

les  
**substàncies** que

**bla, bla, bla..**

**bla, bla, bla..**

**bla, bla, bla..**

[www.energycontrol.org](http://www.energycontrol.org)  
tel.902 253 600

# COCAÏNA

COCA, FARLOPA, PERICO, FARINA

## ¿ÉS...

És una substància estimulants obtinguda de la planta de la coca.

La seva forma de presentació més comuna és en pols blanca i cristal·lina. Es sol esnifar.

## ¿EFECTES??

Les fases del consum de cocaïna són:

**La pujada:** (als pocs minuts del consum). Es dilaten les pupil·les, augmenta el ritme del cor, la respiració i la temperatura del cos. El consumidor es sent eufòric, amb sensació de força i una major capacitat de concentració i imaginació.

**La baixada:** (aprox. a la 1/2 hora) van disminuint els efectes anteriors, i n'apareixen d'altres de sentit contrari: apatia, cansament, símptomes d'ansietat o depressió...

## .. RISCS??

Amb el consum esnifat, pot danyar-se la fossa nasal, i quan es comparteix el rol-lo, augmenten les possibilitats de contraure malalties infeccioses.

A dosis altes, algunes persones presenten una intensa ansietat, insomni, paranoies i al·lucinacions que poden conduir-les a un comportament violent.

La cocaïna provoca una alta dependència psicològica caracteritzada per un fort impuls a continuar consumint. També genera una tolerància alta, que fa que s'hagi d'augmentar la dosi per aconseguir els mateixos efectes.

## .. SI EN PRENS...

Per danyar menys les fosses nasals, alterna-les i evita les pedres, convé aspirar una mica d'aigua tèbia per eliminar-ne les restes.

Sigues conscient que els efectes de la coca s'acaben. Voler continuar "pujant", pot provocar que la baixada sigui més forta.

Els efectes de l'alcohol es contraresten amb els de la cocaïna i intensifiquen el desig de prendre'n més.

Si només penses en la **coca, coca, coca...**  
Si t'estàs gastant més del que desitjaries,  
Si dius que no i després és que sí.  
**Llavors és que t'estàs passant.**

# SPEED



## ·:ÉS...

És una substància estimulante de la família de les feniletamines.

Es sol trobar com a pols cristal·lina blanca, o bé en forma de tauletes o càpsules.

Al carrer una mínima part és amfetamina, la resta són adulterants, alguns d'ells tòxics.

## ·:EFECTES??

El seu consum presenta dues fases:

La Pujada: es dona una forta excitació i eufòria. Disminueix la sensació de cansament, son i gana, i augmenta la capacitat de treball i concentració.

La Baixada: un cop han passat els efectes estimulants, es comença a notar un cansament acumulat. En alguns casos, el consumidor pot sentir-se també apàtic o deprimat.

Uns altres efectes que es poden donar són: boca seca i set, sudoració, augment de la tensió arterial i de la temperatura.

## ..:RISCS??

A dosis elevades pot produir agitació, idees de persecució, al·lucinacions i conductes agressives.

En algunes persones, i després d'un consum freqüent, apareixen paranoies. Quan es suprimeix bruscament aquest consum, els símptomes que es manifesten més són de tipus depressiu.

L' speed produeix ràpidament tolerància i dependència psíquica.

## ..:SI EN PRENS...

L' speed redueix els nivells de calci del cos. És important menjar aliments rics en calci.

L' speed afavoreix l'agressivitat a qui ja té un caràcter irritable; així que tranquil·litat i no paguis amb els altres els teus mals rotllos.

Recorda que després de la "pujada" ve la "baixada", estigues preparat per aguantar-la. Prendre'n més per evitar-la farà que la baixada sigui més forta.

Si després de consumir no et trobes bé o t'emparanoies, deixa-ho i descansa. Si no millores vés a un servei d'atenció especialitzada.



# SÍNTESI

PASTIS, PIRULES, ÈXTASI

## ..ÉS...

Són principalment derivats de les amfetamines i tenen un efecte estimulants, tot i que de vegades també al·lucinogen.

Es venen en pastilles o càpsules associades a un logo; i la seva composició i concentració varia molt d'unes a altres.

## ..EFECTES??

Les fases de l'èxtasi solen ser:

**Pujada:** desapareix el cansament i el consumidor se sent eufòric i amb ganes de ballar.

**Manteniment:** augmenta l'eufòria, la capacitat per sintonitzar amb els altres i amb un mateix...

**Baixada:** els efectes van desapareixent i deixen pas a un cansament físic i mental i a un baix estat d'ànim.

També es dona: tensió mandibular, boca seca, sudoració i augment de la temperatura del cos.

## ..RISCS??

Amb l'èxtasi es pot patir un cop de calor: pujada brusca de temperatura que es dona en ballar en ambients caldejats, sense descansar ni beure prou aigua o refrescs.

Amb un alt consum d'èxtasi o amb pastilles d'alta concentració es pot donar ansietat, confusió i irritabilitat, i la baixada serà més forta.

Els consums continuats incrementen el risc de paranoies, depressions i atacs de pànic. El cor i el fetge també poden veure's afectats.

Amb l'èxtasi arriba un moment que s'ha d'augmentar la dosi per aconseguir els mateixos efectes. No genera dependència física demostrada, però sí que pot donar-se una dependència psicològica.

## ..SI EN PRENS...

Vés en compte amb les pastilles noves i desconegudes, millor que en prenguis mitja i vegis quina és la seva intensitat (pot tardar fins a una hora a pujar).



# LSD

TRIPIS. ÀCIDS

## ..ÉS...

És un al·lucinogen que s'extreu del sègol banyut

Es pot trobar en forma de:

- quadrats de paper amb diferents formats logos
- micropunts
- gelatines

## ..EFECTES??

Fases del viatge amb LSD:

**Anada** (pot tardar fins a 1 hora): el consumidor es pot trobar inquiet, eufòric i desinhibit.

**Viatge** (dura unes 5 hores): acostumen a donar-se al·lucinacions, alteracions de la distància i del temps, i hi ha distorsió de les imatges, els colors i la música.

**Tornada** (entre 8 i 12 hores): els efectes van disminuint i apareix cansament i baix estat d'ànim, tot i que dependrà de la dosi consumida i de la durada i la intensitat del viatge.



## ·: RISCSP??

Es pot donar un “mal viatge”: experiència angoixant o traumàtica (és limitat en el temps, si bé pot durar més de 24 hores), que pot ocasionar problemes psicològics durables.

Amb l'LSD, poden aparèixer els anomenats flashbacks: aparició dels efectes sense haver consumit.

Un consum intensiu o dosis massa elevades poden ser origen de problemes psicològics (depressions, paranoies...). Encara que una persona amb predisposició pot tenir-los amb una sola presa. L'LSD produeix tolerància (disminució dels efectes psicodèlics després d'un consum continuat) encara que no dependència psíquica ni física.

## ·: SI EN PRENS...

Evita consumir si tens problemes psíquics com depressió, ansietat...

Si has decidit prendre'n, fes-ho amb gent de la teva confiança i en un context que consideris segur.

És millor no barrejar-lo amb altres substàncies, especialment amb alcohol.

No prenguis més d'un en una mateixa nit i en una mateixa presa. Fracciona el consum, convé no consumir-ne més d'un quart, o com a màxim mig.

Prendre'n regularment, atenua els efectes i augmenta els riscos lligats al consum (depressió, angoixa, insomni,...).



# ALCOHOL

PRIVA

## ..ÉS...

És una substància depressora que té com a principal compost l'etanol.

És la droga més consumida i acceptada socialment, i per això de vegades costa saber que t'estàs passant.

## ..EFECTES??

Les fases que sol presentar són:

**Agafar el puntillo:** eufòria, riure fàcil, exaltació de l'amistat, sensació de seguretat, lentitud en els reflexos i en la capacitat de reacció...

**Agafar un pet:** parla pastosa, visió doble, somnolència, caminar pesat... També pot donar-se agressivitat, marejos, nàusees i vòmits.

**Coma etílic:** pèrdua de consciència i de reflexos i en ocasions coma o parada cardiorrespiratòria . Els efectes varien d'una persona a una altra (pes, complexió, sexe...)

## ·: RISCSP?

En les primeres fases d'una borratxera augmenten les baralles, les agressions o els accidents per manca de coordinació o de reflexos.

Amb un consum intens, es pot arribar a un coma etílic o a una depressió respiratòria. El consum excessiu i continuat d'alcohol perjudica el fetge, el pàncrees i l'estómac.

Quan s'aguanten quantitats elevades d'alcohol, és que el cos s'hi està acostumant i s'està més a prop d'una alcoholització. La dependència física i psíquica de l'alcohol és una de les més greus.

L'alcohòlic pot presentar deteriorament mental, i problemes a nivell social, familiar i laboral.

## ·: SI EN PRENS...

Si vols moderar-te amb la beguda, és aconsellable començar a beure al més tard possible, prendre begudes de poca graduació i alternar-les amb altres que no portin alcohol.

L'alcohol no s'elimina abans per prendre cafè, dutxar-se amb aigua freda, vomitar o fer exercici; així que tingues paciència.

Davant d'una borratxera amb pèrdua de coneixement s'ha de tombar a la persona de costat per evitar l'ofegament i comprovar que la seva respiració i el seu pols són constants. Si no fos així, s'haurà de portar l'afectat a un servei d'urgències.

Evita desplaçaments innecessaris. Conduir amb més de 0.5 grams d'alcohol/litre de sang, no només està sancionat sinó que a més és molt perillós.



# CÀNNABIS

HAIXIX, MARIA, COSTO

## ..ÉS...

El principal compost del cànnabis és el THC (el que col-loca).

De la planta del cànnabis s'extrau el haixix i la marihuana.

El haixix que es troba pel carrer acostuma a portar adulterants.

## ..EFECTES??

Sovint es modifiquen o s'intensifiquen les sensacions i és fàcil veure la part còmica de les coses.

També es poden donar "col-locons" apalancats, amb indiferència i passivitat encara que tampoc és estrany sentir-se ansiós o tenir pensaments com: "es riuen de mi", "em critiquen"...

Els efectes es noten als pocs minuts, arriben al seu màxim cap a la mitja hora i van desapareixent una o dues hores després, però variaran segons les persones, i la concentració de THC.

## ·: RISCSP??

En grans quantitats, es pot donar lentitud de pensament i disminució de la concentració i de la memòria. Persones amb predisposició, podrien tenir problemes psicològics.

El consum a llarg termini produeix problemes respiratoris i més quan es barreja amb tabac.

La tolerància s'assoleix en poc temps, i desapareix després d'uns dies sense consumir. Els porros no produeixen dependència física; tot i això algunes persones desenvolupen dependència psicològica i els pot resultar molt difícil abandonar el consum.

## ·: SI EN PRENS...

On hi ha cànnabis hi pot haver altres drogues i per això és important tenir una posició clara vers la resta.

Un ha de decidir quan vol prendre'n. "Passar-se el porro" no significa que hakis de consumir.

Es recomana no barrejar-lo amb alcohol ja que poden donar-se amb major facilitat baixades de tensió, nàusees o malestar. En aquests casos vés a un lloc tranquil i beu o menja alguna cosa dolça.

Menjar cànnabis no permet controlar la dosi ni, per tant, els seus efectes. Tingues en compte que pot tardar hores a fer efecte.



# KETAMINA

K, KETA, KIT KAT

## ..ÉS...

És un anestèsic dissociatiu\* que s'utilitza en medicina i veterinària.

Pot ser líquid, en pols o en comprimits.

\*Dissociatiu: que separa el cos de la ment

## ..EFECTES??

Produeix anestèsia i elimina les sensacions de dolor.

Té efectes psicodèlics molt potents, amb visió doble i dificultat per moure's i parlar.

## ..RISCS??

És una substància perillosa.

Es poden donar "mals viatges" i flashbacks.  
Risc de parada respiratòria a dosis altes.  
Genera dependència psíquica i tolerància.

## ..SI EN PRENS...

Consumeix dosis molt petites.  
Si consumeixes, fes-ho amb algú sobri.

No la barrejis amb alcohol o sedants ja que augmenten molt els riscos.



# GHB

## ..:ÉS...

El GHB és un anestèsic general utilitzat en medicina.

Pot trobar-se com a pols blanca o com a líquid, però no és èxtasi líquid.

## ..:EFECTES??

A dosis baixes relaxa, estimula la sensualitat i produeix eufòria i desinhibició.

A dosis altes actua com un somnífer o un anestèsic.

## ..:RISCS??

Està contraindicat en persones amb problemes cardíacs i epilèpsia

S'han donat casos de coma i parada cardiorrespiratòria.  
Pot provocar dependència psicològica i física.

## ..:SI EN PRENS...

Pren dosis petites (màx. 3 gr.)

Barrejar-lo amb alcohol o sedants és molt perillós: evita-ho.

Assegura't la companyia d'algú sobri i no utilitzis el cotxe.



[www.energycontrol.org](http://www.energycontrol.org) tel.902 253 600

**És un col·lectiu constituït per persones que, independentment de si consumeixen o no, es senten preocupades per l'ús de drogues de síntesi i altres substàncies en espais lúdics de joves. En estar implicats amb la pròpia diversió, oferim informació veraç i objectiva sense drogues, a fi de disminuir els riscos del consum.**

gestiona:



finança:



Generalitat  
de Catalunya  
**Departament  
de Salut**



Diputació  
Barcelona  
xarxa de municipis

Àrea de Benestar Social



Agència  
de Salut Pública