

# Les drogues

Guia per conèixer-ne els efectes  
i les conseqüències



dincat

Plena  
inclusió  
Catalunya



**Edita:**



**Amb el suport de:**

Subdirecció General d'Addiccions, VIH, ITS  
i Hepatitis Viriques  
The image shows two logos side-by-side. On the left is the 'Generalitat de Catalunya' logo, which consists of a red shield with a white cross and the text 'Generalitat de Catalunya' below it. On the right is the 'Salut Agència de Salut Pública de Catalunya' logo, which consists of the text 'Salut Agència de Salut Pública de Catalunya' in a blue font.



**Autor:**

Canal Drogues del Departament de Salut de la Generalitat

**Validació de textos:**

Femarec

Dincat Plena inclusió

**Correcció del text:** Maria Deulofeu

**Il·lustracions:** Miguel Gallardo, Martín Tognola

**Disseny:** Pilar Gorriz, Gerard Pellisa

**Primera edició:** Barcelona, desembre de 2022

# Índex

## 1. Què són les drogues? / pàgina 4

1.1 Preguntes freqüents sobre les drogues

## 2. Tipus de drogues / pàgina 10

2.1 Tabac

2.2 Alcohol

2.3 Cànnabis

2.4 Cocaïna

2.5 Heroïna

2.6 Èxtasi (MDMA)

2.7 Amfetamines (*speed*)

2.8 Bolets al·lucinògens

2.9 Ketamina

2.10 LSD

2.11 Psicofàrmacs

2.12 Inhalants

2.13 Spice i altres cannabinoides fabricats en laboratoris

# 1. Què són les drogues?

Les drogues són un tipus de substàncies. Quan les drogues entren en l'organisme, actuen sobre el **sistema nerviós central**.

## **Sistema nerviós central:**

Part que s'encarrega de coordinar i controlar el cos.

Permet realitzar funcions com el moviment, l'aprenentatge o la respiració, entre d'altres.

Les drogues poden provocar:

- Canvis de comportament.  
Per exemple:  
Convertir-se en una persona més agressiva i amb més mal humor.

- Canvis en l'estat d'ànim.  
Per exemple:  
Passar d'estar molt content a molt trist en pocs minuts.



- Canvis en la manera com es percep l'entorn.  
Per exemple:  
Pensar que tothom està parlant malament de nosaltres.

El consum habitual de drogues pot comportar:

- Dependència psicològica.  
La persona té la necessitat de consumir droga per estar millor i evitar sentir-se trista o sense energia.
- Dependència física.  
El cos està tan acostumat a la droga que ja no pot funcionar amb normalitat sense ella.
- Tolerància.  
El consum habitual de drogues fa que el cos s'hi acabi acostumant. Arriba un moment en què s'ha d'augmentar la dosi que es consumeix per obtenir els mateixos efectes.

Es pot tenir un efecte o els tres a la vegada.



## 1.1 Preguntes freqüents sobre les drogues

Hi ha moltes idees falses sobre les drogues i el seu consum. És important donar informació verdadera per tal de corregir aquestes idees.

### Una droga que és natural no fa mal?

**No**

Una substància natural també pot tenir efectes negatius per al nostre cos. Per exemple: El tabac. Hi ha alguns tipus de bolets i de marihuana que provoquen canvis negatius en el funcionament normal del cervell.

### Totes les persones que consumeixen drogues en desenvolupen un consum problemàtic?

**No**

No hi ha una única característica per determinar si una persona que consumeix drogues s'hi tornarà **addicte**.

#### **Addicció:**

Estat de dependència d'una substància per funcionar amb normalitat.

El que hi ha són factors de risc:

- Factors biològics.
- Factors psicològics.
- Factors socials.

L'abús i l'ús problemàtic de drogues es pot donar en qualsevol entorn. Hi ha diferents factors que poden afectar el desenvolupament d'una addicció.

## Tota la joventut consumeix drogues?

**No**

El consum de drogues s'associa als joves, però la majoria d'ells no consumeixen drogues.

Els que en consumeixen, ho fan habitualment en espais dedicats a l'oci, com per exemple, les discoteques. A l'inici acostumen a fer-ho per experimentar.

## Totes les persones violentes que maltracten els altres són addictes a les drogues?

**No**

Consumir alcohol o drogues no torna violentes les persones. La violència està motivada per altres causes. Per exemple: Creences masclistes. Pensar que els homes són millors que les dones.



## El tabac i l'alcohol són drogues?

**Sí**

Tot i ser substàncies legals al nostre país, el tabac i l'alcohol són drogues. Poden provocar canvis al cervell i generar dependència i tolerància.

## Les noies que surten de festa i consumeixen drogues busquen sexe?

**No**

Les noies quan surten de festa volen passar-s'ho bé. Les noies que consumeixen substàncies no tenen més interès a tenir relacions sexuals.

Cada noia decideix com, quan, amb qui i en quines condicions vol tenir relacions sexuals. El consum de drogues no dona cap idea sobre si una noia vol tenir relacions sexuals o no.

## Les dones que consumeixen drogues, només es preocupen per si mateixes?

**No**

Tenen els mateixos problemes i dificultats que els homes. La societat atribueix a les dones la cura dels altres. Quan no poden fer-ho, la societat les jutja de manera més dura que als homes.

## 2. Tipus de drogues

### 2.1 Tabac

#### Què és?

El tabac és una droga estimulante que accelera l'activitat del sistema nerviós central.

És una planta originària d'Amèrica.

És un preparat de fulles de **nicotina**.

El fum del tabac té un gran nombre de substàncies molt **tòxiques**: nicotina, monòxid de carboni i quitrans.

#### Nicotina:

Substància que ve de les plantes i que té efectes sobre els cossos i les ments de les persones.

És una de les drogues més tòxiques i conegudes.

El tabac i l'alcohol són les dues substàncies que es consumeixen més a Espanya i que causen més problemes de salut.

#### Tòxic:

Compost químic que, fins i tot en petites quantitats, pot provocar la malaltia d'algun òrgan o la mort per culpa de lesions causades per l'efecte químic. Verinós.

#### Efectes

Un mite del tabac és que tranquil·litza, i això és fals.

El tabac és una substància estimulante. Fa augmentar l'activitat del sistema nerviós central de la persona fumadora.

#### Riscos per a la salut

El consum continuat de tabac augmenta el risc de patir càncer de diversos tipus, infarts o malalties que afecten els pulmons.

Fumar provoca que ens cansem més a l'hora de fer exercici físic, que tinguem pitjor sentit del gust i de l'olfacte, que la pell envelleixi més de pressa i taques a les dents i la pell de les mans i la cara.



Els productes tòxics del tabac també afecten les persones no fumadores que respiren el fum del tabac. Aquest risc s'anomena tabaquisme passiu.

Deixar de fumar és una bona decisió. Al web Canalsalut de la Generalitat hi ha informació per a les persones que volen deixar de fumar. L'enllaç al web és [Tabac. Canal Salut \(gencat.cat\)](http://Tabac.CanalSalut(gencat.cat)).



### Preguntes freqüents sobre el tabac

El tabac *light* és igual de dolent que el tabac normal?

**Sí**

Les cigarretes *light* contenen les mateixes substàncies perilloses que el tabac normal, però amb menys nicotina i quitrà.

Moltes persones fumen més sovint per compensar el baix nivell de nicotina.

D'aquesta manera, augmenten el consum de les altres substàncies tòxiques.

Fumar amb la finestra oberta evita que el fum s'acumuli dins el cotxe?

**No**

Fumar amb la finestra oberta no evita que el fum es quedi dins el cotxe. El cotxe és on s'acumula el fum i es concentren les substàncies tòxiques.

Si es deixa de fumar, s'augmenta de pes; el tabac ajuda a no engreixar-se?

**No**

No totes les persones que deixen de fumar s'engreixen. Deixar de fumar pot provocar nerviosisme, irritabilitat o ansietat, perquè el cos deixa de rebre nicotina.

L'ansietat pot provocar que la persona mengi més. Es recomana seguir hàbits saludables com:

- Reduir aliments amb molt greix.
- No menjar entre hores.
- Fer esport.

Les cigarretes electròniques són perjudicials?

**Sí**

No es coneixen les conseqüències a llarg termini que té l'ús de cigarretes electròniques.

A més, la quantitat de nicotina i altres substàncies inhalades és variable en funció del contingut i de la manera com s'utilitza.



## 2.2 Alcohol

### Què és?

L'alcohol és una substància depressora del sistema nerviós central.

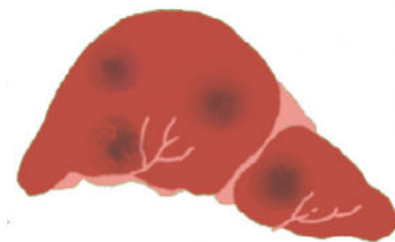
L'alcohol primerament provoca un efecte d'eufòria i desinhibició amb una sensació de plaer.

Amb molta quantitat hi ha perill de tenir vòmits i/o patir un coma etílic (intoxicació per alcohol).

L'alcohol afecta les funcions cerebrals, per aquest motiu no es pot conduir si s'ha begut. L'alcohol tampoc es pot prendre amb alguns medicaments.

Aquestes serien les conseqüències d'un consum problemàtic d'alcohol (o addicció):

- Malalties de l'aparell digestiu.
- Problemes al fetge (càncer).
- Pèrdua de memòria.
- Possibles paranoies.



Hi ha dos tipus de begudes segons el procés de fabricació:

- Begudes fermentades.  
S'obtenen a partir de la **fermentació** dels sucres que tenen algunes fruites o cereals.  
Contenen menys alcohol.

### **Fermentació:**

Procés bioquímic pel qual una substància es transforma en una altra.

Alguns exemples de begudes fermentades són el vi, el cava i la cervesa.

El contingut d'alcohol és d'entre 5 i 15 graus.

- Begudes destil·lades.  
S'obtenen amb un procés de **destil·lació** a partir de les begudes fermentades. Contenen més alcohol.

Alguns exemples de begudes destil·lades són el whisky, el vodka i el rom.  
El contingut d'alcohol és d'entre 17 i 45 graus.

### **Destil·lació:**

Procés pel qual una substància se separa de les altres a través d'un procés de vaporització. És a dir, convertint una de les substàncies en vapor.

## **Efectes**

L'alcohol és una substància que disminueix l'activitat del sistema nerviós central i que provoca son i relaxació.

L'alcohol afecta de manera important l'atenció i la coordinació, per això fa augmentar el risc de patir accidents de trànsit i a la feina.

Tot i que sembli contrari a l'efecte principal, si es consumeix alcohol en petites quantitats provoca nivells baixos d'**eufòria** i **desinhibició**.

### **Eufòria:**

Expressió exagerada d'alegria, optimisme i benestar.

### **Desinhibició:**

Actuació que no frena ni evita expressar els sentiments, comportar-se de determinada manera o revelar pensaments en públic.



Els efectes de l'alcohol poden variar segons la quantitat d'alcohol que hi hagi a la sang:

- A partir de 0,5 grams per litre d'alcohol a la sang: eufòria i pèrdua de reflexos.
- A partir d'1 gram per litre d'alcohol a la sang: pèrdua de control i confusió general.
- A partir de 3 grams per litre d'alcohol a la sang: falta d'interès i energia.
- A partir de 4 o 5 grams per litre d'alcohol a la sang: coma.
- A partir de 5,5 grams per litre d'alcohol a la sang: mort.

La quantitat d'alcohol que s'absorbeix a la sang depèn de diferents factors:

- El pes: a les persones amb poc pes, l'alcohol els afecta més.
- El sexe: la mateixa quantitat d'alcohol afecta més les dones.
- Menjar: si es consumeix sense haver menjat, l'alcohol passa més ràpid a la sang, però no més quantitat.

Prendre begudes amb alcohol no sempre suposa un risc elevat per a la salut.

Però hi ha casos en què consumir alcohol és perjudicial i molt dolent per a la salut i s'aconsella no fer-ho.

És el cas de:

- Dones embarassades.
- Infants i adolescents.
- Patir alguna malaltia o fer algun tractament que no es pugui barrejar amb alcohol.
- Conduir o dur a terme activitats perilloses.



## Riscos per a la salut

Beure molt d'alcohol de manera habitual pot provocar malalties com:

- Càncers.
- Problemes de cor i d'estómac.
- Pèrdua de gana.
- Problemes de pell.
- Mala digestió dels aliments.
- Obesitat.
- Problemes mentals.
- Problemes a l'hora de tenir relacions sexuals.
- Entre d'altres.

Consumir molt d'alcohol durant molt de temps pot provocar dependència i **síndrome d'abstinència**.

També augmenta el risc de patir accidents, empitjora els problemes físics, mentals i socials i pot perjudicar les relacions personals, familiars i laborals.



### **Síndrome d'abstinència:**

Conjunt de símptomes físics (del cos) i psicològics (de la ment) que apareixen quan es deixa de consumir una substància.

Quan la síndrome d'abstinència és molt greu, es coneix amb el nom de *delirium tremens*.

A l'enllaç, hi trobareu més informació:

<https://medlineplus.gov/spanish/ency/article/000766.htm>.

Hi ha situacions en què el consum d'alcohol pot suposar un risc per a la persona que beu i també per a les persones del seu entorn:

### — **Alcohol i conducció:**

La llei prohibeix conduir si hi ha més de 0,5 grams per litre d'alcohol a la sang.

Però cal tenir en compte que el consum d'alcohol en qualsevol quantitat afecta la capacitat per reaccionar davant d'un problema i els reflexos per actuar.

La persona creu que condueix millor però en realitat reaccionarà de manera més lenta.

### — Alcohol i relacions sexuals:

Quan es consumeix alcohol, és normal sentir-se més desinhibit.

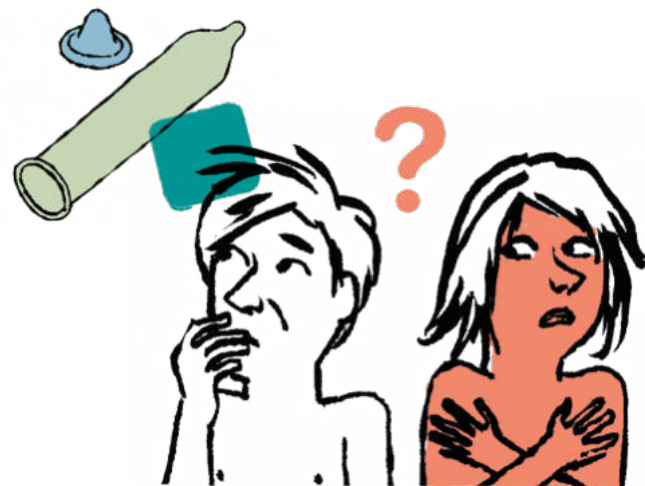
Al mateix temps es perd la capacitat de control i disminueix la por davant dels perills i riscos.

El consum d'alcohol pot comportar més facilitat per mantenir relacions consentides o no i que no s'utilitzin mesures anticonceptives com el preservatiu.

El consum elevat d'alcohol també pot provocar pèrdua de desig sexual i pitjor qualitat de les relacions.

Més informació sobre:

- [L'anticoncepció d'urgència.](#)
- [Les infeccions de transmissió sexual.](#)
- [La sida.](#)



### — Alcohol i medicaments.

Hi ha alguns medicaments que no es poden barrejar amb alcohol, ja que pot resultar perillós. Per exemple, els **ansiolítics** o medicaments similars.

#### **Ansiolític:**

Tipus de medicament que disminueix l'activitat del sistema nerviós central i que ajuda a controlar l'ansietat.

Cal seguir les recomanacions mèdiques i consultar els professionals en cas de dubte.

A l'enllaç, trobareu més informació sobre medicaments:

[Inici. Medicaments i farmàcia \(gencat.cat\).](#)

Quan el consum d'alcohol es converteix en un problema o se'n necessita consumir grans quantitats, pot indicar que hi ha dependència o addicció.

És important consultar el personal mèdic del Centre d'Atenció Primària, trucar al 061 Salut Respon o a la Línia Verda: 900 900 540.





## Preguntes freqüents sobre l'alcohol

Beure alcohol només els caps de setmana pot ser perillós per a la salut?

**Sí**

Beure molt d'alcohol, encara que sigui només els caps de setmana, pot provocar efectes importants en la salut, com el coma etílic.

També pot causar altres problemes com accidents de trànsit, o augmentar el risc de ser víctima d'una agressió sexual en el cas de les dones.

A llarg termini també pot tenir afectacions en els nostres òrgans.

Si s'ha begut massa alcohol i es pren un cafè, es tenen bones condicions per conduir?

**No**

Si es beu, no es pot conduir.

El cos necessita temps per eliminar l'alcohol que s'ha begut.

El cafè no recupera l'alerta ni els sentits de manera necessària per conduir.

Vomitar accelera l'eliminació d'alcohol a la sang?

**No**

Vomitar, refrescar-se o prendre cafè no serveixen per eliminar l'alcohol més de pressa, tot i que pot fer que aparegui la sensació d'estar més despert.

## 2.3 Cànnabis

### Què és?

*Cannabis sativa* és una planta que conté més de 400 components químics i, com a mínim, 60 són cannabinoides.

Els cannabinoides són substàncies que afecten sobretot el cervell.



Els tres cannabinoides més importants, pels seus efectes psicoactius, són:

- Delta-9-tetrahidrocannabinol (THC).
- Cannabidiol (CBD).
- Cannabinol (CBN).

La quantitat de cannabinoides que hi ha canvia en funció de:

- La part de la planta.  
Hi ha més cannabinoides als cabdells de les plantes femenines i a les fulles.
- El tipus de planta.
- El moment en què es recull la planta.

Aquesta droga es pot consumir de tres maneres:

- Fulles seques i flors.  
Conegut com a cànnabis, *herba* o *maria*.
- Resina de cànnabis.  
Es prem la planta fins que extreu la substància.  
Conegut com a *xocolata* o haixix.
- Oli de cànnabis.  
S'aconsegueix barrejant diferents ingredients de la planta.



El cànnabis s'acostuma a consumir fumat, sol o barrejat amb tabac, o directament amb vaporitzadors.

També es pot prendre en format d'oli o altres preparacions.

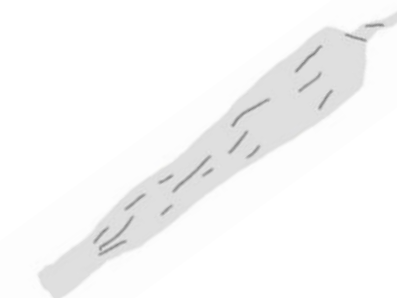
La potència del cànnabis ha anat augmentant en els últims anys a causa de les maneres de cultivar i de seleccionar les plantes.

Les plantes de cànnabis cada cop tenen més THC. El TCH és l'ingredient que altera la funció mental.

## Efectes

Els efectes del cànnabis poden ser diferents segons:

- La quantitat de cànnabis que es consumeix.
- Quants ingredients que alteren la funció mental té la planta que es consumeix.
- La relació entre els ingredients que alteren la funció mental i els ingredients que treuen l'ansietat.



- Com es consumeix.  
Si es fuma, es menja barrejat en un pastís o es consumeix en format d'oli.

- Característiques de la persona que consumeix cànnabis:
  - > Personalitat.
  - > Experiències prèvies.
  - > Context social.

Per exemple:  
Si es consumeix sol o amb amics.

Consumir cànnabis produeix dos efectes:

- Primer hi ha una sensació extrema d'alegria, optimisme i benestar:
  - > Riure fàcil.
  - > Augment de la gana.
  - > Alteració de l'espai i el temps.
  - > Millor vista i oïda.
- Després arriba la fase de relaxació i les ganes de dormir.

Riscos per a la salut

| Part del cos que es veu afectada | Riscos per a la salut                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                    |
|----------------------------------|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| Sistema nerviós central (SNC)    | <ul style="list-style-type: none"><li>— Eufòria, benestar, relaxació, ansietat, riure fàcil, paranoia, pànic.</li><li>— Alteracions de la memòria a curt termini.</li><li>— Dificultat per concentrar-se.</li><li>— Menys rendiment a l'hora d'estudiar i treballar.</li><li>— Empitjorament del temps de reacció i atenció.</li><li>— Falta de control i coordinació dels músculs.</li><li>— Dificultat per parlar.</li><li>— Tremolors.</li><li>— Debilitat.</li><li>— Espasmes musculars.</li><li>— Empitjorament en la conducció i a l'hora d'utilitzar màquines. Més possibilitats de patir un accident.</li><li>— Ganes de dormir.</li><li>— Augment de la gana.</li><li>— Disminució del dolor.</li><li>— Augment i distorsió de la percepció visual, auditiva, tàctil.</li></ul> |

|                                       |                                                                                                                                                                                 |
|---------------------------------------|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| Cor                                   | <ul style="list-style-type: none"><li>— Augment de la freqüència cardíaca.</li><li>— Augment de la pressió arterial.</li></ul>                                                  |
| Respiració                            | <ul style="list-style-type: none"><li>— Exposició al fum i a substàncies del tabac que poden provocar càncer.</li></ul>                                                         |
| Ulls                                  | <ul style="list-style-type: none"><li>— Ulls vermells.</li><li>— Reducció de la pressió ocular.</li></ul>                                                                       |
| Digestió                              | <ul style="list-style-type: none"><li>— Boca seca.</li></ul>                                                                                                                    |
| Sistema immunitari                    | <ul style="list-style-type: none"><li>— Alteració de la immunitat de les cèl·lules del cos.</li></ul>                                                                           |
| Sistema endocrí i sistema reproductor | <ul style="list-style-type: none"><li>— Disminució de les hormones sexuals.</li><li>— Risc de malalties a l'aparell reproductor femení.</li><li>— Tumor de testicles.</li></ul> |
| Embaràs i lactància                   | <ul style="list-style-type: none"><li>— Més risc de baix pes en néixer.</li><li>— Presència de cannabinoides a la llet materna.</li></ul>                                       |

Preguntes freqüents sobre el cànnabis



En alguns casos, el cànnabis s'utilitza per millorar els símptomes d'una malaltia. Això vol dir que és sa?

No

És cert que els professionals de salut aconsellen consumir cànnabis en esprai o infusió per millorar els símptomes d'una malaltia.

Cal que sempre es faci amb el control d'un metge o infermera. No té res a veure amb consumir cànnabis per diversió.

Fumar cànnabis és addictiu?

Sí

El consum de cànnabis pot generar dependència i addicció, tot i que no tothom que fuma cànnabis n'és addicte.

Hi ha situacions que ajuden a veure si una persona té addicció a aquesta substància:

- Fumar tot sol.
- Fumar per oblidar els problemes.
- Fumar al matí.
- La persona està nerviosa perquè no li queda cànnabis.

El cànnabis acostuma a consumir-se barrejat amb tabac.  
Això pot fer que s'acabi generant dependència a totes dues substàncies.

Fumar cànnabis és més sa  
que fumar tabac o beure alcohol?

**No**

Les drogues no es poden comparar sense tenir en compte:

- La persona que les consumeix.
- En quin moment les consumeix.
- Si les consumeix cada dia o de vegades.
- La quantitat de droga que consumeix.

Cal tenir en compte que cap d'aquestes substàncies és bona per al cos.

En el cas del cànnabis, cal tenir en compte que:

- El fum té components tòxics, semblants als del tabac.
- Acostuma a barrejar-se amb tabac.
- Es tendeix a fumar cada dia.  
És fàcil convertir-ho en un hàbit.

## 2.4 Cocaïna

### Què és?

És una substància estimulante que s'obté de les fulles de la coca, una planta de l'Amèrica del Sud.



Segons el procés d'elaboració, es pot trobar de dues formes:

- Cocaïna:  
Pols blanca que es consumeix aspirant pel nas, esnifant.  
Algunes persones també se la injecten.
- El que es coneix com a *crack* o *basuco*.  
Es ven en format de base plana que s'acostuma a fumar.  
Passa de manera ràpida als pulmons i al cervell i provoca efectes més ràpids i forts.



### Efectes

El consum d'aquesta substància provoca:

- Alegria i optimisme extrem.
- Hiperactivitat.
- Augment de la seguretat en un mateix.
- Poques ganes de dormir i descansar.
- Pulsacions del cor més ràpides.
- Augment de la pressió arterial.
- Dilatació de les pupil·les.
- Augment de la temperatura corporal.



## Riscos per a la salut

El consum d'aquesta substància pot provocar:

- Infarts.
- Hemorràgies cerebrals.
- Problemes respiratoris.
- Nàusees.

El seu consum elevat provoca:

- Paranoia.
- Agressivitat.
- Al·lucinacions.
- Depressió.
- Ansietat.
- Addicció i dependència.



## Preguntes freqüents sobre la cocaïna

La cocaïna elimina els efectes de l'alcohol?

**No**

La cocaïna és una substància que no recupera l'alerta ni els sentits de manera necessària per conduir, per exemple.

La cocaïna és una substància que pot tancar els efectes de l'alcohol (com els senyals d'alarma d'haver begut massa), però no els elimina ni els redueix.

Encara que es tingui la impressió que els efectes han desaparegut, no és així.

El cervell segueix estant alterat i el cos encara no s'ha recuperat. En un control d'alcoholèmia, el resultat seria positiu.

La cocaïna millora les relacions socials?

**No**

Aquesta droga produeix una falsa sensació de seguretat en un mateix i sensació de ser més sociable.

Aquests efectes duren molt poc temps i després apareix:

- Fatiga.
- Depressió.
- Mal humor.
- Agressivitat.



## 2.5 Heroïna

### Què és?

L'heroïna és un derivat de la **morfina** que s'extreu de l'**opi**.

Es coneix amb el nom de *cavall*.

És una droga depressora que disminueix l'activitat del sistema nerviós central.



#### Opi:

Barreja de substàncies que s'extreuen d'una planta anomenada cascall que conté una droga que es diu morfina.

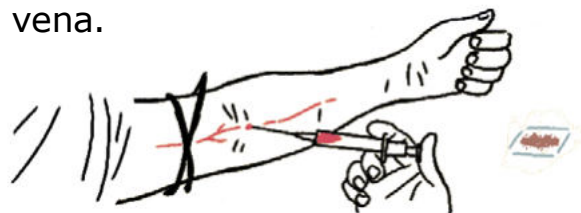
#### Morfina:

Substància que s'obté a partir de l'opi.

És una droga tranquil·litzant i analgèsica.

És una pols blanca o marró que es pot consumir:

- Aspirant-la pel nas.
- Injectant-se-la a una vena.



- Inhalant els vapors després d'escalfar la droga (fer-se un *xino*).

### Efectes

Els efectes es donen en el mateix moment de consumir-la.

L'heroïna provoca:

- Sensació d'extrema alegria i optimisme.
- Plaer.
- Benestar.
- Baixada de les pulsacions del cor.
- Baixada de pressió.
- Baixada de la temperatura del cos.
- No sentir dolor.

### Riscos per a la salut

- L'heroïna crea fàcilment dependència i quan es deixa de consumir provoca: ansietat, agitació i suors, febre, dolors musculars, tremolors o altres.
- Si es comparteixen els estris de consum, es poden contagiar malalties infeccioses com el VIH o l'hepatitis. Aquestes malalties es contagien per la sang.

És a dir, només hi pot haver contagi si es comparteix xeringa amb altres persones, independentment de la substància.

— Risc alt de patir una **sobredosi**.

### **Sobredosi:**

Dosi massa alta que es pren d'un medicament o d'una droga. Pot provocar malalties, danys greus al cos i, fins i tot, la mort.



## **Preguntes freqüents sobre l'heroïna**

Deixar l'heroïna és possible?

**Sí**

Iniciar el tractament per deixar l'heroïna és molt important. És un procés difícil, però possible.

Amb l'ajuda professional i l'inici d'un tractament al centre especialitzat: [https://drogues.gencat.cat/ca/ciutadania/busqueu\\_ajuda/on\\_os\\_podeu\\_tractar/](https://drogues.gencat.cat/ca/ciutadania/busqueu_ajuda/on_os_podeu_tractar/)

Hi ha medicaments que faciliten la recuperació (la metadona) i hi ha programes de reinserció social i laboral que ajuden aquestes persones.

## **2.6 Èxtasi (MDMA)**

### **Què és?**

És una substància derivada de les amfetamines que se sintetitza i es produeix als laboratoris.



### **Efectes**

És una substància estimulante que augmenta l'activitat del sistema nerviós central.

El consum d'aquesta substància provoca:

- Sensació de benestar.
- Augment de l'empatia.
- Ganes de socialitzar amb els altres.
- Desinhibició.
- Moviments de mandíbula.
- Augment de la pressió arterial.
- Vòmits i nàusees.
- Visió borrosa.

Quan desapareixen aquests símptomes, poden aparèixer depressió o cansament.

### **Riscos per a la salut**

L'èxtasi afecta la manera com es veu la realitat i fa que augmentin les possibilitats de patir accidents. Quan es pren i es fa una activitat física (per exemple, ballar), pot provocar cops de calor i deshidratació.

Fins i tot pot provocar pèrdua del coneixement.  
El consum pot provocar problemes de cor,  
de circulació i de fetge.  
També pot provocar malalties mentals  
com la paranoia o la depressió.

## 2.7 Amfetamines (speed)

### Què són?

Són substàncies estimulants  
que fan augmentar l'activitat  
del sistema nerviós central.  
Tenen molta capacitat per generar dependència  
i molts **efectes secundaris**.

#### Efectes secundaris:

Conseqüències o símptomes  
que pot provocar un medicament  
de manera no intencionada o esperada.  
Per exemple:  
Et prens un antibiòtic pel mal de coll  
i et provoca vòmits.



Actualment s'utilitzen per tractar la **narcolèpsia**  
i el trastorn per dèficit d'atenció.

#### Narcolèpsia:

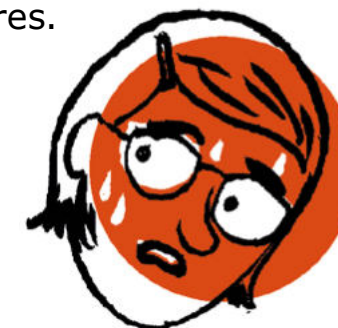
Trastorn del son que es caracteritza  
per una sensació extrema de son durant el dia  
i necessitat immediata de dormir.  
Les persones que ho pateixen  
tenen moltes dificultats per estar despertes.



En entorns no controlats  
s'anomena *speed* i es consumeix pel nas.

### Efectes

Aquesta droga augmenta l'activitat  
del sistema nerviós central  
i provoca una sensació intensa d'alegria i benestar.  
Quan els efectes passen,  
comença la sensació de cansament,  
depressió i ansietat, entre d'altres.



## Riscos per a la salut

El consum provoca:

- Augment del ritme cardíac.
- Augment de la pressió arterial.
- Sequedat a la boca.
- Diarrea.
- Febre.
- Dilatació de les pupil·les.

Consumir amfetamines durant un llarg període de temps pot provocar:

- Problemes físics:
  - > Problemes de cor.
  - > Circulació de la sang.
  - > Problemes al fetge.
- Problemes psiquiàtrics:
  - > Canvis d'humor.
  - > Paranoia.
  - > Al·lucinacions.



## 2.8 Bolets al·lucinògens

### Què són?

Són un tipus de droga que contenen substàncies que alteren la funció mental i provoquen al·lucinacions.



### Efectes

Els efectes es noten entre 15 minuts i 1 hora més tard i duren entre 4 i 6 hores.

Si se'n mengen molts, poden produir:

- Pèrdua de la realitat.
- Paranoia.
- Al·lucinacions.
- Tremolors.
- Mal de cap.
- Febre baixa.
- Suors.
- Augment dels efectes si es barregen amb alcohol o cànnabis.



### Riscos per a la salut

El principal risc s'anomena «mal viatge» i provoca:

- Pèrdua del control de les emocions.
- Ansietat.
- Pànic.

A més, el consum pot desencadenar malalties mentals i augmentar el risc de patir accidents.

## 2.9 Ketamina

### Què és?

És un tipus d'**anestèsic** que s'utilitza en veterinària i medicina. Es ven en forma de líquid per injectar, però també es pot trobar en pols o pastilles.



#### **Anestèsic:**

Medicament que produeix un son profund, relaxació i pèrdua del sentit.

### Efectes

Els primers efectes apareixen al cap de 10 o 20 minuts i poden durar fins a 10 hores.

En dosis baixes provoca:

- Falta de coordinació.
- Visió borrosa.
- Problemes per concentrar-se.

En dosis altes provoca:

- Sensació d'estar fora del propi cos.
- Al·lucinacions.
- Problemes de memòria.
- Dificultats per moure's.



### Riscos per a la salut

És una droga que fa empitjorar la salut mental i pot provocar ansietat, depressió i paranoia.

## 2.10 LSD

### Què és?

Es tracta d'una droga al·lucinògena que fa canviar la manera de pensar i l'estat d'ànim. Es coneix també amb el nom de *tripi*.



És un derivat d'un fong que pot créixer a les espigues de sègol. Hi ha diferents formes de consumir-la. La més habitual és mullar un paper petit amb una dosi d'LSD.

### Efectes

Els efectes apareixen al cap de 30 a 90 minuts del seu consum i poden durar de 7 a 12 hores.

En dosis baixes provoca:

- Alteració de la realitat.
- Canvi de l'estat d'ànim.
- Dificultat d'atenció i concentració.

En dosis altes provoca:

- Pèrdua del sentit de la realitat.
- Al·lucinacions.

## Riscos per a la salut

Aquesta droga provoca un efecte anomenat reviviscència (*flash-backs*).

Significa que setmanes o mesos després d'haver pres la droga la persona torna a sentir els seus efectes.

En alguns casos, pot provocar:

- Pèrdua del control de les emocions.
- Augment de la pressió arterial.
- Pols accelerat.
- Insomni.
- Tremolors.
- Febre.



Consumir LSD durant un llarg període de temps pot alterar la salut mental i provocar depressió, ansietat i canvis de personalitat.

## 2.11 Psicofàrmacs

### Què són?

Són medicaments depressors, disminueixen l'activitat del sistema nerviós central. S'utilitzen per reduir l'ansietat (ansiolítics) o per provocar la son abans d'anar a dormir (hipnòtics).



## Efectes

Aquests medicaments poden baixar el nivell d'ansietat, controlar una crisi d'angoixa o provocar son.

En alguns casos, també s'utilitzen per a altres problemes mèdics, com per exemple, problemes musculars o epilèpsia.

## Riscos per a la salut

Si la persona pren una dosi més alta de la que necessita, els psicofàrmacs poden provocar:

- Ganes de dormir.
- Pèrdua de memòria.
- Pèrdua de coordinació.

Si aquests medicaments es barregen amb alcohol, poden provocar:

- Reducció de la capacitat de reacció.
- Reducció del ritme de respiració.
- Coma.
- Mort.

Els psicofàrmacs s'han de prendre amb el control d'un metge.

El consum d'aquesta medicació durant llargs períodes de temps pot provocar que els medicaments facin menys efecte, se n'hagin de prendre més i acabin provocant dependència i addicció.

## 2.12 Inhalants

### Què són?

Són substàncies que es poden **inhalar** i que provoquen canvis en les funcions mentals.

#### Inhalar:

Aspirar pel nas.

Per exemple:

- Pintura.
- Gasolina.
- Cola.
- Dissolvents.



### Efectes

Aquests productes poden generar:

- Alegria exagerada.
- Sensació de benestar.
- Ganes de parlar.
- Desinhibició.

Després d'uns quants minuts, aquests efectes passen i apareixen:

- Mal de cap.
- Vòmits i diarrees.
- Ganes de dormir.
- Confusió.



### Riscos per a la salut

Inhalar aquestes substàncies és molt dolent per a la salut, ja que la majoria són molt tòxiques.

Inhalar aquestes substàncies durant llargs períodes de temps pot provocar:

- Malalties respiratòries.
- Malalties mentals.
- Al·lucinacions.
- Agressivitat.
- Problemes circulatoris.
- Asfíxia.
- Addicció i dependència.
- Mort.

## 2.13 Spice i altres cannabinoides fabricats en laboratoris

### Què és?

Spice és el nom comercial que rep un dels primers substituïts del cànnabis.

És una droga fabricada al laboratori que no conté ni tabac ni cànnabis. És un preparat amb diverses herbes seques que es fuma.

Els **cannabinoides** que té estan fabricats en un laboratori.

### Cannabinoides:

Substàncies que conté la planta del cànnabis i que afecten el cos humà, sobretot el cervell.



Hi ha altres productes similars a l'Spice. Els noms d'aquests productes canvien molt sovint per evitar el control de la policia.

### Efectes

Té efectes similars als del cànnabis, però tenen més intensitat i duren més estona.

Per exemple:

- Estimula la creativitat.
- Efecte calmant.
- Alegria.

### Riscos per a la salut

Els efectes secundaris són similars als del cànnabis:

- Pèrdua de la capacitat de concentració.
- Nerviosisme.
- Pànic.
- Paranoia.
- Ansietat.
- Entre d'altres.

En tractar-se d'una droga fabricada en un laboratori, els efectes són més intensos i duren més temps.

Com que són substàncies noves i poc estudiades, no se sap si poden provocar altres efectes secundaris.



© Lectura Fàcil Europa. Logo: Inclusion Europe  
Més informació a [www.easy-to-read.eu](http://www.easy-to-read.eu)

**Contacte:**

Joan Güell, 90-92 | 08028 Barcelona

Telèfon: 93 490 16 88 | Fax: 93 490 96 39

[info@dincat.cat](mailto:info@dincat.cat) | [www.dincat.cat](http://www.dincat.cat)

🐦 Twitter: @\_dincat

📷 Instagram: @\_dincat

f Facebook: @dincat.federacio



Reconeixement-NoComercial-SenseObraDerivada  
3.0 Espanya (CC BY-NC-ND 3.0 ES)