

MDMA



ES

ailaket!!

composición, presentación y adulteración

01



MDMA

éxtasis, pastillas, cristal, eme...



La **MDMA** es un compuesto anfetamínico de la familia de las feniletilaminas y su principio activo es 3,4-metilendioxitetanfetamina. Se presenta en forma de pastilla, comprimido con imágenes o logotipos impresos, o como piedras cristalinas (cristal).

La concentración en las **pastillas** varía entre un 15 y un 75%* (entre 60 y 300 mg), y los diluyentes o componentes más habituales son el ácido bórico, la lactosa y el sulfato cálcico (yeso)*.

En el caso de **cristal** la concentración de MDMA es mayor que en las pastillas, ya que pocas muestras contienen una pureza menor del 98%*.



* datos según los análisis realizados en la C.A.V. en 2018 por la Asociación Ai Laket!!

dosis y vías de administración

02

La vía de administración más habitual es la oral. También puede ser intranasal, donde al evitar la metabolización en el hígado se ven disminuidos los efectos entactógenos buscados por la persona usuaria, a favor de los estimulantes.



La dosis media, por vía oral, es de 1,5 mg por kilo de peso. Sobrepasar la dosis de 150 mg puede incrementar los efectos no deseados.



efectos a corto plazo

03

01 Los efectos de la MDMA varían en función de la dosis ingerida, del contexto del consumo y del estado de ánimo de la persona consumidora, así como de sus expectativas y características personales.

02 Es un estimulante del sistema nervioso central, que además aporta efectos entactógenos (estar en contacto con tu interior) y empatógenos (capacidad de conectar con tu alrededor y compartir sus sentimientos).

03 Durante su consumo se puede experimentar felicidad, euforia, elevación de la autoestima, desinhibición, aumento de la sensibilidad sensorial, de la intensidad de los colores, de la música, de los sabores...percibiéndolos de una manera mas placentera. También puede sentirse la necesidad de abrazar a los y las demás.



04 A nivel físico como estimulante aumenta el ritmo cardio-respiratorio, reduce el hambre, el sueño y el cansancio. Produce sequedad bucal y la dilatación de las pupilas.



efectos a medio / largo plazo

04

01 En los días posteriores puede darse un estado emocional positivo aunque habitualmente aparecen alteraciones del sueño, disminución del apetito, cansancio, apatía o cierta tristeza.

02 Con el consumo habitual las consecuencias suelen ser alteraciones cognitivas y del sueño, trastornos depresivos y ansiedad.

03 El consumo abusivo puede derivar en episodios de agresividad y/o trastornos psicóticos. Además puede dañar el hígado, el estomago y por sus efectos estimulantes el aparato circulatorio. Con la MDMA puede llegar un momento en el que se tiene que aumentar la dosis para conseguir los mismos efectos (tolerancia).

04 No genera dependencia física, pero sí puede darse una dependencia psicológica.



Beber alcohol durante el consumo es una manera de enturbiar la experiencia e incrementar la aparición de efectos secundarios, como la deshidratación, las náuseas, los episodios de amnesia, el golpe de calor o los riesgos para el hígado.

Mezclado con cannabis puede que se intensifique la experiencia dependiendo de la dosificación.

Si se combina con otros estimulantes, como cocaína o anfetamina, se potenciará la estimulación del sistema nervioso y se verán disminuidos los efectos entactógenos y empatógenos.



MDMA + ALCOHOL



MDMA + CANNABIS



MDMA + ESTIMULANTES

Tener en cuenta situaciones de riesgo como:



- padecer problemas de salud mental.
- tener problemas hepáticos, renales o cardíacos.
- estar tomando medicamentos.
- estar embarazada o en periodo de lactancia.
- realizar tareas de riesgo o que necesiten de toda nuestra atención como es conducir.
- estar en edad de desarrollo.
- si no te sienta bien o el consumo te genera problemas.

Si vas a consumir...

antes

Infórmate sobre la sustancia, gestionarás placeres y riesgos.

Recuerda que aunque dos pastillas sean iguales (color, logo, diámetro) pueden contener diferente cantidad de MDMA u otras sustancias.

Para descartar partidas fraudulentas, puedes adquirir reactivos con los que es posible determinar si contiene la sustancia deseada. Para conocer su composición completa puedes utilizar los diferentes programas de Ai Laket!!

Es recomendable comer bien al menos hora y media antes para conseguir reservas para el esfuerzo, evitar las náuseas y obtener una absorción más rápida y eficaz.



durante

Mejor consumirla en bombetas o encapsulada que chuparla con el dedo, conseguirás una dosificación mas exacta y protegerás tu esmalte dental.

Para evitar consecuencias como el golpe de calor, toma bebidas sin alcohol y descansa de vez en cuando. No es conveniente beber agua en exceso ya que puede provocar daños por bajos niveles de sodio en el organismo.

Recuerda que al agudizar los sentidos puedes experimentar el placer de beber zumos, refrescos...conseguirás también hidratarte.

Acuérdate de que cada experiencia es única e irrepetible y hay muchos factores que la determinan (sustancia, estado anímico y físico, entorno...). No intentes rememorar a toda costa ese momento en el que todo fue perfecto.

Si tomas más y más cantidad durante la fiesta para obtener los mismos efectos del principio, sólo conseguirás alargar los efectos estimulantes y aumentarás la resaca.

Si mantienes relaciones sexuales, evita las prácticas de riesgo, es decir, usa preservativos o barreras orales para prevenir embarazos y contagio de infecciones de transmisión sexual (cándidas,

herpes, hepatitis, VIH-sida, etc.). La responsabilidad en el uso del condón es tuya y de nadie más, no la delegues.

Ten presente que aumenta notablemente el deseo erótico, pero entorpece el camino al orgasmo. En cualquier caso, potencia la sensibilidad y la espiritualidad del acto sexual, hasta el punto de generar el síndrome del "falso enamoramiento" o "enamoramiento químico", que a veces no desaparece hasta meses después.

Si no te ha sentado bien es recomendable estar en compañía, en un lugar ventilado y tranquilo, reponer líquidos y estar en calma.



después

Si en los días posteriores te encuentras con el ánimo bajo, encuenras con positivo te ayudará a pasarlo.

Acuérdate de recuperar con alimentación adecuada los nutrientes perdidos, con comidas ligeras, nutritivas y ricas en vitaminas.

Ten en cuenta que en los tres días posteriores es conveniente no tomar decisiones importantes, ya que puedes tener una óptica diferente de la habitual.

Recuerda que una dosis de MDMA se puede detectar alrededor de 24 horas en sangre y saliva, y hasta 5 días en la orina. Estos datos son orientativos ya que dependen de factores como la dosificación o la capacidad de eliminación.

Ten presente que la tenencia o consumo de MDMA en la vía pública está sancionada con multas de a partir de 600€¹. El tráfico, venta o distribución está penado con la cárcel.



¹Según la Ley Orgánica 4/2015, de 30 de marzo, de Protección de la Seguridad Ciudadana.



Ai laket!! es una asociación sin ánimo de lucro, formada por personas usuarias o ex-usuarias de drogas ilícitas. Apostamos por aprender a convivir con las diversas sustancias psicoactivas, desde la óptica del responsable y la autogestión de los riesgos derivados de su uso. Creemos que consumir drogas o no, es una decisión personal que debe ser adoptada de manera libre e informada por personas adultas. Ai laket!! no pretende influir sobre esa decisión, sino aportar información rigurosa, práctica y creíble para que, de producirse el consumo, éste sea el resultado de una reflexión que incluya el mayor número posible de elementos de juicio.

C/ Fundadora de las Siervas de Jesús 40 bajo
01001 Vitoria-Gasteiz
(+34) 945 23 15 60
ailaket@ailaket.com
www.ailaket.com

diseño/fotografía: www.sinbait.com