

# TOT EL QUE NECESSITES SABER SOBRE LES DROGUES

L'objectiu d'aquest desplegable és facilitar-te informació sobre les drogues legals i il·legals i els riscos associats al seu consum. Si necessites una orientació personal, també hi trobaràs telèfons de contacte.



## ALCOHOL

El contenen totes les begudes alcohòliques (cervesa, vins i caves, licors i aiguardents...) en diferent proporció. Una canya de cervesa (250 ml) i 1 got de vi o copa de cava (100 ml) tenen uns 10 grams d'alcohol pur. Quan beus un combinat, estàs prenent el doble d'alcohol (20 g).

**Efectes buscats:** l'alcohol és una substància depressora, tot i que, en petites quantitats, resulta estimulants perquè fa perdre les inhibicions i augmenta l'eufòria i les ganes de marxar.

**Quins són els seus riscos:** sota els seus efectes s'altera la capacitat de conducció i de judici. Es poden tenir accidents i fer coses (agressions, vandalisme, sexe no protegit) que després podem lamentar. Beure més de 2 canyes al dia (o esporàdicament 4 canyes o 2 combinats en poques hores), en el cas de la noia, i més de 4 al dia (o esporàdicament 6 canyes o 3 combinats en poques hores), en el cas del noi, és perillós. Per als adolescents, consumir alcohol sempre és un risc. Si et passes amb l'alcohol, pots embriagar-te i fins i tot caure en coma. El consum excessiu d'alcohol pot produir malalties i abocar a la dependència alcohòlica.

**Marc legal:** la Llei catalana prohibeix la venda o consum d'alcohol per sota dels 18 anys. Alcohol i conducció són incompatibles. La legislació espanyola prohibeix als conductors de vehicles, ciclistes inclosos, conduir amb una taxa d'alcoholèmia superior a 0,5 g/l (en aire expirat, de 0,25 mg/l) i superior a 0,3 g/l (en aire expirat, 0,15 mg/l) en el cas dels conductors novells o professionals. Conduir sota els efectes de l'alcohol comporta una multa de 302 a 602€, la suspensió del permís de conduir d'1 a 3 mesos i la pèrdua de fins a 6 punts segons la nova normativa del carnet per punts.

## BENZODIAZEPINES

Són medicaments depressors del sistema nerviós central, que ha de prescriure i controlar el metge.

**Efectes buscats:** disminuir l'ansietat i ajudar a relaxar-se i dormir.

**Quins són els seus riscos:** són semblants als de l'alcohol i també poden crear dependència. Barrejades amb l'alcohol, es deterioren abans els rendiments (risc d'accident!) i l'efecte depressor és més intens (risc de perdre la consciència)..

**Marc legal:** no es poden vendre sense recepta mèdica.

## COCAÏNA

Es deriva de les fulles de la planta de la coca i és un estimulants molt potent. Es pot consumir en forma de pols blanca (clorhidrat de cocaïna), en fumada o injectada, i en forma de petits cristalls de crack o cocaïna base, fumats.

**Efectes buscats:** com a poderós estimulants, fa sentir eufòric i en forma; disminueix el cansament i la son.

**Quins són els seus riscos:** entre els seus efectes secundaris, cal esmentar alteracions psiquiàtiques (ansietat, irritabilitat, atacs de pànic, paranoies, etc.), somàtiques (rinitis, perforació de l'envà nasal, risc d'infart de miocardi, d'hipertensió i hemorràgia cerebral...) i socials (agressivitat, conducció temerària i accidents de trànsit...).

Resulta molt addicció, especialment per via injectada o fumada, pel potent efecte energètic seguit d'una molt ràpida baixada, que fa que l'individu ansii prendre'n més.

El crack és especialment perillós pels seus efectes neuro tòxics (convulsions), psiquiàtics i pulmonars..

**Marc legal:** és una droga il·legal.

## TABAC

El tabac és una substància estimulants que s'acostuma consumir fumada, especialment en forma de cigarretes. El component addictiu del tabac és la nicotina.

**Efectes buscats:** tot i ser un estimulants, fumar s'associa a moments de relax i d'interacció social.

**Quins són els seus riscos:** el tabac és molt tòxic pels diferents components del fum, que poden produir problemes respiratoris, càncer de pulmó i altres localitzacions, i greus malalties cardiovasculars (infart del miocardi, etc.). A curt termini, els fumadors fan mala olor, se'ls posen els dits i les dents grogues i la pell es resseca i fa arugues. La nicotina enganxa molt fàcilment, raó per la qual, un cop que es consolida l'hàbit, és difícil fer marxa enrera.

**Marc legal:** la nova llei del tabac prohibeix la seva venda a menors de 18 anys, el consum en el lloc de treball i en espais públics no autoritzats.

## CANNABIS

Deriva d'una planta (cannabis sativa). Els cabdells, fulles i tiges de la planta es coneixen amb el nom de marihuana o maria. La pasta feta amb la resina premsada de la planta femella es diu haixix. El principi actiu més important és el tetrahidrocannabinol (THC), responsable de la majoria d'efectes del cannabis i el seu contingut és superior en el haixix que en la marihuana. El cannabis s'acostuma a fumar ("porro"), generalment barrejat amb tabac, però també es pot menjar o beure; en aquest cas els efectes són més imprevisibles.

**Efectes buscats:** pels seus efectes sobre el sistema nerviós central, el cannabis es pot classificar com a depressor i alhora com a psicodisfèptic, perquè canvia les percepcions. Això resulta agradable per a alguns (relaxació, ganes de riure, increment de les percepcions), però també pot generar un mal rotlle.

**Quins són els seus riscos:** crisi d'angoixa, manies persecutòries o disminució del nivell de consciència.

El cannabis afecta negativament la conducció de vehicles i en multiplica els efectes de l'alcohol. El consum freqüent de cannabis fa tornar els ulls vermells, dona sequedat de boca, fam i sensació de cansament.

Els consumidors habituals poden veure reduït el seu rendiment escolar i tenir canvis d'humor.

**Marc legal:** és una droga il·legal.

## KETAMINA

És un anestèsic utilitzat en veterinària, i amb efectes psicodèlics o al·lucinògens molt potents. També se la coneix com a K, special K...

**Efectes buscats:** Experiències psicodèliques o al·lucinògenes.

**Quins són els seus riscos:** Al·lucinacions, atacs de pànic, episodis psicòtics, parades cardiorespiratòries, convulsions, vòmits, diarrea.

És altament perillosa i tòxica.

No existeix un líndar mínim de seguretat en el seu consum.

Pot crear dependència psicològica i física

**Marc legal:** d'ús exclusivament veterinari



CSB Consorci Sanitari de Barcelona

Agència de Salut Pública

Ajuntament de Barcelona

Pla d'Acció sobre Drogues

20 anys pnsd

## AMFETAMINES

Són drogues estimulants que es varen utilitzar fa anys en programes mèdics per aprimar-se per la seva capacitat per inhibir la gana i en les guerres per estimular els soldats. Actualment s'utilitzen poc per els seus greus efectes secundaris.

Les que van al mercat il·legal es sintetitzen en laboratoris clandestins i es presenten com a comprimits, càpsules o com a pols blanca que s'inhala com la cocaïna. Alguns se l'injecten per via venosa. És impossible conèixer mai la dosi que es pren.

La més coneguda és l'*speed* o sulfat d'amfetamina

**Efectes buscats:** disminueix la sensació de cansament i son, dona eufòria i verborrea, augmenta la capacitat de fer coses i treu la gana.

**Quins són els seus riscos:** a nivell físic, dona taquicàrdia, sequedat de boca, sudació i insomni. Una vegada passats els efectes apareixen cansament, dificultat per dormir, apatia. A dosis elevades o continuades poden aparèixer idees de persecució, al·lucinacions i conductes agressives. Les "amfeles" tenen capacitat per produir dependència psicològica i física.

**Marc legal:** són drogues il·legals.

## DROGUES DE DISSENY

Són substàncies estimulants derivades de les amfetamines i de vegades poden tenir un efecte al·lucinogen. Es fabriquen en laboratoris clandestins i es presenten en forma de pastilles ("pastis") amb diferents formes i noms. La més coneguda és l'èxtasi amb nom químic MDMA. La concentració d'aquestes drogues varia molt d'una pastilla a l'altra.

**Efectes buscats:** és freqüent utilitzar-les als ambients de ball perquè donen desinhibició, eufòria, ganes de parlar i resistència a la fatiga.

**Quins són els seus riscos:** donen taquicàrdia, sudació, sequedat de boca, augment de la temperatura corporal. La seva combinació amb molta activitat física, com el ball, en l'ambient carregat de la "disco" i insuficient ingestió de aigua pot acabar en un "cop de calor" amb una pujada brusca de la temperatura, arítmia, convulsions.

També poden provocar ansietat, confusió, paranoies, depressions, atacs de pànic...

Les drogues de disseny poden donar dependència psicològica.

**Marc legal:** són drogues il·legals.

## GHB

El GHB (gammahidroxibutíric) és un anestèsic general i inductor de la son. Els seus efectes són depressors.

Es presenta com a líquid incolor, sense olor que es barreja amb altres líquids per beure.

Encara que alguns fanomenen èxtasi líquid, no té res a veure amb l'èxtasi. Altres noms són biberó.

**Efectes buscats:** desinhibició, eufòria, relaxació i sociabilitat que apareixen als pocs minuts amb dosi molt petites.

**Quins són els seus riscos:** somnolència, atordiment, debilitat muscular, respiració lenta i irregular i coma. Una intoxicació greu pot aparèixer a dosi aparentment baixes. Pot crear dependència psicològica i física.

La barreja amb altres drogues augmenta els riscos.

**Marc legal:** és una droga il·legal.

## LA LLEI DAVANT LES DROGUES IL·LEGALS

Segons la Llei Orgànica 1/1992 de Protecció de la Seguretat Ciutadana es sanciona, principalment amb multes, el consum en llocs públics i la tinència de drogues il·legals (encara que sigui per al propi consum), així com l'abandonament d'estrís emprats per al consum. Tanmateix, la llei preveu que no s'executin les sancions si l'infractor es sotmet a tractament. El Codi Penal castiga el cultiu, l'elaboració i el tràfic de drogues.

La conducció sota els efectes de les drogues és considerada una falta molt greu i sancionada amb multa, retirada del permís i de punts

LA BARREJA DE DROGUES SEMPRE AUGMENTA ELS RISCOS DE CADASCUNA PER SEPARAT, QUE MÉS QUE SUMAR-SE, ES MULTIPLIQUEN.

QUALSEVOL DROGA POT ARRISCAR-TE A RELACIONS SEXUALS NO DESITJADES O NO PROTEGIDES, AMB EL RISC D'EMBARASSOS I MALALTIES DE TRANSMISSIÓ SEXUAL, INCLOSA LA SIDA.

QUALSEVOL DROGA AUGMENTA EL RISC D'ACCIDENTS (TRÀNSIT, LABORALS, ESPORTIUS...).

## LSD

L'LSD (diètilamida de l'àcid d-lisèrgic) és una substància al·lucinògena o psicodèlica sintetitzada a partir de l'àcid lisèrgic que s'extreu del "còmet del sègol", un fong que creix en els cereals. Es pot trobar en forma de pastilles, càpsules i, ocasionalment en forma líquida. També es troba impregnat en paper absorbent i dividit en petits quadrats decorats que representen una dosi, que es posen a sota la llengua i es deixen desfer. És inodor, incolor i té un lleuger gust amarg.

**Efectes buscats:** canvis de percepció, que es solen descriure com a viatge. Les percepcions poden canviar ràpidament o coincidir diverses emocions alhora. L'LSD produeix al·lucinacions sensorials, embriaguesa i relaxació. Visualment els objectes es transformen en altres, els colors canvien, les coses semblen prendre un moviment propi. Els sons també es poden veure alterats. És possible tenir la sensació de veure els sons o sentir les imatges. La intensitat d'aquestes sensacions depèn de la dosi.

**Quins són els seus riscos:** L'LSD no té potencial d'addicció física i la psicològica és pràcticament inexistent. El perill més important és el de quedar-se penjat en un viatge. Es poden donar trastorns paranoies, psicòtics, ansietat extrema, atacs de pànic i, en casos extrems, intents de suïcidi. En algunes persones, els efectes de l'LSD han desencadenat psicosis irreversibles. Aquest perill es produeix en prendre una quantitat major de LSD de la que es pot suportar psicològicament, sobretot si s'està deprimat o es tenen problemes mentals. L'LSD també té greus efectes a nivell esportiu i psicomotor ja que és impossible realitzar qualsevol activitat esportiva de manera lògica sota els efectes de la substància.

**Marc legal:** És una droga il·legal.

## HEROÏNA I OPIACIS

L'heroïna, com la morfina o la meladona, són derivats sintètics de l'opi. Al carrer se la coneix amb el nom de "cavall".

Tots els opiacis són depressors del sistema nerviós central i tenen un potent efecte analgèsic (lleven el dolor) i provoquen somnolència. Sota estricta prescripció mèdica, s'empen per tractar el dolor crònic o agut de gran intensitat (càncer, accidents trànsit, etc.). La meladona també s'utilitza per tractar els heroïnòmans.

**Efectes buscats:** inicialment l'usuari experimenta una eufòria agradable (flash) amb alleujament total de totes les tensions i ansietats. Per obtenir el mateix flash ha d'anar augmentant la dosi (tolerància).

**Quins són els seus riscos:** poc després d'un consum regular, l'usuari es converteix en dependent i, quan no pren heroïna experimenta una forta síndrome de abstinència, (tremolors, suors, calfreds, estemuts incontrolables, llàgrimeig, dolors violents...)

Els efectes adversos de l'heroïna depenen de la via de consum i l'associació amb altres substàncies. Els que s'injecten tenen més risc de sobredosi i d'infeccions: sida, hepatitis (B i C), endocarditis, febrils... Els que la fumen tenen més risc de patir malalties pulmonars. L'heroïna és la principal causa de mort entre els joves consumidors de drogues, principalment per les sobredosis.

**Marc legal:** L'heroïna és una droga il·legal. Altres opiacis, d'ús mèdic, necessiten prescripció i control mèdic.



## RECORDA:

Si tens problemes truca a URGÈNCIES MÈDIQUES **112**

Si vols parlar amb algú truca al SERVEI D'ORIENTACIÓ SOBRE DROGUES **93 237 87 56**

O envia un e.mail: **sod@aspb.cat**

Si creus que necessites tractament, demana informació a LA LÍNIA VERDA **900 900 540**