

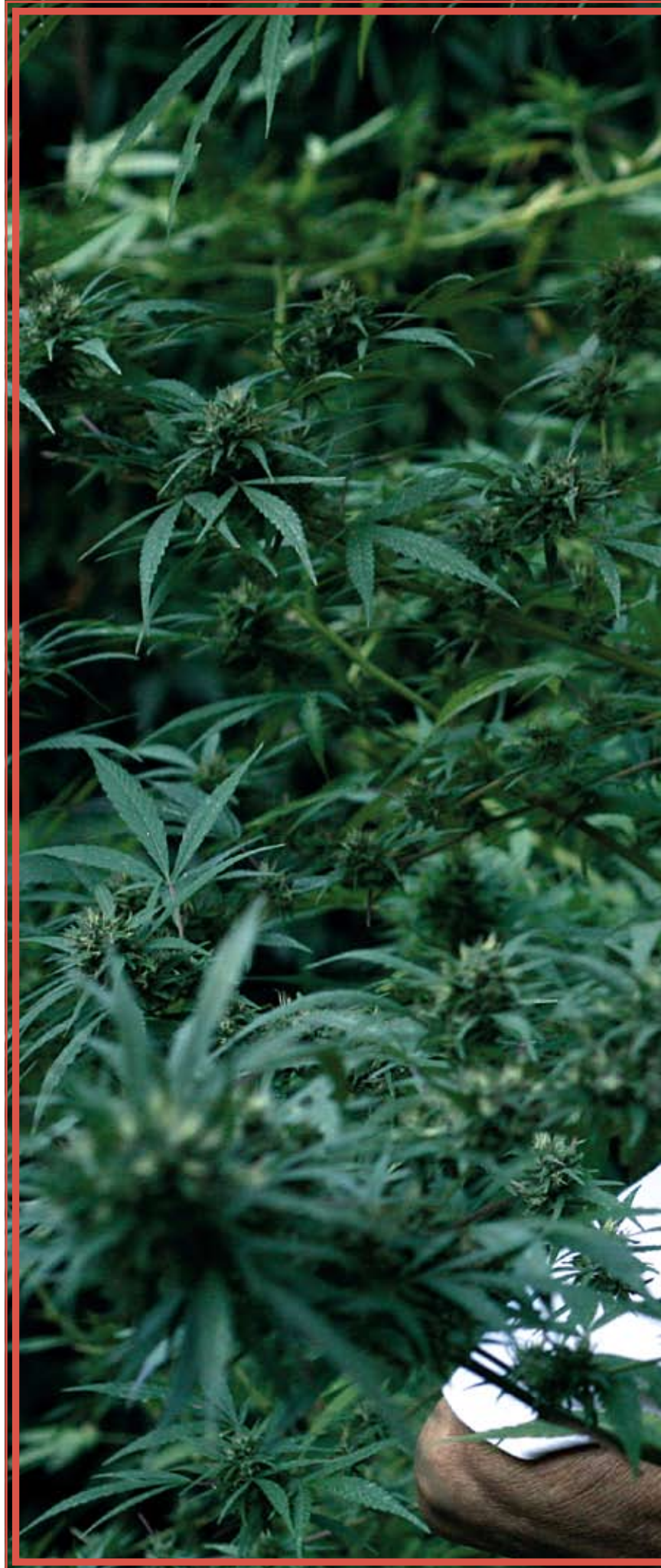
“Cada vez más ancianos fuman marihuana, convencidos por sus nietos que les dicen que los hará estar más tranquilos o no sufrir dolores de huesos. El problema es que en este país no hay lugares destinados a tratar este tipo de adictos.”

Claudio Izaguirre, Presidente de la Asociación Antidrogas de la República Argentina

LOS AÑOS NO VIENEN SOLOS

Por **Jimena Rosli**
Fotos **Ezequiel Kopel**

Atención: la señora del mercadito puede tener un plantín entre los malbones y el canoso sentado en la plaza quizás esté colgado mirando el cielo. Es que después de los 60, además de los nietos, hay kilómetros de vida nueva que muchos deciden transitar con finas hierbas. El pegue de la tercera edad es para arriba





El tiempo puede estar de nuestro lado, al menos eso es lo que nos enseñan algunos de los que ya entraron en ese territorio supuestamente apacible de la vida. ¿Qué pasa de ese lado? En principio, de lo que no hay dudas es que pasar los 60 ya no es lo que era. Nuestros padres, definitivamente, no serán como nuestros abuelos, un poco por decisión y, otro tanto, porque el mundo ya no es ese lugar donde los valores clásicos son los únicos respetables.

A diferencia de los que crecieron en un universo delimitado por una idea monolítica de lo que es “correcto”, quienes hoy empiezan a ser abuelos fueron jóvenes en el ocaso de los 60 y transitaron las décadas del 70 y el destape de los 80 con el tanque repleto de juventud. Mientras algunos lo hicieron a los palos, otros prefirieron una velocidad crucero, pero, más allá de las revoluciones por minuto de cada corazón, las experiencias de los últimos 40 años dejaron su marca en toda una generación que hoy tiende a ver que no está mal que la juventud reclame que sus decisiones no sean simplemente el margen de la cultura.

En este marco nuevo, los “viejos” empiezan a sumarse a reivindicaciones que no les permitió la Historia y en esas convicciones comunes es donde se juntan con los jovencitos. El fenómeno parece, más que mera buena onda, un momento de comprensión entre generaciones, en el que los más jóvenes también empiezan a comprender algo esencial: en un cuerpo con muchas batallas hay tanta vida como en uno que se está estrenando. Así, una luz nueva va clareando esa zona misteriosa de la vida que denominamos “tercera edad”. Naturalmente, no todos se alegran de algunas salidas del placard.

En marzo de 2010 alguna parte de la opinión pública debe haberse estremecido. En Diario Popular un titular brilló con sus neones de advertencia: “Cada vez más ancianos adictos a las drogas legales y a la marihuana”. Que los mayores van siendo arrastrados a vivir de píldora en píldora ya casi todos lo sabemos, dado que si lo que se peinan son canas, la medicina alopática regala un pastillero antes de dar cualquier diagnóstico. Pero enfrentarse al

hecho de que más nonos consumen marihuana es algo que sorprendió y dispuso a muchos a sentirse parte de una sociedad “indignada” ante el avance del flagelante faso.

A la cabeza de los bienpensantes, Claudio Izaguirre, presidente de la Asociación Antidrogas de la República Argentina (AARA), explica en dicha nota que son los adolescentes y los jóvenes los que “incitan” a sus abuelos a consumir marihuana “tomándolo como una gracia” o convencidos de que sirven para “uso médico, a fin de evitar dolores propios como la artritis”. Los abuelos copados, sin poder de voz ni voto, se dejarían llevar. Según el cronista, los viejitos “accederían a fumar como una excusa más para compartir tiempo junto a sus nietos”. Una ternura.

El prohibicionismo denuncia los crímenes, pero nunca da el nombre de los damnificados. En busca de los protagonistas de tan salvaje atropello, THC salió al encuentro de estas víctimas de hijos o nietos adolescentes. Lo llamativo, además de tratarse de personas a las que difícilmente uno trataría de ancianos, ninguno de ellos empezó a fumar por imposición. Es más, algunos ni siquiera comparten el hábito con su prole.

La tendencia es noticia, pero no novedad. Hay abuelos que empezaron a fumar de grandes y otros que lo hicieron siempre. De hecho, la mujer más longeva del mundo, Fulla Nayak, una india de 129 años, fumó marihuana toda su vida. Los viejos verdes son una generación que se descubre ahora en Argentina, pero que viene echando humo hace rato, delineando una historia que demuestra que la marihuana no es sólo cosa de chicos.

HASTA EL MAIPO Y MÁS ALLÁ

¿Cómo pegará cuando estás retirado? ¿Y el flash? Para empezar a entenderlo estamos en un jardín en la localidad de Caseros, provincia de Buenos Aires. Luisa vive en esta casa con su perra Pacha. Usa un saquito escocés, una remera blanca y tiene los ojos y labios pintados. Su pelo es cortito, color castaño, con claritos. Quizás para la ocasión está arreglado y peinado con gel. “Me lo cortó el hombre de mi vida, mi nieto”, dice orgullosa. El joven de 20 años es el peluquero de su abuela de 70, a quien todos conocen como Ernes.

Hace pocos meses apareció en televisión. El Canal Volver organizaba un concurso “Retro” donde pedían filmaciones con objetos antiguos y recuerdos de la infancia. Ernes presentó un video casero de una máquina de coser y seleccionaron su historia como finalista. “¡Hasta Ti-

nelli y el Maipo no paro!”, dice pensando en los corredores de vedettes de dos épocas. La abuela es histriónica y puro carisma. Cuando habla hace morisquetas, gesticula y ensaya voces diferentes. La suya es preciosa y potente, pero en el coro barrial la rechazaron por desafinada. Sin embargo, no se dio por vencida y ahora baila zapateo americano y rap en un centro cultural. Sin dudas esta mujer nació para hacerse ver.

El juego de mesa del patio está decorado con pedacitos de azulejos de colores. Ernes trae una gaseosa y un plato lleno de magdalenas rellenas con pasas de uva que prepara especialmente para la entrevista. Sus conocidos cuentan que nadie la iguala con su dulce de frutilla y las calabazas al almíbar. Ernes, cuando no está en algún ensayo, se dedica a la cocina y su rutina parece la de una panadería. Hace 20 años que se levanta a las 3 y media de la mañana y cocina lo que le pide una rotisería de la zona: tartas, budines, postres. A las 9 viene un remis a buscar el pedido y ella se va a otro local. Trabaja hasta las 2 de la tarde en el negocio de comidas familiar, que lleva como nombre el apodo de su hija: “Lalo-risería”. La llegada de la primavera la festejó ahí, con un sombrero fluorescente.

Detrás del personaje, Ernes es una mujer sensible y sufrida. El dolor por la pérdida de un ser querido le trajo una profunda depresión. “Tenía que hacer algo o dejarme morir”, cuenta. Y se compró una computadora. Sola, sin explicación de nadie, aprendió a usar la red. Se abrió una cuenta de Messenger, agregó a todos sus nietos y a los amigos de ellos y se armó un perfil de Facebook, donde subió las fotos de sus cultivos y plantas. Las de las esponjas vegetales brillan, pero más sorprende verla posando entre plantas de marihuana, tirando besos al aire a macetas con plantines.

Ernes empezó a consumir marihuana hace 10 años, por curiosidad. Más que los porritos, le gustan las infusiones. “De vez en cuando me tomo un tecito”, explica muy seria, “es energético, estimulante y me calma el dolor de los huesos”. Pero también recuerda que la primera vez que se tomó uno, “dormí como un bebé”. Ahora se siente mucho mejor de salud. Quiso contar su descubrimiento y se lo comentó a su joven médico de cabecera, que le respondió con evasivas. Pero el profesional no tiene nada que decir: a la abuela los estudios clínicos le dan perfecto y no tiene ni el colesterol alto. Ernes ya no toma ninguna medicación, pero confiesa que acude a las aspirinas si se siente mal.

PIQUITOS. Ernes es todo amor: tiene para repartir entre sus hijos, nietos y conocidos.



MÁS PLANTA, MENOS PASTA

El cannabis viene demostrando hace años sus propiedades medicinales. Algunas de las enfermedades características de la tercera edad están en la mira.

Glaucoma

El glaucoma es una afección del ojo que implica el progresivo deterioro del nervio óptico. En la mayor cantidad de casos, se trata de una enfermedad crónica que suele conducir a graves pérdidas de la visión. Uno de los factores de riesgo más importantes es una elevada presión intraocular. En el ojo fueron detectados receptores cannabinoides y se comprobó que al activarse aumentan la circulación del humor acuoso (líquido interno del ojo que mantiene la curvatura del globo ocular)¹. Los cannabinoides que activan sobre estos receptores son útiles para reducir la presión intraocular en los pacientes. Se trata de uno de las propiedades de la marihuana más conocidas en el Occidente moderno: como se sabe desde 1971, la marihuana por vía respiratoria actúa efectivamente sin muestras de ningún efecto nocivo sobre la función visual o la estructura del ojo.

Artritis

La artritis es una enfermedad degenerativa de las articulaciones y aunque no sólo la sufren personas de edad avanzada, suele ser un padecimiento común en la población mayor de 60 años. En sus primeras etapas dificulta el movimiento y se caracteriza por ser extremadamente dolorosa. En cuadros avanzados llega a inmovilizar la parte del cuerpo afectada y puede ser de carácter terminal. En algunos casos, avanza por todo el organismo e impide una vida normal y concluye en la discapacidad del movimiento en todo el cuerpo. Según estudios recientes incrementa en un 50% el riesgo de muerte cardiovascular². En 2005, un grupo de médicos especializados en enfermedades reumáticas, apoyados por la Universidad de Bath, Inglaterra, realizaron un estudio sobre una población de 56 pacientes con artritis reumatoide³. Este tipo de artritis se extiende por todo el cuerpo inflamando los cartílagos y la membrana sinovial, localizada en las uniones de los huesos, produciéndose la salida del líquido sinovial, esencial para la lubricación y protección que evita el roce y desgaste de los huesos. Fueron tratados con THC 31 pacientes, mientras que a 27 les dieron un placebo. Luego de 49 días de tratamiento se registraron "mejoras generales del dolor en movimiento y en reposo, mejora en la calidad del sueño y mejoras en las condiciones generales de la artritis del paciente", según el doctor Ronald Jubb, especialista del Hospital Universitario de Birmingham. Sólo 8 pacientes sufrieron mareos, pero ninguno debió dejar el tratamiento.

Alzheimer

El Alzheimer es una enfermedad progresiva que afecta la memoria de personas mayoritariamente en edad avanzada. Se trata de una enfermedad neurodegenerativa y sus consecuencias son el deterioro cognitivo y trastornos de la conducta que pueden ser confundidos con meras consecuencias de la vejez. Se caracteriza por una pérdida progresiva de la memoria y de otras capacidades mentales, dado que las neuronas mueren progresivamente y diferentes zonas del cerebro se atrofian. En muchos casos se presentan cuadros de demencia previos al fallecimiento. Científicos del Instituto Scripps de Investigaciones de California descubrieron recientemente que algunos componentes del cannabis pueden prevenir el agravamiento de la enfermedad, ya que preservarían los niveles de un neurotransmisor que permite el funcionamiento cerebral⁴. Según las conclusiones del estudio, "comparado con las drogas aprobadas actualmente para tratar Alzheimer, el THC es un inhibidor considerablemente superior, y estos estudios proporcionan un mecanismo molecular por el cual las moléculas cannabinoideas, en particular el delta-9-tetrahidrocannabinol, pueden impactar directamente en el progreso para debilitar este mal".

1. Hepler R.S., y Frank I.M., *Marihuana smoking and intraocular pressure*, en JAMA, 1971.

2. Avina-Zubieta J.A., et al. *Risk of cardiovascular mortality in patients with rheumatoid arthritis: a meta-analysis of observational studies*, *Arthritis Rheum.* 2008; 59: 1690-1697.

3. Blake D., Robson P., Ho M., Jubb R. 3 y McCabe C., *Preliminary assessment of the efficacy, tolerability and safety of a cannabis-based medicine in the treatment of pain caused by rheumatoid arthritis*, *Rheumatology Advance Access*, 2005.

4. Eubanks L., Rogers C., *A molecular link between the active component of marijuana and Alzheimer's disease pathology*, *Molecular Pharmaceutics*, 2006.

El año pasado llegó a tener 43 plantines en el jardín —nueve dieron buena cosecha— a los que en pleno crecimiento arreglaba y emprolijaba con una pincita de depilar. Investigó por Internet cómo cultivar maría y las propiedades de la planta. Ahora Ernes tiene entre 15 y 20 sembradas afuera, y adentro de la casa improvisó un indoor en la mesada de su cocina. "Les doy un cuidado especial, la cocina es un microclima que sirve para que crezcan", explica. Está a la espera de cuáles le salen machos y cuáles hembras. Para fines de abril espera poder cosechar. Su mano con arrugas —la que muchas veces cambió pañales— alcanza una maceta de plástico. "¿Viste que linda que está?", dice, acariciando las hojas. Ernes siempre cultivó, jamás compró. Y tiene una razón para ello: "Prefiero que los jóvenes fumen en sus casas y no cualquier porquería". El prensado paraguayo le da miedo y desconfianza. Debe ser por eso que la abuela es demasiado solidaria con sus cogollos. "Tenía un ejemplar hermosísimo... pero lo regalé todo", cuenta.

"Todo el mundo envidia a mi abuela", cuenta una de sus nietas adolescentes. Ernes es como una abuela postiza para sus amigos. "Es como la abuela que nunca tuve, es una aventura salir con ella, es lo más —cuenta uno de los nietos adoptivos— nos hace reír con sus locuras, pero lo mejor es lo de las plantas".

"El porro no es alucinógeno, nunca llega a la total metamorfosis de la persona —afirma Ernes—, sirve porque te despejás y evadís. No me parece mal que la gente fume. El joven no es inconsciente, todo tiene sus límites y uno se los sabe poner. Pero los viejos que fuman son pocos. Hay que romper tabúes", dice esta señora que blanqueó con su familia que le gustan sus tecitos cannábicos y no se averguenza de eso. La misma señora que no deja de ser abuela en ningún momento y que antes de irnos, grita: "Llévenle de regalo a la familia"... y nos guarda unas magdalenas en una bolsa blanca de supermercado.

HIPPISMO DURO

La mujer vive en un lugar que po-



Ernes, con 70 años, ya es casi una experta en outdoor: "las plantas requieren un clima cálido y abundante riego, son muy sensitivas y reconocen a quién las cuida", asegura.

Ernes nos da consejos a la hora de cultivar. Ya es casi una experta en el outdoor: "Las plantas requieren un clima cálido y abundante riego". "Son muy sensitivas y reconocen quién las cuida", asegura. Lo dice una mujer que conoce bien del tema y que es capaz de levantarse a las 3 de la mañana para regarlas "y que no sufran sed".

"No es una cosa desopilante plantar, no entiendo por qué está prohibido. Lo prohibido atrae", tira Ernes acostumbrada a la polémica, como cuando entró a un vivero a preguntar si vendían semillas de cannabis. Y le encantan las excentricidades. Antes de fin de año tiene planeado estudiar un curso de Sofrología —la ciencia basada en el estudio de las vidas pasadas— en la Fundación de Fabio Zerpa. Siempre le interesó ese tema y también asistió a conferencias sobre ovnis y vida extraterrestre. En una de las últimas charlas, Zerpa declaró a los asistentes que un ser de otro planeta, camuflado con forma humana, estaba sentado junto a ellos en una de las butacas. "La gente me miraba pensando que era yo", dice riendo.

dría ser cualquiera que tenga un pedazo de tierra que sirva para plantar. Adriana (60) no quiere decir dónde habita y encontrarla entre calles sin nombre y caminos de tierra se hace difícil. Preguntamos por su nombre y todos la conocen. "Ah, la petisita hippona", responde un hombre que cruzamos y nos da las indicaciones. En el camino nos sigue un perro marrón, mientras a lo lejos vemos que se acercan dos mujeres. En sencillo reconocer a Adriana: metro cuarenta, pulóver peruano, un pañuelo de leopardo en el cuello y una pollera de elefantitos. Tiene el pelo largo gris y blanco con algunas rastas. Nos saluda con un fuerte abrazo apenas se da cuenta quiénes somos y nos invita a seguirla.

Su casa está en el medio de un terreno lleno de árboles. "Acá cada uno tiene su tierra y planta lo que quiere", cuenta, mientras empieza a mostrar lo que florece en su hogar. Naranjos, mandarinos, nogales, manzanos y hasta Oreja de Elefante, una exótica planta de origen indio con hojas grandes que hace honor a su nombre. Adriana se trepa a un árbol y se cuelga de las ramas. Empie-

za a arrancar naranjas y se las tira a Ximena, la otra mujer, una artesana treintañera. Adriana se concentra en su labor, se le enreda la pollera en las ramas más pequeñas y se ríe.

Adentro la cocina es pequeña y el techo es bajo, como si fuera la casa de un duende. En la mesada hay varios libros. Adriana nos muestra las habitaciones camino a un cuarto más grande donde hay un xilofón, un piano y un charango. “Es el cuarto musical”, explica, mientras abre la puerta que nos lleva a un patio. Es casi de noche, nos alumbra una lámpara parecida a una fruta. “Es bueno cultivar de todo, cannabis también, pero cualquier planta”, dice mientras nos pasa el primer mate y aclara que no le gusta que le digan vieja. Prefiere definirse como hippie, campesina y sobre todo, abuela. “Es la mejor palabra para definirme, es el deber de una abuela contar las verdaderas historias de la vida, contar lo aprendido y sembrar lindas costumbres”.

“Cada uno tiene que poder tener los alimentos y medicinas que necesite”, continúa, “eso es seguridad alimentaria. Cannabis es realmente la planta de la paz. Me contaron que fue la que, de alguna manera, ayudó a frenar la guerra de Vietnam: los soldados fumaban de noche y de día, ya nadie quería pelear”, explica esta mujer que supo ser maestra primaria durante varias décadas.

Adriana empezó a fumar a los 17 años y nunca dejó. Sus hijos no siguieron la costumbre, pero sabían que ella la tenía. Una tarde de domingo en familia su madre de ochenta y pico le preguntó qué era esa flor de cinco puntas que se veía por la ventana. Uno de sus nietos



FORMAS DE ADMINISTRACIÓN DEL CANNABIS

LAS VÍAS POSIBLES



Vaporizador. Es la forma más sana de administración por vía pulmonar, ya que al permitir la regulación de su temperatura, evita los gases tóxicos que se desprenderían producto de la combustión y permite seleccionar los cannabinoides evaporados. La contra es que son equipos costosos.

Infusiones. Para preparar una infusión de cannabis es recomendable combinarlo con algún té a gusto. Se agrega la marihuana bien seca, picada, y se mantienen a fuego bajo unos minutos. Luego, se filtra. El agua caliente actuará como disolvente desprendiendo los tricomas, que quedan como una película aceitosa en la superficie.

Comidas cannábicas. La vía digestiva es más conveniente que fumar, aunque es atinado tener mucho cuidado con la dosis porque un exceso podría desencadenar sensaciones displacenteras. En cada número de esta revista se publican recetas cannábicas.

Porro. Si bien nunca es recomendable fumar, es cierto que hay placeres que a cierta edad uno se permite y a determinados años decide suspender o reemplazar. Las enfermedades respiratorias son muy comunes durante la tercera edad, por lo que la administración mediante porro no es recomendable.

Aceite. Por un mínimo de 3 meses, dejar macerar 8 cogollos de una variedad potente. Ponerlos en un frasco de boca ancha muy bien secados (10 meses en frasco) con 1 litro de alcohol de cereal (el que se utiliza para preparar licores, no tiene olor ni sabor). Conservar a la sombra, en lugar fresco. Moverlo cada uno o dos días. Puede utilizarse como tópico analgésico, aplicándolo sobre las zonas doloridas del cuerpo con un paño o algodón. También puede consumirse en infusiones, agregando algunas gotas al té, por ejemplo.

En todas las formas de administración se sugiere empezar con dosis muy leves e ir subiendo según las sensaciones del consumidor.

le contestó “la planta que se fuma”. Un silencio invadió la mesa cargada de fideos con tuco. Siguieron comiendo sin decir una palabra. Una vez a solas, Adriana le preguntó a su mamá: “¿Querés fumar?”. Esa tarde vivieron un momento único.

Sus sobrinos adolescentes saben de su consumo y cuando la van a visitar, comparten con ella algún que otro porrito. Por una depresión que tuvo hace algunos años, un terapeuta le recomendó una salida natural: fumar cannabis. Y ella, como paciente obediente, le siguió haciendo caso.

En el largo jardín que rodea su

hogar Adriana tuvo plantas enormes. Un día un vecino dio la voz de alerta y la policía irrumpió en el terreno para terminar con la creación sativa de la naturaleza. “Algunas las cortamos y les hicimos creer que otras eran de tomate. Son flores parecidas”, cuenta Adriana mientras repasa los detalles de la historia.

Adriana no da un paso atrás en sus convicciones: “¿Te imaginás lo que sería que se planten frutales en todos lados? No es una locura pensar que de esa manera no habría tantos chicos con hambre. Podrían empezar en las escuelas”.

Ximena asiente, pero se le hace tarde y se va. El agua de la pava se termina y la acompañamos a Adriana a cargarla de nuevo. Entramos a la cocina y nos sentamos. Estamos descalzas y el piso está frío. De la heladera cuelga un escrito de su puño y letra. Son palabras en guaraní y su traducción al español. “Estoy aprendiendo para cuando viaje a Misiones, hay que saber la lengua de cada lugar que uno visita”, explica. Tomamos la segunda pava y cuenta que hasta el agua de su casa es natural. “Es de lluvia”, revela y sale de la casa.

“Yo soy una campesina”, dice Adriana con firmeza, “me guió por las leyes de la naturaleza, algo que trae armonía, te permite llegar a ser grande y estar saludable”. Lo natural le hace y le sienta bien. Adriana, parada en medio de sus plantas, parece parte del paisaje.

Desde afuera de la casa se escucha un chiflido, “acá no tenemos timbre, nos comunicamos por ruidos”, nos explica mientras recibe a una amiga que viene de visita. “Adiviná lo que vino a pedir”. No hace falta. Adriana le explica a Daiana, la recién llegada, que no encuentra lo que le quedó de marihuana. “No sé dónde lo metí”, dice al tiempo que busca en los bolsillos de su polar rojo, “tengo algunos restos y polvito, si querés usamos esto”. Daiana asiente y Adriana le pide un papel para armar. Ya en confianza, esta vieja conocida del arte de fumar, nos cuenta sus historias del Brasil de hace varios años. “No sabés lo que fuman en Brasil. Son unos hipócritas, son los que más fuman y no la legalizan.

RODEADA. Adriana, habitué del cannabis desde hace cuatro décadas, cultiva en su tierra frutas siempre dulces.



LA NONA CECI

La historia de Cecilia llegó a la redacción de THC de mano de unos amigos cultivadores de su nieto Juani. De hecho, el encuentro de Ceci con la marihuana fue la “Anécdota THCera” del número 37. Esta señora de 84 años tiene teléfono y celular, lo que facilitó una conversación en la que habló de todo.

¿Cómo fue que empezó a consumir cannabis?

Yo estaba mirando una serie en la televisión, me encantan las series policiales. Resulta que a la detective le encuentran un cáncer y para llevar adelante la quimioterapia empieza a fumar marihuana. Al poco tiempo viene mi nieto y me comenta que unos amigos tienen un aceite de cannabis muy bueno para los dolores y que podía ayudarme a dormir mejor. Le dije que quería probar, que me lo trajera.

¿Nunca tuvo un prejuicio con la marihuana?

La verdad es que estaba consumiendo tantas pastillas y la combinación me hacía tan mal que no tuve miedo de probar algo distinto siempre y cuando fuera con cautela.

¿Qué pastillas estaba tomando anteriormente?

Qué sé yo... (*risas*), un montón. Me habían recetado un medicamento para la depresión, pero me generaba un montón de problemas intestinales, así que terminaba tomando otras cosas y no comiendo casi nada. Aunque también me habían dado pastillas para dormir descansaba pésimo, tenía muchos dolores de cabeza y algunos problemitas de presión, nada muy serio, un par de puntitos.

¿Cómo se administra el cannabis?

Con un gotero, le pongo unas 20, 30 gotas a un té antes de irme a dormir. Empecé de a poco, con mucho cuidado. Pero es la única manera en que lo consumo, una sola vez al día y siempre antes de irme a la cama. Todo muy tranquilo, no voy a pensar que ando teniendo alucinaciones.

¿Qué cambió en su día a día?

Casi todo, mi calidad de vida mejoró en un 80%. Ya no tengo dolores de cabeza, volví a comer verduras y frutas, volví a hacer actividades, a salir de casa. Me mejoró mucho el ánimo. Hace meses que ya no tomo ninguna pastilla para dormir y la presión ahora está siempre estable.

Además su vida social y fuera de lo doméstico, ¿en qué otras cosas anda?

Hace algunos meses empecé a pintar. Hago copias de paisajes, me gusta mucho Manet, pero siempre copias. Arranqué un poquito grande y no se me ocurren muchas cosas.

¿Qué piensa de la ilegalidad del cannabis?

Pienso que a nadie que quiera hacer negocios con los remedios le conviene que el cannabis sea legal, le haría bien a demasiada gente. Yo tengo un poco de miedo, porque quiero seguir con este tratamiento que me hace bien, pero no quiero comprometer a nadie y que tenga un problema con la policía.

¿Qué le diría a los legisladores que este año deberían tratar la despenalización de la tenencia y el cultivo?

Que la mayoría de las cosas que nos hacen mal, nos hacen mal por excesos, por no hacer las cosas con cuidado; que muchas de las drogas legales no hacen nada bien, que el cannabis a mí me ayudó mucho y ojalá pueda a ayudar a más personas.

Allá nunca me acostumbré a decirle macoña –recuerda en una pitada larga– ¡nos fumábamos cada canuto!”, confiesa Daiana. Pasa el porro –un finito que da pena– y nos sonríe. “Mirá a las dos viejas fumando, ¿te pensabas que era cosa de pendejos?”, ríe Adriana mientras afuera ya es de noche.

PIBES Y COQUETERÍAS

El señor canoso con colita se hace problema por pocas cosas. Sonríe entusiasmado y abre las puertas de su casa de par en par. Hay olor a sahumerio de patchouli en su pequeño y ordenado ambiente en Palermo. El aire juvenil que muestra coincide con su ropa: camisa negra, jogging de tela de avión del mismo color y unas zapatillas deportivas. La única marca de su edad son unos anteojos sin marco.

Ricardo (60) es flaco. Todos los días va al gimnasio a hacer aeróbicos y aparatos. Se levanta muy temprano. A las 5 de mañana ya está arriba, se despierta sin ayuda del despertador. Dos horas más tarde sale cambiado, con short y musculosa, haga frío o calor. Entrenando ya bajó los 20 kilos que tenía de más. Su look lo completa un bronceado natural culpa de la reposera en la que se echa los mediodías de sol en la terraza. Vivir solo le da tiempo para cuidarse y para darse gustos.

Su primer porro fue en los Estados Unidos, en una fiesta con los amigos de su primo. “Me pegó mal, me cayó pésimo y terminé vomitando”, recuerda, “fumé mucho y hay que aprender a fumar”. No recuerda cómo terminó esa noche ni cómo volvió a su casa. La mezcla de alcohol fue fatal para ese joven

a la noche, me quedo tranquilo y duermo totalmente en paz”, explica. Ricardo no consume otra cosa que no sea cannabis, aunque a veces se permite algún que otro cigarrillo. El deporte, el cannabis y la vida libre de prejuicios y sin darle importancia al qué dirán lo hacen sentirse sano: “Me hago un análisis todos los años, un chequeo general y estoy perfecto”. Por eso, visita médicos sólo una vez al año. “No sé si mejoré o no, pero yo me siento bien”, opina.

La casa tiene una escalera caracol exterior que da a la mini terraza, ideal para tener un par de plantitas. “La sociedad no está acostumbrada, somos pocos a los que no nos importa lo que piensan los demás. Mucha gente de mi edad no fuma porque les cuesta conseguir, imagínate alguien tratando con un transa. Es difícil si no plantás”, afirma desde su reposera.

Ricardo tiene tres hijos. Ninguno fuma y no saben que su padre lo hace: él jamás se prendió un porro frente a ellos. Por eso, cuando tuvo los plantines, tuvo que esconderlos. “El porro para mí es algo, no es todo. No me muero si no tengo. Pero, ¿por qué alguien se tiene que meter con tu vida? No lo jodés a nadie. Lo importante es controlarse, que no se te vaya de las manos. No hay que irse de mambo ni con la marihuana ni con nada”, recita mientras el sol le da de lleno en la cara.

Pero Ricardo no es una persona solitaria ni poco familiar, para nada. De hecho, es el que cocina y decora las tortas en los cumpleaños de sus nietos. No es un chef profesional, pero se da maña para los budines y las tartas. Todo lo sostiene a



Mónica, su hermano, sus sobrinos mayores y sus novias comparten las cosechas. En reuniones familiares se arma la ronda. Un gran carioca entre personas con sangre en común.

que recién pasaba los 20 años. Su adultez la pasó durante la dictadura, época en donde se hacía difícil disfrutar de un humo con aroma dulzón en medio del aire de hierro que se respiraba. En pareja y en privado fumó siempre sin problemas. Se casó y cuando su mujer quedó embarazada, ambos decidieron dejar de fumar. Nunca más lo hizo. Volvió al hábito recién hace tres años, cuando se divorció.

Hoy fumar marihuana es una actividad diaria para él. El mejor momento para hacerlo, dice, es la noche. “Me relaja, me fumo uno

partir de una filosofía muy clara: hacer lo que a uno le gusta sin importar lo que digan los demás. “No hay que esconderse más, no tengo nada que ocultar, porque no hago nada malo”, explica, “tengo miedos como todos, pero no me impiden avanzar. Soy uno más, no soy nadie especial, hay muchos como yo”.

RETIRO VOLUNTARIO

Cada vez que Mónica (60) pronuncia la palabra “porrito”, sonríe. No usa maquillaje. La mujer es verborágica, trata de hablar bajito, para que no la escuchen de otras mesas, pero

se exalta y sube el tono. Su plenitud contrasta con el aspecto formal de los mozos de camisa blanca y moño negro. El lugar de reunión lo propuso ella a la hora de pactar la entrevista. “El bar en la esquina de la casa de Charly García”, explicó.

A los 21 probó por primera vez. Le pidió a su novio que consiga y el amor unió la primera experiencia. La costumbre llegó a los 30. “Es la mejor edad”, asegura. La madurez llegó de la mano de la decisión de no fumar más prensado.

Cuando Mónica no trabaja, sus días transcurren en su casa de Zona Oeste. Vive sola en su casa de 1.500 metros. Lo primero que hace cuando se despierta a la mañana es salir al terreno y saludar a sus niñas. Sus perros ya saben: con ellas no se meten. Las tareas del hogar van siempre acompañadas: cocina, plancha, lava y ordena fumando un porrito, con la radio de fondo o algún cd de bossa nova. “Un porrito por día mínimo –cuenta– y dejo la tuquita para la noche”. Antes de dormir, ve alguna novela o película en televisión y le da unas secas. “Me encanta el mambo que me genera”, cuenta y le brillan los ojos.

En el año 1999 arrancó con su cultivo, pero su primera cosecha buena fue recién en el 2004. Su hermano Daniel le regaló 15 semillas californianas y el fruto fueron 800 gramos de flores. “Antes era difícil”, explica, “hoy hay información”. Dice que no se desespera si no tiene para fumar, pero procura siempre tener una reserva. Ahora tiene cinco plantas nuevas, que plantó a fines de octubre, en un día que el calendario energético anunciaba como de luna llena. A días de la cosecha conforman un gran árbol para la foto.

Una vez, de visita, su padre de 80 años descubrió las niñas. “Lo quiero hacer probar”, cuenta orgullosa. No sería el primero en la familia. Fuman



RICARDO. “La sociedad no está acostumbrada, somos pocos a los que no nos importa lo que piensan los demás”.

su hermano, sus sobrinos mayores y sus respectivas novias. Todos comparten sus cosechas. En reuniones familiares o cumpleaños se armaba una gran ronda donde se van pasando los frutos. Un gran carioca entre personas con sangre en común.

Sólo el tiro alto del jean que tiene puesto y las canas delatan la edad de Mónica. “Estoy esperando jubilarme y tener un ingreso fijo”, comenta. La

sexta década de su vida tiene objetivos claros: empezar a practicar yoga y mandar a comprar unas semillas de cannabis a España.

“Ya hice de todo”, confiesa. El tabaco fue lo que más le costó abandonar. Fumaba dos atados por día y hoy hace 16 años que no consume. Lo que nunca dejó –ni quiso dejar– fue la marihuana. “Siempre me hizo bien”, asegura. Será por eso que no

entiende por qué no es legal. “Esta es una sociedad hipócrita y pacata, mientras fumes, no jodas y moleses al otro, no veo el problema”. Esta mujer que nació el mismo año que Charly García se tiene fe. “Antes pensaba que iba a vivir hasta los 90, pero ahora sé que llegó a los 100”, dice riendo. Después se pone seria y asegura: “Pero yo no me quiero morir hasta verla legalizada”.✿

PREVENCIÓN PARA USUARIOS DE FASE DE EDAD AVANZADA

TODO EN SU JUSTA MEDIDA

El cuerpo es un sistema que luego de alcanzar su máximo desarrollo comienza inexorablemente a deteriorarse. Eso da como resultado una aritmética simple: a mayor edad, mayores son los cuidados necesarios a la hora de consumir cualquier sustancia, y también mayores son los riesgos. De hecho, sólo en la combinación de hasta tres medicamentos pueden predecirse las interacciones y, por ende, los efectos. En el caso de consumo de cannabis pueden definirse varios riesgos puntuales.

1 Efecto psicoactivo

Por predisposición en edad avanzada y el deterioro cerebral general, algunas personas suelen manifestar una tendencia a padecer un síndrome confusional. Esto puede desatarse por el simple hecho de una internación, en la que el paciente ve alterado su día a día. Sin importar lo que motivó el episodio, siempre quedan secuelas, sean mínimas o de mayor consideración. Por lo tanto, y teniendo en cuenta que los efectos psicoactivos del cannabis son un factor que puede desencadenar o agravar un síndrome confusional, es importante que la dosis consumida sea lo más pequeña posible y de ser necesario aumentarla de forma lenta y paulatina, dando tiempo a percibir los nuevos efectos. Para evitar problemas es recomendable que el consumidor esté acompañado por una persona de su confianza que pueda afrontar cualquier situación imprevisible, en caso de presentarse efectos no deseados suspender la administración y, de ser necesario, consultar con el médico.

2 Riesgos de accidentes

Las personas de tercera edad presentan un riesgo elevado de caídas y accidentes domésticos, muchas veces con consecuencias físicas graves que hasta pueden provocar la muerte producto de las complicaciones que suelen ocurrir.

La marihuana, al alterar el equilibrio, la percepción y los reflejos, aumenta este riesgo, por lo que es importante evitar desplazarse o realizar movimientos peligrosos mientras se esté bajo sus efectos. También es importante tener en cuenta que en las personas mayores el metabolismo funciona más lentamente, por lo cual el efecto tiene mayor duración. Esto es de vital importancia si el consumo se realiza antes de ir a dormir, ya que de despertarse durante la noche, por ejemplo, podrían producirse accidentes graves. Por todo esto es importante la presencia de una persona de confianza que pueda resolver cualquier necesidad que tenga la persona mientras esté bajo los efectos del cannabis, aún luego de que ésta se vaya a dormir.

3 Riesgos cardiovasculares

En el caso de las personas con patologías cardíacas, el consumo de cannabis aumenta el riesgo de arritmias. El ritmo cardíaco se rige por el sistema nervioso y tanto en el hipotálamo como en las células cardíacas hay receptores cannabinoides que pueden reaccionar dependiendo del estado de la persona. Esta alteración en el ritmo cardíaco puede ser mínima pero, en caso de que se padezca una enfermedad cardíaca, también puede ser letal.

Recomendaciones

Si una persona mayor elige consumir de cannabis, se recomienda que previamente lo consulte con su médico y realice el consumo de la manera menos agresiva posible teniendo en cuenta su estado general de salud. También es importante que elija una variedad adecuada según los efectos buscados y que las dosis consumidas sean lo más pequeñas posibles. La presencia de una persona de confianza durante el consumo es una buena manera de evitar contratiempos y accidentes por golpes o caídas, aún luego de que se vaya a dormir. Es necesario tener en cuenta que en el caso de una persona de edad avanzada, la sustancia puede tomar hasta 24 horas para ser metabolizada y por ende sus efectos pueden durar más tiempo.