del libro "Drogas Inteligentes"



info@cannabiogen.com



LESHAZE



SANDSTORM



SUGAR RICA



CARTE



DESTROYER



TALKENII



BUKU BESAR

DISTRIBUIDORES AUTORIZADOS CANNABIOPEN

- **MISTERIOSAS MARINERAS** c/ Mar 101 Apartado 30000 Almería 04005. Teléfono: 040-511 100
 - **PLAZA SAN JUAN** c/ San Juan 10, 04001 Almería. Tel. 040-511 100. Oficina de turismo.
 - **EL PUNTO KIOSK** c/ El Punto 10, 04001 Almería. Tel. 040-511 100.
 - **EL MOLINO DEL BIZCARAN** Al. Almería, nº 30. Tel. 040-511 100. Tel. 040-511 012.
 - **LEAF & LIFE** Cerrada nº 11. Tel. 040-511 100. Tel. 040-511 100. Tel. 040-511 100.
 - **EL MISTERIO** c/ Presidente, 43. Tel. 040-511 100. Tel. 040-511 100.
 - **LA BOTICA DEL LABERINTO** c/ Alcalde de Almería, 11. Tel. 040-511 100. Oficina de turismo. Los Pedroches. Tel. 040-511 100.
 - **AYSA ALMERIA** c/ Estación del ferrocarril, s/n. Tel. 040-511 100. Tel. 040-511 100. Tel. 040-511 100.
 - **ALQUILER DE VEHICULOS** Al. Almería, Edificio 30 de Mayo 10, 04004. Puerto de Motril. Tel. 040-511 100. Tel. 040-511 100.
 - **ARTESANIA ALMERIENSE** Calle 20000 Madrid. Tel. 010-112 100.
 - **LA CANTERA LA MONTAÑA** c/ Génova 3. Tel. 040-511 100. Oficina ASESORIA.
 - **LA CANTERA LA ARENA** c/ Lázaro Riba, nº 14. Tel. 040-511 100. Oficina ASESORIA.

RADICAL MAGIC DELTA NUEVE

902 430 405

www.CannaBioGen.com

Grows y Smarts Shops frente a la ley

En este artículo daremos un repaso a la valoración jurídico penal de estos temas, es decir, si existe responsabilidad penal (delito o falta) por estas conductas, o mejor dicho, en qué supuestos estas conductas pueden considerarse constitutivas de delito y en cuáles no, partiendo del estudio legal y jurisprudencial publicado por el Fiscal del Tribunal Supremo Fernando Sequeros Sazatornil Aparecido en La Ley AÑO XXIV. Número 5713. Jueves, 6/2/2003 http://www.laley.net/hdiario/2003/diario_0206_doc1.html

LA PROPAGANDA DEL CONSUMO DE DROGAS COMO ACTO DE FAVORECIMIENTO, FACILITACIÓN O PROVOCACIÓN AL DELITO

En este punto, el Fiscal señala que "la provocación que recoge el art. 18 CP como instrumento para incitar a la perpetración de un delito, a través de la imprenta, la radio-difusión o cualquier otro medio de eficacia semejante que facilite su publicidad, además de no cumplir los condicionamientos normativos como apología respecto al

consumo de drogas, carece técnicamente en el caso debatido del menor sentido de su posibilidad de aplicación, en la medida en que precisamente el consumo ilegal de drogas no es delictivo, constituyendo, en cualquier caso, conforme a las reglas de la lógica, una aporía: la posibilidad de estimarse como delito la provocación a través de la publicidad, con el fin, a su vez, de promover, favorecer o facilitar el consumo ilegal de aquéllas".

Dicho art. 18 dispone lo siguiente [Art. 18 Código Penal]: "1. La provocación existe cuando directamente se incita por medio de la imprenta, la radiodifusión o cualquier otro medio de eficacia semejante, que facilite la publicidad, o ante una concurrencia de personas, a la perpetración de un delito.

Es apología, a los efectos de este delito, la exposición, ante una concurrencia de personas o por cualquier otro medio de difusión, de ideas o doctrinas que ensalcen el crimen o enaltezcan a su autor. La apología sólo será delictiva como forma de

provocación y si por su naturaleza y circunstancias constituye una incitación directa a cometer un delito.

2. La provocación se castigará exclusivamente en los casos en que la ley así lo prevea. Si a la provocación hubiese seguido la perpetración del delito se castigará como inducción".

Está muy claro, si el consumo no es delito, aún en el caso que se aprecie que mediante la imprenta, la radiodifusión o cualquier otro medio de eficacia semejante, que facilite la publicidad, o ante una concurrencia de personas, se incite al mismo, no puede considerarse delito ni siquiera incitar al consumo, puesto que incitar a alguien a hacer algo que no es delito, jamás puede valorarse jurídicamente como dicho delito.

LA VENTA DE SEMILLAS COMO ACTO DE FAVORECIMIENTO, FACILITACIÓN O PROVOCACIÓN AL DELITO

De la misma manera, según el Fiscal y en base al art. 17 del CP, que dispone que: "1

La conspiración existe cuando dos o más personas se concierto para la ejecución de un delito y resuelven ejecutarlo.

2. La proposición existe cuando el que ha resuelto cometer un delito invita a otras u otras personas a ejecutarlo.

3. La conspiración y la proposición para delinquir solo se castigarán en los casos especialmente previstos en la ley". El fiscal, al igual que nosotros tampoco lo considera aplicable, puesto que "las modalidades participativas de la conspiración y la proposición, reguladas en el art. 17 CP tampoco resultan de aplicación a los supuestos de venta de semillas a terceros para el cultivo, en razón de que la primera comporta un concurso entre dos o más personas para la ejecución de un delito a ejecutar con posterioridad por ambos y la segunda una actitud resolutiva de quien habiendo resuelto cometer un delito invita a otro a ejecutarlo, mientras que en el supuesto comentado al adquirente de la droga en potencia, en modo alguno se le puede considerar integrado en las estructuras formales expresadas, en la medida en que el destino para su consumo del potencial estupefaciente excluye su participación en las modalidades de comisión del delito aludidas; pudiendo únicamente incurrir en responsabilidad penal, junto con el expendedor de las semillas, en los supuestos en los que por la cantidad de producto adquirido pudiera inferirse racionalmente su destinación al tráfico. Inferencia cuya corrección habrá de deducirse necesariamente de los datos circunstancias objetivamente constatados en el supuesto concreto, de conformidad con las directrices facilitadas por la misma Convención de 1988, que tras describir en su art. 3.º.1 las conductas intencionales susceptibles de sanción, concluye en su apartado 3 expresando que: "El conocimiento, la intención o la finalidad requeridos como elemento de cualquiera de los delitos enunciados en el párrafo 1 del presente artículo podrán inferirse de las circunstancias objetivas del caso".

ÚNICA CONDUCTA CONSTITUTIVA DE DELITO EN LA VENTA DE SEMILLAS

"Únicamente cuando el vendedor de semillas de cannabis se concierta con el adquirente, o asume la determinación de éste de destinar aquéllas a un cultivo preordenado a su tráfico, podría incurrir en responsa-

bilidad penal como coautor en la comisión de un delito contra la salud pública del art. 368 CP en su modalidad de drogas que no causan grave daño a la salud pública, quedando erradicados del mismo los demás comportamientos instrumentales facilitadores del consumo de la planta."

En este caso, y siempre que esto resultase probado por bastantes más indicios que la sola venta de las semillas, se consideraría coautor de un delito de drogas, y no por el hecho de haber vendido las semillas sino por ser partícipe del cultivo posteriormente destinado al tráfico. A mi juicio no basta con vender las semillas si luego no se ha participado ni en el cultivo, ni en la venta ni, por supuesto, en los beneficios.

LA VENTA DE PRODUCTOS INTELIGENTES COMO ACTOS CONSTITUTIVOS DE DELITO

Del mismo modo, "la venta de los denominados productos inteligentes --planteada tras la importación y comercialización de determinados productos como, por ejemplo la Ephedra Nature's (efedra); Spercap, Ephedra Nature's White Cross (efedra); Bolt Magnum (cafeína Nature's ultra Boost (efedra y guaraná); Turbo Charge (efedra y guaraná) o Super Herbal Energy Formula (efedra y ginseng) que comportaron, en su día, su retirada del mercado por la Agencia Española del Medicamento, en aplicación de lo dispuesto en el art. 95.2 de la Ley 14/1986, General de Sanidad-- no debe, sin embargo, plantear normativamente problema alguno acerca de su licitud penal, en la medida en que si los sucedáneos utilizados no están fiscalizados como estupefacientes o principios activos por los organismos internacionales competentes, o estandolos no superan los porcentajes autorizados por los mismos como mezclas, podrán generar con su venta o dispensación, otros problemas de orden administrativo y particularmente sanitario, pero en ningún caso de índole penal."

Aclaramos que esto no significa que sean legales sino que no son delito, por lo que hay que tener en cuenta entre otras normas la lista de plantas prohibidas comentada en números anteriores de SAPANNABIS MAGAZINE.

En este sentido se emite un aviso sobre estos productos, comentando la normativa de aplicación, en cualquier caso eludida por

los comercios dedicados a la venta de semillas de cannabis y los demás productos citados que ante el vacío legal al que se hacía referencia al inicio de este trabajo, se amparan administrativamente en licencias obtenidas para actividades relacionadas con útiles, materiales y productos para el cultivo, conocedores de la confusa situación legal existente al respecto. La normativa comunitaria en materia de precursores (comercio exterior) está constituida básicamente por el Reglamento Comunitario, publicado en el Diario Oficial de las Comunidades Europeas el 10 de noviembre de 1993. En él se recoge la versión íntegra de la reglamentación existente hasta la fecha constituida por el Reglamento del Consejo núm. 3677/1990 13 de diciembre, modificado por el Reglamento del Consejo núm. 900/1992, de 21 de diciembre, modificado a su vez por el Reglamento de la Comisión núm. 2959/1993 de 27 octubre. El referido Reglamento --como dispone en el art. 1-- establece las medidas que deberán adoptarse a fin de controlar al comerciante, a la comunidad y los países terceros, las sustancias utilizadas con frecuencia en la fabricación ilícita de estupefacientes y psicotrópicos. El apartado tercero del art. 2º, obliga a los operadores que participen en la importación, exportación y tránsito de sustancias catalogadas a que lleven un registro comercial detallado relativo a dichas actividades. En el mismo sentido, a medidas de conservación por un período al menos de tres años a partir del final del año civil en que tuvo lugar operación, de la documentación relativa a las operaciones y transacciones efectuadas, así como la obligación de presentarla inmediatamente para su control ante las autoridades competentes cuando ésta lo solicite.

En el art. 2 bis se regulan los aspectos administrativos relativos a la concesión de licencias y registro de los operadores, imponiéndose a éstos la obligación de la obtención de una licencia para el ejercicio de sus actividades para cuya concesión las autoridades deberán tener en cuenta "la competencia y la integridad del solicitante". En sentido contrario, esas mismas autoridades podrán suspender o retirar la licencia cuando tengan motivos razonables para creer que el titular "haya dejado de ser digno" de tener una licencia o haya dejado de cumplir las condiciones de concesión de la misma.

Paralelamente a dicha normativa se ha dictado en esta materia: la Directiva 92/109, del Consejo de 14 de diciembre de 1992, relativa a la fabricación y puesta en el mercado de determinados precursores que se acompañan en sendos Anexos, modificados por la Directiva 93/46 de la Comisión de 22 de junio de 1993, así como otra Directiva: la núm. 3677/1990 de 18 de septiembre; Reglamento núm. 1485/1996 de la Comisión de 26 de julio de 1996, y Reglamento núm. 2093/1997 de la Comisión de 24 de octubre de 1997. En el orden interno, la norma fundamental es la Ley 3/1996, de 10 enero, sobre medidas de control de sustancias químicas catalogadas como susceptibles de desvío para la fabricación ilícita de drogas adaptando la legislación española a las obligaciones derivadas del Directivas aludidas en particular de la 93/46 de 22 de junio de 1993 antes citada.

DAVID GUTIÉRREZ ES ABOGADO Y ASESOR JURÍDICO EN WWW.CANNABISCAFE.NET

CONSULTAS legal@spannabis.com

Si tienes cualquier duda sobre este artículo, deseas ampliar información, tienes dudas sobre la legalidad de tu cultivo o simplemente quieres realizar alguna consulta sobre legalidad y cannabis (autocultivo, multas y sanciones por consumo y

posesión, sentencias sobre cultivo y temas relacionados) puedes realizar tu consulta a la dirección de correo que te indicamos arriba. Desde esta sección daremos respuesta a las consultas que los lectores nos formuléis.

PLAZO PARA ENVIAR ALEGACIONES

Hola Warnock, Querría que me confirmases la fecha de envío de la solicitud de documentación.
Recogí la carta el jueves 16 de Marzo, luego mi último día sería el 6 de Abril, ¿cierto?
Un saludo y gracias.

No, si no hay fiestas en tu localidad distintas de las nacionales es el día 3 el último del plazo. Lo sábados se consideran hábiles para la Administración, a diferencia de los plazos judiciales en que los sábados son inhábiles.

RECURSO DE ALZADA

Hola, os cuento un poco por encima mi caso...
El 22 de abril pasado me pillaron con 4gr de hachís. Cuando llegó la carta os consulté sobre como hacer las alegaciones y las fui haciendo.

El caso es que según la fecha de inicio del expediente, este caducaba el 24 de noviembre. Tenía de tiempo hasta el 25 de ese mismo mes para interponer el recurso de alzada ante el ministro del interior. Y así lo hice, el 25 de noviembre mandé mi recurso de alzada, diciendo que el proceso ya había caducado. A día de hoy, todavía no he recibido ningún tipo de contestación a este recurso. Ante esto me surgen varias dudas... ¿cuánto tiempo suelen tardar en contestar este recurso?

A veces hasta un año

¿contestan, o simplemente se produce silencio administrativo?

Suelen contestar pero muy tarde, también hay que tener en cuenta que el silencio administrativo en los recursos de alzada no significa que no hay multa, sino que se confirma la sanción, por eso siempre es recomendable si estamos ante un caso muy claro solicitar un certificado como para interponer recurso contencioso administrativo en caso de que al contestar lo desestimases.

Al haber pasado ya cuatro meses desde que mandé el recurso de alzada, cada vez estoy más optimista, pero no quiero echar las campanas al vuelo.

En fin, ¿como lo veis?

Si como dices ha caducado deberían admitirlo y quitarte la multa, si lo desestiman yo interpondría recurso contencioso administrativo ante la Jurisdicción Contenciosa solicitando la condena de Administración a abonar las costas del juicio por temeridad y mala fe al oponerse al recurso en un asunto tan claro a tu favor.

SE CONSIDERA DOMICILIO...

¿Qué ocurre si estoy alojada en un hotel(o pensión, albergue, cualquier tipo de alojamiento correctamente registrado como tal). y, de cualquier forma, la policía (cualquier cuerpo) llama a la puerta de mi habitación, mientras estoy liándome un peta, debería considerarse mi habitación como parte de mi vivienda, a efectos de solicitar una orden judicial, o me jodo y me aguento y tengo q permitirle entrar ? A mi entender, no tengo que permitírselo pero ni idea.

Aunque sólo estés una noche o parte de un día, se considera domicilio y sólo se puede entrar en caso de flagrante delito, por orden judicial o consentimiento de quien esté dentro. Te puedes liar los petas que quieras y no dejarles pasar, por lo menos en España. Salud

REBAJA POR PAGAR ANTES DE QUE NOTIFIQUEN LA RESOLUCIÓN

Hola gente, hoy me ha llegado la notificación y tengo que ir a recoger la carta de inicio del procedimiento.... mi pregunta es si me tiene que llegar otra carta y si esta me la harán llegar de la misma forma que han hecho con esta (mediante correo certificado) y la última cosa es si puedo ir con la carta de inicio del procedimiento a la subdelegación del gobierno y pagar.... es que me quiero olvidar ya de la pu** multa.

No te puedo asegurar que te envíen la segunda carta, pero si vas a pagar no importa, recógela y ve a la Subdelegación del Gobierno y di que quieres pagar, si tiene servicio de caja a lo mejor lo puedes hacer allí mismo, además si pagas antes de que te notifiquen la resolución se te descuenta un 30% de la cuantía de la multa. Saludos

DAVID GUTIÉRREZ ES ABOGADO Y ASESOR JURÍDICO EN WWW.CANNABISCAFE.NET

Serfous Seeds

CANNABISSEEDS **TAMITA**

White Dwarf

¡TÚ DEBERÍAS CONOCER OFERTAS Y NUEVAS COLECCIONES!

Muy Pronto... **POSITRONICS**

Almacén de Herbas, 80 - 41002 Sevilla
954 8115 500

Y En Sevilla, El Punto Es...

No olvides nuestra web: www.elpuntoerestu.com

Mundo Trícoma

Cuidando de la Familia

El Peptino

Calle Carlos Amorós, 28 **Rastro** Madrid (28003) metro: puerta de Toledo, linea: 102 (91) 467 19 51
c. Comercio, 19 **Atocha** Madrid (28047) metro: Atocha, Tf: (91) 719 42 36
c. Profesional, 1 **Barrio del Pilar** Madrid (28029) metro: plaza grande, Tf: (91) 316 89 61

AT SERVICIOS

T.H.Seeds

Lo Mejor de Ámsterdam

De Semillas Medicinales
Galardonada con
Múltiples Premios

Establecida en 1993, T.H. Seeds es una de las empresas de semillas más antiguas y respetadas de Ámsterdam. Todas las semillas se cultivan biológicamente, sin aditivos químicos, y se prueba su capacidad germinativa regularmente.

Ganadores de la High Times Cannabis Cup en 2002, 2003 y 2004 con The H.O.G., MK-ULTRA (OG Kush x G13) y SAGE 'n' SOUR.

La Edad del Kush ha llegado... Disponible ya en las mejores tiendas de cultivo de España. KUSHAGE (OG Kush x S.A.G.E.)

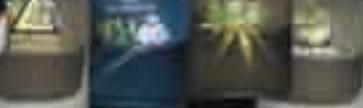
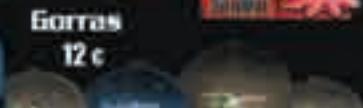
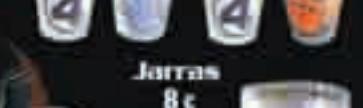
T.H. Seeds • Nieuwendijk 13 - 1012 LT Amsterdam
Holanda Tel: +31 (0) 20 421 1762
INFO@THSEEDS.COM - www.thseeds.com

Distribuidores:
I.U.F.E. 933 718472 info@iuf.ee.com - iuf@iuf.ee.com
Planta Sur Distribuciones 918 509310
Info@plantasur.com www.plantasur.com
1916 582748 leonard@pm.net - www.leonard.net
La Molina Sistematica SL 916 098692 info@hipersemillas.org
Hipersemillas SL 916 098692 www.hipersemillas.com
1010 5000 5001

Chupitos

2,5 c

IMPRESOS POR LAS DOS CARAS



Llaveros

3 c



LOS COGOLLITOS

DE VENTA SOLO EN LAS MEJORES GROSOS

Figuras

7 c

Tazas

5 c



Ceniceros metal

6 c



Toallas 25 c



Alfombrilla de Ratón

5 c



Despertadores

17,50 c



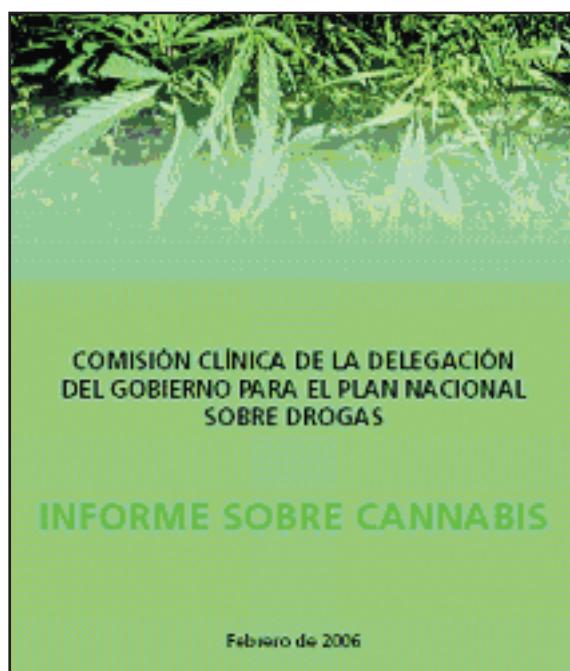
12 c

PIR.

Jóvenes y consumo de cannabis II

La Comisión Clínica de expertos convocada por el Plan de Acción sobre Drogas, ha presentado un Informe sobre el Cannabis. En él se alerta del incremento de su consumo entre los jóvenes y la reducción de la percepción del riesgo asociado a esta droga. En este artículo analizaremos el contenido y el sentido de dicho informe.

Los resultados de las encuestas sobre consumo de drogas señalan que en España (como en el resto del mundo) el cannabis es la droga ilegal más consumida. Por otra parte cuando se analizan los hábitos de los más jóvenes se puede constatar que se reduce la edad de inicio en el consumo de cannabis y se reduce la percepción del riesgo asociado a su consumo. Dicha situación, valorada como un problema grave por la ministra de sanidad, ha alertado a los responsables del Plan Nacional sobre Drogas y en el informe redactado bajo sus auspicios por una Comisión Clínica de expertos valoran esta realidad y proponen una estrategia a seguir, encaminada a corregir la percepción de los jóvenes, exagerando y generalizando sus riesgos reales y añadiendo algunos con escaso y discutible fundamento empírico.



ANIMALES QUE SE DROGAN. DROGAS Y PROBLEMAS GENERADOS POR LAS DROGAS

Con el título de "Animales que se drogan" Giorgio Samorini recoge en un divertido libro conductas de consumo de drogas observadas en animales, desde hormigas a elefantes (grandes aficionados al alcohol, ignoramos si ven humanos rosas). Cuando presentó el libro en Italia acudieron varios periodistas convencidos de que el título hacia referencia a los estragos de la droga y de cómo degeneraba a los hombres hasta convertirlo en animales. Estos periodistas cometieron un error frecuente al hablar sobre drogas, como es confundir drogas con los problemas generados por las drogas. En el Prólogo del informe la ministra Salgado cae en este error.

El consumo de drogas (legales o no) de todo tipo es una constante en todas las sociedades humanas (y animales) durante todas las épocas. Nuestra sociedad no es excepción y cumple la regla sobradamente. Disponemos de drogas legales de venta libre como el alcohol, tabaco o café, de drogas legales de venta bajo receta como ansiolíticos, opiáceos, antidepresivos, estimulantes anfetaminicos, y un sinnúmero de drogas ilegales: cannabis, cocaína, heroína, éxtasis,

dosis diarias pueden incluso resultar beneficiosas para la salud pese a tratarse de una de las drogas que generan mas problema. *Las drogas seguirán siendo un problema hasta que no sepamos diferenciar entre drogas y problemas generados por las drogas.*

Otro error frecuente al hablar sobre drogas es confundir los efectos de las drogas con trastornos generados por las drogas, como hace el informe en varias de sus conclusiones. Que el cannabis produzca como efecto una reducción de la memoria inmediata mientras duran sus efectos no implica que el cannabis genere trastornos de memoria ni deterioro cognitivo permanente. Por el contrario el alcohol que también tiene efectos sobre la memoria inmediata si que puede generar trastornos neurológicos permanentes con afectación de la memoria. Un ejemplo de este error lo encontramos en el informe, en la tabla6, de la que por cierto no citan autor, se presentan como efectos crónicos lo que son efectos agudos en el caso de los efectos cognitivos y psicomotores, y al hablar del rendimiento escolar confunde efectos con una consecuencias del todo genéricas y siempre de origen multifactorial de las que no se ha demostrado en absoluto siquiera que el cannabis sea causa.

TABLA 6. Efectos crónicos del cannabis

Efecto	Consecuencia clínica
Efectos cognitivos	Alteración de la memoria y atención
Efectos sobre el rendimiento psicomotor	Empeoramiento conducción. Mayor riesgo de accidentes
Efectos sobre el rendimiento escolar	Peor rendimiento, mayor conflictividad, aumento del absentismo, abandono prematuro de los estudios

lsd, etc. El consumo de dichas sustancias puede generar problemas de salud física o mental en algunos casos y no todas las drogas tienen el mismo riesgo para nuestra salud. Con el alcohol somos perfectamente capaces de discernir entre la droga y los problemas generados por la droga pese a ser una de las drogas con mayor riesgo para la salud y de mayor potencial adictivo. Incluso somos capaces de aceptar que pequeñas

¿ES UN PROBLEMA QUE LOS JOVENES CONSUMAN CANNABIS?

En primer lugar hay que aceptar por inevitable el hecho de que los jóvenes consuman drogas, pues como podemos constatar forman parte sustancial de los hábitos de la sociedad adulta. Las peculiaridades psicosociológicas de esta etapa del desarrollo favorecen conductas de riesgo que pueden



forman parte sustancial de los hábitos de la sociedad adulta. Las peculiaridades psicosociológicas de esta etapa del desarrollo favorecen conductas de riesgo que pueden desembocar en consumos irresponsables y actitudes de transgresión que favorecen el consumo de drogas ilegales. El que dicho consumo juvenil de drogas constituya o no un problema (al igual que con los adultos) dependerá principalmente de factores individuales y de la naturaleza y contexto de las sustancias consumidas. Afortunadamente el cannabis es una de las drogas sociales con menores riesgos para la salud y con menor capacidad de generar problemas. Aunque cuando hablamos de su consumo entre los jóvenes debemos ser siempre cautos.

Dado la inestabilidad de que los jóvenes consuman drogas, la mejor estrategia para evitar los problemas derivados de su consumo sería a mi entender una política de reducción de daños basada en una información objetiva. Las informaciones alarmistas y alejadas de la realidad cotidiana, suelen ser contraproducentes. En primer lugar solemos prestarles poca atención a los mensajes negativos o desagradables, y cuando no se ajustan a la realidad pierden toda credibilidad. Una de las peores campañas publicitarias sobre drogas fue el famoso eslogan de "la droga mata". Un fumador de porros (que nunca han matado a nadie) solo podía morirse de risa ante tal afirmación.

Habría que plantearse también la eficacia de medidas represoras, si conocemos mínimamente la psicología juvenil, debemos saber que la mejor manera de que un adolescente haga algo es prohibírselo. Si realmente de lo que se trata es de proteger a la juventud, sería de esperar que los

adultos se comportaran como tales y aplicaran su inteligencia y experiencia, primero para valorar el problema y segundo en caso de que exista establecer medidas destinadas a solucionarlo.

¿ES CORRECTA LA PERCEPCIÓN DE RIESGO DE LOS JOVENES?

Una de las mayores preocupaciones de los responsables del Plan es que la percepción del riesgo asociado al consumo de Cannabis entre los jóvenes se ha ido reduciendo con el tiempo. En informe se recoge esta percepción de riesgo, pero en ningún momento se plantean si es correcta, es decir nuestros jóvenes perciben correctamente los riesgos asociados al consumo de cada droga. Si vemos la figura 6 del informe vemos que los jóvenes no andan tan desencaminados y que en líneas generales su percepción del riesgo asociado a cada una de las drogas en función de su frecuencia de consumo es bastante correcta.

De entrada parece que los jóvenes sí que son conscientes de que el consumo de ciertas sustancias puede generar problemas, y que la intensidad de esos problemas está en función de los hábitos de su consumo. No hay motivos de preocupación, la percepción de los riesgos asociados a cada una de las drogas por parte de los jóvenes es básicamente correcta y se ajusta a los conocimientos científicos de los que disponemos. Valoran correctamente que los daños de fumar tabaco y cannabis son semejantes y menores que otras drogas sociales como psicofármacos, éxtasis, cocaína o heroína.

CANNABIS Y FRACASO ESCOLAR

El cannabis interfiere los procesos de aprendizaje, concentración y reduce la memoria inmediata, estos efectos son pasajeros y ceden tras su consumo sin dejar secuelas. Es evidente que si se consume cannabis de forma continuada puede influir negativamente en el rendimiento escolar. Sin embargo es bastante arriesgado atribuirle la causa del fracaso escolar (donde influyen muchos factores) basándose únicamente en correlaciones entre consumo y resultados académicos. Según los datos ofrecidos en el informe la diferencia entre consumo de tabaco entre los que aprueban y los que no es mayor que la diferencia entre el consumo de cannabis en los dos grupos y sin embargo en ningún

momento citan al tabaco como desencadenante del fracaso escolar.

CANNABIS Y TRASTORNOS MENTALES

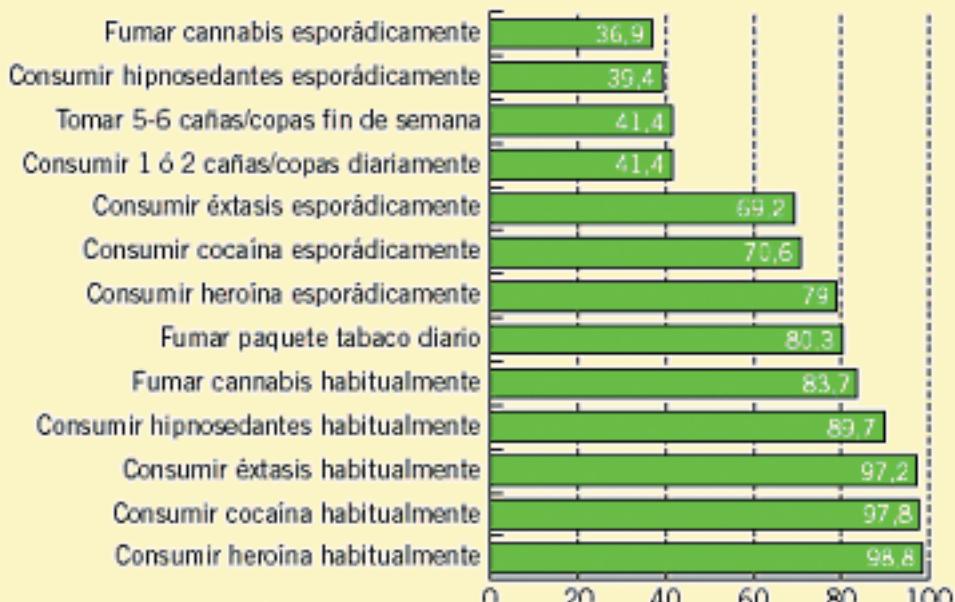
En este capítulo del informe los autores se dejan llevar por la estrategia "que viene el lobo". Hablar del aumento de demandas de atención por adicción al cannabis sin citar que en la gran mayoría de casos el motivo real de esta demanda no es otro que evitar la multa es tendencioso. Esta desviación de los datos de demandas de atención por dependencia al cannabis debidos a la ley de seguridad ciudadana ya ha sido puesta de manifiesto en congresos internacionales sobre drogas.

También se habla del incremento de atenciones por intoxicación de cannabis en urgencias. Esto es cierto y debido en prácticamente todos los casos a ingestas orales en

forma de pasteles y galletas donde por desconocimiento se toman dosis excesivas. Lo que olvida citar el informe es que ninguna de estas intoxicaciones requiere ingreso hospitalario ni psiquiátrico, que remiten espontáneamente sin medicación (salvo algún tranquilizante) y los afectados marchan por su propio pie cuando se les pasan los efectos.

Finalmente el gran tema del cannabis como causa de psicosis y esquizofrenia, ya ha sido tratado en esta sección. Recordar simplemente que no se han detectado incrementos en la incidencia de psicosis en consonancia con el espectacular aumento de las tasas de consumo de cannabis entre los adolescentes. Uno de los autores citados por el informe creo que expresa la opinión mas acertada en este debate. "...**puesto que no todos los sujetos con psicosis han estado expuestos al cannabis y no todos los**

FIGURA 6. Proporción de estudiantes de Enseñanza Secundaria de 14 a 18 años que piensan que esa conducta de consumo de drogas puede producir bastantes o muchos problemas (%).
España 2004



Consumo esporádico: 1 vez al mes o menos frecuentemente. Consumo habitual: 1 vez a la semana o más frecuente.

Fuente: DGPNSD. Encuesta Estatal sobre Uso de Drogas en Enseñanzas Secundarias (ESTUDES). 1994-2004.



consumidores de cannabis desarrollan psicosis, el cannabis no es una causa necesaria ni suficiente." (Degenhart&Hall, 2002)

INFORMACION DE INTERES PARA JOVENES FUMETAS

El Cannabis reduce la memoria inmediata y la capacidad de concentración, no es conveniente fumar en épocas de estudio.

Pasarse todo el día fumado posiblemente no te hace nada de malo, pero seguro que tú no haces nada de bueno.

A algunas personas no les sienta bien el cannabis, les puede dar ansiedad, paranoia o

sensaciones extrañas. Si has notado alguno de estos síntomas, o tienes antecedentes personales o familiares de trastornos mentales, lo mejor es que dejes de fumar. Si Fumar no te sienta bien y te cuesta dejarlo porque todos tus colegas son muy fumetas, no te cortes y cuéntaselo. Si pasan de ti o no te respetan por tu decisión es obvio que lo mejor es cambiar de colegas. Recuerda el refrán: " Si fumando se te va la olla y no lo dejas, eres un gilipollas"

IGNASI PEÑA

CONSULTAS

Me dirijo a usted para preguntarle ciertas dudas ya que me han comunicado que esta especializado en el uso terapéutico del cáñamo para enfermedades del sistema nervioso central.

El motivo de mi correo electrónico es debido a que mi padre es enfermo de esclerosis múltiple y debido a esta enfermedad tiene una neuralgia en el trigémino que se hace notar cuando tiene crisis de dicha enfermedad por lo que he estado investigando, parece ser que hay un medicamento en estudio llamado Sativex que es un cannabinoides o algo así que cubre muy bien las necesidades de dichos enfermos afectados por este tipo de dolor.

Por este motivo me dirijo a usted, para que me informe, si es posible, de los progresos que hay en dicha medicación y si por ejemplo el uso de cannabinoides en estado natural es positivo para estos enfermos ya que le confieso sinceramente que la medicación que está tomando apenas le hace efecto y tanto él, como sus familiares, estamos sufriendo una situación prácticamente inaguantable, ya que cuando le da esta neuralgia, no come, no duerme, y se golpea en la cara de la desesperación ya que no puede ni tan siquiera hablar.

YOUSEF

El cannabis es una planta eficaz para el tratamiento de enfermedades neuromusculares como la esclerosis múltiple y uno de los pocos remedios eficaces para dolores neuropáticos tales como la neuralgia de trigémino. Los res-

ponsables de esta acción son dos cannabinoides naturales de la planta como el THC y el CBD. Dicha eficacia ha sido comprobada experimentalmente tanto con la planta como con fármacos desarrollados a partir de ella como el Sativex. El Sativex es un spray sublingual que contiene a partes iguales los dos cannabinoides citados, actualmente su uso sólo está autorizado en Canadá precisamente para el tratamiento de casos como el que usted nos cita.

En Cataluña próximamente se iniciará un estudio clínico con Sativex en el que se incluirán casos de dolor neuropático y en esclerosis múltiple. Para ser incluido en este estudio su padre debería estar siendo tratado en alguno de los hospitales que van a participar en el estudio. Si este no fuera el caso la única opción para acceder al Sativex sería que su médico lo solicitará por vía de medicación extranjera.

En Caso de no poder acceder al Sativex siempre les queda el recurso de recurrir al cáñamo para aliviar los dolores neurálgicos. Es conveniente utilizar una marihuana potente y que tengan la certeza de que contenga CBD además del THC, es decir una marihuana de perfil sedante. En caso de no disponer de marihuana el haschís, siempre que sea de buena calidad, también puede ser útil. Si su padre ya es fumador de tabaco, es recomendable usar el cáñamo fumado. Si no fuma la planta también se puede usar por vía oral, tomando una pequeña cantidad tres veces al día. Para conocer la dosis por vía oral conviene empezar por poca cantidad e ir aumentando progresivamente hasta alcanzar la dosis eficaz terapéuticamente.

Ignasi Peña

humoazul

humoazul.net

FERTILIZANTES
SEMILLAS
MÉTODOS DE CULTIVO
MEDIDORES
PARAFERNALIA

grow shop - exotic garden

Portoalegre, 4 local 3 post. Parque las box. Alcorcón. Madrid. 678899947 - 91 610 20 9

- Todo para tu Grow -Shop.
- Grandes descuentos por volumen de compra.
- Portes Economicos.



www.planetaorganico.org



C/ Rumania 5, nave A-11
Parque Empresarial Inbisa 1
28.806 - Alcalá de Henares - MADRID
Tel: 91 877 06 45 · Fax: 91 877 08 92

Nombre:

Banco:

Genética:

Psicoactividad:

Categoría:

Cultivo:

Producción:

Precio:

Caribe

Cannabiogen

Jamaica x Jamaica /NL#5 x Haze

Activa / Energética

Poliíbrido

Medio (60 - 70 días)

Interior hasta 40 gr. Planta

Exterior hasta 450 gr. Planta

Asequible

Descripción: Hibridación entre una NL#5 holandesa y una haze pura con un semental Jamaica Lamsbread y cruzadas de nuevo con el macho, lo que le da estabilidad y adaptabilidad para el cultivo en interior.

Comentarios: Una peculiar variedad de predominancia sativa de este banco nacional que ha saltado nuestras fronteras por su indiscutible calidad.

En este caso, la novedad es la introducción de un supermacho de origen jamaicano, en concreto de las montañas azules (blue mountain) que acorta considerablemente la floración al tiempo que aporta producción.

Es conveniente darles un vegetativo largo, al objeto de que adquieran una estructura robusta que proporcione una floración abundante, recomendando alrededor de 30 días en interior desde semilla para un desarrollo óptimo.

A pesar de ser bastante estable, algunos individuos presentan una coloración fucsia en sus pistilos, que no en los cálices, dándole un aspecto espectacular en floración. Ésta se puede alargar en demasía en caso de no reducir paulatinamente el fotoperíodo de manera que termine la floración con unas 8 horas de luz.

Esta técnica se aplica sobre todo para evitar refloraciones, a las que esta variedad tiene



cierta tendencia, y que impiden saber el momento correcto para la cosecha.

Proporciona un colocón muy energético, con ganas de realizar actividades físicas y en algunos casos, una cierta taquicardia.

Otra maravilla del banco nacional por excelencia.



THE SENSI SEED BANK®

LA PRIMERA TIENDA DE SEMILLAS Y DE CULTIVO EN HOLANDA • ESTABLECIDO EN 1985



Comprá las mejores semillas originales.

Semillas, la inversión más importante de tu vida.

The Sensi Seed Bank es el productor de semillas originales como: Northern Lights®, Jack Herer®, Big Bud®, Skunk Shun®, Super Skunk®, Mother's Finest®, etc.

¡DESCONFÍA DE LAS IMITACIONES DE LOS PRINCIPIANTES! COMPRA SÓLO LAS ORIGINALES, COMPRA SENSI SEEDS.

Las variedades de Sensi Seeds son reconocidas y están recomendadas a todos los niveles por los líderes en cultivo de cannabis de todo el mundo:

"Best Seed Company" High Times
"Best of Double Blind Test" High Life



El foro de Sensi Seed Bank



Visítanos en www.sensiseeds.com, abre el "Forum" y participa en intercambios diarios sobre leyes internacionales, el cultivo de hierbas medicinales - cannabis y muchos otros temas.

También encontrarás informaciones básicas sobre las variedades de Sensi Seeds, inclusive fotos muy expresivas. El foro de Sensi Seed Bank es 100% gratuito, entretenido e instructivo.



El Catálogo de Sensi Seed Bank

104 páginas a todo color llenas de información sobre tu planta favorita.

- Numeroso foro del logo y destapación clara, con tiempo de cosecha e información de rendimiento
- Equipo interior y accesorios para cultivo de interior
- Libros, una amplia gama desde guías de cultivo hasta Noticia cultural
- Video de guía para el cultivo de cannabis paso a paso
- Productos de estilo de vida cannabis
- Accesorios para fumar
- Mucha información práctica sobre cultivo, cosechas, volatilidad y cómo lograr los mejores resultados utilizando las variedades de Sensi Seeds
- Folleto especial incluye sobre cannabis industrial
- Disponible en 6 idiomas: inglés, holandés, francés, italiano, alemán, portugués



El catálogo está a la venta al precio de € 2,50 en todas nuestras tiendas y en los comercios autorizados por Sensi Seeds.



Compra tus Sensi Seeds sólo en los distribuidores oficiales de Sensi Seed Bank en España o pide online a www.sensiseeds.com

Haz tu pedido por internet a:

WWW.SENSISEEDS.COM





Nombre:	Harley's Comet
Banco:	The Flying Dutchmen
Genética:	Skunk#1 x California Indica
Psicoactividad:	Física / Cerebral
Categoría:	Híbrido
Cultivo:	Medio (50 - 60 días)
Producción:	Interior hasta 45 gr. Planta
Precio:	Exterior hasta 500 gr. Planta
	Barata

Descripción: Variedad basada en Skunk de este banco holandés no demasiado conocido en nuestro país. Muy sensible al cambio de fotoperíodo, es muy productiva y sencilla de cultivar.

Comentarios: Este es un banco en principio especializado en híbridos Skunk, a partir de la relación profesional entre su propietario, Eddie, y Skunkman, famoso criador norteamericano poseedor, en teoría, de genéticas skunk del final de los 70.

A partir de ellas, realizan un trabajo de selección, retrocruce y estabilización que se materializa en la aparición en el mercado del banco en 1998.

En este caso hablamos de una variedad dura donde las haya, quizás un poco sensible al calor del verano en la zona centro y el sur de nuestro país teniendo en cuenta que son selecciones diseñadas para funcionar en exterior en el Norte de Europa.

Es muy homogénea, con los mismos rasgos fenotípicos y genotípicos en la gran mayoría de las plantas, que son realmente sensibles al fotoperíodo comenzando a florecer en cuanto se les acorta una sola hora de luz.

Esto puede ser una ventaja en nuestro país en el cultivo de exterior, pues si deseamos plantas pequeñas simplemente deberemos plantar a final de Mayo o primeros de Junio para cosechar a final de Septiembre, lo que es un ciclo realmente rápido sin grandes mermas en la producción.

Por lo demás es una variedad muy sencilla de cultivar admitiendo un amplio rango nutritivo



sin mayores problemas, remarcando quizás su sensibilidad a las altas temperaturas, por lo que habrá que mantener el indoor bien ventilado.

Con un sabor dulce y picante, proporciona un colocon equilibrado entre activo y narcótico, difícil de llevar para algunos.

Una línea Skunk de alto nivel que proviene de América a través de los navegantes holandeses.



Kali Mist

Nombre:	Serious Seeds
Banco:	Haze
Genética:	Activa / Energética
Psicoactividad:	Híbrido
Categoría:	Difícil (80-95 días)
Cultivo:	Interior hasta 40 gr Planta
Producción:	Exterior hasta 400 gr Planta
Precio:	Cara

Descripción: Sativa pura casi mítica ganadora de tres copas, Cannabis Cup en el 95 en categoría hidro, otra en el 2.000 en bancos de semillas y el 3er premio de la HL en Barcelona en el 2004.

Comentarios: Esta es la joya sativa del banco, a pesar de que en los últimos tiempos ha sido modificada, tema del que hablaremos después.

La versión original era muy estable, muy potente y muy aromática, pero con el inconveniente de una floración realmente larga y una presencia final de los cogollos no muy comercial, pues son los típicos de sativa pura, muy descompactados y de tricoma minúsculo aunque muy abundante.

Bastante quisquillosa en su cultivo, no es muy recomendable para cultivadores noveles, pues es difícil que lleguen a buen puerto si no tienen buena experiencia en sativas. Como contrapartida, una psicoactividad muy especial y un aroma inconfundible compensaban de lo tortuoso de su cultivo y su no muy alta productividad.

Diferentes cultivadores han apreciado un cambio notable en la genética que surge de las simientes que se pueden adquirir hoy en día, presentando bastante más inestabilidad.

Al objeto quizá de solventar en parte de las dificultades de la variedad original, ésta parece haber sido hibridada para conseguir más producción en menos tiempo intentando mantener psicoactividad y aromas, tarea realmente complicada como se puede observar.

Ahora aparecen al menos tres fenotipos más o menos cercanos al original, pero cada uno con

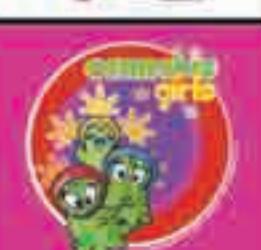
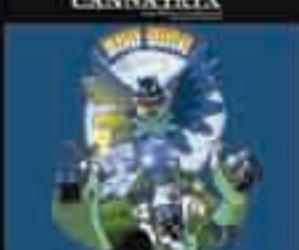
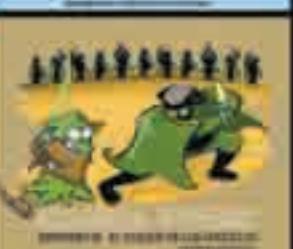
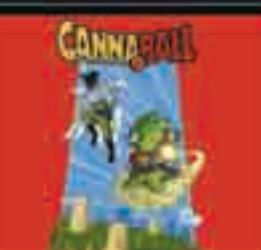
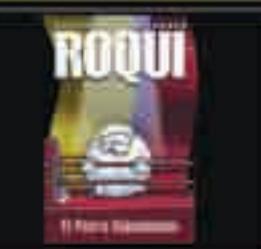
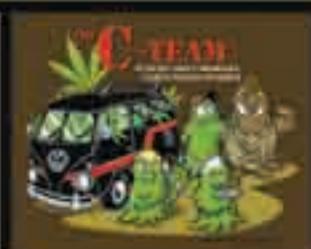
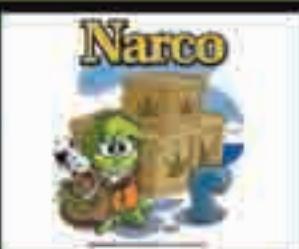
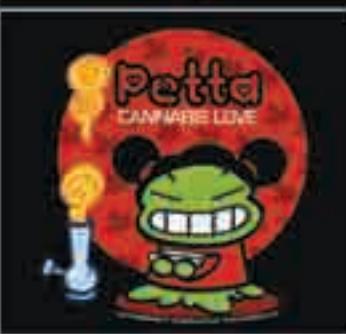
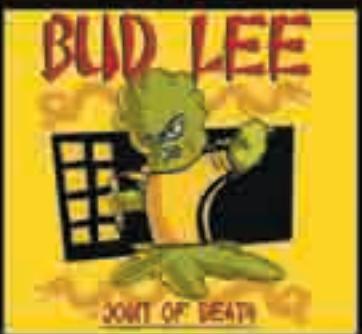
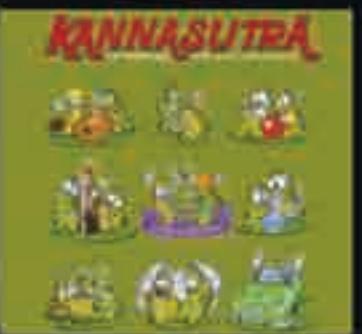
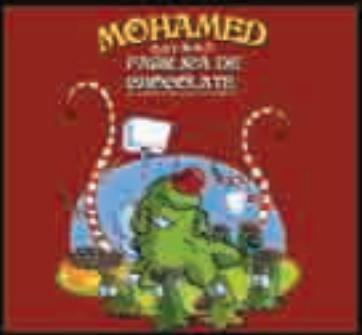
su propia personalidad, más sativa o más índica como se aprecia por lo ancho de los foliolos de algunos de los ejemplares. También el tipo de colocón se ve afectado mostrando más variabilidad según el fenotipo.

De esta manera, la variedad parece haber sido reenfocada hacia la apertura del ancho de banda genética de forma que el usuario deberá tender a buscar una buena madre de su gusto más que a plantar semilla.

Eso sí, hay plantas que se recogen en 55 días.



NUEVA COLECCION 2007/08



PEDIDOS E INFORMACION : 96 318 6125 ó 96 318 6127 - WWW.COGLLITOS.COM

MANGA CORTA: S - M - L - XL: 16 C / M. CORTA RANGLAN: S - M - L: 18 C / M. LARGA RANGLAN: S - M - L - XL: 22 C / SUDADERA: S - M - L - XL: 30 C / SUD. CAPUCHA: S - M - L - XL: 36 C

ELLA MANGA CORTA RIBETE: S - M: 18 C / TIRANTE FINO (TALLA UNICA): 16 C / SIN MANGAS (TALLA UNICA): 16 C / ENTRILLADA: TALLA UNICA: 18 C / SUDADERAS IGUAL QUE EL.

Los MEJORES GROWS de ESPAÑA

DÓNDE ENCONTRAR SPANNABIS MAGAZINE POR SÓLO 2,95 euros

	Nombre	Dirección	Teléfono	
A CORUÑA				
Noia	Xamer	Galerías "O Curro", 13	15200	981 82 51 02
Santiago de Compostela	Oneno Labrego	c/ Rua Travesa, 4 Bajo	15704	981 58 98 92
ALBACETE				
Albacete	Kaya Albacete	Avda. Ramón Menéndez Pidal, 39 bajo	02005	967 24 35 82
ALICANTE				
Alicante	Doctor Cogollo Alicante	César Elguezábal, 17b	03001	965 20 09 64
	Marley's Word Alicante	c/ Poeta Campos Vasallo 25	03004	96 520 81 25
	Mundo Ganja	Espoz y Mina, 6 Local Centro	03012	655 65 86 74
Callosa de Segura	Punto Verde Callosa	Barrio San José, 5 (ctra. Catral Km 0,6)	03360	606 35 06 09
Calpe	SinSemilla Calpe	Benissa, 2 Local 12	03710	965 83 32 61
Elda	Yerbaguena	Petrel, 1	03600	965 38 19 76
L'Alfas del Pi	La Marieta Grow Shop	c/ Benidorm, 6 (Urb. El Tossalet)	03580	96 686 04 67
Villajoyosa	Canem Original	c/ Relleu, 6 bajo	03570	669 23 40 16
ALMERIA				
Almeria	SinSemilla Almeria	Universidad de Texas nº17	04005	950 25 49 88
ASTURIAS				
Gijón	Casina Layerba Gijón	Linares Rivas nº14	33206	985 09 79 92
	Huerta Caicoya	Linares Rivas, 5 Bajo	33206	985 09 50 72
	INOUT Distribuciones (Mayorista)	c/ Valladolid, 1 entr. Oficina 2	33201	985 601 149
Oviedo	Mimaria	c/ Capitán Almeida, 21. Bajo	33009	985 20 42 66
BADAJOZ				
Badajoz	Babylon	c/ Melendez Valdés, 18	06001	924 22 41 49
Merida	El Cactus y la Luna	c/ Juan Dávalos Altamirano, 33	06800	645 14 54 56
Puebla de la Calzada	La Hoja Verde	c/ Iglesia, 6	06490	670 25 48 64
BARCELONA				
Barcelona	Barnaplant	Paseo Maragall nº75	08041	93 347 98 11
	Hyppy House	c/ Torrent de can Mariner	08031	93 357 12 49
	International Space Hemp	El Mercadillo, Portaferrisa 17, planta baja tienda nº1	08020	93 303 33 25
	International Space Hemp II	El Mercadillo, Portaferrisa 17, planta baja tienda nº5	08020	93 303 33 25
	La Mota	c/ La Guardia, 9	08001	661 857 779
	L'interior	c/ del Carme, 29	08001	93 412 50 73
	Nature (Mayorista)	c/ Casteras 46	08028	93 431 16 86
	Sant Yerbasi Grow Shop	c/ Berlinés, 4 bajo	08006	93 603 13 14
	The Plant	Plaza Tetuán nº33 bajo	08010	93 244 41 81
Terrassa	Sativa World	Avda. Vol.Olimpics, 22	08225	93 735 17 19
Hospitalet de Llobregat	La Huerta de Juan Valdés	c/ Mas, 101	08904	93 448 48 48
	Tatras	Av. Carmen Amaya, 45 Local 1bis	08902	93 533 73 32
Igualada	Sweet Dreams	Montmaneu, 11 Local 3	08700	93 805 21 07
Lliçà D'amunt	Cactus	Ctra. Granollers a Lliçà, km 3	-	93 841 43 82
Manlleu	OsonaCanem	Passeig Sant Joan nº66	08560	93 851 04 29
Martorell	Cactus Martorell	Francesc Maciá, 25 Local B2	08760	93 774 13 41
Sabadell	Bitox	Paseig Rubio i Ors nº87 Local 2	08203	93 710 48 12
Sant Boi Llobregat	Prima juana (Mayorista)	Joaquín rubio i Ors nº54 Bajo	08830	93 630 59 92
Sitges	Sativa World	c/ Bonaire, 19	08870	93 811 09 74
BIZKAIA				
Bilbao	Delta 9	Arsuaga nº2 Lonja 2	48004	94 607 07 47
	Skunk Funk	c/ Plaza Barria, 2.	48005	94 415 28 59
Durango	Tassili Smart Grow Denda	c/ Saibigain, 2 bajo	48200	94 466 81 83
Galdakano	Ortue (Mayorista)	Pol. Erletxe Plat.H Edif.2 Pab.6	48960	94 633 40 27
Lekeitio	Lekittobedarra	Harbiatx nº2	48280	94 624 34 66
BURGOS				
Burgos	Madre Naturaleza	c/ Concepción, 13 Pasaje	09002	947 20 04 67
CADIZ				
Algeciras	Ave María	c/ San Juan, 13 Bajo	11201	856 12 33 60

	Hipersemillas (Mayorista)	Apartado de Correos 1073	11204	647 33 11 22
Cadiz	Amsterdam Grow Shop	Villa de Parada nº 1	11011	856 07 19 29
Jerez de la Frontera	Cañamoon	c/ Francos, 16 B	14403	630 06 18 71
La Linea de la Concepción	Cannatural Grow-Shop	c/ Jardines, 26	11300	956 09 55 09
CANTABRIA				
Torrelavega	Houseplant Torrelavega	c/Garcilaso de la Vega, 5	39300	942 08 63 10
CASTELLÓN				
Vallduxo	Jamaican Life	c/ Regimiento Tetuán (dentro de pasaje rosa), 32	12600	964 66 74 42
CIUDAD REAL				
Ciudad Real	Gata Loca	Refugio 2	13004	926 23 28 60
CORDOBA				
Córdoba	Doctor Cogollo Córdoba	San Fernando nº38	14003	95 748 12 28
GUIPUZCOA				
Bergara	Klorofila	c/ Arruriaga, 3 Bajo	20570	620 01 12 71
Donostia	Euskunk	Paseo de Colon, 52	20002	943 32 23 58
	Kayadonostia (Mayorista)	c/ Iñigo, 12	20003	943 42 91 55
	La Mota Pot Sistemak S.L. (Mayorista)	Aldamar Kalea, 28	20003	943 42 94 12
Irún	Cañamon de Maruja	c/ Vega Eguzkiza, 17 Bajo	20304	943 57 90 38
	Kalamuadenda	c/ José Egino, 7	20302	943 61 38 47
	Sativa World	c/ Zubiaurre, 7	20302	94 357 12 36
Legazpi	Loratzen	Nafarroa Kalea nº12 Behera	20230	943 73 03 47
GIRONA				
Figueres	Alchimiaweb	Pl. de las Patates, 3	17600	972 51 61 19
Figueres	Alchimia Grow Shop	Ronda Barcelona, 102 b	17600	972 67 15 66
Girona	Doctor Cogollo Girona	Carret Perill nº8	17001	972 21 61 92
	Greenworld	c/ Rutlla, 53	17002	872 08 03 69
La Bisbal Dèmporda	Zero Zero	c/ Migdia, 9	17100	972 64 48 65
Olot	Green Growshop	Av. de Girona, 16 Bajos	17800	972 27 19 74
Ponts Molins (Figueres)	Espais Verds	Crra. NII N° 9 Pont Molins	17760	972 52 93 32
Tossa de Mar	Nani Hippy shop	c/ Nou, 30	17320	972 34 09 96
GRAN CANARIA				
San Fernando (Maspalomas)	Cannarybis	Centro Comercial Ronda Local 15 B	35100	928 765 921
GRANADA				
Gojar	Planta Sur Distribuciones (Mayorista)	Urb. Los Naranjos, 12	18150	958 50 61 10
Granada	Buenos Humos	Lope de Vega nº1	18002	958 53 65 25
	Skunk Factory	Camino de purchil s/n	18004	958 52 05 25
GUADALAJARA				
Azuqueca de Henares	Houseplant Azuqueca	Av.del Norte, Local 7	19200	949 27 76 69
ISLAS BALEARES				
Arta	S'amagatall	c/ Ciutat, 68	07570	615 01 79 93
Mahón	Punt Verd	c/ J. A. Clavé	07702	971 35 62 04
Manacor	Saguaro	c/ Amistad, 40	07500	971 55 55 85
Palma de Mallorca (Son Cotoner)	Hemp Indoors (Mayorista)	c/ Trobada 26 bajo	07011	971 22 25 87
Palma de Mallorca	Sinyerba Palma	Pasaje Antonio Torrandell, 1 local 5	07003	971 07 98 51
	Tricoma	c/ Soldado Soberats Antoli, 28A	07010	971 75 89 56
Son Ferriol	Cañamón	c/ Fausto Bonafé, 66	07198	606 024 590
LA RIOJA				
Logroño	Maria en el pais de las maravillas	Rodriguez Paterna nº2 Bajo 2	-	616 661 909
LEON				
León	Hierbaloca Growshop	San Francisco nº12	24003	987 26 07 20
	Indikas Grow Shop	Velasquita nº1 Bajo	24009	987 80 68 94
Ponferrada	Mr. Natural	Rañadero nº35 bajo	24400	987 40 19 95
MADRID				
Alcalá de Henares	Planeta organico (Mayorista)	c/ Rumania, 5 Nave A-11	28802	91 877 06 45
	Pulmón Verde	c/ Rio Cañamares 10	28804	91 880 26 38
Alcorcón	Humo Azul	Porto Alegre 4 Local 3	28921	678 89 90 47
Aranjuez	Al-Zahira Houseplant	Avda plaza de toros, 37	28300	91 891 91 98
	Verdemanía	Plaza Conde Elda, 13	28300	91 891 38 58
Collado Villalba	Plantactiva	Urb. Entresierras, C/ Costa del Sol,4	28400	91 849 38 92
Leganés	Plantania	c/ Bureba, 10	28915	91 688 71 09
Madrid	Ay Maria!	c/ Libertad, 12 Local (metro CHUECA)	28004	91 521 38 11
Madrid	D'Meter Cultivo (Mayorista)	Wad Ras 12-14 Bajo Cocheras	28020	91 311 29 00
	Flipa Doble	Montera 36	28013	91 523 14 47
	Green Cult, s.l.	c/ Torquemada, 27	28037	91 381 35 48
	Houseplant	c/ La Palma, 42	28004	91 523 23 83

Si notas que alguna información concerniente a tu grow shop no está correcta envíala un e-mail a: redacción@spannabis.com y la actualizaremos inmediatamente.

	Leaf Life	c/ Capitán Blanco Argibay 2 Local	28029	91 579 57 71
	Mundo Tricoma	c/ Carlos Arniches, 31	28005	91 467 19 51
	Mundo Tricoma (Barrio del Pilar)	c/ Ponferrada, 1	28029	91 316 88 61
	Mundo Tricoma (Aluche)	c/ Camarena, 89	28047	91 719 42 36
	Parafernalia	San Joaquin nº 12	28004	91 531 00 03
	Planta Nostra	c/ teniente muñoz diaz, 8	28053	91 478 14 04
	Santamaria	Doctor Esquerdo, 71	28007	91 574 62 55
	Secret Garden	c/ Silfide, 3	28022	91 371 76 25
	Secret Silser	c/ Juan Francisco, 17 local	28025	91 428 40 51
	The Hemp Store	c/ San Andrés 29	28004	91 591 01 56
	Viva Maria Alegre	Avda. San Luis 94	28033	91 381 88 01
Majadahonda	Homegrow S.L.	Granadilla nº24 Local 2	28220	91 634 50 90
	Leaf Life Majadahonda	Centro Comercial Tutti Centro	28220	676 76 64 48
Móstoles	La Chusta	c/ Estocolmo, 3	28936	91 645 60 12
Pinto	Green Haze Pinto	c/ Santo Domingo de Silos, 16 chalet	28330	658 89 34 86
San Lorenzo del Escorial	Leaf Life Escorial	c/ Juan de Austria, 3, local 2	28200	91 896 04 07
Usera	El Club del Buen Rollo	Av. De Rafaela Ibarra, 7 local	28026	687 47 01 69
MALAGA				
Antequera	Magia Verde	c/ Centinela, 2 bajo	29200	952 84 67 42
Arroyo de la Miel	South Plant	Pepa Guerra Valdenebro pasaje Pluton local 8	29631	952 44 59 66
Malaga	El punto eres tú	c/ Montes de Oca, 12 Local	29007	952 61 72 87
Málaga	Artesania Alamos Cerámicas	c/ Alamos, 3	29130	952 41 51 77
Torremolinos	Rincón Verde	c/ Conde de Mieres, s/n. Galeria España, local 37 29620	29620	952 37 25 12
MURCIA				
Murcia	Kaya Murcia (Mayorista)	c/ Simon Garcia, 36 bajo	30010	968 21 98 49
San Javier	Houseplant Pozo Aledo	c/ Maestra Josefa Gomez, 22	30730	968 19 25 68
NAVARRA				
Estella	HousePlant - Perro Verde	c/ Mayor, 97	31200	948 55 05 82
Iruña	Belar Mota	c/ Compañía, 1	31001	948 22 88 63
Iruña	Kaña Grow Shop	Jarauta, 76 Bajos	31001	948 21 13 86
PONTEVEDRA				
Vigo	Viva Maria Vigo (Pontevedra)	Ronda de Don Bosco, 50	36202	986 10 65 44
	Secret Silser	Av. Florida, 183 bajo	36213	986 24 54 83
SALAMANCA				
Salamanca	Ananda	Nieto Bonal nº20 Bajo	-	679 13 21 12
SEGOVIA				
Segovia	Casa Juanita	Rancho nº19	40005	921 11 07 39
SEVILLA				
Alcalá de Guadaira	Nirvana	Av.28 de Febrero, 16. Local	41500	95 410 12 28
Sevilla	Doble Zero	Alameda de Hercules nº80	41002	95 491 59 37
	Sin Semilla Cañapí	Avda. Plaza de Toros, 16A	41400	666 66 75 28
	SinSemilla Growshop	Jesús del gran poder nº31	41002	95 490 79 77
TARRAGONA				
Calafell	Hippie House	c/ Mallorca, 41 local A	43820	977 69 00 79
Reus	Sweet Jane Grow Shop	c/ San Pau y San Blais, 16 bajo	43202	977 32 07 02
Tarragona	La Meca Grow Shop	Caputxins nº21 Bajos	43001	977 21 20 66
Torredembarra	L'Hort dels Somnis	c/ Lerida, 14 Bajos	43830	977 64 57 54
Valls	La María de Valls	c/ Forn Nou, 26	43800	977 60 83 29
TOLEDO				
Toledo	La Era Verde	Puerta Nueva nº7	45003	925 21 67 68
	Chaouen Grow Shop	c/ Valdemaría, local 24 (Pol. Ind. Toledo)	45007	652 928 112
VALENCIA				
Alfafar	Lex Lutor S.L. (Mayorista)	Mariano Benlliure 6	46910	96 318 61 25
Algemesí	Hortitec (Mayorista)	c/ Cervantes, 76 bajo	46680	96 242 63 70
Benetutser	Sin Semilla Benetutser	c/ Fco. Almarche, 6 local	46910	96 376 67 76
Cullera	Cannamel	c/ José Burguera, 29 - B	46400	96 172 49 14
Mislata	Cannabis Technology	Marcelino Oreja nº 14 Bajo	46920	96 383 04 48
Torrente	Ecomaria	Padre Mendez nº52	46900	96 109 94 61
Valencia	Hemp Trading (Mayorista)	Escultor José Capuz, 12 Pta. 33	46006	96 120 37 87
	Kanopia	c/ Artes y Oficios, 6 bajo	46021	96 328 20 24
ZARAGOZA				
Zaragoza	Bajo el sol	San Antonio M ^a . Claret 47-49	50005	976 56 66 72
	Secret Silser	c/ Aben Aire, 43 local (esq. c/ Predicadores)	50003	976 28 56 05

Si notas que alguna información concerniente a tu grow shop no está correcta envía un e-mail a: redacción@spannabis.com y la actualizaremos inmediatamente.



Leaf Life mayorista

Ctra. M-111, km 8, nave B

Telf.: 91 658 27 46

Fax: 91 658 27 42

28860 Paracuellos del Jarama (Madrid)

Info@leaflifemayorista.com

Leaf Life s.l. (tienda)

c/ Capitán Blanco Argibay, 2 Local

Telf.: 91 579 57 71

Fax: 91 579 57 71

28029 Madrid

www.leaflife.com / [.net](http://www.leaflife.net)

Leaf Life (tienda)

c/ Dr. Calero, 19

C.C. TUTTI Centro, local 47

Telf.: 91 298 66 48 / 49

Móvil: 675 766 448

28220 Majadahonda (Madrid)

Leaf Life (tienda)

c/ Juan de Austria, 3, local 2

Tel.: 91 896 04 07

28200 San Lorenzo del Escorial (Madrid)

Mando



Efedrina.

Una Mini Anfetamina

La efedrina es una molécula natural existente en un arbusto (*Ephedra sinica*, y otros), conocido por los chinos hace más de 7.000 años, y que denominaban *Ma huang*. Éstos lo usaban por sus propiedades descongestionantes, antiastmáticas y estimulantes. En los últimos años los productos con efedrina han sido promovidos de forma generalizada para su uso como ayuda para perder peso, así como para mejorar y aumentar el rendimiento y la energía en la práctica deportiva. Es por esta razón por lo que nos parece interesante abordar sus múltiples cualidades, pero también sus múltiples riesgos.

Situación actual

La situación en el mundo con respecto a la comercialización de los suplementos dietéticos que contienen efedrina es bien diversa. Y así, mientras que en Argentina, por ejemplo, pueden comprarse por Internet, en tiendas de dietética o en los propios gimnasios, en otros países latinoamericanos, como Nicaragua, se ha optado por la solución norteamericana de prohibirlos. En nuestro país, colectivos deportivos, como la Federación Española de Baloncesto, se ha visto en la necesidad de poner en conocimiento de sus federados información sobre los posibles riesgos de esta sustancia, así como una lista de productos comercializados que la contienen,

dado que, como manifiestan, no resulta fácil detectar su presencia a partir del nombre comercial utilizado.

En Estados Unidos, la efedra se hizo popular tras su comercialización, hace años, como producto adelgazante y estimulante. Y es que si bien ha sido utilizada hasta la fecha por sus efectos psicoestimulantes, para vencer el cansancio y la sensación de fatiga, otros han confiado en su capacidad para facilitar el proceso de adelgazamiento, ya que según se cree esta hierba controla el apetito y estimula el metabolismo.

Desde la administración alimentaria, así como desde el ámbito científico, se ha podido comprobar que muchos consumidores se acercan a estos productos como adelgazante, sin tener en cuenta sus potentes efectos estimulantes, lo que determina un riesgo evidente para muchas personas que ignoran que su ingesta puede acelerar el ritmo cardíaco y aumentar la presión a niveles peligrosos.

En nuestro país la efedrina y sus sales forman parte de la lista de sustancias prohibidas en la composición de productos cosméticos, así como de la de sustancias estimulantes prohibidas en el deporte.

La planta

La Efedra es una planta farmacológicamente activa como un potente estimulante cuya composición es similar a la de una anfetamina. Esta planta podría reducir la sensación de fatiga, incrementar el estado de alerta o aumentar el metabolismo y por tal razón es uno de los agregados favoritos de los suplementos diseñados para perder peso o quemar grasa. Igualmente, es uno de los suplementos más empleados por las personas que entran en los gimnasios para reducir su peso corporal o "definirse". Así mismo, se promociona en otros productos como píldoras para incrementar la energía y mejorar los entrenamientos.

Una variante de la efedrina, la pseudoefedrina, fue la sustancia por la que dio doping positivo Diego Armando Maradona en el Mundial de fútbol de 1994 en Estados Unidos.

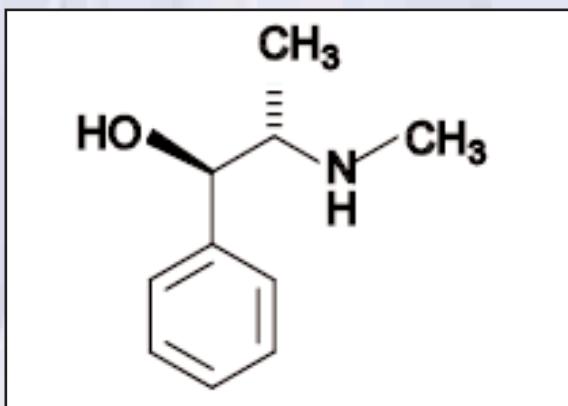
¿Natural = inocuo?

Algo natural no tiene porque estar exento de riesgos, de hecho, la mayoría de los fármacos que se conocen hasta la fecha tienen su origen en la naturaleza o a lo sumo han sido simples imitaciones de la misma. Por ello, las plantas farmacológicamente activas no deben considerarse como un producto inocuo, sino como un fármaco, de ahí que tengan que estar regulado su uso, o al menos, llevar a cabo un uso racional de la mismas. Además los productos naturales y los fármacos pueden interactuar produciéndose antagonismo o sinergismo lo que podría conducir a situaciones cuando menos no deseadas. Por ello siempre hay que tener presente todos los productos naturales que se toman y tener las debidas precauciones cuando se vayan a tomar medicamentos simultáneamente. Algo corriente en los productos naturales es la falta de estandarización, esto es, la posibilidad de que no todos los paquetes de la planta presenten la misma concentración de principios activos (algo muy posible puesto que se trata de la planta). Lo que podría conducir a la ingesta de dosis de diferentes concentraciones, por lo que no es conveniente realizar un consumo diferente al prescrito por el médico o al indicado en el etiquetado.

Regularización en E.E.U.U.

Los primeros intentos por regularizar de una forma seria la situación se remontan al año 1997, en la que se propuso incluir un aviso preventivo sobre estos productos, limitar las dosis de efedra y tomar medidas para restringir su uso, lo cual nunca se llevó a cabo. Se inició un duro enfrentamiento entre autoridades sanitarias y productores sobre la cuestión principal de determinar si la hierba en cuestión representaba o no un riesgo para la salud.

La situación cambió a partir de 2000, y especialmente, tras la muerte del conocido jugador de béisbol, tras el que se abrió un período de comunicación pública a la sociedad sobre las inquietudes de la FDA y de advertencias sobre su uso a la población, que acabaron con la aprobación de la norma que regula su prohibición, y que ahora



ha sido objeto de revisión judicial en el estado de New Jersey.

La orden de prohibición ha sido avalada por el juez Pisano de este distrito federal, quien tuvo en su poder los más de 133.000 folios de informes vinculados a suplementos dietéticos con efedrina, y que la FDA le remitió para fundamentar su prohibición para comercializarlos. En su decisión, además tuvo en cuenta el hecho de que esta agencia alimentaria estadounidense había recibido más de 18.000 informes respecto a casos en los que se había detectado algún daño en la salud de pacientes vinculados al uso de efedra, incluidos los 164 mortales atribuibles al uso de la citada sustancia.

La medida, tanto legal como judicial, no ha gustado nada a los productores, que se quejan de que no existe prohibición para comercializar otro tipo de sustancias peligrosas para la salud, entre ellas el alcohol y el tabaco, y cuya permisión se facilita mediante el cumplimiento de la advertencia del riesgo al consumidor. Y más, según manifiestan, si se tiene en cuenta que el consumo de estos productos aporta también beneficios para la salud, como es su efectividad adelgazante. La opinión de la FDA no iba en este sentido, recomendando desde un principio que los consumidores suspendieran su compra y uso, así como su retirada del mercado.

Cuidado con los nombres

Muchos atletas, opositores o simplemente deportistas toman complementos para favorecer la pérdida de grasa, obtener un mayor rendimiento o una mejor recuperación. En numerosos productos aparece la efedrina, pero sin embargo el nombre que aparece en el etiquetado podría pasar inadvertido. Por ello os recomiendo que si no queréis dar positivo en un control antidoping o en una oposición estéis atentos al etiquetado. Puede aparecer con nombres diferentes, tales como: Ephedrine, Ma huang, Epitonin, Chinese

ephedra, Ma huang extract, Ephedra, Ephedra extract, Ephedrine alkaloids, Ephedra sinica, Ephedra herb powder, Squaw tea o Mormon tea.

Química

La molécula de la efedrina fue originalmente el precursor químico para la síntesis de la anfetamina. Se trata de un compuesto quiral, por lo que puede presentar configuración de isómero óptico levógiro (*levo-efedrina*) o dextrógiro (*dextro-efedrina*). La efedrina presente como alcaloide en las especies vegetales es normalmente una mezcla de ambos. Sin embargo, cuando se utiliza en forma sintética en la medicina contemporánea, el término *efedrina* alude al isómero óptico levógiro, es decir, se refiere a la *levo-efedrina*. Por su parte, el isómero óptico dextrógiro (*dextro-efedrina*) se conoce con el nombre de *pseudoefedrina*. La efedrina muestra mayor afinidad, respecto de la pseudoefedrina, hacia los receptores de adrenalina y noradrenalina a nivel del sistema nervioso central. Por lo que la efedrina tiene acción psicoestimulante, mientras que en la psuedoefedrina estos efectos son clínicamente poco significativos.

Efedrina

Farmacología

La efedrina, es un agonista adrenérgico, muy activo sobre los receptores del sistema nervioso simpático, pero relativamente poco potente como estimulante del sistema nervioso central. Esto se debe a la limitada destreza de la molécula para atravesar la barrera hematoencefálica, en relación con otros compuestos similares como la anfetamina.

Acción terapéutica

Es un broncodilatador adrenérgico, vasopresor. Estimula la liberación de histamina inducida por antígenos. Como vasopresor actúa en los receptores beta-2 adrenérgicos en los pulmones para relajar el músculo liso bronquial; alivia el broncoespasmo, aumenta la capacidad respiratoria, disminuye el volumen residual y reduce la resistencia de las vías aéreas. Puede también inhibir la beta-1 adrenérgicos en el corazón y aumenta la fuerza de contracción mediante un efecto inotrópico positivo en el miocardio. Esta acción aumenta el gasto cardíaco y eleva la presión arterial sistólica y, habitualmente, la diastólica. Actúa sobre los receptores alfa adrenérgicos de los vasos sanguíneos de la mucosa nasal;

produce vasoconstricción, lo que origina descongestión nasal. Estimula la corteza cerebral y los centros subcorticales, y muestra sus efectos en la narcolepsia y estados depresivos, aunque estos usos están acotados por la excesiva activación simpaticomimética periférica que produce la efedrina, respecto de otros estimulantes más selectivos sobre el sistema nervioso central.

Usos

La efedrina se absorbe de forma rápida tras su administración oral, intramuscular o subcutánea. Se metaboliza en el hígado y se elimina por vía renal. Por vía parenteral está indicada para contrarrestar los efectos hipotensores de la anestesia raquídea o de otros tipos de anestesia por conducción no tópica y la hipotensión aguda. Por vía oral, para rinitis vasomotora, sinusitis aguda, fiebre del heno, congestión sinusal. Como estimulante del SNC, en el tratamiento de la narcolepsia y estados depresivos. Finalmente, como coadyuvante en la terapéutica de la urticaria. Por vía interna, los alcaloides ejercen un fuerte efecto dilatador bronquial y elevan la tensión arterial lo que convierte a la efedra en un eficaz remedio en el tratamiento del asma, del enfisema pulmonar y de las crisis de tos espasmódica. Además, recientes investigaciones apuntan posibles cualidades antiinflamatorias y antitumorales. También se puede usar en casos de obesidad y para perder peso.

La dosis mínima activa en adultos ronda los 15 mg (oral). El rango usual de dosis terapéutica es de 25 a 50 mg. La misma puede repetirse a intervalos de 3 o 4 horas de ser necesario. La dosis diaria total no debería superar los 150 mg/día.

Efectos secundarios

Entre las consecuencias más severas relacionadas por su consumo podríamos citar: Hipertensión, palpitaciones o incremento de la frecuencia cardíaca, hemiplejia y convulsiones. Igualmente, se han citado algunos de casos de muerte relacionadas con este producto. Otras manifestaciones menos severas, pero al parecer dependientes del nivel de sensibilidad de las personas a esta planta incluyen: mareos, insomnio, dolor de cabeza, y problemas gastrointestinales.

Efectos colaterales

Requieren atención médica, de manifestarse: cianosis, dolor en el pecho, convulsiones, fiebre, taquicardia, cefaleas, alucinaciones, hipertensión, náuseas o vómitos, ansiedad, nerviosismo,

dilatación de pupilas o visión borrosa no habituales, debilidad severa o temblores. La efedrina tomada en grandes cantidades produce los mismos efectos degenerativos que la cocaína. En algunos casos recuerda la psicosis paranoide anfetamínica.

Especial precaución

Toda persona que esté embarazada o que tenga hipertensión arterial, cardiopatías, diabetes, glaucoma, o problemas tiroideos o prostáticos, debe tener cuidado al tomar productos que contengan efedra.

Quienes tomen inhibidores de la monoaminooxidasa (IMAO), digitoxina, teofilina o guanetidina deben consultar con el médico antes de usar cualquier tipo de producto que contenga efedra.

Advertencias

Se recomienda tomar la medicación unas horas antes de acostarse, para disminuir la posibilidad de insomnio. Si se administra durante el alumbramiento puede producir aceleración de la frecuencia cardíaca fetal, no se debe utilizar cuando la tensión arterial materna supere 130/80.

Interacciones Medicamentosas

Puede aumentar el metabolismo de los corticoides, lo que hace necesario ajustar la dosificación. La alcalinización de la orina producida por antiácidos, los inhibidores de la anhidrasa carbónica, los citratos o el bicarbonato sódico disminuyen la excreción urinaria de efedrina. El uso simultáneo de bloqueantes alfaadrenérgicos y otros medicamentos con esta acción puede disminuir la respuesta presora a la efedrina. Los efectos antihipertensivos pueden estar disminuidos cuando se utilizan en forma simultánea con efedrina. El uso simultáneo con broncodilatadores adrenérgicos puede originar una mutua inhibición de sus efectos terapéuticos. Los estimulantes del SNC pueden originar estimulación aditiva. Puede aumentar el riesgo de arritmias cardíacas con el uso simultáneo de glucósidos digitálicos o levodopa. Los antidepresivos tricíclicos pueden disminuir el efecto presor de la efedrina.

Abuso

El abuso de esta droga es sumamente frecuente, sobre todo entre la población adolescente y, en particular, en los estudiantes, que la utilizan por sus propiedades estimulantes en época de exámenes. Entre los efectos más buscados, se encuentran la verborragia, y la claridad mental,

así como también la supresión de la sensación de cansancio. Los efectos reforzadores se prolongan por un lapso de una a dos horas, dependiendo del metabolismo del sujeto, y en algunos casos son seguidos por síntomas de agitación, sensación de nerviosismo, y temblores, pudiendo dar lugar a cuadros de tipo paníco (por lo general, leves). Estas reacciones, en caso de producirse, pueden persistir durante algunas horas, hasta que parte importante de la droga sea eliminada.

A nivel de calle se presenta como un polvo blanco y el método de consumo es similar a la anfetamina. Muchas veces los consumidores no están al tanto de su verdadera identidad ya que se vende como anfetamina. Los efectos del consumo y sobredosis son similares a los de la anfetamina y, aunque no se cree que la administración prolongada tenga un efecto acumulativo, se han dado casos de tolerancia y dependencia.

¿Podría la efedrina aumentar el rendimiento o facilitar la pérdida de peso?

La efedrina es una sustancia que eleva la temperatura del cuerpo del usuario, ayudando al cuerpo así a quemar más calorías, incluso en reposo. También estimula la glándula tiroidea y acelera el metabolismo. Para aumentar al máximo el efecto de calor, puede tomarse con cafeína y aspirina. Una combinación podría ser 25 mg de efedrina, 200 mg de cafeína y 300 mg de aspirina tres veces al día, treinta minutos antes de una comida. Otro gran atributo es su efecto sobre el sistema nervioso central ya que mejora la coordinación muscular. Una dosis entre 25-50 mg de efedrina una hora antes de un entrenamiento puede producir un 5-10 % de aumento en la fuerza. También tiene un efecto anticatabólico y suprime el apetito haciéndole un buen suplemento para tomar mientras se hace dieta manteniendo el tamaño del músculo y la fuerza. Se sugiere que la efedrina no se tome más de tres veces por semana cuando se usa para éste propósito porque el cuerpo se acostumbra y el efecto disminuye, exigiendo dosis más altas para conseguir el mismo resultado.

Sin embargo los pocos estudios que han examinado el efecto de la efedrina como ayuda ergogénica no han encontrado beneficios significativos y los efectos adversos serios han sido como resultado de consumir la efedrina justo antes de las sesiones de ejercicio. La efedrina es penalizada por el Comité Olímpico Internacional (COI) y por la Asociación Nacional de Colegios Atléticos (NCAA), por lo tanto, consumir productos que contengan efedrina podría originar un resultado positivo en una prueba de doping y el atleta sería descalificado. De esta manera, parece que los riesgos de la efedrina son mayores a los beneficios ergogénicos que se podrían obtener con su uso.

Numerosos son los atletas que aseguran obtener beneficios en su rendimiento en una primera etapa, sin embargo también aseguran en una segunda etapa producirse un fenómeno de tolerancia en el que no hay beneficios e incluso en una tercera etapa producirse un descenso en el rendimiento.

Para terminar

Con este artículo he pretendido ampliaros la información que muchos de vosotros pudierais tener acerca de la efedrina y que en consecuencia si llega el caso podáis tomar una elección con mayor seguridad. No soy partidario de prohibir el uso absoluto de estos productos que pueden aportar beneficios, pero sí regular su uso y por supuesto recomendar un uso racional de los mismos, puesto que de ello depende que puedan resultar beneficiosos o peligrosos.

**Juan Crespo Alía es
Licenciado en Farmacia
por la U.C.M. y colabora
en investigaciones para la
Organización Mundial de
la Salud.**



HORTICULTURA TÉCNICA
TIERRA - HIDRO - COCO
ARMARIOS DE CULTIVO
SISTEMAS MAXIMA COSECHA
Todas las SEMILLAS del Mundo
OFERTAS Permanentes
LOTES descuento
SISTEMAS DE CULTIVO INTERIOR A MEDIDA
www.plantania.com / info@plantania.com

**ENVIOS
24 HORAS
GRATIS**
(Armarios y Semillas)

91 688 71 09

c/ Bureba, 10 y c/ La Sagra, s/n
Leganés MADRID • Julian Besteiro

Plantania
CROW SHOP



secret garden

C/ Silio de 3
Canillejas Torre Arias
91 371 7625

PLANTANDOSTRA.COM
91 478 14 04

VALEKAS
FILTROS DE OMBRAS • BUTTERFLY • PROPAGATOR
DOWN LIGHTER • KIT 400 MIXTO • KIT 600 MIXTO
HIDROPOÑIA-TANITA-MEDICIÓN
LITERATURA Y PARAFERNALIA

SIEMPRE ES PRIMAVERA
JUANITA

cannabis cultura
cuidados

www.juanita.com

houseplant-madrid

Avenida del Noroeste 100 Local 801
28042 Madrid
Teléfono: 91 523 2608

Lamela
100% de cannabis en su pureza

MOSTOLES GETAFE

la chusta grow
www.lachustagrow.com

SEMILLAS-VENTILACIÓN-SEMINIS-CANGEROS-LEX LUTER
INFRATERMALIA-REFRIGERADORES-BASQUIS DIGITALES

Vía Encinas, 3. Mostoles (Madrid) mostoles@lachusta.com Tel: 91 65 38 12 00
Calle Santander 10. Getafe (Madrid) getafe@lachusta.com Tel: 91 65 38 12 00

mr.natural
romero 33 Ponterrodo
tel/Fax 907401999
info@mernatural.org

welcome to THMK

thehighmonk.com

Kanopia

Todo para huerto y jardín

C/Artes y Oficios, 8. Valencia. Tel: 96 323 2324
www.kanopia.com

HOUSEPLANT

SUSTRADOS ESPECIALES
SEMINAS
LUMINACION
CONTENEDORES
VENTILACION

10% DESCUENTO
En todos nuestros productos si llevas este cupón. Es un regalo de HousePlant para los lectores de la Revista Spannabis. Compra mínima 50€ para poder usar el cupón.

Houseplant - tu espacio de crecimiento en la web de los cultores

Houseplant Madrid - C/ La Palma 42, 28004 - Madrid - Tel: 91 523 23 83 - info@houseplant.net

Barrio de Hort

green cult
grow shop
madrid

PRESENTA SUS CURSOS DE CULTIVO
CURSO BASICO
CURSO INTERIOR
CURSO EXTERIOR
CURSO HIDRO



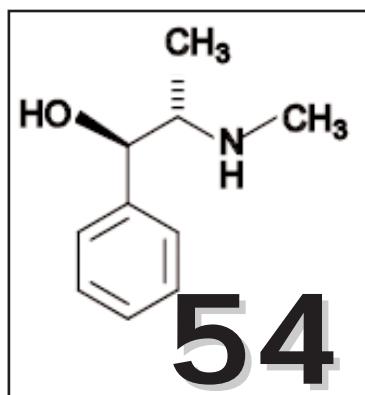
14



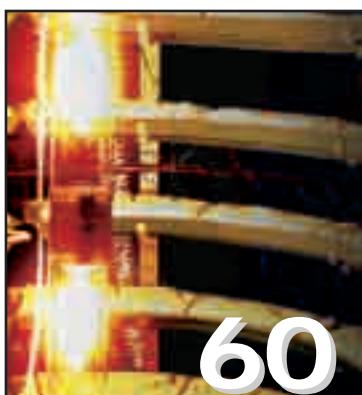
20



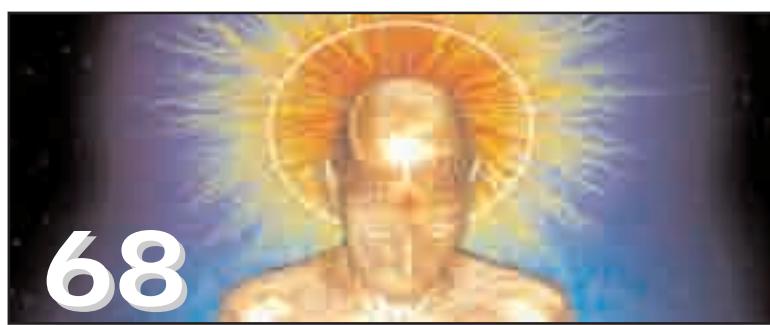
26



54



60



68



90

Spannabis Magazine
no se hace responsable
de las opiniones emitidas
en los contenidos.
Prohibida la reproducción
total o parcial de textos,
fotos o ilustraciones de
esta publicación sin la
autorización escrita de
Feria del Cáñamo, S.L.

Boletín IACM 10

noticias

BÁSICO 14

El aroma de
tus plantas II

CÁÑAMO 20

INDUSTRIAL
Cáñamo para
bioconstrucción

CANNABIS Y
RENDIMIENTO II 26

LEGALIDAD 34

Grows y Smart shop
ante la ley

MEDICINA 40

Jóvenes y consumo
de Cannabis II

LA CATA 46

Caribe, Harley's Comet,
Kali Mist

DIRECTORIO DE
GROWS 50

FARMACOLOGÍA 54

Efedrina. Una mini anfetamina

ILUMINACIÓN
ESPECIALIZADA 60

Hágase la luz

I+D 64

Aplicación y usos de
agentes mutagénicos en el
cannabis narcótico II

MDMA, SEXO
Y TANTRA II 68

CANNALYSE 84

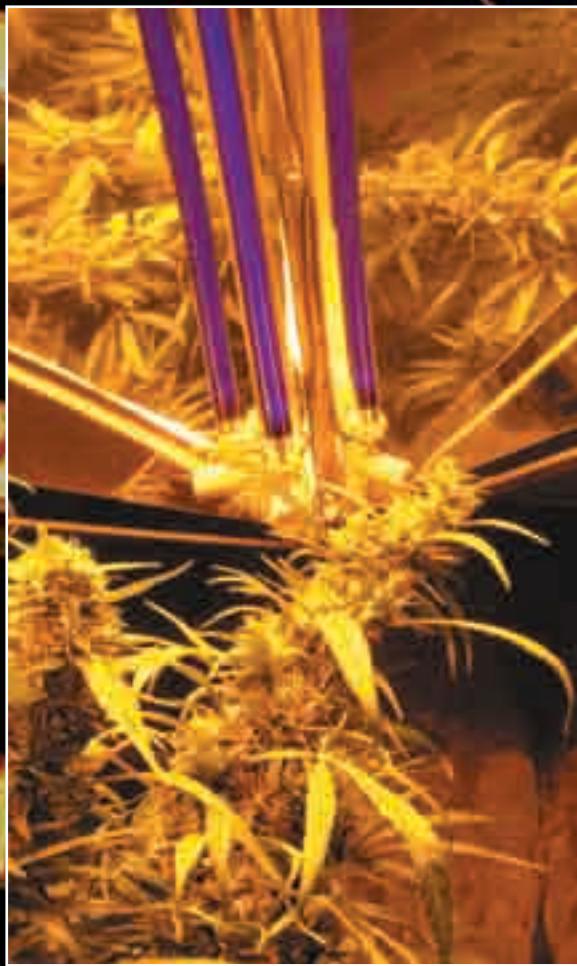
EMT 90

Reseña Amargord



LUMINACIÓN ESPECIALIZADA

Por Green Light



Hágase la Luz

¿Qué es más importante para la planta? ¿La cantidad o la calidad de la luz? Buena pregunta, aparentemente sencilla de contestar, pero que no lo es tanto. A lo largo de la serie hemos podido comprobar como realmente, en el cultivo de cannabis narcótico, se precisa de un equilibrio entre ambos factores. Ni mucha luz de baja calidad, ni poca aunque muy específica permiten un desarrollo adecuado del cannabis a lo largo de todo su ciclo vital. Sin embargo, desde hace algún tiempo se viene estudiando y testando la posibilidad de utilizar una fuente de luz muy ajustada en el espectro que deseamos, aunque poco potente. Hablamos de los Diodos Emisores de Luz, o LED's.

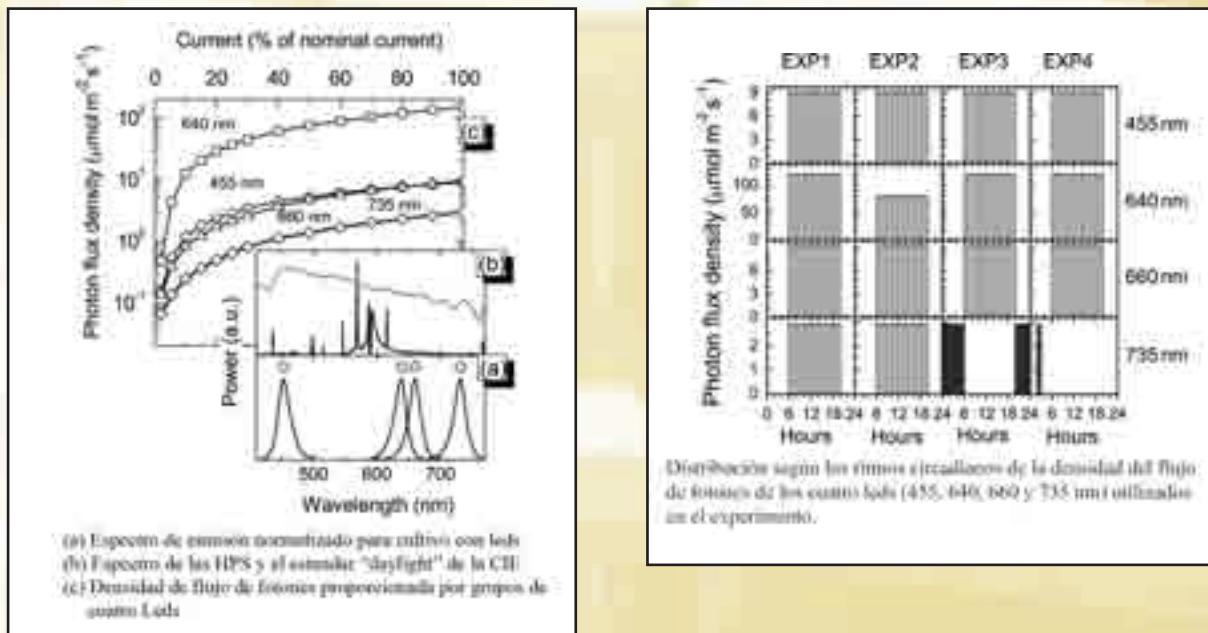
Imaginemos una fuente lumínica ajustable en espectro y sin emisión de calor residual. Existe. Son los Light Emissor Diod, o Diodo Emisor de Luz. Son unos semiconductores que producen luz al hacer pasar a través de ellos una corriente continua de una determinada intensidad y voltaje. Hasta hace unos años, la potencia o intensidad de emisión era extremadamente baja, lo que unido su alto coste de fabricación, y por lo tanto de venta, hizo que ni siquiera se considerara la posibilidad de su uso en sistemas de iluminación artificial para el cultivo de vegetales.

Sin embargo, en los últimos años, el desarrollo de estos semiconductores ha aumentado vertiginosamente al tiempo que su precio se ha ido haciendo más o menos accesible para el usuario con capacidad económica media - alta.

La posibilidad de ajustar con relativa finura la frecuencia de la luz emitida convierte a esta tecnología en muy interesante, pues si utilizamos las frecuencias correctas toda la luz será aprovechada por la planta en procesos como la fotosíntesis y otros, al contrario que los sistemas actuales basados en alta presión o fluorescentes en los que se desperdicia gran parte del espectro emitido.

Mientras que el Sodio de Alta Presión (HPS), el sistema más eficiente actualmente para la cannabicultura, emite gran parte de su espectro en la franja amarilla y roja, muy aprovechable para la función clorofílica, se podría mejorar el aporte de luz azul para completar el rango adecuado. Esto es posible utilizando fósforos o Halogenúros Metálicos (MH), pero aún así existen limitaciones físicas

ILUMINACIÓN ESPECIALIZADA



que impiden la emisión de luz de las frecuencias más altas y bajas (cercañas a los IR y UV) y el calor residual producido es considerable, impidiendo su uso en espacios pequeños o mal ventilados.

Tecnología LED

Si los comparamos con los sistemas HPS, los Leds utilizan la energía de manera mucho más eficiente y su vida útil es también mayor, además de dañar menos el medio ambiente. Además se pueden conseguir frecuencias cercanas al infrarrojo y al ultravioleta sin limitaciones físicas, lo que permitiría en teoría llegar a un 100% de eficacia en una determinada frecuencia. De hecho, Krames M R *et al* 1999(High-power truncated-inverted-pyramid P/GaP light-emitting diodes *Appl. Phys. Lett.* **75** 2365-7) demuestra que existe una eficiencia cuántica superior al 50%.

Además, esta tecnología permitiría por ejemplo, la adaptación del espectro al ritmo circadiano de una determinada especie vegetal, y el uso de iluminación por pulsos a diferentes frecuencias. De cualquier forma, hemos de decir que el coste de los actuales desarrollos impiden aún su uso a nivel industrial, aunque los resultados de su aplicación en gravedad cero así como en sistemas hidropónicos de cultivos de alta densidad que podrían aplicarse al cultivo casero de cannabis son esperanzadores (Shotipruk A, Kaufman P B and

Wang H Y 1999 Conceptual design of LED-based hydroponic photobioreactor for high-density plant cultivation *Biotechnol. Prog.* **15** 1058-64).

Hasta hace poco, la baja potencia de emisión de cada led hacía que además subiera el coste de montaje al tener que crear enormes matrices muy densas para conseguir resultados apreciables. Según ha ido pasando el tiempo, según la Ley de Haitz, la potencia de salida se ha multiplicado por veinte y su precio se ha dividido entre diez en cada década desde su descubrimiento. Esta Ley continúa vigente actualmente y predice que en los próximos decenios su uso será habitual en fitotrones e invernaderos.

Visto lo anterior, en esta serie de artículos vamos a intentar comprobar la eficiencia de estos sistemas para el cultivo de cannabis narcótico para autoconsumo considerando el estado actual y estimando el desarrollo futuro de esta tecnología y fundamentaremos el uso de una luminaria basada en Leds que hará uso de las cuatro frecuencias críticas para el cannabis basada en experimentos de cultivo de lechuga con comparación de concentraciones hormonales y respuesta fotosintética a partir del uso de luz con diferente composición espectral como las HPS y una matriz de leds de alta intensidad con un flujo de fotones muy similar.

La elección correcta

Existen tres rangos básicos de frecuencias en las que moverse para el buen desarrollo de un cannabis productor de resinas y aromas:

El primero se encuentra entre los 642 - 662 nanómetros, justo en el pico de absorción de los cloropastos a y b, principales responsables del sistema fotosintético

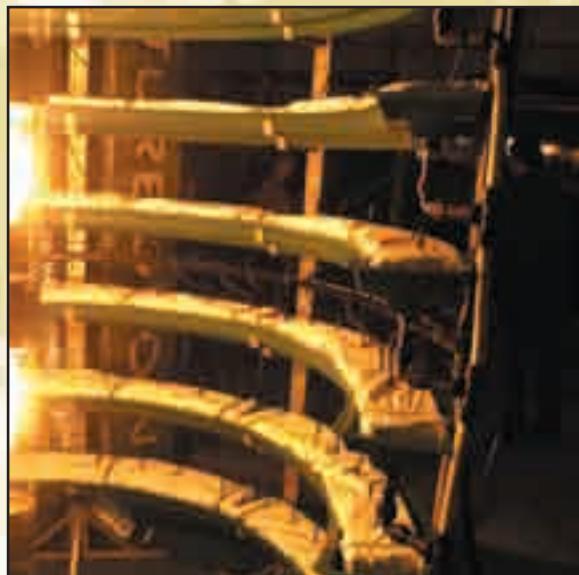
El control de influencia sobre los procesos fototrópicos se encuentra entre los 400 - 500 nanómetros, e incide sobre el desarrollo y crecimiento organular en respuesta a la luz, optimizando la respuesta a nivel biofísico y bioquímico.

Por último, la pinza entre los 730 - 735 nanómetros es responsable de procesos tan sutiles como la morfogénesis, la síntesis de pigmentos o el estado general de salud de la planta, todos ellos dependientes de las frecuencias en el rojo lejano.

Por suerte para nosotros, existen ciertos tipos de leds que se ajustan a estas especificaciones. En concreto hay tres grupos que se denominan AlGaAs, AlGaInP and AlInGaN (Zukauskas A, Shur M S and Gaska R 2002 *Introduction to Solid-State Lighting* (New York: Wiley)). Estas denominaciones se refieren a la composición del semiconductor (Arsenio, Galio...) de la que depende la frecuencia de la luz emitida, así como a la composición del encapsulado. Por otro lado, cuestiones que nos pueden parecer

banales como por ejemplo, el encapsulado, también limita su uso, pues hemos de tener en cuenta que seguramente van a soportar temperaturas y humedades fuera o muy al extremo de su rango de funcionamiento. Esto sucede con los del tipo AlGaAs de 660 nm, con los que se comenzó a trabajar en su momento descubriendo que hacia falta una alternativa, pues la frecuencia se veía alterada por las variaciones medioambientales del entorno, por lo que se sustituyen por los AlGaInP ($Al_xGa_{1-x}P$) .5In0 .5P Variando el valor de x de 0 a 0,4 conseguimos frecuencias entre los 580 y los 652 nanómetros, que se acercan mucho a los 660 nm ideales para la función clorofílica.

En el próximo número continuaremos con este interesante tema pues es muy posible que en un futuro no muy lejano, las matrices de leds estén presentes en nuestros cuartos de cultivo.



Aplicación y Usos de Agentes Mutagénicos en el Cannabis Narcótico II



La seguridad e higiene en el trabajo es algo fundamental en nuestros días para evitar sufrir las consecuencias del manejo y uso de sustancias que pueden ser perjudiciales para la salud. A lo largo de esta serie se expondrán diferentes experimentos prácticos que implican el manejo de algunas de estas sustancias, por lo que antes de entrar en materia, se hace necesario el conocimiento de la nomenclatura y especificaciones del material de trabajo.

Ya comentábamos en la entrega anterior el hecho de que ciertas sustancias pueden entrañar ciertos riesgos para la salud si no son manejadas adecuadamente. Por otro lado, siguiendo unos sencillos protocolos el trabajo con ellas es totalmente seguro, por lo que es de suma importancia conocer las denominaciones y condiciones de etiquetado en cuanto a seguridad se refiere. Es por esto que a pesar de que sabemos que no es una de las partes mas divertidas de la serie, nos vemos en la obligación de publicar esta información.

Sustancias Carcinogénicas

Atendiendo al conocimiento actual sobre estas sustancias así como al etiquetado y su clasificación, actualmente se categorizan en tres tipos:

a) Primera categoría

Comprende todas las sustancias de comprobado efecto carcinogénico para el ser humano a partir de estudios que demuestran una relación directa entre la exposición de las personas a estas sustancias y la posterior aparición de procesos cancerosos.

b) Segunda categoría

En este caso incluye las sustancias susceptibles de considerarse carcinogénicas para el ser humano a partir de estudios a largo plazo en animales así como de la relación entre la aparición de procesos cancerosos en grupos de población y su exposición a este tipo de sustancias.

c) Tercera categoría

Aquí se incorporan las sustancias de las que no se dispone de suficiente información como para asegurar que tienen efectos carcinogénicos en el ser humano pero de las que existen indicios preocupantes.

Debemos realizar algunas observaciones con respecto a la clasificación de estas sustancias, pues mientras que las de la primera categoría han sido incluidas en ese grupo a partir de estudios epidemiológicos en humanos, las de segunda y tercera categoría se basan en estudios y experimentación animal.

Para que una sustancia se englobe dentro de la segunda categoría "carcinógena" es requisito

indispensable la obtención de positivos en dos especies animales, o bien pruebas positivas contundentes en una especie complementadas con otras tales como estudios metabólicos, datos bioquímicos y de genotoxicidad e inducción de tumores benignos. También se pueden incluir sustancias que posean una relación estructural directa con otras sustancias carcinogénicas conocidas, o bien datos de estudios epidemiológicos que sugieran esa relación.

La tercera categoría se puede dividir a su vez en dos subtipos:

a) Aquellas sustancias sobre las que se ha investigado pero de las que no hay evidencias suficientes sobre la inducción de tumores como para incluirlas en la segunda categoría, y no es probable que con más experimentos se pueda obtener la información necesaria para su clasificación

b) Las sustancias sobre las que aún no se ha investigado bastante y que a pesar de que los datos disponibles sean inadecuados, sin embargo son preocupantes en relación con el ser humano. La clasificación es provisional y se requieren más experimentos antes de tipificarla definitivamente.

Nomenclatura y Etiquetado

Dependiendo de la categoría en la que se encuentre incluida la sustancia, deberá incluir las siguientes leyendas en el etiquetado:

a) Primera y segunda categoría:

Deberá incluir el símbolo "T" y la frase: "**R45 Puede causar cáncer**".

Si embargo, en el caso de preparados y sustancias que presenten riesgo de carcinogéne-





sis sólo al ser inhalados, como por ejemplo en forma de polvo, vapor, humo mientras que otras vías de exposición .por ejemplo, por ingestión o por contacto con la piel no plantean riesgo de carcinogénesis. En este caso:

Deberá incluir el símbolo "T" y la frase: "**R49 Puede causar cáncer por inhalación**".

b) Tercera categoría:

Deberá incluir el símbolo "Xn" y la frase: "**R40 Posibles efectos cancerígenos**".

Sustancias mutagénicas

De manera análoga a las anteriores, estas sustancias también se clasifican tres categorías:

a) Primera categoría:

Comprende todas las sustancias de comprobado efecto mutagénico para el ser humano a partir de estudios que demuestran una relación directa entre la exposición de las personas a estas sustancias y la posterior aparición de alteraciones genéticas hereditarias.

c) Segunda categoría

Aquí se incluyen las sustancias susceptibles de considerarse mutagénicas para el ser humano a partir de estudios a largo plazo en animales así como de la relación entre la aparición de alteraciones genéticas hereditarias en grupos de población y su exposición a este tipo de sustancias.

d) Tercera categoría

Sustancias cuyos posibles efectos mutagénicos en el hombre son preocupantes. Los resultados obtenidos en estudios de mutagénesis apropiados son insuficientes para clasificar dichas sustancias en la segunda categoría.

Por último, en este apartado se encuentran las sustancias de las que no se dispone de suficiente información como para asegurar que tienen efectos mutagénicos en el ser humano pero de las que existen indicios preocupantes.

También en este caso es necesario realizar una serie de observaciones, comenzando por la definición de los términos:

Una mutación es un cambio permanente en la cantidad o la estructura del material genético de un organismo que provoca a su vez una modificación de las características del fenotipo de dicho organismo.

Estas alteraciones o modificaciones pueden afectar a un solo gen, a un conjunto de genes o a un cromosoma entero. En el caso de un solo gen implicado, el efecto puede producirse a consecuencia de la alteración de las bases simples de ADN, lo que se denomina mutación puntual, o bien de grandes cambios e incluso pérdidas en el gen. Cuando los efectos se producen en cromosomas enteros, normalmente suelen implicar cambios numéricos o estructurales. Por otro lado, cuando la mutación se produce en células germinales de organismos con reproducción sexual, puede en algunos casos producirse transmisión hereditaria a la descendencia. Este es el tipo de mutaciones que realmente nos interesa, pues el objetivo del primer experimento que propondremos no tendría sentido si no pudiéramos reproducir la mutación conseguida en las semillas producidas.

Por otro lado, un mutagénico es un agente que promueve o provoca un aumento de mutaciones. Debemos recalcar el hecho de que aunque las sustancias se clasifican como mutágenas haciendo referencia específica a las malformaciones genéticas heredadas, lo cierto es que por regla general se considera que los resultados que implican la clasificación de los productos químicos en la tercera categoría ("inducción de cambios con incidencia genética en células somáticas") vienen a ser un aviso de la posible existencia de carcinogénesis.

El desarrollo de métodos de ensayo sobre mutagenicidad es un proceso continuo. En muchos de los nuevos ensayos, como por ejemplo en el cannabis, se utilizan protocolos y criterios de evaluación no normalizados. A la hora de evaluar los datos sobre mutagenicidad han de tenerse en cuenta la calidad de los ensayos y el grado de validación del método de ensayo.

En el próximo número terminaremos de definir y categorizar los mutagénicos y su nomenclatura y etiquetado, y presentaremos la primera sustancia con la que vamos a trabajar: El Paclobutrazol.

SPACE HEMP
EL ORIGINAL

ESTAMOS EN TU ORBITA
www.spacehemp.com

- Distribuidor para Iberia de Space Hemp y Viveros
- Viveros en numerosas ciudades
Tarragona - Valencia - Madrid - Barcelona
- Mercado de Iberia: 17
Barcelona
- PROXIMA APERTURA:
c/Taiers, 15
Barcelona

Tel 933.033.325
spacehemp@telefonica.net

International
SPACE HEMP

PULMÓN VERDE DESDE EL 2000

ESTAMOS EN TU ORBITA

EQUIPOS
HIDRO
ILUMINACIÓN
FERTILIZANTES
BIO
COCO

SeMILLAS
EN MARCHA EN STOCK

PH - EC

TANDEM AL MAYOR

BIOBIZZ
WE CREATE NATURE
PARA ZONA CENTRO

INFO PULMONVERDE.NET
91 880 26 38

Spannabis Magazine

CULTIVOS - COPIAS - MATERIALES - MATERIALES - MEDICIONES BIOLOGICAS - FERTI - BODEGAS - ETC
Paseo de colón 52 BONRUSKE - 2007 SEBASTIÁN
966 444400 - 966 444401 - 966 444402

EUSKUNEH

COPIAS
MATERIALES
MATERIALES
EDIFICACIONES
TAQUILLA

www.euskunehagado.es

CULTIVOS - COPIAS - MATERIALES - MATERIALES - MEDICIONES BIOLOGICAS - FERTI - BODEGAS - ETC
CULTIVOS - COPIAS - MATERIALES - MATERIALES - MEDICIONES BIOLOGICAS - FERTI



**TÚ CAMISETA
exclusiva
diseñada por
los Cogollitos
para
Spannabis**

**SÓLO
14€**





MDMA, Sexo y Tantra. Parte II

Autor: Raúl del Pino
Gráficas: Raúl del Pino

*Buscando intensamente mi propio Ser, me agotaba:
nadie ha llegado así al conocimiento escondido.
Al fin, en El me absorbí,
y la bodega del néctar alcancé.
Ahí donde se encuentran tantas jarras llenas...
pero nadie bebiéndolas.*

Lalleshvari, poetisa mística del siglo XIV, encuadrada en la tradición del shivaísmo tántrico de Cachemira



Similitudes entre el yoga tántrico y el sexo con MDMA

Tras haber expuesto en la primera parte de este artículo las experiencias de *unidad dual* que se producen bajo la práctica sexual con MDMA y que dan lugar a una experiencia cumbre de tipo oceánico, y haber hecho, además, una breve introducción al Tantra, vamos a explicar algunas similitudes tanto físicas como psíquicas de estos dos tipos de experiencias.

El *tantrik*, o practicante de tantra, tiene que realizar una serie de ejercicios y rituales que ponen a prueba su aguante y disciplina. Es importante una preparación tanto física como mental que llevará al sujeto a la experiencia cumbre. Para llegar a ella, el *tantrik* debe seguir ciertos rituales relacionados con el cuidado de su cuerpo, el seguimiento de una dieta estricta, etc. Por otro lado, debe también extremar el cuidado emocional-espiritual a través de prácticas como la meditación, el ayuno y el seguimiento de diversas técnicas de contemplación y *mantras*. Existen técnicas que tiene que realizar para fortalecer los músculos del pene o *lingam* y también los encargados de abrir y cerrar el paso seminal. En el caso de la mujer también debe hacer ejercicios de fortalecimiento de los músculos de la vagina o

yoni implicados en las funciones sexuales. Ambos deben dominar técnicas respiratorias que les permitan entrar en diferentes estados de conciencia y modificar determinadas funciones biológicas.

El arte supremo para un *Shiva tántrico* consiste en permanecer indefinidamente en el punto límite, el que da acceso al "paraíso sexual cerebral" y el verdadero orgasmo masculino. Esto permite pasar de lo puramente genital a lo sexual, y luego a lo espiritual. El *tantrik* debe aprender a canalizar y manejar la energía sexual. Ésta se transforma y almacena de manera natural en los cuerpos de la mujer y el hombre cuando éstos hacen el amor conjunta y armoniosamente. La energía sexual transformada es fuente de inspiración e introspección.

Existen una serie de factores clave que hacen que el periodo de tiempo en el que los efectos de la MDMA tienen lugar en nuestro organismo sea realmente propicio para practicar el sexo tántrico. En primer lugar, el fortalecimiento de las funciones genitales que el *tantrik* debe realizar es sustituido por la predisposición del varón bajo el efecto del éxtasis a tener erecciones sustancialmente más poderosas de lo normal (en bastantes casos). En segundo lugar, la inhibición del orgasmo para ambos

NATURE GROW

mayorista y fabricante - wholesaler & manufacturer

Carreras, 46 - 08026 Barcelona - T. 934311686 - F. 934311844

info@naturegrow.es



PROXIMO
TRASLADO

Polygono Industrial Can Pujades - C/ Garbi - Nave 8
08791 Sant Llorenç d'Hortons (BCN)

ARENA

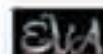
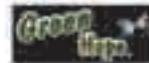
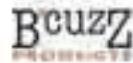


Pidelo en tu
tienda!

ARENA IV



NATURE GROW
recibe el premio de mejor
equipo hidropónico en:
Spannabis 2006





miembros de la pareja que provoca el efecto de la MDMA sirve para mantener el estado previo al orgasmo durante un tiempo extremadamente largo. En tercer lugar, experimentamos un estado mental ideal caracterizado por la simpleza y la absoluta disposición a la entrega, actitud principal en el practicante de tantra. En cuarto lugar en nuestras mentes se produce un salto directo de lo genital a lo espiritual que desarrolla en nosotros la capacidad de transcendencia. Por último, nuestra sensibilidad y capacidad de introspección también se ven acrecentadas. Las experiencias de "*unidad dual*" se establecen en el marco de lo transpersonal, provocando el éxtasis de los amantes y la transformación alquímica de la conciencia.

A continuación voy a describir un marco en el que desarrollar la experiencia, poniendo énfasis en la preparación previa (el set y el setting) y desarrollando en la medida de lo posible su evolución y sentido. En último término repasaré otros factores a tener en cuenta, como el día después, las mezclas con otras drogas y otras consideraciones.

Quiero dejar claro que lo aquí expuesto es un estudio empírico experiencial basado en seis años de investigación con esta sustancia y en el análisis de las experiencias de otras personas que las quisieron compartir conmigo. No es un trabajo científico ni pretende serlo ya que ante una sustancia ilegal como es la MDMA este tipo de estudios están vetados. Sin embargo la intuición y experiencia de miles de usuarios atestiguan y atesoran este tipo de efectos de carácter *sensual-sexual-transpersonal*.

Las pautas y detalles que expondré corresponden a determinados patrones comunes que favorecen la experiencia pero que deberían adaptarse a la preferencia de cada usuario, sobre todo en lo referente a los factores ambientales como el entorno, la música, etc. Por supuesto, este tipo de experiencias se pueden producir de forma espontánea sin necesidad de elaborar tanto el marco experiencial.

PREPARACIÓN PREVIA

Como acabamos de ver, gracias a la MDMA conseguiremos tanto el estado físico como el mental para poder establecer una unión sexual de connotaciones tántricas. Pero esto no quiere decir que todas las personas puedan mantener relaciones de este tipo o que alcancen los niveles de unión o éxtasis que hemos desarrollado en la parte primera de

este artículo. Existen muchos factores que están implicados en este tipo de experiencias y cada uno de ellos puede ser un factor clave para su llegada a buen puerto, desde los físicos-emocionales hasta los ambientales: El cansancio físico, algún tipo de enfermedad o deficiencia, estrés, depresión, problemas psíquicos, problemas vitales espinosos, una mala predisposición, un exceso de expectativas, un ambiente o entorno inadecuados pueden interferir en un proceso que, aunque debe ser relativamente sencillo, se interrelaciona complejamente con este tipo de factores.

A su vez, también tenemos que tener en cuenta que el efecto de la MDMA a pesar de su carácter erótico-sensual, dificulta en un porcentaje elevado de varones la erección, por lo que, en consecuencia, la experiencia puede resultar menos satisfactoria. Además tenemos que tener en cuenta la edad, el peso y, en definitiva, que el efecto de esta sustancia no siempre es el mismo. Por último, debe abstenerse de tomar MDMA cualquier persona que sufra algún tipo de desorden psíquico o alguna de las enfermedades expuestas en el apartado anterior.

Por otro lado, debemos considerar que la MDMA crea tolerancia, por lo que los efectos irán disminuyendo a medida que nuestro consumo sea más frecuente. Tomar MDMA una vez al mes como máximo no produce daños neurológicos según algunos estudios, aunque tomando la sustancia con esta frecuencia nos encontraremos posiblemente con el fenómeno de "*pérdida de magia*" cuya consecuencia no es otra que la perdida de los efectos más placenteros y beneficiosos de la sustancia. Para intentar no desarrollar este tipo de efectos es aconsejable no abusar del consumo de la MDMA y distanciar las tomas entre tres y cuatro meses.

El Set y el Setting

Como todo ritual de carácter espiritual e íntimo los preliminares deben ser cuidadosamente preparados con el fin de propiciar el marco idóneo dentro del cual desarrollar nuestra experiencia. Entendemos que entra dentro de este concepto tanto la preparación física como la psíquica (*set*) así como los factores ambientales o del entorno (*setting*). Esta descripción puede servir para tener una sesión con MDMA aunque no esté orientada a mantener relaciones sexuales.

EL SET

Mente

La primera premisa, quizá la más básica y paradójica, a la hora de consumir MDMA es no buscar un fin, una meta que alcanzar. Si no nos apeteciera mantener relaciones sexuales en nuestra experiencia, es mejor dejarlo pasar y seguir disfrutando de la misma. Tal vez más adelante surja el apetito. El exceso de expectativas nubla la vivencia, el ansia de alcanzar un estado oceánico o místico se queda sólo en eso, en ansia. En este tipo de experiencias transpersonales, tanto con MDMA como con psiquedélicos, hay que dejarse llevar, no marcar un rumbo que nos distraiga en el viaje. Las cosas suceden por si solas cuando nuestro intelecto o intelectualización no interfiere en la experiencia. En la práctica del *za zen* el silencio interior es la fuente que nos eleva al *Samadhi*, a la *consciencia pura*. El practicante zen abandona sus pensamientos sin detenerse en ellos y no ejecuta acción ante ellos, dejándolos marchar. Esta es una forma básica aunque difícil de conseguir el silencio interior con el fin de "*dejarnos ir*" en las fases más avanzadas experiencia tántrica con MDMA.

Por otro lado debemos ser observantes con nuestra actitud mental. Sería aconsejable que nuestro nivel de estrés fuera bajo los días anteriores. También debemos evitar este tipo de experiencias en caso de estar deprimidos o sentirnos inestables emocionalmente. Durante las horas previas es recomendable realizar actividades tranquilas, relajantes o de tipo contemplativo, tales como pasear, meditar, dibujar, etc. Si se suele practicar alguna actividad como *yoga*, *tai-chi*, *chi-kung* u otra disciplina, podríamos dedicar un poco de nuestro tiempo a la misma.

Cuerpo

Muchas filosofías y religiones consideran al cuerpo humano como el *Templo Sagrado* con el que conectamos con la divinidad. Todas las funciones vitales están relacionadas las unas con las otras lo que produce que un órgano dañado o enfermo dificulte otros procesos relacionados con nuestra capacidad intelectual, mental, física y, por consiguiente, nuestro cuerpo energético vea mermada su capacidad. Es importante no estar cansados y encontrarnos en general físicamente relajados durante las horas previas a la toma.

Respecto a la alimentación debemos respetar el no ingerir alimentos al menos dos horas antes de comenzar nuestra experiencia,

aunque lo ideal serían unas cuatro horas. La alimentación de ese día debe ser cuidada, debemos desayunar bien por la mañana, comer al mediodía alimentos que favorezcan una digestión ligera (evitar las carnes, el picante u otros alimentos que conlleven una digestión pesada y lenta) tales como verduras, pescado y fruta. Si es necesario, se puede comer durante las primeras horas de la tarde, pero siempre algún alimento ligero.

La higiene corporal también es importante, por lo que no estaría mal dedicar nuestro tiempo previo a darnos un baño relajante en compañía de nuestra pareja y llevar a cabo un ritual mutuo de limpieza eliminando impurezas y preparando la fachada del "Templo" para los acontecimientos venideros.

EL SETTING (Ambiente)

Sería bueno elegir el día de la sesión con antelación con el fin de adoptar las medidas necesarias que nos permitan favorecer la experiencia. También es recomendable llegar a un acuerdo mutuo dentro de la pareja en la elección del día sin forzar la situación.

Considero que la mejor hora para el comienzo de la sesión con MDMA es entre una hora y una hora y media antes del crepúsculo. Comenzar a estas horas favorece que podamos irnos a dormir relativamente pronto, y así no interrumpir el ciclo vital del sueño lo cual favorece los niveles posteriores del neurotransmisor serotonina. Además, de esta forma, habrán pasado las suficientes horas desde la última comida. Por otro lado, el crepúsculo es uno de





los espectáculos naturales más bellos, sobre todo si lo observamos desde la arena de una playa o en el campo, por lo que una puesta de sol estando en la primera meseta de los efectos de la sustancia puede ser inolvidable. Ver como el sol cede paso a la noche con su manto de estrellas nos hace sentir seres ínfimos ante tan descomunal Universo, una lección de belleza y humildad.

Como ya he mencionado en la primera parte de este artículo, la MDMA produce modificaciones en la forma de percibir el entorno, de tal forma que nuestros sentidos se encuentran amplificados bajo el prisma de la belleza. Así, cualquier estímulo externo hará que la experiencia sea más placentera produciendo frecuentemente una *síntesis sensorial*, sentir con un sentido algo que se percibe con otro, por ejemplo "oir" un color o "ver" un sonido.

Por lo tanto, la naturaleza es el marco idóneo para comenzar la experiencia, y, aunque no todos tenemos esta oportunidad a menudo, sería bueno plantearse este tipo de sesiones cuando podamos disfrutar de unas vacaciones en la playa o en un medio rural.

Debemos buscar un sitio agradable para la fase sexual de la sesión. Decorar la estancia que vayamos a utilizar con velas, cojines, flores, incienso y otros elementos que nos permitan ritualizar el entorno. Un sitio frente a una chimenea o con vistas excepcionales sería perfecto. El uso de esencias e inciensos estimularán notablemente el sentido del olfato.

La música va a jugar un papel fundamental en la preparación del *setting* aportando en muchos momentos el toque "mágico" a la experiencia. La música nos va a ayudar mucho si sabemos seleccionarla. En la fase de ensorñación nos ayuda a visualizar a través de los paisajes y escenarios mentales como si de una danza cósmica se tratara. Es importante dejarla preparada antes de la sesión escogiendo música suficiente para unas seis o siete horas. Debe ser tranquila, tipo *ambient* o *chillout*, y acorde a nuestros gustos y preferencias. La música árabe, oriental o étnica puede inspirar nuestro estado de Ser. En la fase sexual es importante saber escoger bien la música, pues aunque para las primeras fases la música puede ser animada, a partir de esta fase deberíamos seleccionar algo de carácter más sensual y lento. La música de percusiones lentas suele dar muy buen resultado. Aunque las preferencias musicales varían mucho de una persona a otra al final de

este artículo hago una selección de temas y discos que pueden ser de gran inspiración.

La iluminación y la luz son muy importantes. Sería bueno buscar velas y luces de poca intensidad e intentar que todo tenga un carácter muy decorativo y que la iluminación consiga varios contrastes dentro de la estancia. Según los practicantes de tantra la luz violácea debe predominar en el ambiente.

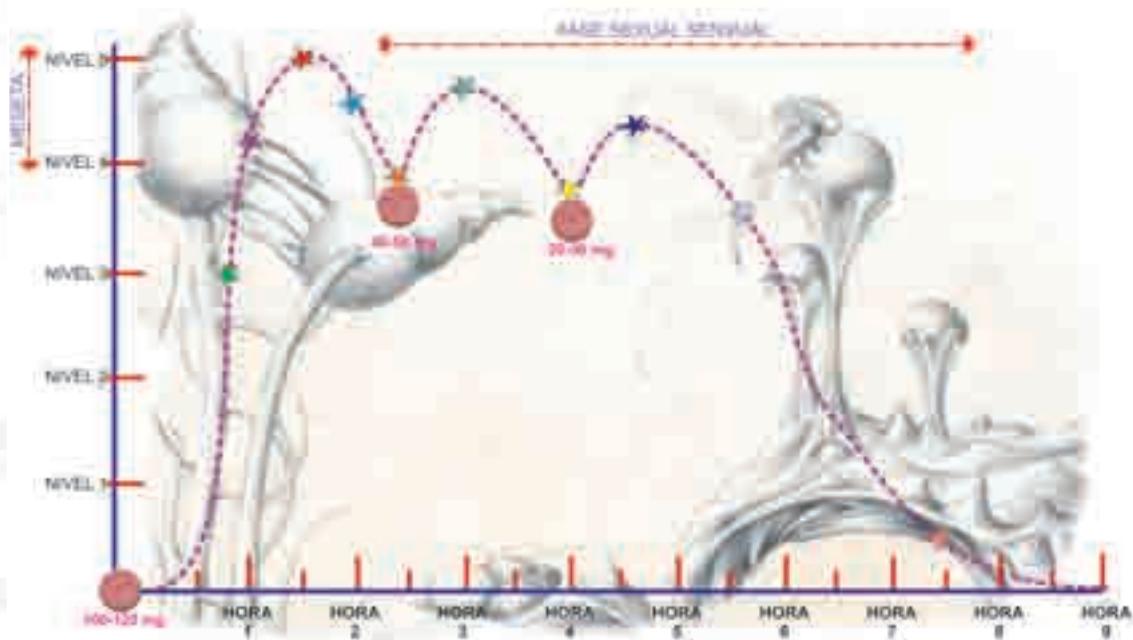
Como parte del ambiente o *setting* quiero incluir también los objetos o cosas que vayamos a necesitar durante la experiencia. Es fundamental que tengamos las dosis preparadas, pues estando bajo los efectos de la MDMA podemos errar en la administración de las mismas y es mejor no distraer nuestra atención en este tipo de cuestiones tan delicadas. También es conveniente tener a mano otras sustancias si las fuéramos a consumir. Es aconsejable tener mantas cerca, ya que podemos llegar a necesitarlas y algunos *trip toys* (juguetes de los que hablaré más abajo) si pensamos utilizarlos. No debemos olvidar tener agua abundante, zumos y fruta si apetece. Es altamente recomendable usar gel o crema lubricante ya que intensifica la sensibilidad genital y protege de posibles molestias posteriores, así como aceite para dar masajes. Un buen aceite es el de almendras amargas con esencia de romero, ya que su olor es muy estimulante.

LA EXPERIENCIA

Hemos llegado a la parte primordial del artículo. Aquí voy a explicar como se desarrollan los efectos de la MDMA y como podemos "manejarlos" para aprovecharlos mejor en busca de nuestra experiencia tántrica. Los tiempos de la sesión que pongo a modo de ejemplo y sus etapas, que obedecen a factores comunes, están descritos claramente en la gráfica que acompaña a estas líneas. El *estado mesetario* de la experiencia, dónde se desarrollan los efectos más interesantes, queda definido entre los niveles 4 y 5 de la gráfica. La fase sexual dará comienzo alrededor de la segunda hora y la experiencia total durará aproximadamente 7 u 8 horas, aunque esto dependerá de cada persona.

A continuación describiré la experiencia completa introduciendo algunos ejemplos de técnicas y posturas tántricas que por supuesto no son los únicos que existen pero que he elegido por su relativa sencillez y las posibilidades que ofrecen.

EFFECTO EXPERIENCIAL MDMA



- ★ A los 45 minutos comienzan los primeros efectos flacos: Leves distorsiones visuales, sensaciones estomacales, salivación...
- ★ Sobre la hora podemos sentir durante unos minutos el "efecto ola" que de manera brusca modifica nuestro estado de conciencia. Explosión de sentimientos, emociones, éxtasis...Introversión
- ★ A la hora y media se alcanza el pico más alto de este estado mesetario y disminuye la explosión inicial.
- ★ Disminución de los efectos. Fase empática, entactógena, "timosista, sensual, erótica"...Extroversión
- ★ Toma primer refuerzo 60 mg. Han disminuido considerablemente los efectos.
- ★ Fase de subida y meseta similar a la primera pero con menor intensidad. Ensoñaciones, visualizaciones...
- ★ Toma segundo refuerzo 40 mg. Tras disminuir los efectos.
- ★ Última subida de carácter leve pero con efecto residual. Visiones, ensoñaciones.
- ★ Disminución paulatina de los efectos.
- ★ Cansancio físico, relajación...sueño.

La dosis

Para esta sesión experimental realizaremos una toma de entre 100 y 120 mg. de MDMA. Con dos tomas más o refuerzos de 40-50 y 20-30 mg. respectivamente. Aunque evidentemente estas dosis son orientativas y no debemos sobrepasar los 180-190 mg por sesión. Tampoco se deben tomar los refuerzos si no apeteciera.

Entiendo la problemática que conlleva medir o administrar con precisión dosis de tan pocos miligramos por la dificultad para encontrar

MDMA en polvo o cristal con un alto grado de pureza y, también, el medir con exactitud dichas dosis sin disponer de una balanza de precisión. Pero en vuestro ingenio dejé el encontrar la solución a este tema porque cada uno dispone de sus propios recursos.

La sesión

El punto cero de nuestra experiencia es el momento de la ingestión de la dosis inicial de MDMA. El componente ritual del inicio de la sesión debe ser respetado, compartiendo la pareja este instante en un acto reciproco de



amor e intercambio. Los *tantriks* beben de sendas copas de vino antes de comenzar la práctica.

Durante los primeros minutos hasta que los síntomas se manifiesten y para no estar a la expectativa de los efectos -lo cual a veces puede inquietarnos- lo mejor es dar un paseo, contemplar la puesta de sol, meditar, charlar, besarse... Cualquier cosa que nos relaje y nos guste. Deberán transcurrir de 30 a 45 minutos o una hora hasta que notemos los primeros efectos físicos que suelen ser de carácter leve: salivación o sequedad bucal, ligera midriasis (dilatación de las pupilas) o sensaciones estomacales. Es normal que en la pareja siempre uno manifieste estos síntomas antes que el otro.

Trascurrida una hora aproximadamente aparece el "*efecto ola*", así denominado por la brusca intensidad que cobra el efecto de la sustancia presentándose de repente y desplazando nuestro estado de conciencia ordinario que se ve reemplazado por un estado luminoso de conciencia caracterizado por una explosión emocional interna que dirige nuestra atención hacia este acontecimiento, produciendo por lo general un estado de introversión que es mejor disfrutar y explorar. A algunas personas el *efecto ola* a veces les provoca algún tipo de ansiedad o nerviosismo. A otros usuarios les parece un estado similar al del orgasmo. Durante la explosión es aconsejable "*dejarla ser*", sentirla de una forma relajada y personal. Lo cierto es que su efecto sólo dura unos pocos minutos y de esta manera nos deposita en el estado mesetario.

Una vez pasado el efecto ola, la explosión se dirige hacia el exterior en un arranque emocional de belleza, beatitud e inocencia, impregnado por una sensación de gratitud, serenidad y paz. Estos sentimientos son acompañados por una ilimitada empatía y comprensión y una disolución de las barreras *egoicas*, lo que da paso a una etapa de extroversión. Poco a poco iremos llegando al estado cumbre de esta *fase mesetaria* que sucede alrededor de la hora y media desde la ingestión. Durante este periodo se puede producir un estado de exploración y experimentación de los efectos de carácter introversión y también pequeños raptos ensorñatorios, aunque es más frecuente una exteriorización de la experiencia que hace que queramos compartir con la pareja este estado emocional. Debemos entender que es importante experimentar las fases de introversión porque son accesos íntimos que nos

permiten saber y explorar sobre nosotros mismos, algo que denomino *cognimiscencia*.

A veces puede ocurrir que la introversión no sea positiva y que produzca cierto malestar o "ralladura". Si nuestro estado mental o circunstancias vitales no son favorables para la introspección, es conveniente realizar alguna actividad que distraiga nuestra atención. Los *triptoys* o juguetes para el viaje son de mucha utilidad, aunque quizás lo que mejor resultado tiene es realizar alguna actividad como pintar o modelar con plastilina o barro. Normalmente resulta muy divertido experimentar con las formas en este estado. También sentir los músculos mientras se estiran, bailar o realizar cualquier tipo de expresión corporal resulta muy beneficioso y divertido.

Sobre las dos horas o dos horas y media, se comienza a notar la disminución de los efectos y entramos en una fase de carácter netamente extrovertida: es ahora cuando brotan los primeros destellos de sensualidad. Seguramente ya habremos empezado con el contacto físico con nuestra pareja, abrazos, besos caricias... A esta fase también se le conoce por sus efectos "*mimosistas*". El contacto físico se vuelve interesante y placentero. Las miradas y el contacto visual entre los amantes se torna profundo. Es importante este contacto, acariciar y ser acariciado. Cubrir con besos cada centímetro de piel y ser cubierto. Besar abre las puertas a las sensaciones, a las visiones, al éxtasis resumido en el amor e inmensidad de un beso. La sensualidad hace que *Shiva* y *Shakti* den rienda suelta al apetito sexual. Normalmente en esta fase comenzamos a notar el carácter atemporal de la experiencia y nuestra dificultad para valorar este concepto tan subjetivo que es el *tiempo*. La atmósfera que suele envolver todo es de relajación, profundo bienestar físico y emocional, paz, sensualidad, espiritualidad, amor, entrega...

Al cabo de las dos horas y media o tres horas, cuando hemos notado una disminución considerable de los efectos y estamos bajo el manto sensual-sexual aunque sin haber empezado aún el acto tántrico en si, puede ser interesante introducir la toma del primer refuerzo. La experiencia o fase sexual se extenderá a lo largo de entre 4 a 7 horas, aunque esto dependerá mucho de cómo se desarrolle la sesión. Lo que sí es aconsejable es hacer pequeñas pausas cuando lo consideremos oportuno para beber agua o zumos, experi-

mentar los efectos de la MDMA, fumar cannabis o simplemente hacer un descanso.

Es conveniente dedicar un momento antes de la experiencia a realizar ejercicios de respiración abdominal intentando ser conscientes de todo el proceso. La respiración durante la unión sexual debe ser tranquila y pausada, ya que ello nos conducirá a disminuir los efectos anfetamínicos de la MDMA gracias al control consciente de la misma. La respiración y los estados modificados de conciencia están íntimamente ligados, tal y como podemos constatar en diferentes filosofías místicas como el sufismo, el budismo, etc, dónde el control de la respiración se establece como parte primordial para el "acceso al alma". La respiración es un vehículo inductor de diversos estados modificados de conciencia, desde en la práctica del *za zen* hasta en los cantos *Gregorianos*.

Los actos sexuales tántricos implican un control consciente de la respiración, el pensamiento y la eyaculación durante la unión física. En realidad, el control respiratorio no presenta complicaciones, dependiendo sobre todo de la atención consciente al ritmo y profundidad de la respiración. Al concentrar la atención sobre la respiración o al contemplarla, desencadenamos un proceso inconsciente y parasimpático, sometido, sin embargo, a un control consciente. El amor tántrico se desarrolla mejor con una respiración profunda, rítmica e inhalada por la nariz. Una vez controlada la respiración, se puede continuar haciendo el amor y se mantiene la energía en circulación por un período casi indefinido. (Plazas, 2001)

Algo que es sumamente agradable es comenzar dando un masaje con aceite a nuestra pareja. El acto de masajear y ser masajeado es para ambos muy placentero. El masaje y la sensibilidad física favorecerá el transito hacia el acto sexual. Acariciar y hacer pequeñas y sutiles cosquillas con las yemas de los dedos acrecienta la sensibilidad y percepción de quién las recibe.

A medida que entramos en la fase *sensual-sexual* tras haber tomado la dosis de refuerzo, los efectos de la MDMA nos vuelven a depositar en un *estado mesetario* de menor intensidad y duración que el anterior pero con determinados efectos residuales, lo que incrementa la capacidad de ensueño y el estado visionario o psiquedélico.

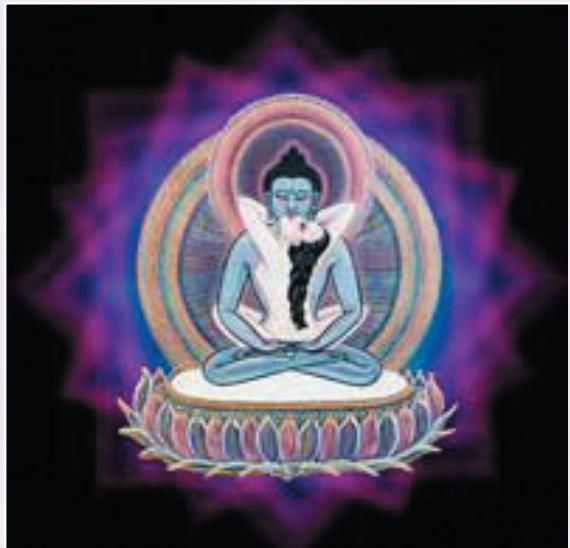
En estas horas se suceden toda una serie de estímulos sensuales y eróticos que aumentan nuestro grado de embriaguez.

Debemos tomar una actitud muy pausada y comenzar la unión sexual mientras se mantienen cruzadas las miradas enfrentadas de los amantes. La desinhibición sexual producida por la MDMA es más que notable, lo que nos permite tomar una actitud natural ante el sexo sin ningún tipo de tabú o carga.

El sexo oral o *Auparishtaka* se puede practicar como paso previo al coito. Es conveniente hacerlo con delicadeza ya que en un primer momento tanto la vagina o *yoni* y en especial el clítoris, como el pene o *lingam* están muy sensibles por lo que debemos ir adaptando la intensidad del proceso. Los besos y la ternura deben acompañar la experiencia. En el *cunnilingus*, la lengua se convierte en un segundo *lingam*, y en la *felatio* es la boca de la mujer la que se convierte en *yoni*. Estas nuevas significaciones provocan una especie de estallido mental, pues la lengua es sumamente sensible y amplifica las sensaciones.

Los olores naturales del *yoni* y el *lingam* sirven de potenciador y para transmitir las emociones. La combinación de los *jugos del amor* con la saliva establece un lazo único, cargado de energía química, con propiedades tanto físicas como *mágicas*. Al hacer el amor de manera *oral-genital*, las energías se intercambian y circulan y esto vigoriza a la pareja. Aunque podemos practicarlo como nos apeteza o como nos resulte más placentero y cómodo, la postura del *69* es muy efectiva para la nutrición sutil mutua y para el intercambio y circulación de energías. Potencia el centro sexual de los amantes y despierta las facultades trascendentales de la conciencia.

En el tantra la postura del *69* es conocida como el *Cuervo* y se realiza mientras la mujer y el hombre se recuestan sobre el lado derecho. La cabeza de cada uno se debe orientar a la zona genital del otro. El hombre debe deslizar su mano derecha por debajo de los muslos de la mujer, y reposar su cabeza entre los muslos de ella. Luego, él debe humedecer con su saliva sus dedos índice y pulgar derechos y sellar firmemente el ano de su compañera con el índice, al mismo tiempo que introduce su dedo pulgar en la vagina. Entonces, él posa su boca sobre el *yoni*, y su lengua empieza a actuar sobre el clítoris. Por su parte, la mujer encapsula con su boca el *lingam* de su compañero, cerrando el orificio de la punta con



la lengua y presionando el ano con el tercer dedo de su mano derecha. Los otros dedos deben acariciar el perineo y el escroto.

Es muy probable que alcancemos el punto álgido del segundo *estado mesetario* habiendo comenzado la penetración. También que en este punto tengamos visiones con los ojos cerrados aunque no de carácter sexual sino más bien metafísico o espiritual cargadas de un alto significado simbólico que, sin embargo, pueden reflejar la actuación externa. La penetración debe ser lenta, aunque de modo natural suele ser así debido al incremento en nuestras percepciones y el alto de grado de sensibilidad tanto física como emocional. En este momento nos percatamos del carácter irrisorio de la eyaculación y el orgasmo, además del placer implícito en la experiencia en sí, en ese *aquí y ahora* que se ha transformado en un eterno presente. Cada movimiento se convierte en un acontecimiento que da pie a la *danza cósmica*. Muchas veces incluso llegaremos a estar quietos ante la experimentación determinada de diversas sensaciones de la penetración que en si están cargadas de un alto contenido de sensibilidad física y emocional.

Durante la unión de *Shiva* y *Shakti* ambos entrarán con frecuencia en estados visionarios o de éxtasis. La visualización activa de la unión tanto física como transpersonal y la visualización de las energías sexuales y los canales energéticos de los cuerpos favorecen el acceso a experiencias de *unidad dual*. En el momento de unión es posible que nos veamos sorprendidos ante el acontecimiento de conexión transpersonal, el sabernos inmersos en un mismo *Universo Consciente*. Lo que debemos

hacer llegados este punto es no detenernos en él más de lo necesario, ya que en definitiva no es la "meta" a alcanzar en esta *danza Cósmica*. El acceso a una experiencia de *éxtasis oceánico*, el *samadhi* o la *fusión con el Universo* son, sin definirse como tal, el fin último de este tipo de experiencias.

Aunque podemos mantener las posturas que deseemos durante el coito o *Maithuna* existe una que es la principal dentro del yoga tántrico: La unión o *yoga* del yoni y el lingam se logra según el tantra en una posición sentada, donde la mujer se ubica sobre el hombre, que permanece recostado, de frente a él y a horcajadas. Esta posición denominada errecta garantiza una nueva dimensión del orgasmo y una reafirmación de la experiencia sexual.

Esto se debe a que el yoni encierra el lingam en esta postura y extrae de él todas las energías viriles, además no le permite salirse ni resbalarse hacia afuera, incluso bastante tiempo después de la eyaculación. También, permite y de hecho facilita los orgasmos simultáneos lo que aumenta la compenetración y la posibilidad del despertar del *Kundalini*. Y tal vez la mayor ventaja que existe para la mujer es que esta postura posibilita una directa y constante estimulación del clítoris, por lo que ella puede alcanzar altos niveles de estimulación.

Una vez que se encuentren bien acoplados, deben mirarse a los ojos e iniciar una respiración profunda, lo que dará paso a las visualizaciones. Conforme esto ocurre, ambos deben recordar que se encuentran en una unión de dioses encarnados en su propio Ser.

Es posible que ante tal grado de desinhibición nos apetezca practicar sexo anal o *Adhorata*. El ano encierra una gran concentración de terminaciones nerviosas y es considerado un *punto G* tanto en el hombre como en la mujer. La estimulación de la próstata en los hombres a través de ano puede conducir al orgasmo. Según el Tantra el ano es un acceso directo al despertar de la *Kundalini*. La *Adhorata* debe producirse con sumo cuidado, pues a veces el lingam puede ser más grande de lo habitual. Es aconsejable usar gel lubricante e ir muy despacio.

Existen muchas posibilidades para la práctica tántrica del sexo anal.

Para comenzar resulta muy excitante y estimulante el bordear con la lengua el perímetro anal provocando una nueva avalancha de sen-

saciones. Es conveniente lubricarlo previamente introduciendo el dedo. En este caso vamos a comentaros tres posturas clásicas.

La primera consiste en recostarse sobre el lado derecho, quedando Shakti de espaldas. Las piernas deben quedar en una posición relajada y que permitan la penetración. Otra de las formas es colocándose Shakti de rodillas y apoyando su pecho sobre cojines que eleven la espalda hasta dejar un pequeño arco entre su cintura y sus nalgas. Por último, Shakti se acuesta de espaldas y coloca sus piernas apoyadas en los hombros de Shiva. Esta postura permite a los amantes mirarse a los ojos y estimularse mutuamente con las manos.

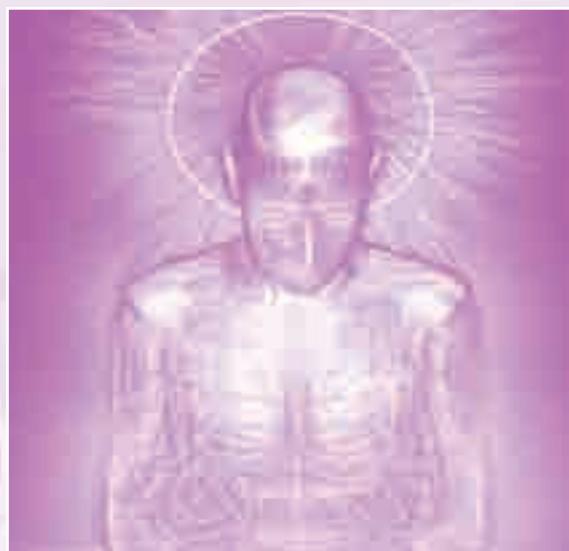
En algún momento alrededor de la cuarta o quinta hora es probable que hayamos vuelto a notar una bajada en la intensidad de los efectos, aunque al estar embriagados por la experiencia sexual solemos pasar por alto este declive. Si así nos apeteciera sería el momento de tomar el segundo refuerzo de entre 20 y 30 miligramos con el fin de alcanzar un tercer *estado mesetario*.

En este momento las ensoñaciones se producen con mayor profundidad y los raptos suelen producirse al igual que en fases anteriores mientras *los Danzantes* canalizan en un intercambio reciproco su energía sexual y se funden sus conciencias. Durante horas estaremos envueltos en una atmósfera de placer, sensualidad y espiritualidad que transformará de manera profunda la relación con nuestra pareja y con nosotros mismos.

Iremos notando como los efectos habrán disminuido considerablemente a partir de la sexta o séptima hora. Llegados a este punto la experiencia se puede prolongar lo que queramos o bien también podemos intentar llegar al orgasmo, que como ya dijimos en la primera parte de este artículo, es muchísimo más intenso y profundo.

En el Tantra el orgasmo no debe ser el fin último pero, para ser realistas, debemos decir que es bastante posible que queramos llegar a él una vez nos encontramos en este punto. Por ello voy a describir la técnica tántrica para maximizar los efectos y duración del mismo, técnica que nos puede ser muy útil si nos apetece alcanzar el clímax.

El hombre debe retener y controlar su clímax a fin de que sea la mujer la que primero lo alcance, mientras que mantiene la experiencia



de tensión y placer y lleva a su compañera hacia la cima del orgasmo. Por su parte la mujer se entregará a la progresiva llegada del clímax sin ninguna inhibición, provocando de manera consciente las contracciones de su vagina y de todo su cuerpo, normalmente involuntarias a medida que se acerca el orgasmo y centrado toda su atención en lograr una completa satisfacción física.

A medida que la mujer se acerca a su clímax, se entabla un sutil intercambio energético entre el lingam y el yoni. El hombre debe visualizar que arrastra hacia su interior la energía sexual liberada por su compañera, mezclándola con su propia energía, aún no liberada. Al llevarla hacia adentro y retenerla, el hombre ha de continuar desarrollando la experiencia de placer y tensión de la mujer.

Tras un breve descenso desde las alturas del clímax de satisfacción, la mujer sube otra vez, esforzándose por identificarse con la causa de su deleite. Conforme se aproxima por segunda vez al clímax, los papeles se intercambian: la mujer mantiene un alto nivel de éxtasis estimulando la experiencia de tensión y placer, mientras el hombre afloja el control sobre la eyaculación y se incorpora a la onda de energía.

En ese momento, le corresponde a ella sostener el alto nivel del clímax inminente, mientras que él se siente casi abrumado por el reflujo del orgasmo. Cuando el hombre se halle a punto de dejarse ir, ella ha de hacer remontar la Onda del Éxtasis y lograr que la sexualidad penetrante de su compañero entre en convergencia con su propia capacidad ascendente hacia nuevas alturas del clímax. A medida que convergen las energías sexuales,



la Onda del Éxtasis conjunta se eleva más y más, hasta nuevas cimas de transcendencia. No hay palabras para describir esta experiencia liberadora.

Por su parte el hombre, ha de ejercer un control voluntario sobre su propio orgasmo, siendo capaz, no obstante, de dejarse llevar completamente por la onda de energía descendente que se origina tras el orgasmo de su compañera. Practicada de forma correcta, esta técnica conduce a la experiencia atemporal de la transcendencia, la unión entre el Vació y la Bienaventuranza.

Una vez hayamos notado que los efectos de la MDMA nos abandonan, debemos dejarlos marchar sin aferrarnos a ellos.

Cuando hayamos acabado, el cansancio físico y mental habrá hecho acto de presencia. Debemos intentar dormir bien esa noche y no romper el ciclo biológico del sueño.

Otras consideraciones

Si somos responsables en nuestro consumo y uso de la MDMA es muy probable que no suframos efectos adversos. Atender a la dosis y a las circunstancias evita riesgos innecesarios, absteniéndose de tomar MDMA todas aquellas personas que tengan algún tipo de patología como las descritas.

Este tipo de experiencias trascendentes bien encauzadas y asimiladas producen efectos beneficiosos sobre nuestra *psique* y nuestra salud. Los psiquedélicos cumplen una función relativamente importante en las culturas primigenias como *adaptógeno* inespecífico al medio. Es frecuente que la relación de pareja se vea favorecida por estas experiencias y que aporten una nueva dimensión a nuestras relaciones sexuales.

El día después

Al día siguiente es aconsejable no tener que trabajar o atender a algún compromiso. Tendremos mucho de lo que hablar y que compartir. Lo mejor es pasar el día en pareja, descansar, comer bien y hacer el amor, quizás no con la misma intensidad, pero con un cariz nuevo y cargado de ternura y devoción.

El sexo en grupo

La práctica del sexo en grupo con éxtasis es algo común en determinados círculos. El sexo en grupo del que hablo se suele establecer

entre amigos o conocidos. Esto es favorecido claramente por el efecto desinhibidor y empático de la MDMA. Algunos consumidores constatan y evidencian efectos de carácter tántrico y atmósferas sinérgicas en este tipo de prácticas.

Mezclas

No todos los consumidores utilizan la MDMA sola con fines afrodisíacos. Algunos la combinación con otras sustancias psicoactivas, sobre todo en contextos de discoteca o fiestas *rave*. Por ejemplo, en un estudio reciente se encontró que el 50% de los hombres y el 67% de las mujeres combinaban la MDMA con marihuana, debido a que, para estas personas, la combinación de ambas sustancias incrementaba el deseo sexual, algo más difícil de conseguir con la MDMA sola.

Según A. Shulgin, la combinación de MDMA con 2C-B (*afro, nexus*) supone, si las dosis y el contexto están bien ajustados, un auténtico afrodisíaco, en el sentido doble de incrementar tanto el deseo sexual como las sensaciones placenteras... Según Shulgin, si algún día se encuentra un verdadero afrodisíaco, será a partir del 2C-B, pues éste ya por sí solo parece ser una sustancia idónea para el sexo. La forma más habitual de combinar MDMA con 2C-B consiste en tomar una dosis media de 2C-B cuando los efectos de la MDMA empiezan a disminuir, siendo menos recomendable juntar la toma de ambas sustancias en un breve espacio temporal. Esta recomendación es especialmente importante, sobre todo para los varones, cuando se tiene intención de tener relaciones sexuales, ya que al empezar a desaparecer los efectos de la MDMA se tienen menos problemas para alcanzar la erección (Bouso, 2003).



Cuando se puso en circulación, el 2cb se comercializaba en algunos clubs americanos como un afrodisíaco que potenciaba la erección. Se vendía en dosis de 10 mg. y quizás sería esta la referencia que deberíamos tomar a la hora de ajustar la dosis.

El cannabis produce una profunda sinergia con la MDMA. Los efectos se suelen potenciar cuando fumamos y la marihuana incrementa especialmente la sensación de placer e intensifica las visiones. Ya por si sola, la marihuana es empleada por los *tantriks* para alcanzar estados elevados de conciencia y realizar sus prácticas. La marihuana ejerce una agradable influencia en nuestra experiencia con la MDMA, pero tenemos que tener en cuenta que un exceso de cannabis termina apagando sus efectos.

Otra combinación que resulta muy interesante es la de MDMA y "hongos mágicos" cuyo principal compuesto visionario es la *psilocibina*, que se encuentra en más de cien especies distintas de setas. La toma de dosis medias de estas setas potenciará los efectos visionarios y hará que la experiencia sea más intensa. Además una de las cuestiones más interesantes de esta combinación es cómo los efectos de las setas contrarrestan los efectos anfetamínicos de la MDMA gracias a dos sustancias sedantes presentes en ellas. La experiencia suele ser más relajada y agradable a la vez que se incrementa el carácter visionario y psiquedélico. Por otro lado, algunos usuarios han visto aumentada su potencia sexual con este tipo de combinación.

Por último, una mezcla que se ha puesto relativamente de moda entre algunos varones consiste en combinar MDMA con Viagra®, con el objeto de potenciar la erección dificultada por la MDMA y poder disfrutar así de sus efectos sobre la esfera sexual. A esta combinación se la ha denominado *sextasy*, una mezcla potencialmente de riesgo para personas con problemas cardíacos. Se han dado también algunos casos de priapismo (un estado desagradable en el que el pene queda erecto durante mucho tiempo después de terminada la relación sexual) tras la combinación de estas sustancias. Además, el hecho de que ambas sustancias utilicen las mismas vías metabólicas incrementa el riesgo de efectos secundarios desagradables. Aunque lo más conveniente si no se padecen problemas de erección sería no mezclarlas, de hacerlo, el consumidor debe empezar reduciendo las dosis de ambas sustancias y tratando de ajustarlas lo más posible para evitar reacciones adversas (Bouso, 2003). Una forma de hacerlo sería disminuyendo en 40 milligramos la dosis total y arrancando con tan sólo 100 mg. Tampoco debemos sobrepasar los 30 mg. de Viagra® en caso de no tener experiencia previa con esta sustancia.

Ensoñaciones y visiones

Quisiera dedicar este apartado a atender el fenómeno de los efectos psiquedélicos, ya que la experiencia de los mismos es de importancia crucial para aprender de ellos y sabernos manejar en estos estados. Este tipo de experiencias suelen ser satisfactorias y relevantes produciendo en ocasiones estados de *éxtasis o unión mística*. La MDMA no produce un efecto profundamente psiquedélico como otras sustancias como la LSD o la *psilocibina*. Pero este carácter de levedad psiquedélica nos ayuda a profundizar más en estos estados sin peligro de caer en las fauces de un trance psiquedélico aterrador.

Ensoñar es un estado similar al del sueño en el que somos conscientes de nosotros mismos y de lo que está sucediendo. Me gustaría dife-





Hemp Valley Beer

www.hempvalleybeer.es

mona
SODOVKARNA ZNOJMO

Cerveza Checa



HEMP VALLEY BEER es elaborada en la República Checa, que, con orgullo, es el país de la cerveza de la cultura. El consumo de esta bebida esplendorosa es por demás, el mayor del mundo. Una de las cervezas más conocidas internacionalmente, la Budweiser y la Pilsner, son cervezas checas. La tradición de la elaboración de cerveza en Pilsen data probablemente de los más antiguos de los tiempos de Chequia y se remonta en su historia hasta el año 1290. En esta ciudad, siguió la tecnología tradicional de la antigua Chequia, la cerveza ha crecido como cultivo primordial biológico, lo cual se atestigua históricamente los 14 milenarios.

Cáñamo Suizo



Ya los antiguos egipcios conocían las efectivas propiedades de la planta marihuana: con infusión y extracto. La cultura y el desarrollo del cannabis ha comenzado en Suiza. El resultado es una alta calidad biológica en sus componentes: tan largos alfabéticos y sin rara concentración esencial. El contenido esencial en nuestro HEMP VALLEY BEER se elabora a partir de cannabis biológico maduro y orgánico de manantial, amarillo orgánico en los inicios verano-agosto de Suiza.

Hemp Valley Beer

Winner
at the public award
Cannabusiness



La base de nuestra
HEMP VALLEY BEER

es una cervecera de fermentación lúpulo producida y etiquetada con un sabor fino y suave. Planta marihuana fresca agrega la más alta que moderna-za fuente de energía y de proporcionar al organismo los minerales y los vitaminas necesarias. El resultado es claramente con el que esta elaboración la HEMP VALLEY BEER, como efectiva estimulante y refrescante que mejorará la percepción de los sentidos en trío: los ojos, los oídos,

**Hemp
Valley
Beer**

www.hempvalleybeer.es
Checa
Cerveza de
cultivo biológico

La cerveza HEMP VALLEY BEER es elaborada utilizando
una mezcla de ingredientes: Un fermento de
cultivo marihuana proveniente de alto nivel, marihuana
madura, con extractos de cannabis cultivado suave.
Cerveza elaborada en forma artesanal, una bebida
fria, refrescante y nutritiva en color dorado y tan
sabrosa como las más famosas cervezas
de diferentes países y continentes.

INGREDIENTES:

Agua
Cerveza artesanal
Azúcar
Dulcedo
Extracto del cannabis
Extracto del té de
camomila

MARKETING Y VENTAS:

mona Sodovkarna Znojmo
Ctra. M111, Km 8, nave A
28860 Paseo del Jarama (Madrid)
Tel.: +34 91 656 46 20
Fax: +34 91 656 46 21
e-mail: info@hempvalleybeer.es
www.hempvalleybeer.es

PRODUCCIÓN POR:

Concesionaria
Hemp Valley
República Checa



Limonada
Checa



Cáñamo
Suizo



**Canna
Drinks**



Cannamango, Cannarange y Cannalime son refrescos tradicionales checos enriquecidos con extracto natural de cáñamo suizo: la base perfecta para una bebida inconfundible y refrescante.

Los Cannadrinks contienen ingredientes de alta calidad elaborados de forma tradicional. El agua utilizada para la producción de la limonada proviene del parque natural Podyjí y su calidad complace a los consumidores más exigentes. El extracto de nuestros refrescos se elabora a partir de cannabis biológico y agua clara de manantial, ambos originados en los virgenes valles alpinos de Suiza.

Este refresco ligeramente gaseoso está disponible en tres sabores: Cannango (mango), Cannarange (naranja) y Cannalime (lima).

INGREDIENTES:

Aqua
Azúcar
Ácido Cítrico
Aromas naturales
CO₂ - Dóxido de Carbono
Conservantes
Colorantes naturales
Extracto de té de cáñamo

MARKETING Y VENTAS:

Cannadrink
Ctra. M111, km 8, nave A
28860 Paseo del Jarama (Madrid)
Tel.: +34 91 656 46 20
Fax: +34 91 656 46 21
e-mail: info@hempvalleybeer.es
www.hempvalleybeer.es

PRODUCCIÓN POR:

mona
SODOVKARNA ZNOJMO





renciarlo de los estados visionarios ya que estos se caracterizan por su marcado carácter psiquedélico, espiritual y emocional, con la impronta de una experiencia de carácter transpersonal. En cambio los estados de ensoñación se caracterizan por recrear situaciones más cotidianas como una conversación, estar en otro lugar, etc.

Las ensoñaciones suelen suceder de modo espontáneo. Se producen pequeños raptos que nos trasladan a la recreación de alguna situación o lugar en nuestra mente aunque sin carácter psiquedélico.

Normalmente las visiones profundas con la MDMA suelen aparecer con los ojos cerrados y en estado de relajación. Una forma de favorecer el estado visionario es manteniendo un profundo estado de "silencio interior" y no intelectualizando la experiencia. También sostener con los ojos cerrados nuestra atención en el entrecejo beneficia este tipo de visiones. La música es otro factor que suele inducir estados visionarios y sinestésicos. En la fase de ensoñación la interiorización de la experiencia es más que evidente y es aconsejable dejarnos llevar para experimentar este tipo de trances poco a poco. La gran mayoría de las visiones suelen ser de carácter fractalico, aunque también suelen aparecer *mandalas*, vertiginosos túneles y espacios infinitos albergados en el Cosmos de nuestra mente.

Como punto final, un deseo: que nuestras experiencias tántricas con MDMA nos hagan disfrutar y ser felices. Que esa felicidad se extienda mucho más allá de las barreras temporales de una noche, que se convierta en una lente que nos haga ver el mundo con otros ojos, con una perspectiva más mágica y llena de amor hacia lo que nos rodean.

A mi Shakti con toda mi gratitud, amor y devoción

Para ponerse en contacto con el autor:
raul@psiconautica.org
www.psiconautica.org

Discografía recomendada:

William Orbit - Strange Cargo (1996)
Las fases iniciales van muy bien con este disco de uno de los principales productores del panorama electrónico internacional.

Dzihan & kamien - Smile (1996)

Interesante disco para las fases iniciales. Música electrónica exquisitamente creada.

Aural Planet - Acoustic Plantation Releases - Flow Records (2004)

Psy trance chillout aunque algo movidito.

Dj Cheb i Sabbah - Shri Durga (1999)

Letanías indias remezcladas con gran profundidad en un ambiente psiquedélico. En mi opinión el mejor disco para la fase sexual.

DJ Cheb i Sabbah - Krishna Lila (2002)

En la misma línea que el anterior aunque menos psiquedélico y profundo.

Jean Michael Jarre - Waiting for Cousteau (1995)

El último tema del disco que lleva este nombre dura unos 49 minutos, de carácter minimalista e intimista favorece los estados meditativos y la introspección.

Entheogenic - Dialogue of the Speakers - (2005)

Entheogenic - Spontaneous Illumination (2003)

Entheogenic - 3D Vision - (2002)

Aunque este grupo se cataloga dentro del psy trance su estilo puede entrar dentro del psychedelic chillout. Recomendable muchos de sus temas para fases intermedias.

Otras recomendaciones:

Loop Guru

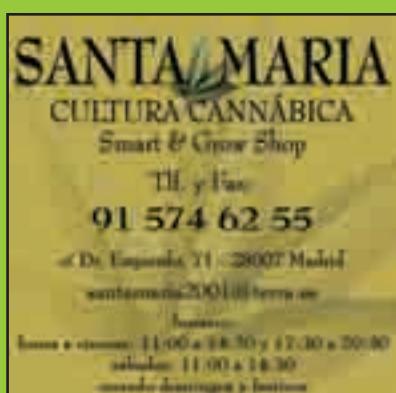
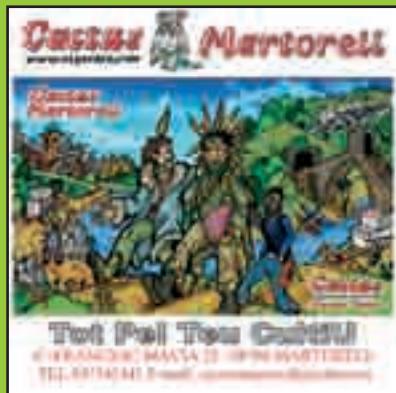
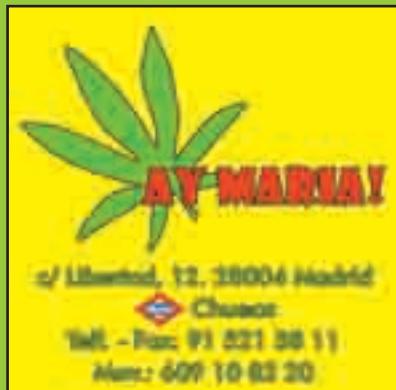
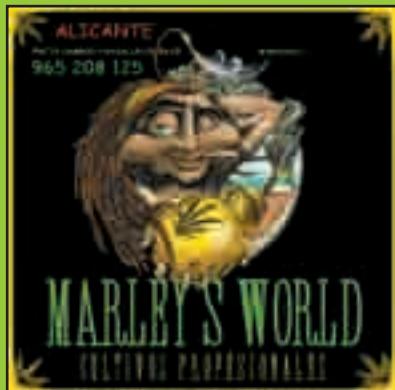
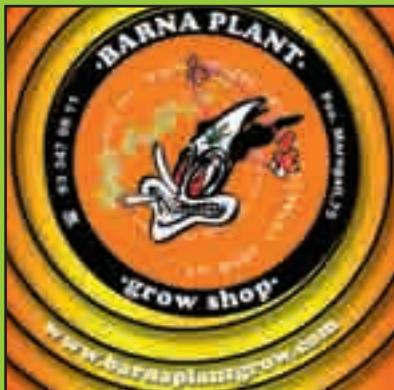
Omar Faruk Tekbilek

Thievery Corporation

... y cualquier cosa que haga que nuestra alma se eleve

Bibliografía

- Bouso Saiz, José Carlos; *Qué son las drogas de síntesis*, Editorial RBA, Barcelona, 2003.
- Caudeville Gállego, Fernando; *Éxtasis (MDMA)*, Ediciones Amargord, Madrid, 2005.
- Calle, Ramiro A.; *Tantra. La vía secreta del amor y la erótica mística*, Editorial Sirio, Málaga, 1986.
- Van Lysebeth, André; *Tantra, el culto de lo Femenino*, Editorial Urano, Barcelona, 1990.
- Varenne, Jean; *El Tantrismo o la sexualidad sagrada*, Editorial Kairós, Barcelona, 1985.



Suscríbete a



Spannabis
Magazine



Spannabis
Magazine

(12 números 25€)

**Y POR 40€
una CAMISETA
EXCLUSIVA + SUSCRIPCIÓN**

Nombre _____

Apellidos _____

Domicilio _____

Teléfono _____

Población _____

C.P. _____

Provincia _____

E-mail _____

Datos bancarios: Entidad _____

Oficina _____

DC _____

Nº Cta. _____

Rellena este cupón y envíalo a la redacción de Spannabis Magazine.

Feria del Cáñamo, s.l., ctra. M-111, km 8, nave A, 28860 Paracuellos del Jarama (Madrid)

Suscripción telefónica: 91 658 45 20 / Suscripción e-mail: spannabis@spannabis.com

aceite de cáñamo

Fuente natural
de ácidos
Omega 3 y 6



Cannamade®



EN COLABORACIÓN CON HOUSEPLANT. PLANETA ORGÁNICO

VOLCANO
398€
SEMILLAS
5% RTH.
TODOS LOS GANANCIAS

GREEN HAZE PINTO

EXPOSICIÓN

- HIDROS
- AÉREOS
- Literatura del Cannabis

HORTICULTURA técnica general

EXPOSICIÓN DE AEROGRAFÍA
c/ Santo Domingo de Silos, 16 chalet
28330 Pinto (Madrid)
658 89 34 86 - 686 04 71 97

KIT DE ESPORAS

distintas variedades
PELLOTES
SAN PEDROS



mezclas de
sustratos
caseros

ASESORAMIENTO TÉCNICO
PROFESIONAL

VISITAS A DOMICILIO

MONTAJE DE ARMARIOS
A MEDIDA

Presupuestos sin compromiso



I Cannabis
Champions Cup 2005



1º Premio
Interior Hydro
Bald Bell



2º Premio
Interior Site
José Mecer 8807



Madre Naturaleza

cultivo y malabares



C/ Concepción, 13 (pasaje) 09002 BURGOS • Tel: 947 280 467
cultivo@madrenaturaleza.com - malabares@madrenaturaleza.com



CANNALYSE

Cannabis - sus secretos revelados (Parte 1)

"Cultivar para obtener un determinado tipo de cannabinoides y la caracterización y selección eventual de colocones variables producidos por Cannabis son conjeturas completamente subjetivas sin la ayuda de la técnica de análisis moderna. Un sistema de análisis cromatográfico permitiría la selección de tipos de cannabinoides específicos, especialmente padres polinizadores resistentes....." (1981, Marijuana Botany, R.C Clarke p.94, ISBN 0-915904-45-4)

Una técnica antigua, sencilla y rápida, pero aún sofisticada, el llamado 'Thin Layer Chromatography' (TLC) por fin revela el carácter del Cannabis. ¿Por qué y cómo funciona el Cannabis?

El TLC resuelve preguntas centenarias: ¿Por qué hay tantas variedades? ¿Por qué tiene un efecto tan diferente cada variedad? ¿Por qué una White Widow me pone somnoliento y una Power Plant tan activo? ¿Cuál es la diferencia entre hashish y marihuana en cuanto a huella dactilar? ¿Hay un tipo de marihuana que me ayuda con el asma?

El único método preciso para determinar la composición y las diferencias entre variedades de cannabis es hacer una huella dactilar con el método cromatográfico de capa fina (TLC): El

Cannalyse® (Spannabis nº 22, marzo del 2006). Una huella dactilar, con un sólo golpe de vista, da una visión total de todos los cannabinoides presentes en una muestra de 100 miligramos de planta.

La huella dactilar es única para cada variedad. Una huella, por ejemplo, de una Haze (tipo químico 7 de la tabla 1, en los números siguientes) mostrará una Haze pura. Es decir, sólo una mancha CBC violeta, una mancha THC de color vino y una mancha CBD amarilla.

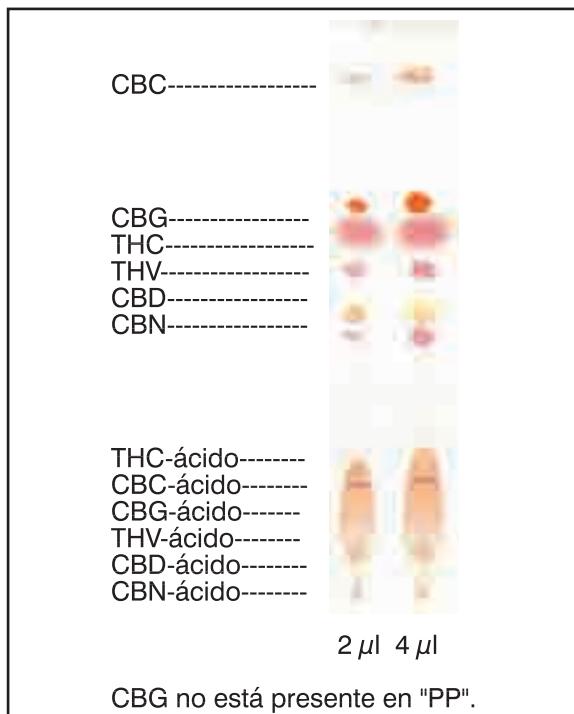
Las huellas dactilares de una Haze pueden diferir por la presencia de manchas extras que aparecen encima de la grasa ácida roja. Son sobre todo cruces con variedades de Amnesia o Northern Light. La imagen 1 muestra 2 variedades de Haze.

El funcionamiento y efecto del cannabis están basado en su composición química de cannabinoides, en botánica química hablamos de 'chemovars'.

¿Qué es cromatografía?

Cromatografía de capa fina es un método de separación fácil, rápido y sensible que está muy extendido en la industria química y far-

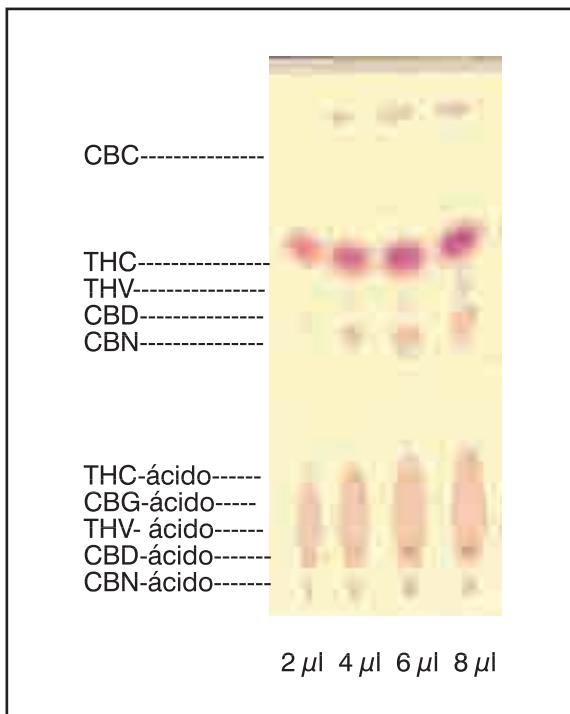
macutica para separar dos o más materias químicas de una mezcla de ciertas materias. Con una reacción de color (la palabra griega 'chroma' significa color) se ven clarísimamente las materias por separado. Este método también se usa para ver de cuántas materias consiste una mezcla. También se puede determinar la calidad de esta mezcla.



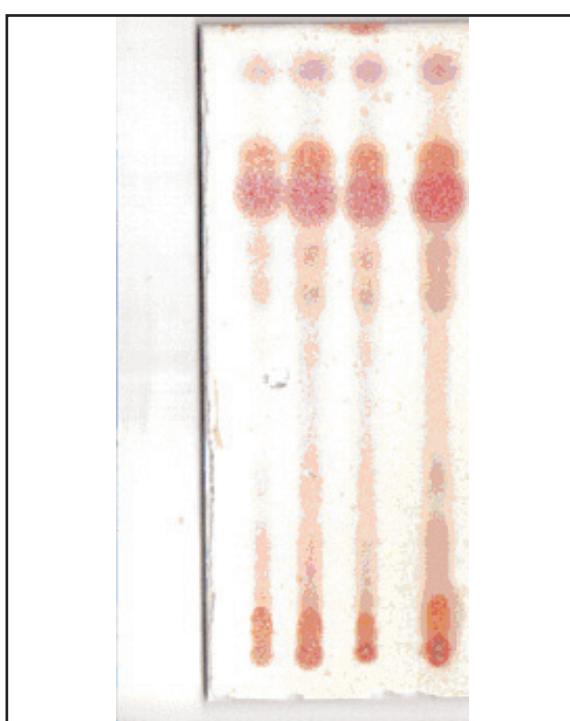
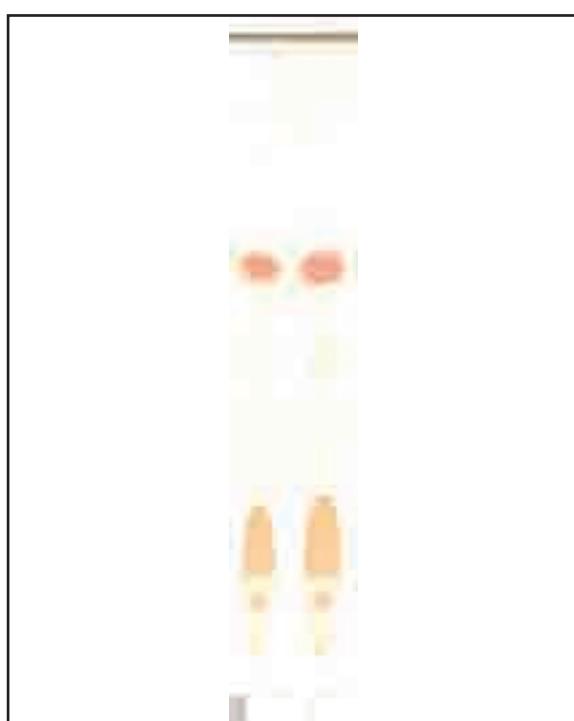
"Power Plant"

En una placa de vidrio o plástico se aplica una capa fina de gel de siliconas. Es la fase estacionaria. Cuando se pone el cristal en una capa fina de líquido, el líquido correrá hacia arriba. Es la fase móvil.

Los resultados



Hachís





¿Por qué y para quién es importante Cannalyse®?

Nadie sabe concretamente lo que les ha vendido el proveedor. El kit Cannalyse® es una herramienta excelente para llenar el hueco de información sobre la composición química de todas las variedades existentes. Todas las dudas estarán aclaradas y todas las preguntas tendrán respuestas.

Considerar otras características como apariencia, olor (sobre todo en las muestras viejas el olor pierde intensidad) y textura, pertenece al pasado. La huella lo dirá todo. Hoy en día, acordarse del nombre no es una garantía para obtener tu variedad favorita. Una Power Plant aparece con otro nombre, muchas veces como White Widow. Esta variedad te pone colocado y somnoliento. Pero una Power Plant típica y fuerte tiene otro efecto, completamente

opuesto, mucho más activo y vigorizante. ¡Es difícil dormirse!

Afortunadamente, muchos nombres se refieren a variedades que han establecido rasgos genéticos parecidos de cosecha en cosecha. Por ejemplo, puede prever que cualquier variedad de Haze tendrá un cierto aroma distintivo. Y, es más, una lectura del Cannalyse® TLC de Haze muestra un perfil típico y distintivo de Haze. La imagen 1 le muestra este perfil. Lo mismo va por White Widow, Northern Light, Power Plant y tantas otras variedades. Todas tienen su propio perfil característico de cannabinoides. No obstante, la potencia de una variedad específica (Haze fuerte, Haze estándar) depende del nivel de concentración, a más concentración, manchas más grandes y más intensas.

Imagen 1: Dos variedades de Haze

Haze Amnesia



Haze típica



Últimamente aparece otro problema para los usuarios tanto a nivel recreativo como medicinal. A veces cruzan variedades para crear un nuevo tipo que mezcla elementos de las dos originales. Por ejemplo, cultivadores pacientes han cruzado Northern Light con Big Bud para producir una variedad comúnmente llamada Northern Light x Big Bud. Un cruce

nuevo puede tener diferentes características que las de sus padres, y por eso será más o menos útil para un usuario/paciente individual. Por el método del ensayo y error se evalúa un cruce de dos variedades conocidas.

El kit Cannalyse® también puede resolver este problema, dando información sobre resultados

del cruce. Se pueden examinar de forma rutinaria los cruces para huellas o lecturas favoritas y específicas de TLC. Muestras de 10-100 mg serán suficientes.

Tanto el método Cannalyse® TLC como un panel revelan que:

"El efecto o el comportamiento de las variedades de Cannabis presentes hoy en día depende de la interacción delicada entre las diferentes concentraciones de uno o más de los cannabinoides principales (THC, THCV, CBD, CBN, CBG y CBC) y 6-8 manchas que en el TLC representan concentraciones bajas entre RRF: 0.45 (el CBN) y 0.23 (los ácidos)" Alpha nova Diagnostics

Aplicaciones

El Cannalyse® determina y descubre:

La variación de cannabinoides (neuro-) farmacéuticos, fisiológicos y psicoactivos en una muestra de 100 mg de su marihuana o hachís favoritos.

La concentración relativa de todos los cannabinoides en su muestra estableciendo una conexión con el efecto de la misma.

La cantidad de THC en su muestra.

La influencia de la madurez¹, edad, condiciones de almacenaje y origen geográfico en el perfil cannabinoide del cannabis.

Discriminación, por detección del CBG, entre hachís y hash plant, hachís Ice(O-lator) y todas las variedades de marihuana.

Para usuarios médicos

"Un día, habrá que etiquetar y pesar estándares para uso medicinal, y dispondremos incluso de información científicamente válida sobre la estructura química de las variedades individuales. Mientras tanto, en este momento he de mostrarme escéptico ante el etiquetado que pretende describir diferentes efectos de las muestras. El equipo y la habilidad para realizar estos análisis son escasos. Dado el carácter variable de la medicina herbal, estas etiquetas serían como mucho aproximaciones, y en el peor de los casos, incluso resultarían engañosas." (Don Duncan)

El método Cannalyse® es una manera fácil y asequible de comparar muestras de cannabis y determinar la huella cannabinoide de tus va-

riedades terapéuticas favoritas. Si se encuentra una mancha más alta de lo normal de THC, puede bajar la dosis habitual.

Haga un análisis de la variedad antes de comprarla. O pida a su proveedor local de cannabis mostrarle el menú según los resultados del análisis. Es mejor escribir un diario de las variedades que consume para tratar sus síntomas. Cuando, por fin, encuentre una variedad concreta que tiene el efecto deseado, notará una correlación entre el análisis de la huella o placa TLC y el efecto de esa variedad específica.

Para farmacéuticos, clubs compasivos y dispensarios

Observa durante el periodo de curación, envejecimiento y almacenaje cómo se transforma la proporción de los cannabinoides en cuanto a la cantidad de ácidos y la presencia de productos de degradación de THC (=CBN) y la cantidad de productos de degradación de CBD (= Canabielsoin) y CBC (= Cannabicyclol). La presencia de manchas rojas en la placa TLC denota muestras viejas.

Reconocimiento de variedades: ¿Es una verdadera White Widow? ¿Silver Haze? ¿Power Plant? ¿Northern Light? ¿Hash Plant?

¿Indica pura o Sativa pura?

Ahora es posible etiquetar cannabis para uso de tipo terapéutico

Control de calidad de los medicamentos basados en cannabinoides Bedrocan®, Sativex®, Dranabinol®, Nabilone®, (polvo durmiente; Dormican®, en fase de desarrollo).

Ponga las huellas y el porcentaje de THC de sus variedades en 'el menú'.

Para cultivadores

"... muestras de variedades diferentes cosechadas en fases diferentes de madurez; han descubierto que una diferencia de sólo una semana en el tiempo de cosechar podría cambiar el sabor - y el colocón - de una manera significativa. Cuando una Indica fuerte está cosechada una semana antes de tiempo, el efecto será un poco más cerebral y menos fisiológico. Por el contrario, cosechar la planta una semana después de la fase óptima de maduración dará un humo muy dulce y fuerte, con un efecto más narcótico y fisiológico."



(Britanabis magazine London, 2005 Issue, p. 16 &17)

El método Cannalyse® se usa para el control de la cosecha, almacenaje y calidad.

El método Cannalyse® se usa para la caracterización de variedades.

Observe los cambios en cannabinoides como resultado de técnicas diferentes de cultivo y curación.

Cosechar: Cuando sus plantas están casi listas para la cosecha y muestran su maduración, puede analizar una muestra de 100 mg de su planta cada día empezando cinco días antes de la cosecha prevista. Cada día puede observar cambios sutiles en el perfil cannabinoides. Ahora determinar con precisión la madurez es posible.

Control de calidad: Puede comparar la diferencia de calidad entre las copas y los capullos más bajos.

Para la horticultura y cultivadores

“...En general, se considera muy importante el genotipo de la planta, un resultado de selección de semillas, para determinar los niveles de THC. Sin embargo, los factores ambientales describen la verdadera expresión de fenotipos y cannabinoides...” (R.C. Clarke)

Controle las posibilidades de su material inicial- el padre P1 y el padre P2 - antes de empezar su programa de cultivo.

Observe el porcentaje de transformación de cannabinoides en el perfil y observe la transformación en el porcentaje de THC cambiando durante la fase de crecimiento alguno de los parámetros ambientales: humedad, temperatura, fertilización, latitud, etcétera. Las condiciones ambientales tienen influencia sobre la biosíntesis cannabinoides modificando los sistemas enzimáticos y la potencia del cannabis.

Determine el momento indicado para cosechar sus variedades comparando niveles de THC en fases diferentes de crecimiento.

Determine la diferencia en los perfiles cannabinoides de su cría F2 y compare los perfiles con los padres P1, P2 y F1. Seleccionar variedades apropiadas le ayudará a satisfacer sus necesidades.

Objetivo: La introducción de un nuevo cannabinoides CBG en un F2.

Primero haga una prueba en sus variedades originales de cultivo o variedades híbridas fijas (las básicas), antes de consolidar un rasgo (por ejemplo, niveles altos de THCV, THC, CBG y CBD) en la futura cría.

Explore el potencial de sus híbridas F2 con las características más extremas.

Reconocimiento de variedades: La huella revela genes dominantes expresando cannabinol en la cría, de uno o ambos padres P1 y P2. Haze, por ejemplo, tiene una huella dominante sobre una huella de White Widow en un cruce 20/80.

¹ La biosíntesis de cannabinoides y otros terpenos es paralela a las fases del desarrollo del cáliz y los tricomas glandulares asociados produciendo resina.

La Determinación de la fase de la madurez y la fecha escogida para la cosecha están basadas en el cáliz medio y condición de resina (=huella).

Se usa el kit Cannalyse® para comparar lecturas cannabinoides y seleccionar padres para el programa de cultivo.

Observar el cannabis durante el crecimiento, la cosecha, el almacenaje y el uso. Determinación de madurez y selección rápida de F2/híbrida.

Si le interesaría cultivar dos variedades, tomaría flores frescas de cannabis de cada variedad y analizaría sus cannabinoides. Puede cultivar dos variedades que son complementarias o distintas. Por ejemplo, ambos P1 pueden ser ricos en CBG (una característica habitual del hachís y poco común en la marihuana) o uno puede ser rico en CBG y el otro en THV. Una vez cultivado, puede analizar las flores de la cría para ver los resultados de su programa de cultivo y observar el vigor del híbrido, también en sus generaciones sucesivas (F1, F2, F3).

En la segunda parte vamos a introducir un sistema nuevo y necesario de clasificación para el cannabis. Esta llamada división de tipologías químicas está basada en la composición cannabinoides de marihuana y hachís. Ahora es posible trabajar con un sistema de calidad para el cannabis. Se pueden derivar relaciones entre la huella dactilar y el efecto de los cannabinoides THC, THCV, CBD, CBN y CBG, los CBND y CBC, todos reproducidos en una tabla.

En la tercera parte trataremos las preguntas más frecuentes en el mundo del cannabis.

HIPERSEMILLAS.COM

Vendemos al por mayor y al público.

Dutch Passion
Serious Seeds
Nirvana
The Flying Dutchmen
Homegrown
Fantaseeds
T.H. Seeds
Bio Bizz
Mandala Seeds

Paradise Seeds
Seedsman
The BCSC
Magus Genetics
The Sativa Seedbank
De Sjamaan
K.C. Brains
Greenhouse Seed Co.



Distribuidor exclusivo:

Knaster®

Hecho a base de hierbas!
Disponible en seis sabores diferentes:
Special Quality, Red, Cáñamo, Fresh,
Cherry y Vainilla



La alternativa
¡Sin nicotina!



DIPSE



Lo que las plantas piden!

Bienvenido

Hesi.nl



Hesi Booster



Hesi Tierra

Hesi Coco



Hesi Hidro



EMT
VIAJES INTERURBANOS

RESEÑA AMARGORD



EANT

Miércoles 29 de marzo.

El pasado 29 de marzo en el Club Amargord de Madrid se presentó el libro "MDMA" del Dr. Fernando Caudevilla publicado por la editorial Amargord. La presentación estuvo a cargo de José Carlos Bouso (psicólogo), Luis Magrinyá (escritor) y Olvido Gara, más conocida como Alaska.

La presentación contó con un numeroso público que abarrotaba la sala y parte de la calle entorpeciendo el tráfico -sobre ruedas- de Lavapiés. En la calle se habían instalado unos altavoces para que la gente pudiera oír lo que acontecía dentro.

Tras una breve presentación Jose Carlos Bouso dio paso a una soberbia y más que merecida

introducción de Luis Magrinyá que expresó la profunda gratitud hacia publicaciones divulgativas y de carácter científico que, como la del Dr. Caudevilla, desmitifican y aclaran lo relacionado con las drogas. El lenguaje con el que se expresa el libro "MDMA" es bastante claro y ameno, subyace en el una base documental sólida y una relativa objetividad, cualidades que se agradecen ya que está destinado tanto a profanos como a expertos. Tal y como dijo Magrinyá

"...si hay que elegir entre saber dejarse llevar y dejarse llevar a secas, elijo lo primero. Y no es una diferencia de matiz: yo creo que si uno sabe dejarse llevar, disfruta el doble. De ahí que este libro, que deshace mitos y enseña cosas, al tiempo que elimina ciertas fuentes de placer indica otras; y por eso al final acaba uno, o al menos yo, tan excitado. Es posible





que gracias a libros así se acabe extendiendo una nueva clase, bastante alborotada, de consumidores pedantes. Bienvenida sea. Es algo que hasta los ministros de Sanidad -o especialmente ellos- deberían agradecer."

Por otro lado Alaska nos relató sus experiencias con esta sustancia y la capacidad de transformación que para ella supuso en unos momentos de su vida en los que pasaba por una crisis existencial. También habló de su amistad con el maestro Escohotado y como su contacto con los psicodélicos le impulsó a ir a la Universidad.

El doctor Caudevilla agradeció a los invitados la introducción y el estar allí en la publicación de su primer libro. Luego de forma distendida el público realizó las preguntas que en este tipo de presentaciones se suele hacer.

En resumen fue una presentación relajada y muy concurrida donde se elogió un trabajo realmente bien hecho.

Miércoles 5 de Marzo

Por primera vez en el club Amargord, la Psiconáutica y la Literatura se dieron la mano. Esta vez, en torno a la mesa camilla, José Bouso, Paco Sevilla, Javier Torrente Queie, psiconautas y escritores, hablaron, leyeron y reflexionaron sobre textos de grandes maestros como Aldous Huxley, William Blake, Albert Hoffman, José Artaud... El público pudo escuchar y participar en esta charla amena entre amigos.

Aniversario Spannabis Magazine

El fin de semana del 20 y 21 de mayo se celebrará en el Club Amargord unas jornadas cannábicas con motivo del 2º Aniversario de Spannabis Magazine. El sábado se realizarán actividades y charlas. El domingo podremos disfrutar de un aperitivo bajo dos carpas que se situarán en la calle frente al club. Esperamos tu visita.

EMT

www.elcultivadorurbano.com

CALIDAD AL MEJOR PRECIO

SEMILLAS
ILUMINACION
VENTILACION
CONTROL DEL CLIMA
FERTILIZANTES
ABONOS ORGANICOS
SUSTRATOS
MACETAS
MEDICION
CONTROL DE PLAGAS
LUCHA BIOLOGICA
ACCESORIOS
Y MUCHO MAS

VEN A VISITARNOS

pedidos@elcultivadorurbano.com

pedidos telefónicos 091.050.396

EL SECRETO MEJOR GUARDADO DE LOS EXPERTOS

The Mother of all Bubbles

ice-water
rein-extraction technology

**El precio secreto del
refrigerado mejor:**

- AT \$7.000
- vs. los \$20.000
- que necesitas
en refrigeración
- en envases herméticos
- de 100% reciclables

ice-water

**Enfriado de
bebidas heladas
transparente como
el cristal de
cristal puro.**

**Para hacer platos
INTERNACIONALES,
sin tener que ir
a otros establecimientos.**

ice-water

1707 984 8180

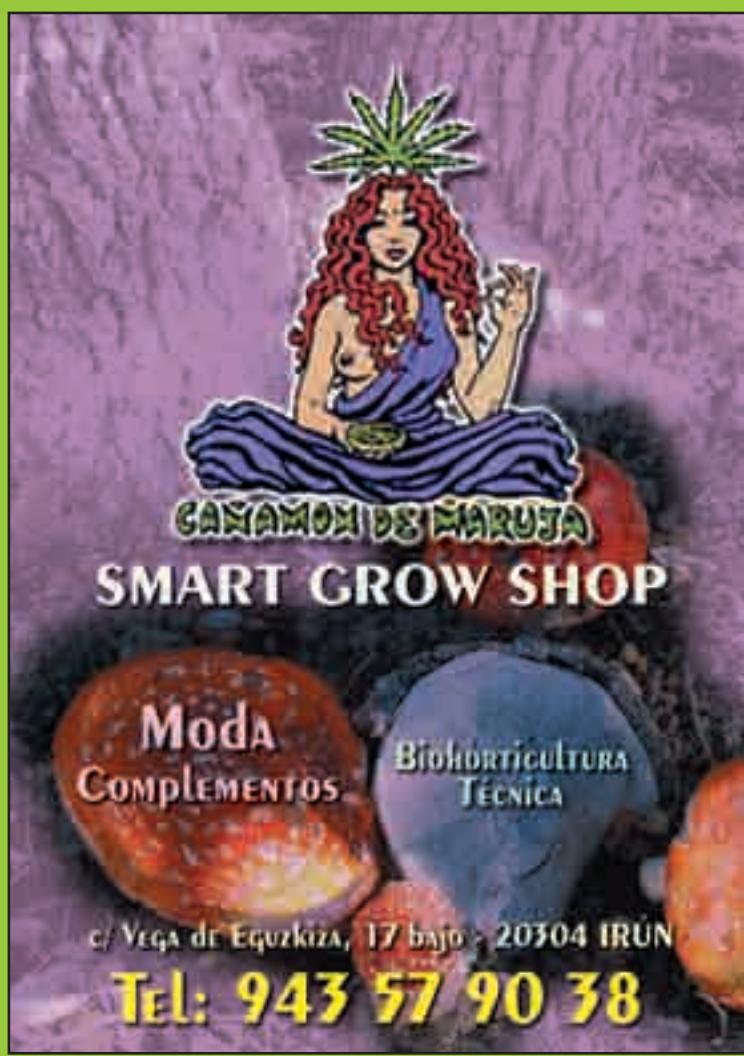
www.grabots.com
www.icecold.org

XTR 9899

Refrigeración

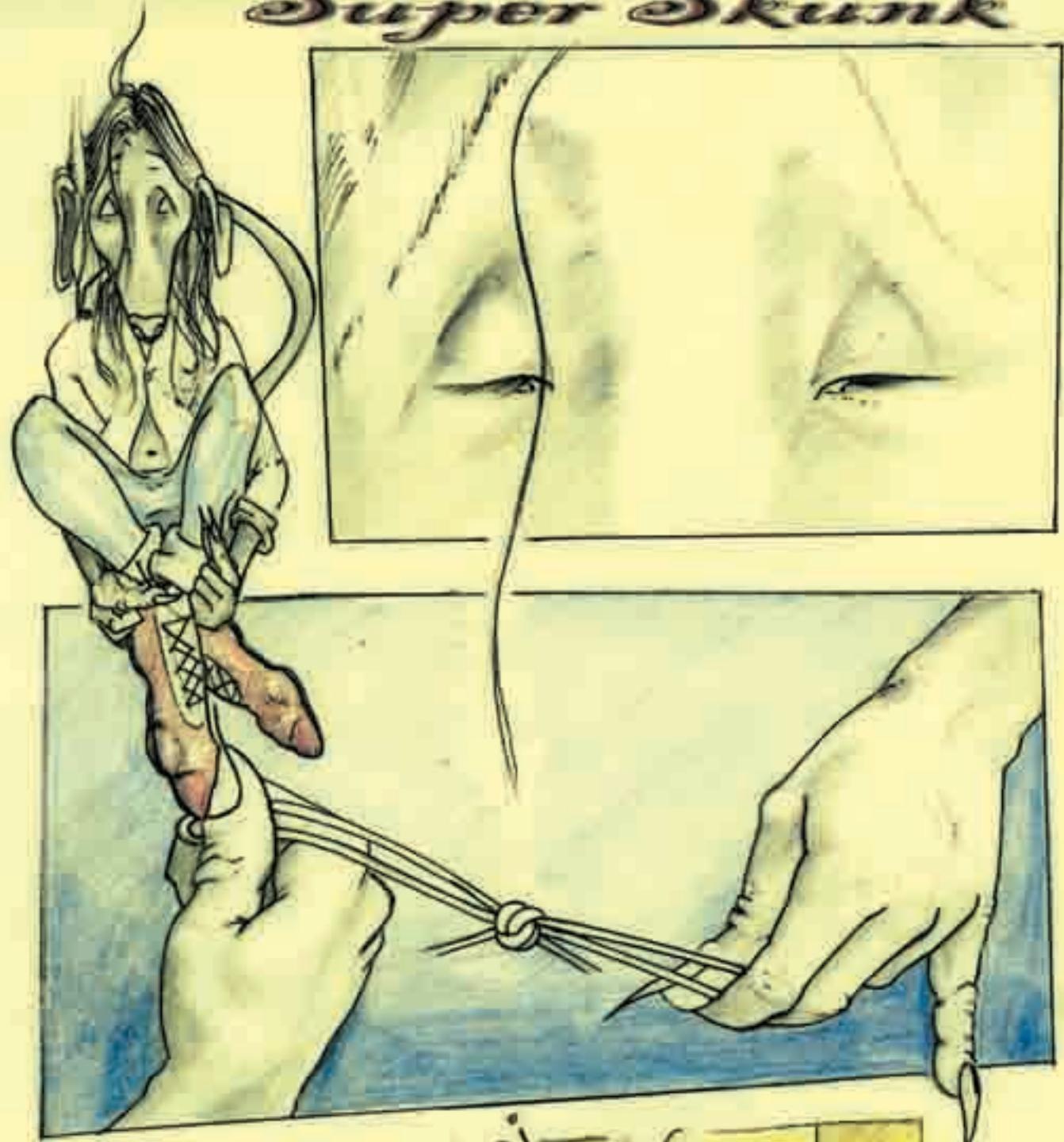
1 707 984 8180

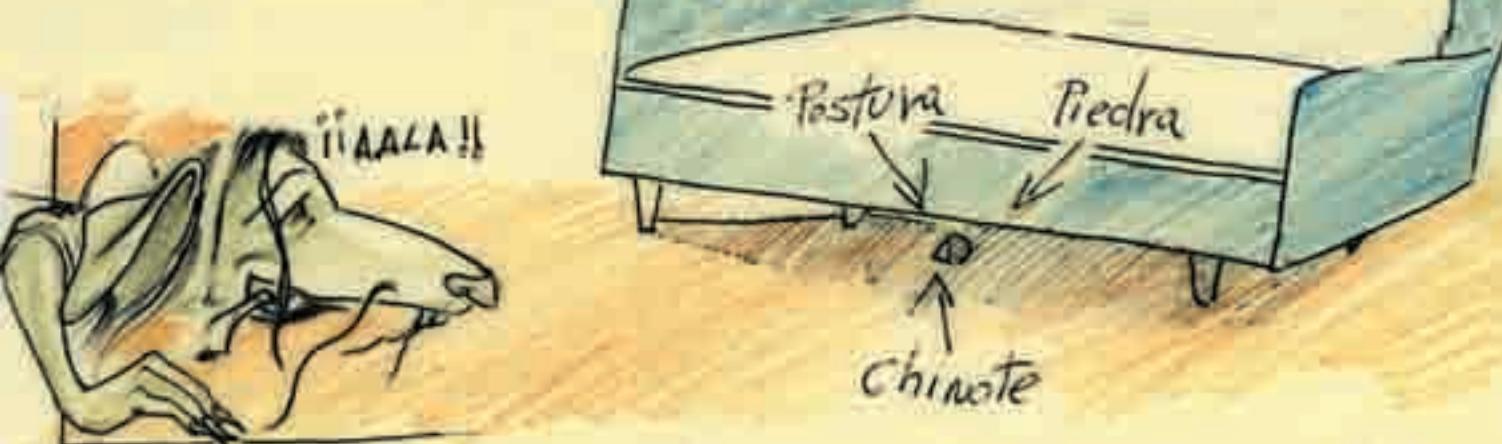
Teléfono en el número de Monterrey, Coahuila



Quesocristo

Super Skunk





No hay mal
que por bien no
venga





Serious Seeds

AK-47
planta del año 2004
(revista High Times)



KALIMIST viva sativa



CHRONIC:
Primer Premio!
Feria Highlife oc. '2004 (España)

CHRONIC porque la salsa importa



WHITE RUSSIAN
el globo en cannabis



BUBBLE GUM: punto y aparte

Todas nuestras variedades han sido premiadas

Resultados garantizados!

Disponibles en tu tienda cannabica preferida pide information

Pedidos y atención al cliente: Dmter Cultivo S.L.

Tel: 91 311 29 00 / Fax: 91 311 56 22 / email: dmtercultivosl@hotmail.com - www.seriousseeds.com



15 semillas seleccionadas a mano

FERTILIZANTES
SEMILLAS
MÉTODOS DE CULTIVO
MEDIDORES
PARAFERNALIA

VIVA
Maria Alegre grow shop

Tel. / Fax: 91 381 88 01
av. san luis, 94 - madrid 28033
barrio de hortaleza

35
años Experiencia

Las más fina selección de semillas de alta calidad.

Distribuidores en España:
www.plantasur.com
www.leaflife.com

www.flyingdutchmen.com



Cannabis Seeds

Los ganadores de la Highlife Cannabis Cup 2006:

Shaman's High, 2º premio semillas hidro

White Widow®, 3º premio semillas bio



Suscamos distribuidores y vendedores de comercio al por mayor!

Distribuidores en España:

Hipersemillas: www.hipersemillas.com, email: info@hipersemillas.com, tel: (0034)-956096652

Plantasur: www.plantasur.com, email: info@plantasur.com, tel: (0034)-958506110

Más información:

www.sjamaan.com, email: wholesale@sjamaan.com, tel: +31263893819, fax: +31263893818



Magic Mushrooms

Haz tu pedido de setas online:

www.sjamaan.com



Suscamos distribuidores y vendedores de comercio al por mayor!

Más información:

www.sjamaan.com, email: wholesale@sjamaan.com

tel: +31263893819, fax: +31263893818

VAPIR™

Imagínate: inhalar los principios activos de cualquier hierba sin humo.



El VAPIR ONE Vaporizador, de venta en todos los establecimientos especializados.



Cannalyse

Fingerprint & THC Test Kit

Ganador del premio "Mejor Producto de Cultivo" durante Spannabis 2006!

Al contrario de lo que cree mucha gente, el efecto de los productos de cannabis no se obtiene solo por el THC. Las características específicas y el efecto de un especie definido de cannabis es causa de la combinación de distintos 'cannabinoides' como THC, THV, CBG, CBC, CBD y CBN. Cada especie de cannabis está compuesto de distintas composiciones de estos 'cannabinoides'. Por esta razón, el efecto de cada tipo de cannabis es único.

El 'Cannalyse Test Kit' hace posible pronosticar el efecto de cada tipo de cannabis de antemano. Pues según quieras estar más o menos fumado, quieras obtener un efecto activo con lo cual puedes estudiar, o buscas justamente un efecto para dormir bien; si usas los productos de cannabis contra el dolor, el insomnio, los espasmos de músculos o de bronquios o el MS; el 'finger print' de cada especie de cannabis hace que sabes de antemano que efecto puedes esperar!

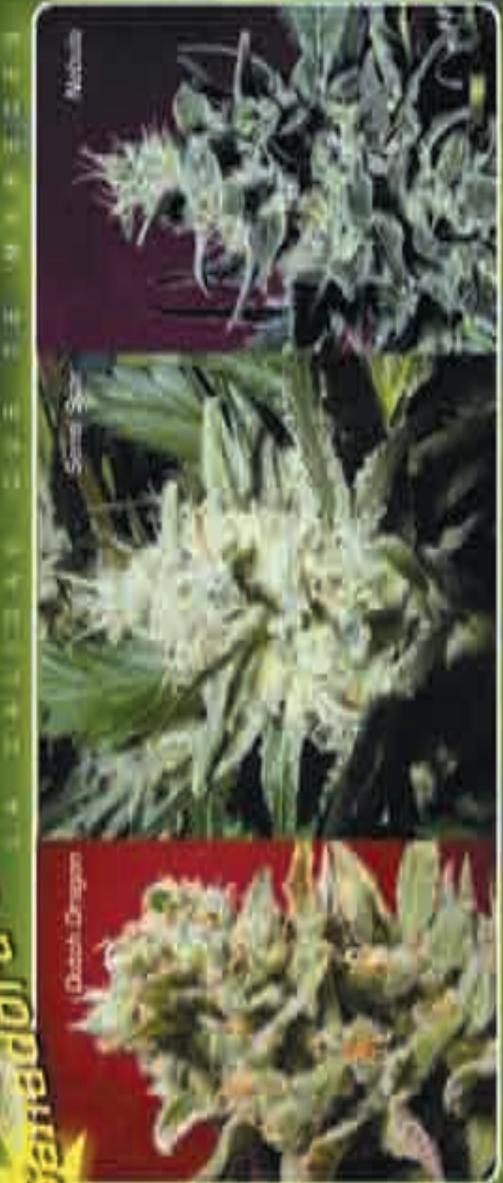
- Test sencillo, resultado rápido
- Descripción completa de todos los elementos efectivos y la relación entre ellos
- Para cada uso la planta adecuada



VAPIR y CANNALYSE son distribuidos exclusivamente por

KULU TRADING
SMOKE SUPPLY WHOLESALE

Ganadora 2005 y 2006!



Dutch Dragon
• 1º premio Highlife
Cannabis Cup 2005

• 2º premio Champions Cup
España 2005
• 3º premio Copa La Buena
Flor España 2005
• 3º premio High Times
Cannabis Cup 2005

Nebula
• 1º premio Cope La
Buena Flor España 2005
• 2º premio High Times
Cannabis Cup 2005

Shehenszade
• Vinciente del Es
premio Miss Highlife
Cup del 2005

Uso medicinal

El Cannabis ha sido siempre utilizado como medicina. Pacientes
diseñados así saben que las variedades de Paradise seeds son
excepcionales para tratar el dolor y sufrimiento, reducir las náuseas,
reducir el ardor y bruscas ganas raro de malestar en personas que
reciben tratamiento medicinal.



Ahora disponible,
semillas feminizadas!



Pedidos e
información

Paradise Seeds B.V.
Postbox 377
1000 AJ Amsterdam
Holland
Tel/Fax +31 20 6795422
info@paradise-seeds.com

Descarga tu
catálogo gratis
de nuestra Web!

Las variedades de Paradise están criolladas para uso medicinal por la
EUP (European International del Cannabis como Medicina).

www.paradise-seeds.com

EDICIONES DESDE 1994