



CURSO FORMACIÓN
Cannabis en Universitarios: Formación y Sensibilización
2026

GUÍA DIDÁCTICA
2ª edición online

Financiado por:



La guía didáctica es el documento que orienta el proceso de estudio de los contenidos del curso, facilitando al alumnado el acceso al material formativo y acercándolo a los procesos cognitivos necesarios para su comprensión. Su finalidad es favorecer un aprendizaje autónomo, organizado y significativo.

Se trata de un instrumento de apoyo que guía y facilita el aprendizaje, ayudando al alumnado a comprender, integrar y aplicar los conocimientos y recursos que se presentan a lo largo de la asignatura.

PRESENTACIÓN

El curso *Formación online sobre el “nudo” cannabis-tabaco* es una actividad formativa de carácter gratuito, promovida por el Comité Nacional para la Prevención del Tabaquismo y financiada por la Delegación del Gobierno para el Plan Nacional sobre Drogas.

Edición: 2ª edición online (2026) **Modalidad:** online **Número de horas:** 40h.

Desarrollo del curso: 18 de FEBRERO al 7 de MAYO de 2025

POBLACIÓN DESTINATARIA

El curso está dirigido a estudiantes universitarios/as de cualquier titulación y curso académico, así como a alumnado de posgrado y a profesionales interesados en actualizar y ampliar sus conocimientos en la materia.

CONOCIMIENTOS Y REQUISITOS PREVIOS

1. Conocimientos informáticos a nivel de usuario, navegación por Internet y utilización del correo electrónico.
2. Disponer de una cuenta propia de correo electrónico.

OBJETIVO GENERAL

1. Fomentar la intervención entre iguales como estrategia para promover cambios en las conductas de consumo de cannabis y tabaco.
2. Proporcionar una comprensión integral del consumo de cannabis y tabaco, abarcando su epidemiología, los patrones de uso conjunto, la interacción entre las características de las sustancias, la persona y el contexto social, así como los efectos, consecuencias clínicas y la evidencia científica disponible sobre su abordaje y tratamiento.

OBJETIVOS ESPECÍFICOS

- Analizar la epidemiología del consumo de cannabis y tabaco, así como su relación en patrones de uso conjunto.
- Comprender el binomio cannabis-tabaco atendiendo a las características de las sustancias, la persona y el contexto social.
- Describir los efectos y las consecuencias clínicas asociadas al policonsumo de cannabis y tabaco.
- Identificar y sintetizar estrategias y herramientas eficaces para la prevención del consumo de cannabis y tabaco.
- Conocer las principales estrategias de reducción de riesgos y daños asociadas al consumo de ambas sustancias.
- Describir la evidencia científica disponible sobre el abordaje y tratamiento del binomio cannabis-tabaco.
- Desarrollar habilidades que faciliten o promuevan cambios en la conducta de consumo de tabaco y cannabis.

PROFESORES

Profesores de la Universitat de València

Dra. Cortés Tomás, María Teresa (Profesora Titular de Universidad)

Dr. Giménez Costa, José Antonio (Profesor Permanente Laboral)

Dr. Motos Sellés, Patricia (Profesora Ayudante Doctora)

Profesores de la Universidad Miguel Hernández de Elche

Dr. José Luis Carballo Crespo (Catedrático de Universidad)

Dra. Ainhoa Coloma Carmona (Profesora Ayudante Doctora)

Profesores de la Universidad de Sevilla

Dr. Sergio Fernández Artamendi (Profesor Titular de Universidad)

Dr. Manuel Jesús Ruíz Muñoz (Profesor Ayudante Doctor)

Profesora de Universidad de Deusto

Dra. Gema Aonso Diego (Profesora Ayudante Doctora)

Profesores de la Universidad de Oviedo

Dra. Alba González de la Roz (Profesora Ayudante Doctora)

Dr. Víctor Martínez Loredó (Profesor Ayudante Doctor)

Profesora Universidad Jaume I de Castellón (UJI)

Dra. Consuelo Gómez Íñiguez (Profesora Titular Universidad)

Cuestiones administrativas:

Miriam Rodríguez Castro

Coordinadora grupo trabajo cannabis-tabaco CNPT.

JUSTIFICACIÓN

El cannabis es la droga ilegal con mayor prevalencia de consumo a nivel internacional, tanto en población general como entre la población joven (OEDT, 2022). En el contexto español, su consumo se sitúa por detrás del alcohol y el tabaco: el 43,7 % de la población de entre 15 y 64 años declara haber consumido alguna vez en la vida, el 12,6 % en el último año y el 10,5 % en el último mes, observándose una tendencia creciente desde 2013 (EDADES, 2024).

El grupo de edad que incluye a la población universitaria (15-24 años) presenta las mayores prevalencias de consumo, con un 22,6 % en el último año frente al 10,6 % de la población general, siendo este consumo más frecuente entre los varones (27,2 %) que entre las mujeres (17,8 %).

A pesar de esta elevada prevalencia, las acciones preventivas en el ámbito universitario siguen siendo limitadas, posiblemente como resultado de la confluencia de diversos factores, entre los que destacan el haber alcanzado la mayoría de edad y la presunción de una mayor capacidad para la toma de decisiones, la resolución de conflictos y el afrontamiento adaptativo de situaciones problemáticas como la ansiedad, el estrés o la frustración.

No obstante, diversos estudios ponen en cuestión esta presunción. En este sentido, la investigación de Arias-De la Torre et al. (2019), realizada con estudiantes de primer curso de distintas titulaciones en universidades españolas participantes en el proyecto uniHcos (León, Cantabria, Jaén, Vigo, Granada, Huelva Salamanca, Valladolid, Alicante y Valencia), identifica el inicio de la etapa universitaria como un periodo especialmente relevante tanto para el inicio del consumo de drogas ilícitas como para la progresión hacia un consumo habitual o problemático.

Aunque el volumen de estudios epidemiológicos centrados en el consumo de cannabis en población universitaria española es limitado y presenta heterogeneidad metodológica, los datos disponibles muestran prevalencias elevadas, superiores a las de la población general. De forma conjunta, se estiman tasas de consumo que oscilan entre el 39 % y el 51 % en el último año, y entre el 22 % y el 30 % en el último mes (Hernández-Serrano et al., 2018; Martínez et al., 2019; Villanueva et al., 2022).

Asimismo, el consumo de cannabis aparece estrechamente vinculado al consumo de tabaco. Según el OEDA (2022), el 89,4 % de las personas que han consumido cannabis en el último mes declara haber consumido también tabaco en ese mismo periodo, proporción que desciende al 32,2 % entre quienes no han consumido cannabis, lo que evidencia la fuerte interrelación entre

ambas sustancias.

Si se atiende a la edad de inicio en el consumo, los datos del estudio ESTUDES (OEDA, 2021) indican que el 45 % de los jóvenes se inicia simultáneamente en el consumo de cannabis y tabaco (37,5 %) o lo hace primero en cannabis (7,5 %). Estos datos refuerzan la necesidad de abordar ambas sustancias de forma conjunta en las estrategias preventivas. Además, una vez iniciado el consumo de una de ellas, el consumo regular se asocia con una mayor probabilidad de consumo de la otra (Richter et al., 2015).

La etapa universitaria constituye, además, un periodo de transición vital caracterizado por la presencia de múltiples factores de riesgo, como el proceso de independencia del núcleo familiar (Arias-De la Torre, 2019) o el afrontamiento de nuevos retos sociales y académicos (Gelabert y Muntaner, 2017; Vallejo et al., 2017). A ello se suman nuevas dinámicas relacionadas con la gestión del tiempo de ocio, en las que la influencia del grupo de iguales continúa siendo relevante (De la Haye et al., 2013; McDonough et al., 2016), junto con una alta disponibilidad y accesibilidad a las drogas, expectativas positivas respecto a sus efectos y una baja percepción del riesgo (Parker et al., 1998), factores que influyen de manera significativa en la toma de decisiones sobre el consumo.

En cuanto a las consecuencias del consumo de cannabis, la evidencia científica señala su asociación con alteraciones de la memoria reciente, dificultades de concentración y afectación de funciones motoras complejas (López y Cortés, 2022), lo que, unido a su efecto depresor sobre el sistema nervioso central, incrementa de forma significativa el riesgo en la conducción de vehículos (Jiménez-Mejías, 2015). A corto plazo, el THC dificulta el pensamiento, la resolución de problemas, la atención y las funciones ejecutivas (Gorey et al., 2019; Lisdahl et al., 2014), mientras que el consumo continuado a edades tempranas se ha relacionado con dificultades cognitivas persistentes, con efectos a medio y largo plazo (Broyd et al., 2016). Asimismo, se ha observado una asociación entre el consumo de cannabis y un mayor riesgo de aparición de trastornos del estado de ánimo (Meier et al., 2016; Rubino et al., 2012).

Derivado de estas consecuencias, diversos estudios longitudinales han mostrado que el inicio temprano e intensivo del consumo de cannabis se asocia con una menor finalización de los estudios universitarios (Brook et al., 2013; Fergusson et al., 2015) y con un peor rendimiento académico (Hernández et al., 2018). Todo ello cuestiona la supuesta madurez atribuida a la población universitaria y respalda la necesidad de establecer un marco de promoción de la salud que aborde de forma específica el consumo dual de cannabis y tabaco en este contexto, implicando activamente a la comunidad universitaria como agente de cambio.

En este sentido, el proyecto presentado se enmarca en una intervención comunitaria que aborda de manera integral el consumo de cannabis-tabaco y promueve **la participación del alumnado universitario como agente de salud**. El modelo de influencia de iguales (*peer education*) se fundamenta en la participación de miembros del propio grupo para informar e influir en los comportamientos del conjunto, partiendo de la premisa de que las intervenciones preventivas resultan más eficaces cuando se ajustan a las características, valores, normas y lenguaje del grupo destinatario (Palmerín, 2003).

El trabajo con mediadores/as constituye, por tanto, una estrategia eficaz para implicar a la comunidad universitaria en la mejora de su propia salud, en coherencia con la Estrategia Nacional sobre Drogas 2017-2024, que subraya la relevancia de la participación ciudadana para incrementar la percepción de riesgo y la conciencia social sobre los daños asociados al consumo de sustancias. Para ello, resulta imprescindible una formación previa del alumnado como mediadores/as de salud y promotores/as de estrategias de reducción y abandono del consumo de tabaco y cannabis. Una vez completada dicha formación, la influencia entre iguales se empleará como herramienta central de prevención del consumo, cuya eficacia ha sido demostrada en distintos contextos (Georgie et al., 2016).

- Arias-De la Torre, J., Fernández-Villa, T., Molina, A. J., Amezcua-Prieto, C., Mateos, R., Cancela, J. M., Delgado-Rodríguez, M., Ortiz-Moncada, R., Alguacil, J., Almaraz, A., Gómez-Acebo, I., Suárez-Varela, M. M., Blázquez-Abellán, G., Jiménez-Mejías, E., Valero, L. F., Ayán, C., Vilorio-Marqués, L., Olmedo-Requena, R., Martín, V., y uniHcos Project Research Group (2019). Drug use, family support and related factors in university students. A cross-sectional study based on the uniHcos Project data. *Gaceta sanitaria*, 33(2), 141–147. <https://doi.org/10.1016/j.gaceta.2017.10.019>
- Brook, J. S., Lee, J. Y., Finch, S. J., Seltzer, N., y Brook, D. W. (2013). Adult work commitment, financial stability, and social environment as related to trajectories of marijuana use beginning in adolescence. *Substance abuse*, 34(3), 298–305. <https://doi.org/10.1080/08897077.2013.775092>.
- Broyd, S. J., van Hell, H. H., Beale, C., Yücel, M., y Solowij, N. (2016). Acute and Chronic Effects of Cannabinoids on Human Cognition-A Systematic Review. *Biological psychiatry*, 79(7), 557–567. <https://doi.org/10.1016/j.biopsych.2015.12.002>
- de la Haye, K., Green, H. D., Jr, Kennedy, D. P., Pollard, M. S., y Tucker, J. S. (2013). Selection and Influence Mechanisms Associated With Marijuana Initiation and Use in Adolescent Friendship Networks. *Journal of research on adolescence : the official journal of the Society for Research on Adolescence*, 23(3), 10.1111/jora.12018. <https://doi.org/10.1111/jora.12018>.
- Fergusson, D. M., Boden, J. M., y Horwood, L. J. (2015). Psychosocial sequelae of cannabis use and implications for policy: findings from the Christchurch Health and Development Study. *Social psychiatry and psychiatric epidemiology*, 50(9), 1317–1326. <https://doi.org/10.1007/s00127-015-1070-x>
- Gelabert-Carulla J. y Muntaner-Mas A. (2017). Estrés y emociones académicos en estudiantes universitarios. *Rev Int Apr Educ Sup.*; 4: 1–7.
- Gorey C, Kuhns L, Smaragdi E, Kroon E, Cousijn J (2019) Age-related differences in the impact of cannabis use on the brain and cognition: a systematic review. *Eur Arch Psychiatry Clin Neurosci* 10, 15. <https://doi.org/10.1007/s00406-019-00981-7>
- Hernández-Serrano O, Gras ME, Font-Mayolas S. (2018). Concurrent and simultaneous use of cannabis and tobacco and its relationship with academic achievement amongst university students. *Behav Sci*, 8, 31.
- Jiménez-Mejías, E., Medina-García, M. Á., Martínez-Ruiz, V., Pulido-Manzanero, J., Fernández-Villa, T., y Grupo uniHcos (2015). Consumo de drogas e implicación en estilos de conducción de riesgo en una muestra de estudiantes universitarios. *Proyecto uniHcos. Gaceta sanitaria*, 29, Suppl 1, 4–9. <https://doi.org/10.1016/j.gaceta.2015.04.008>
- Lisdahl, K. M., Wright, N. E., Kirchner-Medina, C., Maple, K. E., y Shollenbarger, S. (2014). Considering Cannabis: The Effects of Regular Cannabis Use on Neurocognition in Adolescents and Young Adults. *Current addiction reports*, 1(2), 144–156. <https://doi.org/10.1007/s40429-014-0019-6>
- López-Pelayo, H. y Cortés-Tomás, M.T. (coords.) (2022). Guía clínica de cannabis. Guías clínicas Socidrogalcohol basadas en la evidencia científica. Socidrogalcohol.
- Georgie J, M., Sean, H., Deborah M, C., Matthew, H., y Rona, C. (2016). Peer-led interventions to prevent tobacco, alcohol and/or drug use among young people aged 11-21 years: a systematic review and meta-analysis. *Addiction (Abingdon, England)*, 111(3), 391–407. <https://doi.org/10.1111/add.13224>
- McDonough, M. H., Jose, P. E., y Stuart, J. (2016). Bi-directional Effects of Peer Relationships and Adolescent Substance Use: A Longitudinal Study. *Journal of youth and adolescence*, 45(8), 1652–1663. <https://doi.org/10.1007/s10964-015-0355-4>
- Martínez, C., Baena, A., Castellano, Y., Fu, M., Margalef, M., Tigova, O., Feliu, A., Laroussy, K., Galimany, J., Puig, M., Bueno, A., López, A., y Fernández, E. (2019). Prevalence and determinants of tobacco, e-cigarettes, and cannabis use among nursing students: A multicenter cross-sectional study. *Nurse education today*, 74, 61–68. <https://doi.org/10.1016/j.nedt.2018.11.018>
- Meier, M. H., Caspi, A., Cerdá, M., et al. (2016). Associations Between Cannabis Use and Physical Health Problems in Early Midlife: A Longitudinal Comparison of Persistent Cannabis vs Tobacco Users. *JAMA Psychiatry*, 73(7), 731–740. doi:10.1001/jamapsychiatry.2016.0637
- Palmerín García, Ana María (coord.) (2003). Manual Práctico sobre el Uso de la Información en Programas de Prevención del Abuso de Alcohol en Jóvenes. Colegio Oficial de Psicólogos.
- Parker, H., Aldridge, J., Measham, F. y Haynes, P. (1998). *Illegal Leisure: The Normalization of Adolescent Recreational Drug Use*. London.
- Ritcher, L., Pugh, B. S., Peters, E. A., Vaughan, R. D., y Foster, S. E. (2016). Underage drinking: Prevalence and

correlates of risky drinking measures among youth aged 12-20. *The Journal of Drug and Alcohol Abuse*, 42(4), 385-394. <https://doi.org/10.1016/j.drugalcdep.2012.09.009>

Rubino, T., Zamberletti, E., y Parolaro, D. (2012). Adolescent exposure to cannabis as a risk factor for psychiatric disorders. *Journal of psychopharmacology*, 26(1), 177–188. <https://doi.org/10.1177/0269881111405362>

Vallejo-Martín M, Aja-Valle J, y Plaza-Angulo J. J. (2017). Estrés percibido en estudiantes universitarios: influencia del burnout y del engagement académico. *IJERI*, 9, 220–236.

Observatorio Español de las Drogas y las Adicciones (2022). Encuesta sobre alcohol y otras drogas en España (EDADES 1995-2022). Ministerio de Sanidad

Observatorio Español de las Drogas y las Adicciones (2021). Encuesta sobre uso de drogas en enseñanzas secundarias en España ESTUDES. Ministerio de Sanidad.

Observatorio Europeo de las Drogas y las Toxicomanías (2022). Informe Europeo sobre Drogas 2022: Tendencias y novedades, Oficina de Publicaciones de la Unión Europea. Luxemburgo

Observatorio Europeo de las Drogas y las Toxicomanías -OEDT- (2011). Estándares europeos de calidad para la prevención de drogodependencias. Manual para profesionales de prevención (traducción al castellano realizada en 2019). Ministerio Sanidad. <http://www.buenaspracticasadicciones.es/bbpp/portal/estandares.jsf>

Observatorio Europeo de las Drogas y las Toxicomanías -OEDT- (2013). Estándares europeos de calidad en prevención de drogas. Guía breve (traducción al castellano COPOLAD en 2014). Ministerio Sanidad. https://www.emcdda.europa.eu/publications/manuals/prevention-standards_en

Villanueva, V.J., Herrera-Gutiérrez, E., Redondo-Martín, S., Isorna, M. y Lozano-Polo, A. (2022). Proyecto piloto de promoción de la salud en consumo dual de cannabis y tabaco en universitarios: ÉVICT-Universidad. *Global Health Promotion*, 29, 162-171. <https://doi.org/10.1177/17579759211007454>

CONTENIDOS

Primera parte: Módulo de nivelación de conocimientos básicos

1. Cómo se va formando una adicción.
2. Factores de riesgo y protección multidimensionales
3. Fuentes fiables donde informarme sobre estos temas

Segunda parte: Nudo cannabis + tabaco

1. Prevalencia del consumo de tabaco y cannabis en la población española y en concreto en el contexto universitario
2. Mitos y falsas creencias sobre el cannabis y cannabis-tabaco entre universitarios
3. Nuevas formas de presentación de estas sustancias
4. Efectos del humo de segunda mano
5. Beneficios de una vida sin cannabis y tabaco y estrategias para fomentarlas
6. Normativa aplicable al nudo Cannabis-tabaco en el entorno universitario

Tercera parte: Habilidades del mediador/a de salud

- 1 Detectar un consumo de riesgo y cómo actuar
- 2□ Elementos clave de la comunicación efectiva y sobre consejo sanitario
- 3 Habilidades básicas en entrevista motivacional

EVALUACIÓN

- Al finalizar cada tema se realizará una prueba compuesta por entre 5 y 8 preguntas, cada una con tres alternativas de respuesta, de las cuales solo una será correcta.
- Al finalizar el curso, el alumnado deberá entregar un trabajo final, preferentemente de carácter grupal.

INSTRUCCIONES DEL TRABAJO FINAL

Para finalizar el curso, deberéis realizar un trabajo final. Podéis optar por una de las dos modalidades que se detallan a continuación:

1. **Elaboración de un reel en Instagram**

De manera individual o en grupo (máximo 5 personas), deberéis crear un reel en Instagram en el que se desmonte, utilizando argumentos basados en la evidencia científica, algún mito o creencia errónea relacionada con alguna de las sustancias trabajadas en el curso.

En el reel será obligatorio:

- Etiquetar los dos perfiles asociados al curso (@Policonsumo Cannabis-Tabaco y @CNPT_E).
- Seguir ambos perfiles.
- **Todos los miembros del equipo deberán subir el reel a su propio perfil**, etiquetar y seguir los perfiles del curso.
- Todos los perfiles deberán ser públicos para que el contenido pueda ser visualizado por el profesorado.

2. **Elaboración de una infografía**

Como alternativa, podréis elaborar una infografía siguiendo las mismas directrices que la opción anterior, es decir, utilizando evidencia científica para desmontar algún mito o creencia errónea sobre las sustancias abordadas en el curso.

Esta modalidad podrá realizarse de forma individual o en grupo (máximo 5 personas) y deberá subirse a la plataforma del curso, en el apartado **Subir documentación**.

Fecha límite de entrega del trabajo final: 8 de mayo.

CRONOGRAMA

El curso teórico se desarrollará del 18 de febrero al 8 de mayo de 2026.

Las evaluaciones correspondientes a cada tema se realizarán al finalizar cada uno de ellos.

Los materiales del curso podrán descargarse por unidades o de forma conjunta en formato PDF al finalizar el curso. Asimismo, el material permanecerá disponible en la plataforma de formación durante todo el periodo lectivo.

La fecha límite para la entrega del trabajo final será el **8 de mayo**.

A todo el alumnado se le asignará un/a tutor/a, perteneciente al profesorado que ha elaborado el curso, quien será el/la encargado/a de resolver dudas y orientar en la realización del trabajo final.

Durante el **mes de marzo, el alumnado deberá ponerse en contacto con el/la tutor/a asignado/a para concertar una tutoría y concretar la temática del trabajo final**. El trabajo se considerará finalizado una vez que el/la tutor/a lo evalúe de forma positiva.

Una vez entregados todos los trabajos, tres miembros de la Junta Nacional del CNPT los revisarán y otorgarán **dos premios** de 100€ a los mejor valorados.

Los ganadores se anunciarán el **21 de mayo**, coincidiendo con el *Día Mundial Sin Tabaco*. Desde la organización del curso se contactará con las personas premiadas para solicitar los datos necesarios y proceder al envío del premio.

SUPERACIÓN DEL CURSO

Las condiciones para considerar superado el curso y obtener la correspondiente certificación son las siguientes:

1. La lectura y el aprendizaje de los contenidos del curso.
2. Haber respondido correctamente al menos el 70 % de las preguntas del test de evaluación, con un máximo de dos intentos.
3. Realizar el trabajo final, en formato reel o infografía.
4. Completar la encuesta de valoración del curso.