

gt grupo de
trabajo sobre
tratamientos del VIH
ENTIDAD DECLARADA DE
UTILIDAD PÚBLICA
ONG DE DESARROLLO

3a EDICIÓN

SLAMMING

GUÍA PARA LA REDUCCIÓN
DE DAÑOS ASOCIADOS
AL USO DE DROGAS INYECTABLES
EN LAS SESIONES DE *CHEMSEX*



CRÉDITOS

Edición: J. Sebastián Hernández, Grupo de Trabajo sobre Tratamientos del VIH (gTt-VIH)

Redacción: Jordi Piqué (gTt-VIH), Daniel Santa Isabel (gT-VIH), Miguel A. Vázquez (gTt-VIH)

Ilustración de la portada: Walter Walrus  @wwoflgbt | GMHC.CO.UK

Resto de ilustraciones: Tony Saldaña

Maquetación: Mires Estudi de Comunicació, SL

Impresión: Gràfiques Cuscó

Agradecimientos: Este recurso forma parte de las actividades de Infodrogas-vih, un proyecto del Grupo de Trabajo sobre Tratamientos del VIH (gTt-VIH) subvencionado por la Delegación del Gobierno para el Plan Nacional sobre Drogas (DGPNSD), la División de Control de VIH, ITS, Hepatitis Virales y Tuberculosis (DCVIHT) del Ministerio de Sanidad del Gobierno de España y la Subdirecció General de d'Addicions, VIH, ITS i Hepatitis Víriques de la Secretaria de Salut Pública del Departament de Salut de Generalitat de Catalunya.

Fuentes: Las opiniones vertidas en esta guía no son necesariamente las de la DGPNSD, ni las de la DCVIHT, ni las del Ministerio de Sanidad, así como tampoco las del Departament de Salut de la Generalitat de Catalunya. En la elaboración de los contenidos de esta guía se han utilizado, entre otros, los siguientes recursos: Preston A, Jones R, Linnell M. *Slamming*. Exchange Supplies. Mainline. 2017 / Knoops L, Bakker I, Bodegom R van, Zantkuijl P. *Tina & slamming: MSM, crystal meth and intravenous drug use in a sexual setting*. Amsterdam, Mainline, Soa Aids Netherlands, 2015 / Hernández JS. *ChemSex y Hepatitis C: Guía para profesionales sanitarios*. Grupo de Trabajo sobre Tratamientos del VIH. Barcelona, 2017 / Colom J (coord.). *Manual d'injecció higiènica per a professionals*. Departament de Sanitat i Seguretat Social. Generalitat de Catalunya. Barcelona, 2002 / *Pla funcional del programa d'intercanvi de xeringues a les farmàcies comunitàries*. Agència de Salut Pública de Catalunya. Subdirecció General de Drogodependències. Barcelona, 2017. Agència de Salut Pública de Catalunya. *En la ingle. Inyección femoral*. Generalitat de Catalunya. Departament de Salut. Barcelona 2019.

Sobre gTt-VIH: El Grupo de Trabajo sobre Tratamientos del VIH (gTt-VIH) es una organización no gubernamental con sedes en Barcelona y Madrid (España) y declarada Entidad de Utilidad Pública. Se puede contactar con gTt-VIH llamando al +34 932 080 845 o escribiendo a info@gtt-vih.org. Para más información: www.gtt-vih.org.

Descargo de responsabilidad: Esta guía va dirigida a personas mayores de 18 años. Algunas imágenes explícitas podrían herir la sensibilidad de algunas personas. gTt-VIH aborda el consumo de drogas con fines sexuales desde una perspectiva de salud integral, bienestar y reducción de riesgos y daños. **Esta guía no debería dar a entender a nadie que inyectarse drogas es recomendable ni se puede llevar a cabo con total seguridad.** Por esta razón, no asumimos la responsabilidad por las lesiones o enfermedades derivadas del hecho de seguir los consejos que se dan en este recurso. La información contenida en esta guía no pretende sustituir la recibida por un profesional de la salud. Las decisiones referentes a la salud siempre deberían tomarse tras consultar con los profesionales sanitarios. Si eres un profesional sanitario o comunitario, distribuye esta guía sólo a aquellas personas a las que el contenido pueda resultarles útil para el manejo de la salud.

Publicado en Barcelona en mayo de 2024

ÍNDICE

- 01. PRÓLOGO PÁG **03**
- 02. INTRODUCCIÓN PÁG. **06**
- 03. RIESGOS ASOCIADOS AL *SLAMMING* PÁG. **09**
- 04. SUSTANCIAS INYECTABLES PÁG. **20**
- 05. DÓNDE INYECTARSE PÁG. **31**
- 06. LA INYECCIÓN DE DROGAS PASO A PASO PÁG. **38**
- 07. EL EQUIPO DE INYECCIÓN PÁG. **44**
- 08. AUTOCUIDADO DE LA SALUD PÁG. **52**
 - Autocuidado de la salud sexual PÁG. **55**
 - Autocuidado de la salud mental PÁG. **61**
- 09. CONSUMO PROBLEMÁTICO PÁG. **67**
- 10. RECURSOS PÁG. **70**

PRÓLOGO

Si no practicas *slamming*, no es necesario que sigas leyendo. Nuestra recomendación es muy simple: ¡valora seriamente no hacerlo! La inyección de drogas en contextos sexuales puede causar graves problemas de salud.

Hemos elaborado esta guía para informar a las personas que sí se inyectan drogas en contextos sexuales sobre los riesgos y daños que podría acarrearles, proporcionándoles consejos para una técnica de inyección más segura, con el fin de reducir daños y evitar problemas, así como obtener ayuda cuando la necesiten.

Esta guía es una herramienta para el autocuidado de la salud y el bienestar de las personas que practican *slamming*. La Organización Mundial de la Salud (OMS) recomienda poner énfasis en la prevención de las adicciones a partir de la promoción del autocuidado, una habilidad que consiste en “todo aquello que las personas hacen por sí mismas con el propósito de restablecer y preservar la salud o prevenir y tratar las enfermedades”.

En el contexto del uso de drogas, sin embargo, el concepto de autocuidado incluye también todas las acciones que una persona realiza con el objetivo de reducir los riesgos y daños asociados al consumo de drogas. Por lo tanto, la guía que estás leyendo ha sido concebida como una herramienta para este fin.

Sin embargo, la reducción de daños no sustituye a las estrategias de prevención o tratamiento existentes, sino que complementa estos esfuerzos como parte de una respuesta integral de salud pública.

En este sentido, en 2024, Naciones Unidas ha adoptado una resolución¹ en la que se reconoce que la estrategia de reducción de daños constituye una parte importante de una respuesta efectiva de salud pública dirigida a minimizar las consecuencias negativas del uso de drogas para la salud pública y la sociedad.

Esta guía pretende, en definitiva, que las personas que practican *slamming* puedan inyectarse de forma más segura: adquiriendo los conocimientos sobre los daños que podría ocasionar para la salud una técnica de inyección mal ejecutada y/o una dosificación incorrecta y adquiriendo habilidades sobre la técnica de inyección y las estrategias de reducción de daños. Y ese conocimiento y habilidades adquiridas les permitirán ganar confianza y sentirse competentes para hacerlo de forma más segura siempre que decidan inyectarse.

1 E/CN.7/2024/L.6: Declaración de alto nivel de la Comisión de Estupeficientes sobre el examen de mitad de período de 2024, como seguimiento de la Declaración Ministerial de 2019

Slamming 06

INTRODUCCIÓN

La inyección de drogas por vía intravenosa es una práctica de consumo de drogas que algunos hombres gais, bisexuales y otros hombres que practican sexo con hombres (GBHSH) realizan antes y/o durante las sesiones de sexo. A esta práctica se la denomina *slamming*, *slam* o *slamsex*.

El *slamming* puede ser una experiencia placentera, euforizante y sexualmente estimulante. Permite mantener sesiones de sexo más largas incrementando la confianza en uno mismo y la energía. Con todo, se trata de una práctica que implica también riesgos y daños para la salud. Algunos de estos riesgos se relacionan con el tipo de drogas utilizadas y el patrón de uso; otros, sin embargo, se relacionan con la técnica con la que se realiza la inyección.

La administración de drogas por vía intravenosa –principalmente estimulantes como la mefedrona, el alfa-PiHP o la metanfetamina– se ha asociado con un incremento del riesgo de infección por el VIH y de otras infecciones de transmisión sexual (ITS), dado que su efecto desinhibidor es mucho más potente que el producido cuando las drogas se administran por otras vías. También algunos estudios han mostrado el impacto negativo que puede tener la vía inyectada sobre la salud mental, aunque existen escasos estudios que hayan analizado las diferencias entre la práctica del *slamming* y el uso de sustancias por vías diferentes de la inyectada en el contexto de *chemsex*.

Si consumes drogas por vía intravenosa y, por ahora, no te planteas abandonar el consumo o cambiar la vía de administración, es importante que aprendas cómo hacerlo de forma segura. Esta guía contiene información que te permitirá reducir los riesgos y daños. Podrás encontrar información sobre la técnica para inyectarse drogas de manera más segura. También te proporcionamos consejos sobre qué instrumentos deberías utilizar para la inyección de drogas, dónde adquirirlos o cómo mantener un buen cuidado de las venas para evitar que se produzcan daños en ellas.

Te ofrecemos también algunas sugerencias y recomendaciones para que puedas implicarte en el autocuidado de tu salud sexual y mental mientras sigas practicando *slamming* en las sesiones de sexo y qué puedes hacer si algún participante en la sesión sufre una sobredosis. Por último, se incluye un listado de recursos donde podrás conseguir más información.



**RIESGOS
ASOCIADOS AL
*SLAMMING***

Slamming 09

De todos los posibles daños asociados al consumo de drogas, la vía de administración, es decir **el modo por el que las drogas se introducen en nuestro organismo, constituye uno de los factores de riesgo de mayor gravedad**. En el caso de la vía intravenosa, las sustancias entran directamente en la sangre y llegan al cerebro sin ningún filtro. El 'subidón' es más rápido y más potente que el que produce cualquier otra vía de administración, pero de menor duración y con un elevado riesgo de generar adicción y dependencia con rapidez.

La vía intravenosa supone el camino más fácil para la entrada en el organismo de distintos microorganismos que pueden causar numerosas enfermedades, fundamentalmente de tipo infeccioso. La entrada en el torrente sanguíneo de impurezas, partículas mal diluidas, etc., puede causar también distintos problemas para la salud.

Por otro lado, el desconocimiento de la técnica precisa de inyección higiénica de drogas y de las recomendaciones para una inyección más segura se asocia a un mayor riesgo de que se produzcan daños para la salud.

En esta sección, identificaremos los principales riesgos asociados al *slamming*. Algunos de esos riesgos se relacionan con el tipo de drogas utilizadas, el patrón de uso y la vía de administración; otros, no obstante, se relacionan con la técnica con la que se realiza la inyección.

LESIONES EN LAS VENAS

La inyección de drogas por vía intravenosa utiliza las venas de los brazos para introducir la sustancia en el torrente sanguíneo.



Sin embargo, **con el tiempo, la superficie de la vena puede verse dañada por varias causas:**

la aguja –cuando se inyecta con demasiada frecuencia o rapidez–; la droga; la presencia de una infección; o el efecto del bombeo del corazón, entre otras.



Los daños producidos en la superficie de la vena producen coágulos en su interior.



La interrupción del flujo sanguíneo en la vena provoca la formación de más coágulos, cerrando la vena todavía más.



Por último, **la vena se obstruye, y los coágulos desembocan en una cicatriz que se contrae**, tirando ambos lados de la vena hasta juntarlos, de modo que **la vena se colapsa**.

Este fenómeno se conoce como **colapso venoso** e implica un daño permanente en los vasos sanguíneos, lo que significa que las venas colapsadas ya no se podrán utilizar en el futuro para la inyección de drogas.

Cuando se ha producido el colapso de las venas de los brazos, algunas personas se inyectan las drogas en otras venas, como las del muslo, el cuello, la axila o los pies. Estas venas son más estrechas y usarlas como punto de inyección podría desembocar en daños graves.

INFECCIONES EN LA PIEL Y EN LOS TEJIDOS BLANDOS

La inyección de drogas por vía intravenosa puede aumentar el riesgo de transmisión de bacterias que causan infecciones en la piel y en los tejidos blandos, siendo el *Staphylococcus aureus* una de las más frecuentes. Estas infecciones bacterianas se manifiestan en la piel en forma de **abscesos** y **celulitis**, entre otras complicaciones.

La **celulitis es una infección de la piel** que causa enrojecimiento, inflamación y dolor en el área infectada. Los **abscesos son una acumulación de pus bajo la piel** cuyos signos y síntomas frecuentes son enrojecimiento, hinchazón y aumento de la temperatura de la zona afectada.

Aparecen cuando, por error, la droga se inyecta en los tejidos que rodean las venas; cuando se inyectan soluciones con muchas partículas poco disueltas; por compartir el material para la administración de drogas o por no limpiar el sitio de inyección antes de introducir la aguja en la piel –lo que facilitaría la entrada en el organismo de bacterias presentes en su superficie–. En el contexto del *chemsex*, el contacto estrecho piel con piel durante las sesiones puede aumentar también el riesgo de transmisión de bacterias.

Además, **las bacterias pueden transportarse a través del torrente sanguíneo hasta otras partes del organismo, como los pulmones, el corazón, el cerebro, el hígado o los huesos, causando infecciones.** La infección de las válvulas cardíacas (endocarditis bacteriana) es una consecuencia frecuente y grave de la inyección de drogas contaminadas con bacterias o por el uso de agujas no estériles.

Si crees que puedes tener un absceso, consulta con tu médico o enfermera, ya que probablemente necesitarás tratamiento con antibióticos o un drenaje. Si desarrollas fiebre, escalofríos, cansancio extremo y dolor en el lugar donde está el absceso, dirígete inmediatamente a un centro sanitario. Podrías tener una infección en la sangre.

INFECCIONES POR VIRUS TRANSMITIDOS POR LA SANGRE

El hecho de **compartir agujas –u otras herramientas para la preparación y administración de drogas– puede aumentar el riesgo de transmisión de virus presentes en la sangre** que pueden causar infección, como el VIH y los virus de la hepatitis B (VHB) y C (VHC).

INTOXICACIÓN Y SOBREDOSIS POR ADULTERANTES

Los adulterantes son las sustancias que se añaden a la droga para alterar sus cualidades físicas. Generalmente se añaden sin que el usuario lo sepa para disminuir costes o bien para hacer que la droga resulte más fácil de consumir. Por lo tanto, los usuarios desconocen qué es lo que se están inyectando. En drogas como la heroína y la cocaína, los adulterantes también se pueden añadir con objeto de aumentar las propiedades

psicotrópicas o de sustituir a la propia droga. Se han encontrado diferentes adulterantes como aditivos (por ejemplo, anfetaminas, dextrometorfano, fentanilo, ketamina, LSD), cada uno con sus propios efectos, lo que a veces dificulta la determinación de lo que alguien ha utilizado en realidad. Además, los adulterantes pueden ser potentes y provocar toxicidad o sobredosis.

TRASTORNOS DE SALUD MENTAL

Los trastornos psiquiátricos asociados al *chemsex* son alteraciones mentales producidas por el consumo o la abstinencia de una o varias sustancias y por conductas de adicción al sexo. Estos trastornos incluyen el trastorno por consumo de sustancias y enfermedades mentales similares a las enfermedades psiquiátricas como la depresión, la psicosis o la ansiedad.

Los trastornos por el consumo de sustancias generalmente implican patrones de comportamiento de:

- **Adicción:** Las personas sienten un **deseo intenso** de experimentar los efectos de una sustancia psicoactiva y la **necesidad de seguir consumiéndola** (*craving*) a pesar de **experimentar problemas** derivados de su uso.
- **Dependencia:** Las personas necesitan consumir la sustancia psicoactiva tras un uso habitual más o menos prolongado para no experimentar síntomas de abstinencia (**dependencia física**) o para afrontar su vida cotidiana (**dependencia psicológica**).
- **Síndrome de abstinencia:** Conjunto de **reacciones físicas** (temblores, náuseas, dolores de cabeza, fatiga, etc.) o

psicológicas (ansiedad, irritabilidad, cambios en el estado de ánimo, etc.) que ocurren cuando una persona con dependencia a una sustancia deja de consumirla. Aunque los síntomas varían en función de la sustancia consumida y el tiempo que lleva desarrollándose la dependencia, en todos los casos se debe a una **alteración del funcionamiento normal del sistema nervioso**. Aunque no supone un grave riesgo para la salud, suele ser una experiencia desagradable.

- **Sobredosis:** Dosis de una droga –o varias combinadas– que causa **intoxicación** o incluso la **muerte**. Los riesgos de sobredosis aparecen sobre todo después de un paro prolongado del consumo, cuando el **organismo ha perdido la tolerancia a la dosis habitual**.

El motivo de por qué algunas personas desarrollan **trastorno por consumo de sustancias** y otras no es complejo y multifactorial. El proceso depende de las interacciones que se producen entre la sustancia, la persona y el entorno.

En general, **el potencial de adicción o dependencia depende del modo en que la droga actúa sobre el cerebro y el resto del sistema nervioso central**. Por ejemplo, sus propiedades psicoactivas determinan que el consumo continuado produzca unos cambios duraderos en la anatomía y en la función cerebral, concretamente en el sistema de recompensa del cerebro, que contribuyen al desarrollo de la adicción. Esta puede ser aún mayor en el caso de las sustancias más euforizantes como las drogas estimulantes, haciendo que la adquisición de drogas se convierta en una preocupación central frente a otras como la familia, el trabajo o las relaciones sociales.

Pero **en el desarrollo de la adicción o dependencia también resulta fundamental el modo en que el organismo actúa sobre la droga desde el momento en que ésta se introduce en el mismo hasta que se elimina.** Así, la rapidez e intensidad con las que comienzan los efectos farmacológicos de una droga condicionan su potencial de adicción y dependencia.

En general, las vías de administración de drogas que permiten una llegada rápida al cerebro favorecen su potencial de adicción y/o dependencia. Este es el caso de **la vía intravenosa**, que **permite el paso directo de la sustancia al torrente sanguíneo y su acción inmediata en el cerebro.** Si una droga tiene la capacidad de activar los circuitos de recompensa en el cerebro y llega con rapidez a estas áreas, la droga puede tener un riesgo relativamente alto de adicción o dependencia. Las drogas estimulantes como **la metanfetamina, la mefedrona, el alfa-PiHP o cocaína son ejemplos de sustancias con un alto riesgo de abuso**, en parte porque actúan de forma directa sobre los mecanismos neuronales involucrados en la recompensa y en parte porque se administran a través de vías que permiten que actúe de forma rápida y sus efectos se sientan prácticamente de forma inmediata.

Por otro lado, si una sustancia se elimina con rapidez o sus efectos desaparecen bruscamente, la abstinencia se manifiesta de manera más rápida, lo cual obligará a una administración más frecuente para evitar los efectos del síndrome de abstinencia.

No obstante, en la actualidad está plenamente reconocido que las personas que desarrollan un trastorno por uso de sustancias representan un grupo muy heterogéneo y que no sólo la capacidad adictiva de la droga conduce al trastorno adictivo. Es decir, **además de las propiedades farmacológicas, de los efectos**

psicoactivos y de las vías de administración de las drogas, los factores ambientales y biológicos que conducen a la adicción son múltiples, como ocurre con otras enfermedades o trastornos.

Además del trastorno por consumo de sustancias, el *chemsex* y el *slamsex* se han asociado a la aparición de enfermedades mentales provocadas por las drogas. Existe evidencia de que **las drogas estimulantes administradas por vía intravenosa pueden provocar síntomas psicóticos y conducta suicida**. Se sabe que los **hombres GBHSH que practican *slamming* presentan más ideación suicida e intentos de suicidio que aquellos que no utilizan drogas por vía intravenosa**.

El uso de **mefedrona** por vía intravenosa en contextos sexuales también se ha relacionado con **uso compulsivo, deseo intenso de consumir (*craving*) y síntomas de abstinencia**. Su empleo también se ha asociado a diversos síntomas psicóticos, principalmente ideación paranoide (de daño o persecución).

La metanfetamina se ha relacionado con **niveles elevados de adicción, síntomas psicóticos y otros trastornos psiquiátricos** en el contexto del *slamsex* o del *chemsex*.

En la siguiente tabla, se describen los principales problemas de salud mental asociados al *slamming*.

Trastorno

Definición

Trastorno por consumo de sustancias

Enfermedad caracterizada por el **uso problemático de una sustancia como alcohol, drogas ilegales o medicamentos recetados**. El individuo consume intensamente a pesar de las consecuencias dañinas. Esto afecta su capacidad de funcionar día a día.

Ansiedad y depresión

La **ansiedad** se caracteriza por el **miedo** y la **angustia constante**, mientras que la **depresión** suele ser un trastorno en el que **la persona se siente profundamente triste y no tiene motivación** ni interés para realizar tareas que antes eran satisfactorias.

Episodios psicóticos

Dos de los síntomas principales son los delirios y las alucinaciones. Los **delirios son falsas creencias**, como la idea de que la persona que los padece está siendo vigilada o perseguida, que está siendo controlada o manipulada, o que está siendo objeto de un complot para causarle daño o perjuicio. Las **alucinaciones son percepciones falsas**, como escuchar, ver o sentir algo que no existe.

Ideación y conducta suicida

La ideación suicida es la **tendencia a pensar de manera repetida en la posibilidad de terminar con la propia vida**.

PROBLEMAS SOCIALES

El *slamming* también **puede tener un efecto sobre otros aspectos de la vida, que pueden acabar generando problemas que aíslen socialmente** a la persona o que desemboquen en ausencias o bajos rendimientos en el trabajo. Esto puede llevar a que las personas pierdan su medio de vida, con todo lo que conlleva, **lo que incluso puede provocar la pérdida del hogar y acabar viviendo en la calle.**

PROBLEMAS PENALES

La euforia provocada por efecto de las drogas no justifica ningún acto violento, coercitivo ni denigrante. Es importante recordar, por ejemplo, que cualquier acto sexual realizado sin el consentimiento de una persona que ha perdido la consciencia por el efecto de las drogas puede tener consecuencias legales, pudiendo constituir un delito contra la libertad sexual. Lo mismo se aplica cuando un participante de una sesión trata de robar, grabar sin consentimiento o extorsionar a otros participantes.

Slamming 20

SUSTANCIAS INYECTABLES





Si bien **la mayoría de las sustancias psicoactivas se pueden inyectar**, en el contexto del *chemsex* y el *slamsex* la inyección de drogas se asocia generalmente a las sustancias estimulantes como la metanfetamina, la mefedrona, el alfa-PiHP y disociativas como la ketamina.

En la siguiente tabla te resumimos algunas de las drogas utilizadas en espacios de ocio y/o sexuales que pueden ser administradas por varias vías incluida la intravenosa:

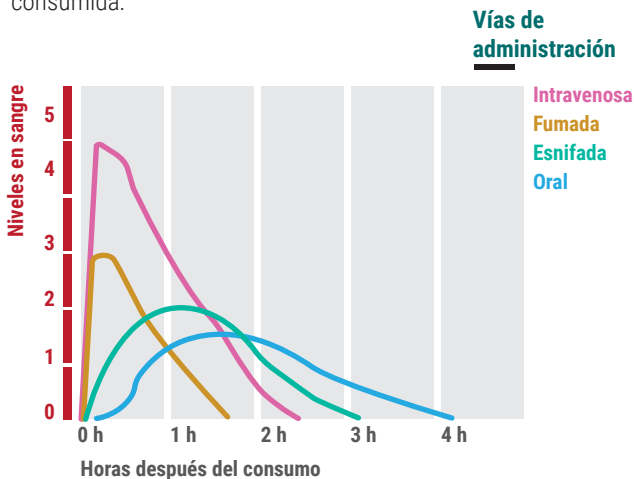
| Nombre | Efecto | Vía de administración |
|-----------------------|---|--|
| Alfa-PiHP | Estimulación, desinhibición, aumento de la libido, euforia, aumento de la temperatura corporal, redosificación compulsiva | Oral, esnifada, fumada, sublingual, rectal, inyectada (intravenosa o subcutánea) |
| 3-MMC | Estimulación, euforia, sentimiento de empatía. Incrementa el deseo sexual | Nasal, rectal, intravenosa |
| 4-FMP (o 4-FA) | Estimulación de tipo anfetamínico. Euforia y aumento de la energía | Oral, nasal, rectal, intravenosa |
| 4-MEC | Estimulación, euforia, sentimiento de empatía. Incrementa el deseo sexual | Oral, nasal, rectal, intravenosa |

| | | |
|--|--|--|
| 4-MMC (mefedrona , ' mefe ') | Estimulación, euforia, sentimiento de empatía. Incrementa el deseo sexual | Oral, nasal, rectal, intravenosa |
| Anfetamina (speed) | Efecto estimulante, de activación y bienestar. Incrementa el deseo sexual | Oral, nasal, intravenosa |
| Cocaína ('coca' , ' farla ') | Estimulación, euforia, exaltación del estado de ánimo. Incrementa el deseo sexual | Nasal, fumada, rectal, intravenosa |
| GHB/GBL ('G') | Euforia, desinhibición, locuacidad, relajación. Incrementa el deseo sexual | Oral, nasal, rectal, intravenosa (poco habitual) |
| Ketamina ('keta') | Estimulación inicial, relajación, empatía, mejora de la percepción, disociación | Nasal, intravenosa, intramuscular, rectal |
| Metanfe- tamina ('tina') | Estimulación, desinhibición, activación y bienestar. Incrementa el deseo sexual | Nasal, oral, rectal, fumada, intravenosa |
| Metoxeta- mina ('MXE') | Ligera sedación, ligera empatía, introspección psicodélica (a dosis altas) | Sublingual, nasal, rectal, intravenosa |
| MDMA (éxtasis ; ' rulas' , ' pastis' , ' M') | Estimulación, sentimiento de empatía | Oral, nasal (en ocasiones), intravenosa (poco habitual) |

El alcance o la intensidad de los efectos de una sustancia dependen de varios factores. Estos incluyen vía de administración, dosis, entorno, contexto y factores personales y ambientales.

La siguiente gráfica ilustra cómo la vía de administración de una droga determina la cantidad que se absorbe y la duración de sus efectos. **Las vías inyectada y fumada conservan mayor cantidad de la droga y producen efectos psicoactivos más intensos y más rápidos que los efectos producidos cuando las drogas se administran por vías intranasal (esnifada) u oral, pero dichos efectos serán más cortos por eliminarse antes del organismo.**

El efecto real depende de la cantidad de droga contenida en la dosis y otros factores tales como la tolerancia a la droga consumida.



Tolerancia: Se produce cuando se consume una droga de forma continuada y el organismo se habitúa a ella. Como consecuencia, la persona necesita aumentar la dosis o la frecuencia o cambiar la vía de administración para conseguir los mismos efectos que le producían al principio.

En la siguiente tabla se muestra la cantidad de droga que es absorbida por el organismo cuando se toma una dosis de metanfetamina según la vía de administración:

| Vía de administración | Cantidad de metanfetamina |
|--------------------------------|---------------------------|
| Intravenosa | 100% |
| Rectal (jeringuilla sin aguja) | 99% |
| Fumada | 90,3% |
| Intranasal (esnifada) | 79% |
| Oral (tragada) | 62,7% |

Las dosis se pueden dividir en cinco categorías: umbral, leve, habitual, fuerte y muy fuerte. Se recomienda evitar dosis que provoquen efectos desagradables o con las que no se esté familiarizado. Un usuario inexperto siempre debe comenzar con una dosis más baja con el objetivo de llegar a una dosis normal o habitual. Esto permite al usuario verificar que su cuerpo es compatible con la sustancia y no presenta alergias o sensibilidad inusual.

Después de la prueba inicial, el usuario puede decidir aumentar la dosis. Ésta nunca debe duplicarse ni triplicarse, ya que aumentaría enormemente la probabilidad de sufrir un mal viaje o efectos no deseados como ansiedad, ataques de pánico, psicosis, incluso una sobredosis potencialmente mortal.

Se aconseja aumentar la cantidad en incrementos controlados, normalmente añadiendo entre 1/3 o 1/2 de la dosis anterior. **No obstante, algunas sustancias son notablemente difíciles de manejar.**

Además, conviene recordar que existe **susceptibilidad individual**. Este término hace referencia a las diferencias en los tipos de respuestas a las drogas entre personas. Cada persona reacciona de manera diferente a cada sustancia dependiendo de factores como su tolerancia individual, la química cerebral, el peso corporal, el metabolismo, el contenido del estómago y la sensibilidad personal. Otro factor a considerar es la pureza de la sustancia, que puede diferir entre lotes de producto.

Clasificación de las dosis

Umbral

Una dosis umbral es aquella con la que se manifiestan las primeras alteraciones físicas y mentales producidas por la sustancia. Los sujetos pueden percibir una vaga sensación de "algo".

Leve

Una dosis leve produce un estado que es algo distinto a estar sobrio, pero que no amenaza con anular la conciencia ordinaria de la persona. Es posible que el sujeto tenga que prestar especial atención para que los efectos de la sustancia sean perceptibles, o podrían ser ligeramente perceptibles, pero, por lo general, no llamarán la atención del usuario.

Habitual

Una dosis habitual es aquella en la que los efectos y la naturaleza de la sustancia son bastante claros y distintivos; la conciencia ordinaria del sujeto falla y se vuelve difícil ignorar su acción. El sujeto generalmente podrá participar en comportamientos regulares y permanecer funcional y capaz de comunicarse, aunque esto puede depender del individuo. Se puede permitir que los efectos ocupen un papel predominante o se pueden suprimir y hacerlos secundarios a otras actividades elegidas con suficiente esfuerzo o en el caso de una emergencia.

Fuerte

Una dosis fuerte hace que el sujeto sea prácticamente incapaz de funcionar, interactuar con normalidad o pensar de manera sencilla. Los efectos de la sustancia son claros y ya no pueden ignorarse ni suprimirse, dejando al individuo involucrado por completo en la experiencia, independientemente de su deseo o voluntad. Los efectos negativos se vuelven más comunes en este nivel. Como los sujetos no pueden alterar la trayectoria de su comportamiento en dosis fuertes, es vital que hayan preparado su entorno y sus actividades con antelación, así como que hayan tomado medidas de precaución.

Muy fuerte

Una dosis muy fuerte es el límite superior de lo que una sustancia es capaz de producir en términos de efectos psicoactivos; las dosis que superan este rango se asocian con efectos secundarios que aumentan rápidamente y efectos deseados mínimos. Dependiendo de la sustancia consumida, el usuario puede quedar incapaz de funcionar y comunicarse, además de experimentar efectos adversos.

Sobredosis

Una sobredosis es una cantidad mayor a la recomendada, prevista o utilizada normalmente, con la posibilidad de que la dosis provoque lesiones graves o la muerte. Siempre se debe buscar consejo médico profesional inmediato cuando un usuario sufre una sobredosis. Aunque la tolerancia puede permitir a los usuarios más experimentados sobrevivir a tales dosis, conviene buscar atención médica para tener la seguridad de que el usuario no ha sufrido un daño grave.

Además, las drogas, pese a formar parte de la misma clase, pueden tener diferentes mecanismos de acción y producir distintos efectos.

Por ejemplo, **la metanfentamina** ('tina'), la **mefedrona** ('mefe') y **el alfa-PiHP son potentes drogas estimulantes del sistema nervioso central.**

Los efectos de **la mefedrona** dependen de la vía de administración. Si se administra por vía oral, el inicio de su acción tarda media hora, con un efecto leve que puede durar de 3 a 5 horas. La administración intranasal provoca un potente subidón después de 15 minutos, que dura entre 1 y 2 horas. Cuando se administra por vía intravenosa, el efecto es casi inmediato y muy potente y dura de 30 a 45 minutos. La rápida aparición de los efectos y su rápida desaparición conducen a un patrón de uso compulsivo y a la necesidad de volver a dosificar casi cada hora. Por esta razón, en los *chills*, se utilizan dosis elevadas de mefedrona con el consiguiente riesgo de sobredosis, alteración de la conducta y pensamientos delirantes.

La metanfetamina se diferencia de la mefedrona en que, independientemente de si se inyecta por vía intravenosa o se fuma, su potencia es similar. Cualquiera de las vías de administración produce una aparición inmediata de su acción, entre 0 y 2 minutos, y conduce a un subidón muy potente. Si se inyecta por vía intravenosa, el efecto puede durar casi 8 horas. La metanfetamina produce un intenso estado de excitación, con euforia y aumento de la autoconfianza y de la sociabilidad. Su síndrome de abstinencia es muy desagradable, motivo por el que su potencial adictivo es muy elevado.

El alfa es el nombre con el se conocen tres sustancias distintas, pero químicamente relacionadas, que forman parte de la segunda generación de las catinonas sintéticas: **alfa-PVP (o flakka), alfa-PHP y alfa-PiHP**. Como suele suceder con las nuevas sustancias de síntesis, se trata de **drogas emergentes cuya aparición está relacionada con la fiscalización de las drogas**. De la misma manera que el alfa-PHP surge para sustituir a las catinonas de primera generación (MDPV, metilona y mefedrona) que habían sido fiscalizadas, el alfa-PHP aparece en el mercado tras la fiscalización del alfa-PVP en el año 2016 y, a su vez, el alfa-PiHP aparece para remplazar al alfa-PHP tras su fiscalización en mayo de 2021. Esto significa que es muy probable que el 'alfa' que adquieren los usuarios en el mercado de la droga probablemente sea el alfa-PiHP, ya que es la única de las tres que no está fiscalizada todavía y, por lo tanto, la única que se encuentra en el limbo de la **alegalidad**.

Las moléculas químicas de esas tres catinonas sintéticas son muy parecidas, y por lo que respecta a efectos, dosis, tiempos de duración, también son muy parecidas, aunque con matices diferenciadores. Estas sustancias se caracterizan por producir **efectos estimulantes potentes con dosis bajas**, de entre 3 y 5 mg.

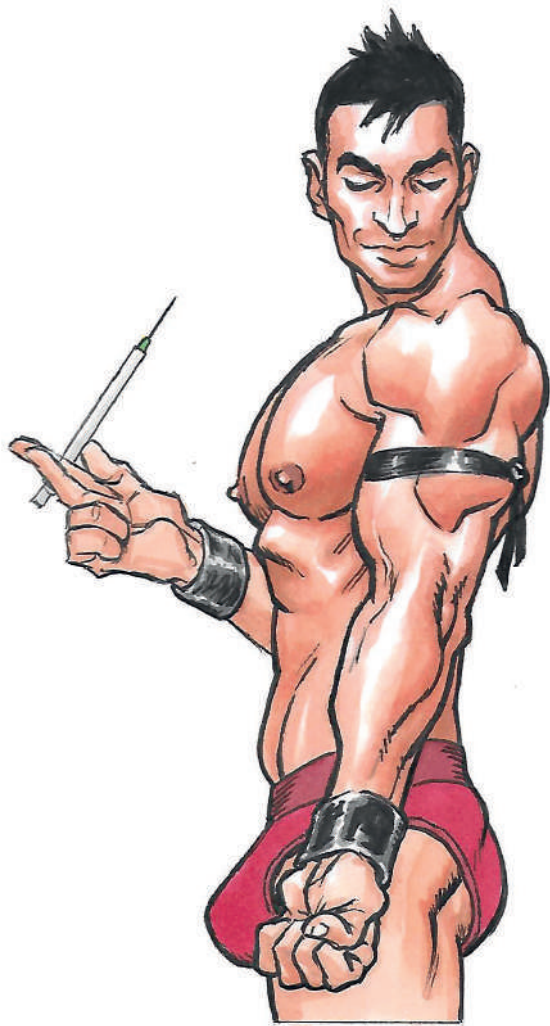
Unos incrementos de unos pocos miligramos producen una fuerte estimulación. Sin embargo, los efectos duran poco tiempo, entre dos y tres horas. Los efectos comúnmente comunicados incluyen estimulación, desinhibición, aumento de la libido, euforia y aumento de la temperatura corporal.

Al igual que sus predecesores de la clase de las catinonas, estas sustancias han ganado notoriedad por su tendencia a inducir una **redosificación compulsiva y adicción**, así como por su capacidad de producir estados delirantes y psicosis cuando se abusa de ellas. **La compulsividad en la dosificación inducida por alfa-PiHP parece ser más fuerte que la producida por sustancias similares de la misma clase.** Los efectos producidos por un consumo de 'alfa' en dosis superiores a 10 mg son descritos por los usuarios como muy desagradables, incluso en personas experimentadas en el uso de estimulantes.



**DÓNDE
INYECTARSE**

Slamming 31



Las drogas que se utilizan normalmente en las sesiones de *slamming* se inyectan en la vena (vía intravenosa). Los efectos de la droga a través de esta vía de administración son inmediatos. **Es importante prestar mucha atención para evitar inyectarse en las arterias y los capilares.** El único tipo de vaso sanguíneo donde es adecuado inyectarse es la vena. Las venas superficiales se distinguen en la piel por su color azulado.

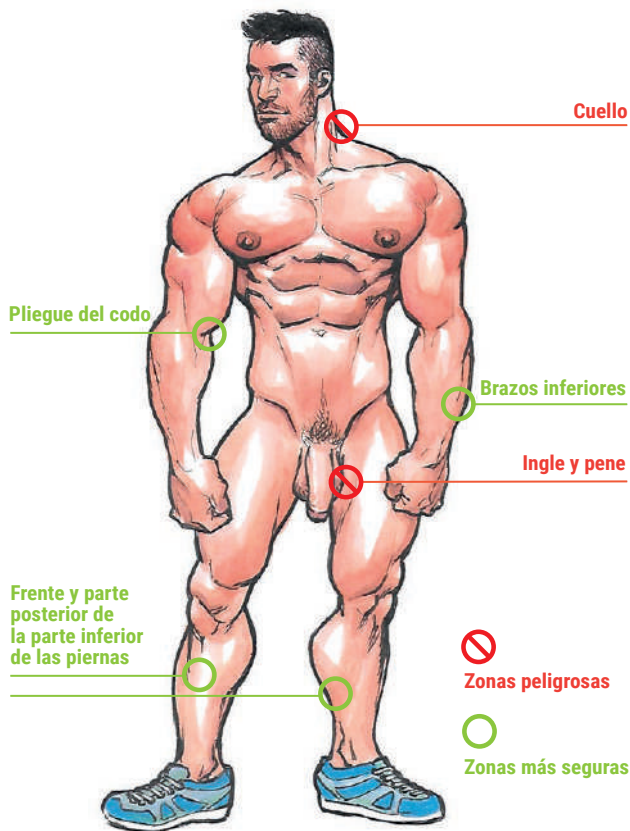
Si, por error, te inyectas en una arteria, notarás dolor; verás que la sangre es de color rojo brillante y de aspecto espumoso y es posible que el émbolo de la jeringuilla se retire espontáneamente por causa de la presión de la sangre. Si esto sucede, interrumpe el proceso, ya que podría provocar infecciones graves o abscesos, y ejerce presión sobre el punto de inyección durante, como mínimo, 15 minutos, mientras mantienes el brazo en alto. Si el sangrado no se detiene, llama al servicio de emergencias con rapidez (**teléfono 112**).

Las mejores venas se encuentran, probablemente, en el brazo y la mano que más se utiliza. Para hacer que las venas sean más visibles y fáciles de encontrar, puedes extender y abrir y cerrar la mano de forma alternativa durante unos segundos para que la sangre fluya hacia las venas. También se puede poner en agua caliente la parte donde se hará la inyección, dar pequeñas palmadas a la piel que hay sobre la vena o dejar que el brazo cuelgue y se llene de sangre.

Trata de evitar beber mucho café o fumar cigarrillos antes de inyectarte, ya que la cafeína y la nicotina estrechan las venas. Si, por el contrario, hidratas tu cuerpo bebiendo agua (o zumo de frutas o bebidas isotónicas), la sangre circulará por las venas más fácilmente haciendo que estas sean más grandes y visibles.

CONSEJOS

- **Alterna los puntos de inyección.** Esto permitirá que tanto la piel como las venas se recuperen y se mantengan en buenas condiciones.



- **En La parte inferior de brazos y piernas** se encuentran los puntos más fáciles y seguros para inyectarse.
- **Las venas de manos y pies son pequeñas y vulnerables.** Inyectarte en esos puntos puede ser doloroso e implica un riesgo elevado de provocar daños en las venas.
- **Las venas que comportan menos riesgo son las del antebrazo.**
- **Se pueden utilizar en toda su longitud,** desde la muñeca hasta la parte interior del codo.
- **El cuello, el pene y las ingles son zonas muy peligrosas:** inyectarse en estos sitios podría acarrear daños graves.

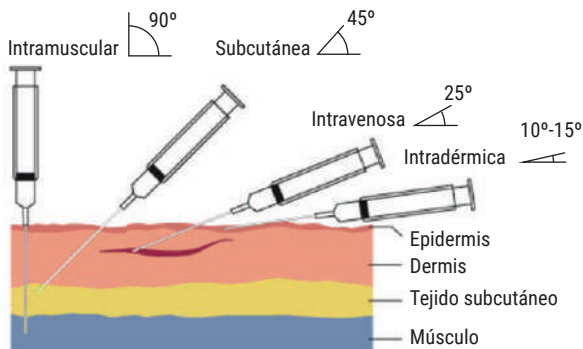
Además de la intravenosa, existen otras vías de inyección, aunque conviene recordar que no son aconsejables para la administración de la metanfetamina, la mefedrona y el alfa-PiHP.

Estas tres vías son:

- **Intramuscular** (en el músculo): Los efectos se producen en el plazo de 10-30 minutos tras la inyección. La inyección en el músculo comporta un alto riesgo de abscesos.
- **Subcutánea** (bajo la piel): Consiste en la inyección de drogas en la capa de grasa que hay bajo la piel. La droga se va liberando lentamente al torrente sanguíneo. Es la vía de administración más lenta de las tres. Para este tipo de administración se requieren jeringuillas y agujas lo más finas posibles. La inyección bajo la piel puede producir fácilmente abscesos.

- **Intradérmica** (en la dermis): La inyección en la capa superficial de la piel generalmente se utiliza para los anestésicos locales. Esta vía también se emplea para la realización de algunas pruebas diagnósticas o cutáneas para definir si se es alérgico o no a determinadas sustancias.

Cada una de estas vías utiliza un ángulo de inserción de la aguja en la piel, como se puede observar en la siguiente imagen:



En el contexto sexual, también se usan **otras vías de administración de drogas** como:

- **Intrarrectal** (a través del recto): Las drogas se introducen en el recto con una jeringuilla sin aguja. Conviene utilizar lubricante en la jeringuilla para evitar lesiones en el canal anal. La mucosa rectal absorbe las sustancias de manera rápida y efectiva.
- **Sublingual:** La administración sublingual se refiere a la absorción debajo de la lengua, lo que generalmente resulta en una absorción más rápida que la administración oral.

En la siguiente tabla resumen te mostramos la clasificación de las principales vías según determinados criterios para que puedas valorar su uso o si el cambio de vía de administración puede resultarte una opción útil.

| | Oral | Intranasal | Fumada | Intrarrectal | Intravenosa |
|-----------------------------|-------------------|--|--|-----------------------------|---|
| Rapidez del efecto | Lenta | Rápida | Rápida | Rápida | Inmediata |
| Duración del efecto | Larga | Moderada | Corta a moderada | Moderada a larga | Corta a moderada |
| Potencia del subidón | Moderada | Moderada | Alta | Alta | Alta |
| Riesgo de sobredosis | Moderado a alto | Moderado | Moderado | Alto | Muy alto |
| Otros daños | Dolor de estómago | Congestión, daños en la mucosa y tabique nasal | Daños en los pulmones, problemas respiratorios | Daños en el recto, sangrado | Infecciones, daños en las venas, colapso venoso |

Slamming 38

LA INYECCIÓN DE DROGAS PASO A PASO

Seguir una técnica de inyección apropiada prolongará la vida de tus venas. Si no lo haces así, podría producirse el colapso de la vena, lo que puede implicar un daño permanente.

Algunos consejos generales que conviene tener siempre en cuenta:

- Tómate tu tiempo y sé cuidadoso.
- Asegúrate de que el espacio o habitación donde te vas a inyectar está limpio y ordenado. Esto te ayudará a mantener tus instrumentos de inyección limpios y reducirás las posibilidades de confundir los tuyos con los de tus compañeros.
- Dale tiempo a tus venas para que se recuperen.
- Inyéctate, al menos, a un centímetro de distancia del último punto de inyección.
- La inyección tiene que ir en la dirección de la corriente sanguínea hacia el corazón y el bisel de la aguja mirando hacia arriba.
- Asegúrate de utilizar siempre material de inyección nuevo y estéril, **reponerlo para cada consumo y no compartirlo.**

PASO 1



Es muy importante lavarse las manos con agua y jabón o, si no es posible, con una toallita impregnada con alcohol. Hacer algo tan sencillo como esto disminuye muchísimo el riesgo de infecciones.

También es importante lavar la zona de la piel donde te pincharás antes y después de la inyección.

PASO 2



Debes disolver la droga en agua estéril y en un recipiente también estéril.

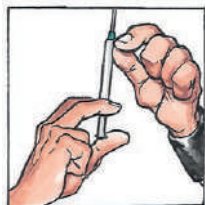
Si tienes que aplicar calor, se ha de calentar el mínimo tiempo posible y dejar enfriar.

No debería hervir, ya que esto puede hacer que la disolución se espese al enfriarse.

Tampoco se puede inyectar cuando todavía está muy caliente: además de doloroso, puede quemar las paredes de las venas.

Deberías utilizar un filtro para llevar la disolución a la jeringuilla. Compartir el filtro supone también un **riesgo de transmisión del VIH, el VHB y el VHC.**

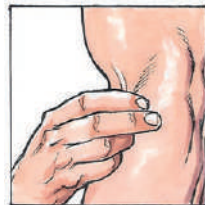
PASO 3



Una vez cargada, sostén la jeringuilla con la aguja apuntando hacia arriba y empuja el émbolo ligeramente hasta que una pequeña gota del líquido salga por el extremo de la jeringuilla para asegurar que no hay burbujas dentro.

No lamas la punta de la aguja, ya que la boca y la saliva contienen muchos gérmenes que pueden causar infecciones, hinchazón y abscesos en el punto de la inyección.

PASO 4



Es aconsejable que busques una vena en la que no te hayas inyectado recientemente

y dejes unos dos centímetros de distancia con la siguiente inyección.

Asegúrate de tener una postura estable

y de que podrás permanecer quieto mientras te inyectas.

Utiliza un torniquete únicamente si no eres capaz de encontrar una vena. Si el torniquete está ceñido, no dejará pasar la sangre y no se llenará la vena.

PASO 5

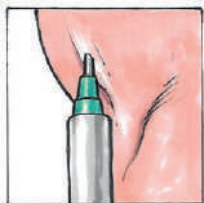


Limpia el punto de inyección con agua y jabón o con una toallita impregnada de alcohol dejando que este se evapore, ya que, si no, podrían quemarse las venas.

La forma correcta de limpiar el punto de inyección con alcohol es **de forma circular**, comenzando por el punto de inyección y haciendo una espiral hacia fuera.

Procura no tocar la piel después de haberla limpiado.

PASO 6

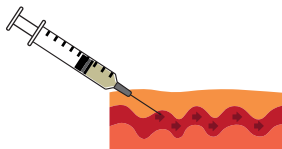


El ángulo correcto para la inyección es de 30 a 45 grados respecto a la superficie de la piel y con el bisel de la aguja hacia arriba (en dirección contraria a la piel).

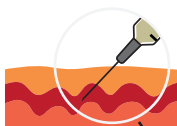
La inyección tiene que ir en la dirección de la corriente sanguínea hacia el corazón.

Cuando creas que la aguja ya está en la vena, retira un poco hacia atrás el émbolo para comprobarlo. Si hay sangre en la jeringuilla, significa que la aguja ha alcanzado una vena y ya está lista para inyectar. **Si no hay sangre en el cilindro de la jeringuilla o se siente una succión, significa que la aguja no ha alcanzado una vena sino el tejido subcutáneo: ¡así que NO la inyectes!** Relájate y repite los pasos anteriores hasta que la aguja llegue a la vena.

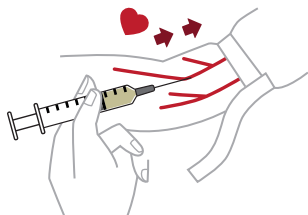
Es importante que consigas acertar en la vena haciendo un solo pinchazo.



Inyectar siempre
en dirección del corazón



30/45°



Detalle del bisel de la aguja:
dirección hacia arriba

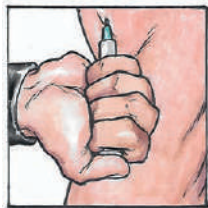
PASO 7



Una vez que la aguja esté en la vena, retira el torniquete (si lo has utilizado) para evitar ejercer una presión innecesaria sobre las venas.

Nunca realices la inyección cuando el torniquete está apretado.

PASO 8



Empuja el émbolo lentamente y con cuidado de no mover la jeringuilla.

Cuando termines, retira cuidadosamente la aguja. Si se hace muy deprisa puede colapsarse la vena.

PASO 9



Mantén presionado con una gasa o algodón limpios el punto de inyección hasta que deje de sangrar (entre 2 y 3 minutos) para evitar la formación de hematomas.

Si sangra o se produce un hematoma, será más difícil encontrar la vena la próxima vez.

Después, limpia de nuevo el punto de inyección con una toallita con alcohol.

La manera correcta es de forma circular, comenzando por el punto de inyección y haciendo una espiral hacia fuera.

PASO 10



Deposita todos los utensilios de inyección en un lugar seguro donde nadie pueda utilizarlos ni herirse al manipularlos.

Algunas farmacias, centros de reducción de daños y centros de atención a las drogodependencias participan en **programas de intercambio de jeringuillas y disponen de contenedores especiales** de plástico rígido donde puedes depositar el material utilizado.

Si no puedes tirar el equipo de inyección en un contenedor especial, una opción es desprenderse de él de forma segura, por ejemplo, introduciendo la jeringuilla con la aguja en una lata de bebida o en un tetrabrik.

Slamming 44

EL EQUIPO DE INYECCIÓN

Todo el material utilizado para la inyección de drogas es potencialmente contagioso. A través de la inyección de drogas se pueden adquirir infecciones transmitidas por compartir los utensilios para la inyección (como el VIH, la hepatitis B y la hepatitis C) e infecciones producidas por la suciedad y la falta de higiene (tétanos, botulismo, etc.).

Recuerda:

- Si vas a compartir drogas, lo mejor es repartirlas antes entre tus colegas de la sesión y que cada uno se las prepare e inyecte con su propio equipo.
- **Es importante utilizar siempre un equipo nuevo de inyección para cada consumo.**
- La aguja tiene que estar siempre lo más limpia posible y no debería tocar nada. Si tienes que apoyar la jeringuilla en algún lugar, ponle antes el capuchón.
- No se recomienda en ningún caso reutilizar la aguja y la jeringuilla. En el caso de tener que reutilizar la aguja y la jeringuilla, se deben limpiar con agua fría cuanto antes después de usarlas. Esto permitirá eliminar más fácilmente la sangre (véase página 48).

Se pueden comprar agujas y jeringuillas nuevas a precios económicos en muchas farmacias. En algunas ciudades, existen programas de intercambios de jeringuillas (PIJ) en farmacias, centros de reducción de riesgos y centros de atención a las drogodependencias que te proporcionarán de manera gratuita kits de inyección segura. **El kit de inyección segura incluye: jeringuilla y aguja estériles; ampolla de agua estéril; toallitas de alcohol; cazoleta; y filtro.**



AGUJAS Y JERINGUILLAS

La aguja tiene que ser lo más pequeña y fina posible, ya que daña menos a la vena y hace más fácil su recuperación. No obstante, la elección dependerá de la sustancia a consumir y del lugar del cuerpo destinado a la inyección.

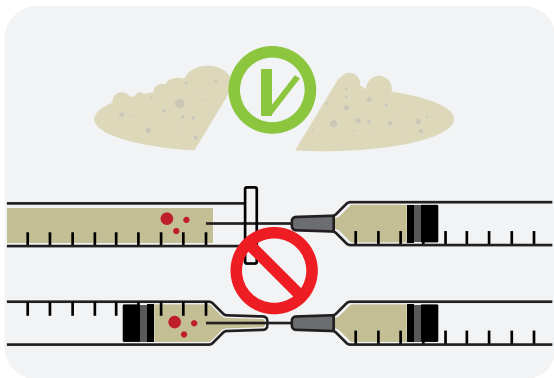
Las agujas se presentan de diferentes colores que determinan el grosor y la longitud. Los kits de inyección segura de algunos programas de intercambio de jeringuillas suelen ofrecer dos opciones de jeringuillas:

| Tipo de jeringuilla | Calibre | Capacidad | Medida de aguja | Tipo de la aguja |
|---------------------------------------|---------------|-------------|-----------------|--------------------------|
| Americana (tipo insulina) | 0,4 mm | 1 ml | 12 mm | Aguja incorporada |
| Española (tipo tuberculina) | 0,5 mm | 1 ml | 16 mm | Aguja separable |



Por lo general, las jeringuillas americanas (tipo insulina) con agujas más cortas son más aconsejables, ya que dañan menos el tejido cutáneo y subcutáneo y las venas. Además, la aguja de las jeringuillas americanas deja menos señales en la piel. No obstante, el hecho de que la aguja sea menos estrecha puede producir obturaciones con más facilidad, por ejemplo, cuando no se diluye correctamente la droga con el agua estéril. Si la aguja se daña (se ensucia, se despunta, o se tapona), será necesario cambiar la dosis a otra jeringuilla nueva; asegúrate de que el cambio se hace con cuidado para reducir el riesgo de infecciones.

En el caso de compartir drogas, es preferible repartirlas antes entre tus colegas de la sesión y que cada uno se las prepare e inyecte con su propio equipo. Cargar la jeringuilla desde una que no sea estéril, tanto por delante como por detrás, comporta riesgos parecidos a los que se derivan de compartir la jeringuilla.



Asegúrate de tener siempre suficiente material de inyección disponible para todo el tiempo que dure la sesión. Utiliza siempre una jeringuilla y aguja estériles para cada inyección. Si te quedas sin ellas y no tienes más remedio que reutilizar la jeringuilla, deberías limpiarla cuidadosamente y con calma. **Entre los diferentes métodos de limpieza, el más rápido y económico es el uso de lejía normal:**

- Llena la jeringuilla, a través de la aguja, con agua fría y después vacíala. Repítelo dos veces.
- Llena la jeringuilla, a través de la aguja, con lejía; añade un poco de aire y remuévela durante 30 segundos. Después, vacíala. Repítelo dos veces.
- Vuelve a llenar la jeringuilla con agua fría y después vuelve a vaciarla. Repítelo dos veces.

Es muy importante que sepas que **no existe la seguridad de que la lejía elimine el virus de la hepatitis C.**

AGUA ESTÉRIL

El agua ha de ser estéril (de farmacia) y, en caso de que no lo pueda ser, al menos que sea destilada, y si no, hervida. El agua fría es más limpia que la caliente y la corriente, más que la estancada.

Conviene saber que el agua destilada que se compra en las tiendas no es estéril. Por seguridad, lo mejor es que se utilicen las ampollas de agua bidestilada para la inyección, que se pueden comprar en farmacias o conseguir gratis en un programa de intercambio de jeringuillas.

CAZOLETA CON MANGO

No es recomendable utilizar como recipiente para mezclar la droga con el agua destilada la parte posterior de una lata de refresco (que es amplia y cóncava) o una cuchara. Si no hay otra opción, es necesario desinfectarlas antes muy bien.

La mejor opción para realizar la mezcla es utilizar una cazoleta con mango: puedes conseguirla de forma gratuita en los programas de intercambio de jeringuillas. **Recuerda que el VIH, el VHB y el VHC se pueden transmitir fácilmente cuando se comparten cazoletas y filtros.** Si necesitas reutilizar la cazoleta, deberías desinfectarla antes en agua hirviendo durante 15-20 minutos.



FILTROS

Los filtros **evitan que las partículas de la droga que no se hayan disuelto en el agua entren en la jeringuilla.** En ocasiones, se pueden utilizar como filtros los de los cigarrillos nuevos aunque no es una medida recomendable. Si se emplean los filtros de los cigarrillos, conviene no arrancarlos con la boca, ni hacer bolitas con los dedos, ya que podrían impregnarse de gérmenes.

Usa un nuevo filtro para cada inyección; la reutilización de filtros puede causar abscesos y otras infecciones. Recuerda que el VIH, el VHB y el VHC se pueden transmitir fácilmente cuando se comparten cazoletas y filtros.

La mejor opción es conseguir de manera gratuita los filtros en los programas de intercambio de jeringuillas.

TOALLITAS DE ALCOHOL

Las toallitas impregnadas de alcohol de un solo uso **se utilizan para limpiar la piel antes y después de la punción.** Tienen un efecto protector significativo contra la formación de abscesos y otras infecciones bacterianas. Puedes conseguirlas de manera gratuita en los programas de intercambio de jeringuillas.

Recuerda que inmediatamente después de la inyección deberías **presionar el punto de inyección** con una gasa o algodón limpios **durante 2 o 3 minutos** hasta que deje de sangrar. A continuación, limpia la zona con una toallita de alcohol.

TORNIQUETE

Se puede usar un torniquete cuando no se puede encontrar la vena. Como torniquete, se puede utilizar una goma o un cinturón elástico. Si no dispones, también puedes emplear un preservativo lubricado o cualquier otro utensilio que puedas desatar sin problemas.

Para ponerte el torniquete, te lo tienes que colocar alrededor del brazo y apretar el puño varias veces. Recuerda que es necesario retirar el torniquete –sin que se suelte la jeringuilla– antes de empezar a introducir la droga en la vena.

AUTOCUIDADO DE LA SALUD

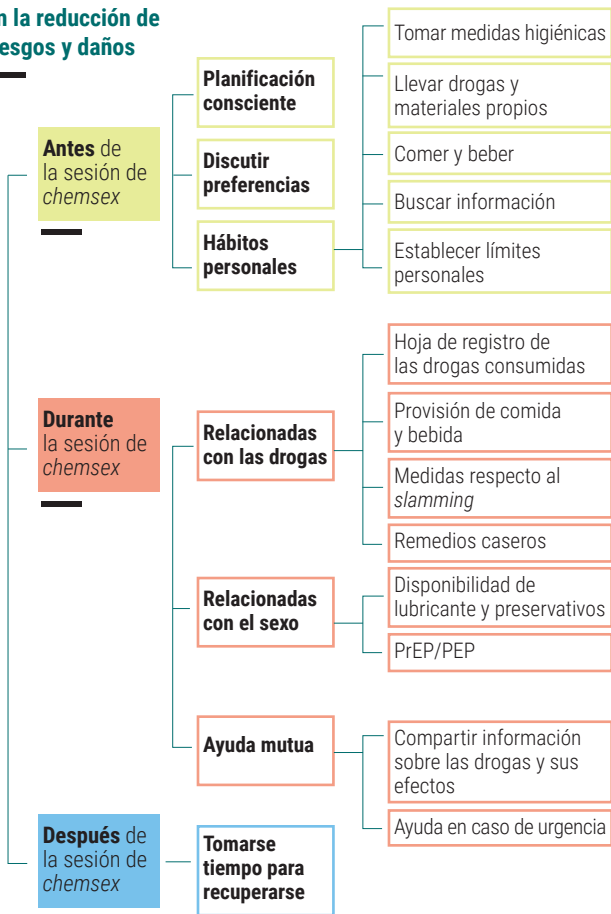
El autocuidado de la salud es la capacidad de cuidar de uno mismo para mantener o mejorar la salud. En el contexto del *slamsex* o del *chemsex*, el concepto de autocuidado incluye también todas las acciones que una persona realiza con el objetivo de disminuir los riesgos y reducir los daños asociados al consumo de drogas en contextos sexuales.

Muchos hombres que practican ***chemsex*** llevan a cabo una serie de estrategias de autocuidado para gestionar los riesgos asociados con esta práctica. Así, suelen **planificar** conscientemente las sesiones de *chemsex* de acuerdo con sus preferencias de horario, recopilar información sobre sexo seguro y uso de drogas, comunicar con antelación sus preferencias relacionadas con las drogas y el sexo al resto de participantes, tomarse tiempo para prepararse en las horas previas al evento y reflexionar y establecer las preferencias y límites personales.

Durante la sesión de *chemsex* la atención se centra principalmente en reducir los riesgos relacionados con las drogas. La medida más utilizada es llevar un **libro de registro** en el que se anota la información relativa a cada vez que se toma droga (sustancia, dosis y hora). Después de participar en la sesión de *chemsex*, uno se toma el tiempo suficiente para recuperarse física y mentalmente. Para estas personas, las prácticas de reducción de daños parecen ser una parte bien establecida de su participación en el *chemsex*.

En el siguiente esquema se resumen las estrategias de autocuidado antes, durante y después de una sesión para gestionar los riesgos asociados al *chemsex*.

Estrategias de autocuidado basadas en la reducción de riesgos y daños



En este apartado te explicamos algunas de estas estrategias de autocuidado de la salud sexual y la salud mental.

AUTOCUIDADO DE LA SALUD SEXUAL

Las sesiones implican a menudo muchas horas e incluso días de actividad sexual bajo los efectos de las drogas. En ocasiones, estos efectos –sobre todo el efecto de la desinhibición sexual– pueden hacerte bajar la guardia y asumir determinadas conductas que implican un mayor riesgo, como, por ejemplo, realizar sexo sin preservativo con varios hombres al mismo tiempo y/o prácticas sexuales más extremas y traumáticas sin apenas sentir dolor.

Por lo tanto, no se trata únicamente de inyectarte para pasártelo bien practicando sexo con tus colegas: hay otras cosas que puedes hacer para mantenerte saludable y proteger tu salud y la de los demás.

En el siguiente apartado te ofrecemos algunos consejos que pueden resultarte útiles para preservar tu salud sexual y reducir el riesgo de infecciones de transmisión sexual (ITS) en las sesiones de *chemsex* y *slamsex*.

1. CONDONES Y LUBRICANTES

Los condones y lubricantes siguen siendo los mejores compañeros de viaje. Su uso te ayudará a prevenir una gran variedad de ITS, incluidas el VIH y las hepatitis víricas (VHB y VHC). El empleo de lubricantes de base acuosa proporciona una mayor suavidad durante la penetración y reduce la posibilidad de que se produzcan roturas del preservativo y microdesgarros y sangrado del recto. Las sesiones pueden ser largas. Te resultará útil reunir

previamente todo el material que puedas necesitar para que no te quedes sin él: kits de inyección segura, preservativos, lubricantes, guantes de látex, etc.

2. GUANTES DE LÁTEX

Utiliza guantes de látex para practicar el *fisting* de manera segura. El *fisting* aumenta el riesgo de transmisión del VHC tanto para el que penetra como para el que es penetrado. El empleo de guantes de látex –cambiándolos con cada nueva pareja– y lubricante de base acuosa en abundancia reduce el riesgo de transmisión.

3. JUGUETES SEXUALES

Se recomienda cubrir los dildos, vibradores y otros juguetes sexuales con preservativos lubricados y cambiarlos por otros nuevos con cada pareja distinta. Después de su uso, los juguetes deben ser lavados a fondo antes de volver a utilizarlos.

4. SECUENCIAR LAS PRÁCTICAS SEXUALES

Conviene evitar el sexo anal receptivo después del *fisting* o del uso enérgico de juguetes sexuales, pues ambas prácticas podrían provocar desgarros y sangrado en el recto. Estos daños podrían favorecer la transmisión de infecciones si se realiza sexo sin preservativo.

5. NO INYECTARSE POR VÍA RECTAL

En una sesión de *chemsex* o *slamsex* es muy recomendable no inyectarse drogas por el recto, dado que la irritación y la mucosa dañada podrían aumentar el riesgo de adquirir VIH, VHB, VHC y otras ITS si se practica sexo anal sin preservativo.

6. DUCHAS ANALES

Trata de no compartir el tubo o el mango de la ducha para la higiene anal: el VHC puede sobrevivir durante mucho tiempo sobre superficies de objetos que podrían transmitir la infección por contacto. Lleva tu propio mango de ducha contigo.

7. HIDRATACIÓN

El uso de drogas produce deshidratación. La sequedad de las mucosas corporales las hace más vulnerables a las lesiones y al sangrado. Para prevenir la deshidratación y sus efectos, es importante que bebas suficientemente. Tener varias botellas de agua a la vista antes de empezar la sesión puede ser una buena idea. Si bebes alcohol, es importante que sepas que tiene un efecto deshidratante y necesitarás tomar otros líquidos. Además, el alcohol puede interactuar con otras sustancias utilizadas en las sesiones.

8. COMIDA

Es importante comer suficientemente. Incluso si no tienes hambre –un efecto habitual asociado a determinadas drogas–, comer una pequeña cantidad de forma regular te resultará beneficioso. Los alimentos blandos son más fáciles de tragar. Las frutas, los batidos de frutas, los batidos de proteínas, las gachas de avena, el yogur, las sopas o las cremas son nutritivos y te proporcionarán energía renovada.

9. DUCHAS Y DESCANSO

Tomarse una ducha, como mínimo, cada 24 horas te resultará muy relajante y te proporcionará energía. Además, recuerda lavar tus manos con agua y jabón de manera regular. Retirarse de vez en cuando del espacio donde se está practicando sexo puede ser una buena idea para descansar. Si no puedes dormir, trata de buscar un espacio oscuro y silencioso en el que te puedas relajar mejor.

10. PRUEBAS DE ITS (INCLUIDO EL VIH Y LAS HEPATITIS VÍRICAS)

Hacerse de manera regular pruebas de ITS –incluso no presentando síntomas–, te permitirá detectarlas a tiempo y recibir tratamiento lo más pronto posible. De esta manera, cuidarás tu propia salud y la de los demás.

11. CALENDARIO DE VACUNACIÓN ACTUALIZADO

Se recomienda la vacunación frente a virus y bacterias que pueden provocar infecciones entre los hombres que practican *slamming* o *chemsex*. Entre las vacunas se incluyen la vacunación frente a la hepatitis A y hepatitis B, frente al virus del papiloma humano (VPH), frente a mpox (antes viruela del mono) y frente a meningococo C.

La hepatitis A y B son infecciones del hígado causadas por virus (VHA y VHB, respectivamente). La hepatitis A se puede adquirir al entrar en contacto con heces infectadas por el VHA durante las prácticas sexuales, y la hepatitis B, a través de diferentes prácticas sexuales y el uso compartido del material de inyección con una persona con el VHB. El VPH es un virus que se transmite por contacto sexual y la infección puede provocar desde verrugas en diferentes partes del cuerpo hasta determinados tipos de cáncer (de garganta, boca, ano, pene, cuello uterino).

Otros patógenos, como el virus mpox –que causa la antes conocida como viruela del mono– o la bacteria *N. meningitidis* –que causa enfermedad meningocócica por serogrupo C– no causan infecciones de transmisión sexual, pero sí infecciones sexualmente transmisibles, ya que la transmisión se produce como consecuencia del contacto sexual estrecho, íntimo y prolongado en el tiempo entre personas que practican *slamming* o *chemsex*.

12. MEDICACIÓN

Lleva contigo la medicación: Si estás tomando medicación para alguna enfermedad, como el VIH, la hepatitis C o la profilaxis preexposición (PrEP) frente al VIH, lleva contigo los medicamentos necesarios para que no te quedes sin ellos el tiempo que dure la sesión. Acuérdate de tomar la medicación a su hora tal como ha sido prescrita. Recuerda que **algunas drogas presentan interacciones con los medicamentos del VIH, la hepatitis C, las benzodiacepinas, los antidepresivos y los potenciadores de la erección, entre otros.** Puedes hablar de este tema con tu médico. También puedes informarte en www.infodrogas-vih.org o escribirnos un email a info@infodrogas-vih.org o llamarnos al 93 458 26 41.

13. PROFILAXIS POSTEXPOSICIÓN (PEP) Y PREEXPOSICIÓN (PrEP) AL VIH

Si has tenido una práctica de alto riesgo de VIH puedes acudir al servicio de urgencias de un centro hospitalario y solicitar la profilaxis postexposición al VIH. La PEP es un tratamiento de emergencia que puede detener el VIH si se inicia lo antes posible, idealmente en las primeras 4 horas tras la práctica de riesgo. Su eficacia disminuye de forma progresiva y, a partir de las 72 horas, no se considera efectiva. Si no utilizas de manera frecuente el preservativo, puedes hablar con un profesional de la salud sobre la profilaxis preexposición al VIH y valorar si serías un buen candidato para recibirla. La PrEP es un medicamento oral que previene la transmisión del VIH en personas que no están infectadas por este virus. Infórmate de los programas de PrEP en España en el siguiente enlace <https://siprep.isciii.es/centros-prep>.

14. MEDIDAS HIGIÉNICAS

Es fundamental mantener unas correctas medidas higiénicas tanto individuales como en el espacio donde se desarrollará la sesión de *slamming* o de *chemsex*. Por lo que respecta a las medidas de cuidado personal durante las sesiones, se recomienda lavarse las manos a menudo con agua y jabón, ducharse (asegurando la correcta limpieza de nalgas, pene, ingles y cualquier zona susceptible de contener heces); usar toallas individuales y no compartirlas; utilizar preservativos; limpiar las superficies donde te sientas o apoyas para mantener sexo; desinfectar grifos, inodoros, etc. Con estas medidas puedes evitar o minimizar el riesgo de adquirir infecciones como la causada por la bacteria *Shigella*, que se puede transmitir durante las prácticas sexuales por contacto directo con la bacteria en el canal anal o por contacto indirecto con los restos de heces infectadas presentes en objetos, zonas del cuerpo, toallas, material de inyección, etc.

Estas medidas preventivas también pueden reducir el riesgo de adquirir una infección bacteriana de la piel como la causada por el *Staphylococcus aureus* resistente a meticilina (SARM). Esta bacteria se transmite por contacto directo piel con piel con la bacteria o por contacto indirecto con objetos contaminados (sábanas, juguetes sexuales, etc.) y por gotitas de tos o estornudos.

AUTOCUIDADO DE LA SALUD MENTAL

El *slamming* y el *chemsex* pueden provocar problemas de salud mental, entre los que se incluyen ansiedad, alucinaciones, paranoia, psicosis, depresión e incluso tentativas de suicidio. Estos problemas están provocados, por lo general, por las drogas y la falta de sueño.

El riesgo de experimentar estos efectos no deseados se incrementa si:

- Mantienes sesiones muy prolongadas inyectándote durante días sin dormir ni descansar.
- Te inyectas dosis elevadas.
- Aumentas la frecuencia de inyección hasta llegar a un consumo de varias veces a la semana o más.
- Padeces, o has padecido, problemas de salud mental.

Sin embargo, puedes tratar de reducir o evitar estos problemas de salud mental asociados al uso de drogas siguiendo una serie de consejos:

- Abandonar el consumo o cambiar la vía de administración.
- Llevar la cuenta –por ejemplo, anotándolo en un diario– de qué drogas consumes, en qué cantidad y con qué frecuencia.
- Reducir la dosis y la frecuencia de uso si te notas paranoico o ansioso.
- Descansar, beber y comer suficientemente.
- Pedir a los colegas de la sesión que te avisen cuando te vean exhausto.

Si has estado “limpio” una temporada y vuelves a consumir drogas, recuerda que tu tolerancia será menor. Es aconsejable que tomes una dosis de prueba para tantear la potencia antes de consumir o inyectarte toda la cantidad.

Cuando en una sesión de *chemsex* o de *slamsex* un colega entra en paranoia o se pone ansioso o psicótico, lo mejor que podéis hacer el resto es:

- No abandonarlo a su suerte esperando que la situación se resuelva sola.
- Tratar de calmarlo y hacerle comprender que lo que le está sucediendo es efecto de las drogas.
- Llamarlo por su nombre.
- Tratar de mantenerlo en la ‘realidad’ hablando con él de forma clara y relajada
- Sacarlo de la habitación donde tiene lugar la sesión y llevarlo a un lugar más tranquilo.
- Salir al exterior para que le pueda dar el aire.
- Apagar las luces brillantes, la música y la televisión.

Si la persona está muy agitada o la situación empeora, conviene no perder tiempo y llamar inmediatamente al **112** para pedir una ambulancia.

Es probable que en la sesión de sexo haya más hombres. Puede ser de gran utilidad **establecer entre todos los participantes reglas de seguridad** antes de empezar la sesión sobre qué hacer o dónde llamar en caso de sobredosis o problemas con las drogas. Trata de no inyectarte solo.

Recuerda que la ayuda entre colegas en estos momentos es fundamental. Hoy por ti, mañana por mí.

SOBREDOSIS

El uso de drogas durante las sesiones de sexo también puede producir intoxicaciones agudas, reacciones adversas y sobredosis. Es lo que se conoce popularmente como 'chungo'.

Un ejemplo de ello sería el riesgo de sobredosis por GHB/GBL: el riesgo puede ser muy alto si no se calculan de forma adecuada las dosis, o si éstas no se espacian el tiempo suficiente, o si se consume al mismo tiempo alcohol u otros depresores del sistema nervioso central.

Es posible que alguien tenga una sobredosis si presenta los siguientes síntomas:

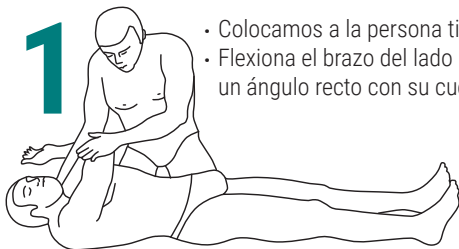
- No responde al dolor.
- Respira muy despacio o ha dejado de respirar.
- Empieza a ponerse de color azul.
- No vuelve en sí transcurridos unos tres minutos.

Si un colega de la sesión presenta síntomas de sobredosis, el resto podéis hacer lo siguiente:

- Llamar al teléfono de urgencias (**112**) inmediatamente.
No hay que suponer que se recuperará.
- Mientras tanto, intentad no entrar en pánico.
- Si la persona respira, colocadla en la posición lateral de recuperación. Así evitaréis que se ahogue en caso de vomitar.

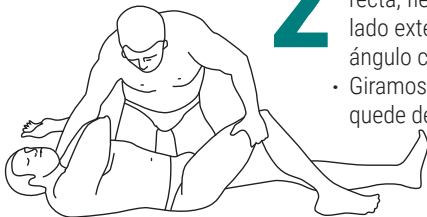
- Si vuestro colega no respira y alguien sabe técnicas de reanimación cardiorrespiratoria, podéis intentar reanimarlo.
- No lo abandonéis: quedaos con la persona hasta que llegue la ayuda.

1



- Colocamos a la persona tumbada boca arriba.
- Flexiona el brazo del lado interno para formar un ángulo recto con su cuerpo.

2



- Con la pierna del lado interno recta, flexionamos la pierna del lado externo, hasta formar un ángulo con el cuerpo.
- Giramos el cuerpo hasta que quede de lado.

3



- Colocamos el dorso de la mano del lado externo, bajo la mejilla.

BAJÓN

Consumir drogas, inyectarse y practicar sexo durante varios días puede dejarte exhausto física y mentalmente. Cuando las drogas dejan de hacer efecto, se puede experimentar toda una serie de síntomas tales como **debilidad, cansancio, desorientación, malhumor, tristeza e incluso depresión**. Estos síntomas suelen ser habituales y acompañan a nuestro organismo en el proceso de recuperación de las drogas y el cansancio. Es lo que se conoce popularmente como 'bajón'.

Hay personas que siguen drogándose para evitar los bajones; sin embargo, esta conducta no ayudará a tu cuerpo a recuperarse del cansancio físico y mental y el 'bajón' podría ser mucho más duro.

El 'bajón' se produce porque los niveles de serotonina y otros neurotransmisores naturales que nos hacen sentir bien se encuentran realmente bajos. Pero, además, otros factores también influyen:

- La cantidad y calidad de descanso, comida y bebida recientes.
- La duración de tu sesión de *slamming* o de *chemsex*.
- La cantidad y combinación de drogas que hayas utilizado.
- Tu experiencia de uso de drogas.

Por lo general, estos sentimientos negativos se prolongarán durante unos días y después se desvanecerán. Para sobrellevar el 'bajón', trata de distraerte con actividades de ocio, como ir al cine o salir con amigos, o deportivas, como ir a nadar.

Quizá puedas utilizar la experiencia del 'bajón' para tomar conciencia de lo importante que es comer de forma adecuada, beber mucho líquido, descansar y dormir bien para hacer frente a las sesiones de sexo y drogas. Y además para plantearte si reducir el consumo puede ser una opción viable también para ti.



CONSUMO PROBLEMÁTICO

Si practicas *chemsex* o *slamsex* y estás preocupado por tu consumo de drogas, puedes tener en cuenta una serie de señales que pueden ser indicativas de que tu consumo podría ser problemático y que sería recomendable solicitar ayuda profesional para evitar problemas futuros más graves. **Existe una amplia red de organismos y profesionales que pueden orientarte sobre dónde acudir para solicitar ayuda. ¡No estás solo!**

Entre los indicios de un consumo problemático se incluyen los siguientes:

- Has aumentado tu consumo, especialmente fuera de los fines de semana.
- Has empezado a experimentar con nuevas drogas.
- Has sobrepasado todos los límites que te habías establecido sobre tu consumo de drogas.
- Te sientes incapaz de cumplir con tus compromisos debido a tu pulsión por las sesiones y los *chills*.
- Gastas mucho más dinero en drogas del que habías planeado inicialmente.

A veces **puede resultar difícil reconocer que uno podría tener un consumo problemático de drogas**, pero **si reconoces alguna de las siguientes señales, es muy probable que lo tengas** y te recomendamos que solicites ayuda profesional:

- Consumo frecuente en días laborables o en el trabajo.
- Consumo en solitario o a escondidas.

- Relacionar el sexo únicamente con el uso de drogas.
- Interferencia en la vida cotidiana, como problemas en el trabajo o con la vivienda.
- Reacciones negativas de amigos o empleadores debido al consumo de drogas.
- Problemas financieros, como pedir prestado o empeñar objetos para comprar drogas.

Si crees tener dependencia o adicción, o te preocupa tu consumo, antes de dejar de consumir cualquier droga, busca asesoramiento y apoyo profesional para hacerlo de modo seguro. El servicio Chemsex Support de la organización STOP te ofrece un cuestionario *online* que te permitirá evaluar de una forma sencilla si tu consumo es problemático. Puedes acceder al cuestionario a través del siguiente enlace: <https://chemsex.info/me-estoy-pasando/>

Slamming 70

RECURSOS



Si te preocupa tu consumo de drogas y quieres reducirlo, o dejarlo, puedes pedir ayuda a tu médico de atención primaria o a otros profesionales sanitarios que te atiendan.

En el siguiente enlace, podrás acceder a un localizador de centros de atención a las adicciones realizado por el Plan Nacional sobre Drogas. **Te permitirá localizar los recursos más próximos a la dirección que introduzcas:**

<https://pnsd.sanidad.gob.es/ciudadanos/ayudaCerca/home.htm>.

También puedes ponerte en contacto con nuestra asociación y te orientaremos en los temas que nos solicites:

932 080 845 (Barcelona)

683 280 312 (Madrid)

consultas@gtt-vih.org

 Twitter: [@gTtVIH](https://twitter.com/gTtVIH)

 Facebook: [gtt.vih](https://www.facebook.com/gtt.vih)

 Skype: [gttvih](https://www.skype.com/people/gttvih)

  WhatsApp y Telegram: [667 662 551](https://www.whatsapp.com/business/profile/gttvih)

Infodrogas-vih

Grupo de Trabajo sobre Tratamientos del VIH (gTt-VIH)
Servicio Multicanal y Gratuito de Atención e Información sobre el VIH, las ITS, sus tratamientos y salud sexual



OTROS RECURSOS:

ANDALUCÍA

Adhara, Asociación VIH/sida, Sevilla Checkpoint / Sevilla

<https://adharasevilla.org/que-hacemos-2/>

Teléfonos: 95 498 06 03 / 644 095 146

STOP / Sevilla

<https://chemsex.info/> / <https://forochemsex.org/>

<https://stopsida.org/sexo-y-drogas/>

Teléfonos: 95 512 05 43 / 636 338 678

ARAGÓN

SOMOS LGTB+ de Aragón - Atención a las Adicciones en el Contexto del ChemSex / Zaragoza

<https://somoslgtb.com/chemsex-slamming/>

Teléfonos: 97 692 58 43 / 655 804 124

OMSIDA / Zaragoza

<https://www.omsida.org/centro-de-informacion-y-prevencion-de-vih-e-its-zipi/>

Teléfono: 664 588 972

BALEARES

Alas Associació de Lluita Anti-Sida de les Illes Balears / Palma

<https://alas-baleares.com/chemsex/>

Teléfono y whatsapp: 682 906 017

CANARIAS

Asociación LGBTI* Diversas / Tenerife

<https://diversascanarias.com/chemsex/>

Teléfono: 644 575 330

CANTABRIA

ACCAS (Asociación Ciudadana Cántabra Antisida) / Santander

<https://accas.es/>

comunicacion@accas.es

Teléfono: 94 231 32 32

CASTILLA Y LEÓN

Comité ciudadano anti-sida de Burgos / Burgos

<https://www.sidaburgos.com/>

Teléfono: 601 386 394

AOCD (Asociación Olontense contra la Droga) / León

<https://www.aocdgibraleon.com/>

Teléfono: 661 794 247

Comité Ciudadano Antisida de Valladolid / Valladolid

<http://www.ccasv.org/>

Teléfono: 690 243 532

CATALUÑA

STOP / Barcelona

<https://chemsex.info/>

<https://forochemsex.org/>

<https://stopsida.org/sexo-y-drogas/>

Teléfono: 93 452 21 35

**Atención Psicológica sobre 'Chemsex'
de BCN Checkpoint / Barcelona**

<http://www.bcncheckpoint.com/atencio-psicologica-chemsex/>

Teléfono: 93 318 20 56

Gais Positius / Barcelona

<https://gaispositius.org/chemsex/>

www.gaispositius.org

Teléfono: 93 298 06 42

CHEM-SAFE / Energy Control / Grupo ABD / Barcelona

<https://www.chem-safe.org/check-your-chems/>

<https://www.chem-safe.org/chemcare>

Teléfono: 687 633 694

Fundació Antisida Lleida / Lleida

<https://antisidalleida.org/lgtbiq/>

Teléfono: 97 326 11 11

EXTREMADURA

Comité Antisida de Extremadura (CAEX) / Cáceres

<https://www.caextremadura.org/>

Teléfono: 92 722 61 43

COMUNIDAD VALENCIANA

Lambda, col·lectiu LGTB+ per la diversitat sexual, de gènere i familiar / Valencia

<https://lambdavalencia.org/>

Teléfono 96 334 21 91

Comité Antisida Comunidad / Valencia

<https://comiteantisidavalencia.org/salut-sexual/>

Teléfono: 678 193 097

CASDA – Servicio Cibereducador / Castellón

<https://www.casda.es/>

Teléfono: 96 421 31 06

COMUNIDAD DE MADRID

CHEM-SAFE / Energy Control / Grupo ABD / Madrid

<https://www.chem-safe.org/check-your-chems/>

<https://www.chem-safe.org/chem>

Teléfono: 687 633 694

Apoyo Positivo

<https://apoyopositivo.org/sexo-drogas-y-tu/>

psicosocial3@apoyopositivo.org

Teléfonos:

Madrid: 91 358 14 44 / 629 447 325

Málaga: 655 325 973

Ourense: 670 578 620

COGAM / Madrid

<https://cogam.es/salud-prevencion-y-vih/chemsex/>

Teléfono: 602252234

Imagina MÁS – Apoyo a usuarios de chemsex / Madrid

<http://www.imaginamas.org/inicio/chemsex/>

salud@imaginamas.org

Teléfonos: 91 032 11 19 / 658 526 113

Pide cita mandando un WhatsApp a 650 593 404

PAÍS VASCO

Bizkaisida - Programa de Prevención del VIH, ITS y hepatitis víricas dirigido a hombres gays y otros hombres que practican sexo con hombres (HSH) / Bilbao

www.bizkaisida.com / hsh@bizkaisida.com

Teléfono: 609 039 900



infodrogas-vih

 + = ? **No corras riesgos**

**Buscador de interacciones
entre medicamentos del VIH
y drogas u otras sustancias**

Visita nuestra web
www.infodrogas-vih.org

Descarga nuestra
App en tu móvil

DISPONIBLE EN
 Google play

Disponible en el
 App Store

- 📱 Consulta las interacciones entre los medicamentos del VIH y drogas y otras sustancias
- 📱 Infórmate sobre cómo reducir el riesgo en el consumo de drogas
- 📱 Conoce las últimas alertas sobre adulteración de drogas de Energy Control
- 📱 Lee noticias relacionadas con el VIH y las drogas
- 📱 Consulta fichas monográficas con información de cada una de las sustancias




infodrogas-vih

Descarga nuestra App en tu móvil

DISPONIBLE EN



Google play

DISPONIBLE EN EL



App Store

Elaborado por:



Financiado por:



Las opiniones vertidas en este documento no son necesariamente las de la Delegación del Gobierno para el Plan Nacional sobre Drogas o las del Ministerio de Sanidad.