

PRIMEROS AUXILIOS CHEMSEX



Foto de "G O'Clock" cortesía de Mitch Marion y Peccadillo Pictures

Uno de los mejores recursos que tenemos para mantenernos seguros a nosotros y a nuestros amigos en una sesión de Chemsex... es ayudarnos los unos a los otros.

Aumentar nuestra información relativa a minimizar riesgos y algunos conocimientos de primeros auxilios, sin olvidar lo vulnerables que podemos estar cuando estamos bajo la influencia de las Chems, puede aumentar nuestras posibilidades de evitar accidentes, sobredosis y muertes. Nos puede mantener más seguros a nosotros y a la gente con la que estamos teniendo la sesión.

Continua en la siguiente página....

PRIMEROS AUXILIOS

CHEMSEX

Este documento cubre muchas de las prácticas de primeros auxilios relativas a muchas de las emergencias específicas surgidas de las sesiones de Chemsex. Incluye buena información acerca de cuando hacer llamadas sensatas y cuando no, cuando llamar a una ambulancia, así como algunos consejos para evitar algunas de las emergencias más comunes que pueden suceder en estas situaciones.

Este documento no es relativo a la reducción de riesgos; se centra en situaciones de emergencia y primeros auxilios que pueden ser aplicados cuando los riesgos se hacen realidad. La información acerca de la reducción de riesgos es mucho más extensa.

Este documento ha sido escrito y preparado por David Stuart y por Ignacio Labayen de Inza. Sept 2018

Este documento está dividido en 4 secciones:

1. Emergencias relacionadas con GHB/GBL.....Pag 3
 - Si creo que alguien ha tomado demasiado G, ¿qué puedo hacer?.....Pag 3
 - Si alguien se queda dormido pero puedo despertarlo, ¿qué puedo hacer?..... Pag 5
 - Si alguien está inconsciente y no puedo despertarlo, ¿qué debería hacer?Pag 5
 - Si alguien está con síndrome de abstinencia, ¿qué podría hacer?Page 7
 - ¿Como puedo evitar colocarme demasiado, o tener una sobredosis, o incluso morir?.....Pag 7

2. Emergencias relacionadas con Tina/mefedrona/3MMC/4MMC/catinona.....Pag 8
 - Si alguien está muy puesto de tina o mefe, ¿qué debería hacer?Pag 8
 - Problemas de consentimiento sexual.....Pag 9
 - Si alguien está teniendo psicosis por tomar demasiado, ¿qué puedo hacer?.....Pag 10
 - Daños causados por la inyección de drogas.....Pag 12
 - Catinonas y problemas de corazón. Pag 13
 - Sobredosis de Tina, mefe u otras carinonas.....Pag 14

3. Otras emergencias que pueden suceder en sesiones de Chemsex.....Pag 15
 - Objetos introducidos que no puedes sacar del ano.....Pag 15
 - Cortes, hemorragias, golpes.....Pag 15
 - Posible infección de HIV.....Pag 16
 - Priapismo.Pag 16
 - Anafilaxis/reacciones alérgicas.Pag 17
 - Agresión sexual/agresión física..... Pag 18

4. Resumen de situaciones de primeros auxilios.....Pag 19
 - ¿ Vendrá la policía si llamo a una ambulancia?.Pag 20

Continúa en la siguiente página....

PRIMEROS AUXILIOS

CHEMSEX

Seccion 1: GHB/GBL

Los riesgos más urgentes asociados con GHB/GBL son;

- Daños ocasionados por el el comportamiento de una persona altamente intoxicada.
- Sobredosis (*Demasiada droga en un plazo corto de tiempo*)
- Síndrome de abstinencia (*cuando alguien es físicamente dependiente de GHB/GBL- tomando varias veces al día por al menos una semana, y se queda sin suministros*)

Si crees que una persona esta demasiado colocada de G, ¿qué puedes hacer?

Primeramente, qué significa “demasiado colocada”?

Respetar la autonomía de una persona en relación a sus propias acciones, decisiones y comportamiento es muy importante, incluso si ese comportamiento tú piensas que es contrario a sus propios intereses.

Pero; si ese comportamiento sugiere que ellos pueden claramente hacerse daño a sí mismos o a otras personas, o que ellos no tienen capacidad de consentir cosas que están pasando o que estan a punto de pasar, puede que tengas que intervenir. Por supuesto, puede ser una decision dificil de tomar.

¿Están erguidos, y se mueven?

Cuando hablas con ellos, ¿te responden, y te reconocen?

En estos caso, aqui hay algunos consejos acerca de qué hacer o no hacer: (*Si no responden, hay una sección más abajo acerca de qué hacer en esos casos, páginas 5 y 6*).

No induzcas al vómito. Aunque tiene logica el pensar en provocar el vómito para sacar del estómago una dosis de GHB/GBL potencialmente fatal, conlleva otros riesgos relacionados con la aspiración y respiración, infecciones en los pulmones, asfixia. Vomitar puede ser algo positivo cuando el cuerpo lo realiza de un modo natural (y nunca debe evitarse si ocurre), pero forzarnos a nosotros a vomitar, o tratar de provocárselo a otra persona es algo muy violento para el estómago, esófago y vías respiratorias, y no es aconsejable en un caso de Chemsex. Llama a una ambulancia y dile al operador que la persona ha ingerido una posible dosis fatal de una toxina.

No le des más drogas; Es un mito el pensar que proporcionarles un estimulante (Tina, Coca, Mefe) puede ser de ayuda. No es verdad, simplemente añade más toxicidad a la que está provocando el problema en primer lugar (incluso si este metodo parece que funcionase en el pasado, no lo hagas; las consecuencias negativas pueden sobrepasar las positivas, así que es mejor no hacerlo). Darle a esta persona más drogas incrementará el nivel de toxicidad, y en definitiva lo que está causando el problema es la toxicidad misma, lo cual es muy probable que empeore la situación. Regla fundamental: Nunca le des más drogas a una persona que está muy colocada.

No les des ningún líquido; Es otro mito pensar que el zumo de naranja o cualquier bebida azucarada puede ayudar, pero no es cierto. Igual que pasa con darle más drogas, puede acelerar el paso de la droga torrente sanguíneo. Por supuesto, si una persona consciente tiene sed, no hay que intervenir en su decision.

Continua en la siguiente página.....

PRIMEROS AUXILIOS

CHEMSEX

Si crees que una persona está demasiado colocada de G, ¿qué puedes hacer?

Qué hacer y qué no hacer (continuación)

Si: Manténles seguros dentro del entorno; Cualquier contacto sexual que pueda estar sucediendo debería ser suspendido, y en el caso que alguien comience a alterarse o a tener convulsiones, hay que mantenerlo alejado de objetos que puedan causarle cualquier daño o herirle de alguna manera. Utiliza una manta o algo de ropa para proteger su cabeza de cualquier herida.

¿Llamo a una ambulancia? Alguien que esté intoxicado pero que se mueve y reacciona a los estímulos y respira con normalidad no necesita necesariamente una ambulancia, pero si tiene convulsiones o si su colocón está provocando que actúe de una manera que se ponga en peligro a sí mismo, a ti o a otros, y tú no puedes mantenerlo seguro a él (o a aquellos cerca de él), llama a urgencias. Cuando lleguen, puede ser de mucha ayuda para ellos que les informes de las drogas que ha tomado, la cantidad, y cuando fue la última vez que se metió algo, si lo sabes.

Si: Lo despierto si está durmiendo: Una persona muy colocada de G puede entrar en estado de coma y dejar de respirar, así que despiértala y trata de mantenerla así, y tenla controlada. Casi todas las muertes que suceden en este contexto se producen cuando están durmiendo bajo los efectos del consumo de una cantidad alta de G, y aunque hayas visto muchos casos en los que no pasó nada, eso no es garantía para pensar que la persona se despertará, así que lo más seguro es despertarla y tratar de que se mantenga despierta (Si no hay manera de despertarla, mira la siguiente sección más abajo)

Si: Se consciente en aquello que concierne al consentimiento; Mucha gente es capaz de dar su consentimiento incluso bajo ciertas cantidades de G, pero es frecuente llegar a un punto en el que el colocón elimina la capacidad que tenemos de consentir, y puede ser algo difícil de juzgar para los que están al lado. Si alguien no responde a tus preguntas directas, si eres incapaz de conseguir su atención, si parecen tan colocados como para entender tu preocupación, es posible que puedan no poder dar su consentimiento a lo que esté sucediendo. Tienes que tomar una decisión al respecto: mantenlo seguro.

“Juan, parece que estás muy colocado, me alegra que te lo estés pasando muy bien, yo también. Estoy un poco preocupado acerca de tu capacidad de consentir lo que está pasando, y me pregunto si podemos tomarnos un pequeño descanso en la cocina, o ir al baño a echarnos un poco de agua en la cara, para sentirnos mejor”

ó

“Juan; estoy colocadísimo y algo preocupado en cuanto a mi capacidad de dar mi consentimiento a lo que esta pasando. ¿Te importa acompañarme un rato al baño a mojarme la cara a ver si me recupero un poco? Te lo agradecería de verdad”

La manera en la que una persona responda puede ayudarte a hacerte una idea de su nivel de colocón, y de su capacidad de consentir a lo que está sucediendo a su alrededor.

Si es difícil que una persona responda a estas preguntas y tu instinto te dice que su colocón está afectando a sus decisiones, entonces es posible que esa persona esté en peligro. Esta persona puede pedir más drogas, o invitar a otros a tener sexo a pesar de que pueda estar incapacitado para decidir si quiere eso o no. Toma una decisión en cuanto a si esa persona está lo suficientemente consciente como para dar o no su consentimiento a cuanto a lo que rodea. Una segunda opinión puede ayudarte si estás considerando la idea de intervenir, alguien a tu alrededor en cuya bondad y objetividad puedas confiar.

Continua en la siguiente página.....

PRIMEROS AUXILIOS

CHEMSEX

Si: Se consciente en lo que concierne a la capacidad de dar consentimiento (continuación):

Si consideras que tienes que intervenir:

- *Frena cualquier actividad sexual que esté sucediendo*
- *Detén cualquier filmación o fotografías que puedan estar tomándose*
- *Impide a cualquiera que le quiera dar más drogas o líquidos*
- *Impide que pueda moverse en zonas que conlleven peligro, como zonas con tráfico o la piscina de una sauna*
- *No permitas que mande fotos explícitas desde su móvil*

Y decide si hay que llamar a una ambulancia para mantenerle seguro, o si ves claro que se va a herir y no puedes controlarlo. Ante la duda, habla con la persona que atienda tu llamada a urgencias, te ayudará a decidir si una ambulancia o la policía son necesarias; es mejor estar seguro que lamentarlo. En Londres, una ambulancia tarda estimadamente 8 minutos en llegar, independientemente del lugar desde donde llames, y en un gran número de ciudades sucede igual.

Si una persona está dormida debido al G y no puedo despertarla, ¿qué puedo hacer?

La respiración puede pararse en cualquier momento cuando alguien está durmiendo por haber consumido mucho G. Puede haber señales de alerta en cuanto a respiración problemática, o ronquidos repentinos, pero no siempre.

Aunque mucha gente se despierta de una manera natural, no hay una seguridad de que la persona con la que estás tenga tanta suerte. Si no se despierta o no puedes mantenerla despierta, no le dejes dormir sin más, llama a una ambulancia siempre, no malgastarás el tiempo de nadie, y puede que salves una vida. Una importante anotación: en Londres al menos una persona muere al mes mientras duerme bajo los efectos de demasiado G.

Si puedes despertarlos y mantenerlos despiertos y controlados, estupendo. Si no responden, llama siempre a una ambulancia: Salva una vida.

Si una persona está inconsciente debido a mucho G, ¿qué puedo hacer?

Chequea si responde. ¿Puedes despertarla sacudiéndola un poco?

¿Y sacudiéndola mucho?

Intenta apretar firmemente el músculo trapecio (es ese músculo en el hombro). Si eso no le despierta, **No está respondiendo. Llama a una ambulancia**, sigue las instrucciones de primeros auxilios de la siguiente página

PRIMEROS AUXILIOS

CHEMSEX

Cuando una persona **NO RESPONDE**, llama a una ambulancia y sigue estas instrucciones

Pon a la persona boca arriba e inclina su cabeza hacia atrás para liberar sus vías respiratorias



Chequea si respira con normalidad: mira, escucha, siente



*Si **NO ESTA RESPIRANDO**, llama a una ambulancia y practica la Resucitación Cardio Pulmonar: Presiona en el centro de su pecho y libéralo a intervalos breves. Repítelo a ritmo regular.*



*Si **ESTA RESPIRANDO**, colocalo en posición de recuperación*



Continúa en la siguiente página.....

PRIMEROS AUXILIOS

CHEMSEX

Que hacer cuando alguien esta sufriendo el síndrome de abstinencia de GHB/GBL – “Mono”

Si alguien esta usando GHB o GBL varias veces al dia, y ha estado haciéndolo durante dos semanas o más, es posible que haya desarrollado una dependencia fisica a esta droga. Si se queda sin suministros, es muy probable que padezca alguna clase de síndrome de abtinencia que puede ser extremadamente desagradable, e incluso peligroso. Los síntomas más preocupantes son pánico extremo, temblores incontrolables, estado mental de confusión, pérdidas de memoria o de la sensación de tiempo, o temblores/convulsiones. Este estado fisico es el llamado “delirium”, o Delirium Tremens” (“DTs”) y puede fácilmente llevar a la muerte. Debes llamar inmediatamente a una ambulancia y decir al operador que alguien está padeciendo el síndrome de abstinencia de una sustancia adictiva llamada GHB y la ambulancia estará alli en muy poco tiempo.

¿Como evitar colocarse demasiado, tener una sobredosis, o incluso morir?

La clave para evitar sobredosis y muertes es sobre todo una cuestion de tomar dosis seguras en intervalos apropiados de tiempo. Una “dosis segura” se diferencia enormemente de una persona a otra, y depende de una amplia variedad de circunstancias. Mayormente se comprueba por la experiencia y la experimentación; si no estas muy familiarizado con el uso del G es siempre muy sensato empezar con una dosis pequeña (un ejemplo de dosis baja pueden ser 0’5 ml), incrementándolo poco a poco con mucho cuidado. No olvides que dosificar el G es el elemento más peligroso de las prácticas de Chemsex, y la mayor causa de muertes.

- Evita repetir una dosis durante un periodo de una hora y media al menos.
- No lo uses continuamente durante mucho tiempo, eso incrementa el riesgo de sobredosis. No mezcles GHB/GBL con Ketamina, alcohol, heroína, valium, morfina o cualquier otra droga depresora/tranquilizantes/analgésicos
- Aquellos que estén tomando medicación para el VIH deberian tomar dosis algo más bajas, porque las medicinas pueden potenciar los niveles de G, aumentando el peligro de intoxicación.
- Aunque el GBL está generalmente más disponible y aunque es generalmente confundido con el GHB, este último tiene una concentración diferente, y su concentración varía más que la del GBL.

Informate bien, no tengas miedo a visitar una ONG gay or un Servicio LGBT de drogas y alcohol (o cualquier servicio de apoyo de drogas que este familiarizado con el GHB/GBL) para conseguir buena información sobre como tomarlo de un modo más seguro. Si quieres tener acceso online sobre reducción de riesgos, aqui tienes un ejemplo;

<http://dean.st/chemsex-support/>

PRIMEROS AUXILIOS

CHEMSEX

Sección 2:

Cristal metamfetamina (Tina) and mefedrona (catenona) Emergencias relacionadas con su uso

Los riesgos de primeros auxilios más urgentes están relacionados con el GHB/GBL, pero existen otros riesgos relacionados con la Tina y la mefedrona (catenonas incluyendo 3-MMC, 4-MMC)

Riesgos por el comportamiento bajo los efectos del colocón de Tina o Mefe.

El colocón de Tina o Mefe no es como el colocón de G. Una persona que está colocada de Tina o Mefedrona normalmente está muy alerta, consciente de lo que sucede a su alrededor, así que es menos probable que sea vulnerable a la torpeza, caídas, cortes y rasguños que provoca el colocón del G. Estar muy colocado de Tina o mefe puede ocasionar comportamientos obsesivos, ataques de pánico, hiperactividad, o cualquier comportamiento peligroso que pueda tener una persona que se siente invencible e invulnerable al daño, que por supuesto puede provocar situaciones peligrosas.

Si ves que una persona está demasiado colocada de Tina o Mefedrona, actuando compulsivamente o como sintiendo que es un "superhombre", ¿qué puedes hacer?

Primeramente, ¿qué significa "demasiado colocada"?

Respetar la autonomía de una persona en relación a sus propias acciones, decisiones y comportamiento es muy importante, incluso si tú piensas que ese comportamiento es contrario a sus propios intereses.

Pero; si ese comportamiento sugiere que ellos pueden claramente hacerse daño a sí mismos o a otras personas, o que ellos no tienen capacidad de consentir cosas que están pasando o que están a punto de pasar, puede que tengas que intervenir. Por supuesto, puede ser una decisión difícil de tomar.

Cuando hablas con ellos ¿te responden?, ¿y ¿te reconocen?

Si es así, aquí hay algunas sugerencias acerca de **qué hacer y qué no hacer.**

No les des más drogas; Una respuesta muy común es administrarles un relajante como el GHB/GBL o valium o alcohol; esto puede ayudar, pero haciendo eso estás incrementando el nivel de toxicidad que esta persona está padeciendo, y el resultado puede ser impredecible. Es también posible que esta persona tenga ya algo de G, valium o alcohol en su organismo, y añadir más drogas supresoras puede ser peligroso, causando una sobredosis. (incluso si este método parece que funcionase en el pasado, no lo hagas; las consecuencias negativas pueden sobrepasar las positivas, así que es mejor no hacerlo). Darle a esta persona más drogas incrementará el nivel de toxicidad, y en definitiva lo que está causando el problema es precisamente esa toxicidad, lo cual es muy probable que empeore la situación. Regla fundamental: Nunca le des más drogas a una persona que está muy colocada.

SI. mantenlas en un ambiente seguro: Cualquier acto sexual que esté sucediendo debería ser inmediatamente detenido, y si la persona está actuando obsesiva o caóticamente, mantenla alejada de objetos que puedan hacerla o provocar lesiones o accidentes.

Continua en la siguiente página.....

PRIMEROS AUXILIOS CHEMSEX

Si ves que una persona está demasiado colocada– Qué hacer y qué no hacer, continuación...

Llamar a una ambulancia. Una persona intoxicada que puede moverse, responde a los estímulos y puede respirar, no necesita necesariamente una ambulancia, pero si su colocón de Tina o mefe está provocando que se comporte de una manera que pueda ser peligrosa para ella misma, para ti o para cualquier otra persona, y tú no puedes mantenerla en un entorno seguro, llama a los servicios de urgencias. Cuando ellos lleguen, puede ser de mucha ayuda que les digas las drogas que ha tomado, en que cantidad, y cuando ha sido la última vez, si es que lo sabes.

Problemas relativos a la capacidad de dar consentimiento en materia sexual;

Muchas personas son capaces de dar su consentimiento cuando están bajo la influencia de la tina o de la mefedrona, aunque esta capacidad puede variar en algunos momentos durante su colocón. Muchas veces se llega a un punto donde la tina o la mefe afectan a la capacidad de consentir, y eso puede ser de difícil de apreciar por parte de aquellos que están alrededor. Si la persona no contesta a tus preguntas directas, si eres incapaz de atraer su atención, si están demasiado intoxicadas como para recomocer tus preocupaciones, entonces es posible que no tengan capacidad de consentir. Puede ser que tengas que intervenir al respecto, para mantener a esas personas seguras.

“Juan, parece que estás muy colocado, me alegra que te lo estés pasando muy bien, yo también. Estoy un poco preocupado acerca de tu capacidad de consentir con lo que está pasando, y me pregunto si podemos tomarnos un pequeño descanso en la cocina, o ir al baño a echarnos un poco de agua en la cara, para sentirnos mejor”

ó;

“Juan, estoy colocadísimo y algo preocupado en cuanto a mi capacidad de dar mi consentimiento a lo que está pasando. ¿Te importa acompañarme un rato al baño a mojarme la cara a ver si me recupero un poco? Te lo agradecería de verdad ”

La manera en la que una persona responda a esto puede ayudarte a tener una idea mejor acerca de su capacidad de dar su consentimiento.

Si es difícil conseguir que una persona responda a esto, y si tu instinto te dice que su colocón está afectando su capacidad de tomar decisiones y su capacidad de consentir, entonces esta persona puede estar en peligro. Una persona muy colocada de Tina o mefedrona puede exhibir un comportamiento extremo de calentón, sin ser consciente de las consecuencias de dicho comportamiento. Pueden estar pidiendo más drogas, o invitando a tener sexo, a pesar de su incapacidad de tomar decisiones. Pueden intentar inyectarse de un modo caótico o sin ninguna precaución, pueden consumir grandes cantidades de alcohol o de G, o pueden tomar riesgos que afecten a su salud sexual de los que luego se pueden arrepentir, pueden ignorar las peticiones de alguien con quien puedan estar teniendo sexo de parar de hacer lo que estén haciendo, y esos puede provocar problemas de denuncias por abusos sexuales o físicos, etc.

Continua en la siguiente página.....

PRIMEROS AUXILIOS

CHEMSEX

SI. Se consciente en lo que concierne a la capacidad de dar consentimiento (continuacion):

Puede que tengas que tomar una decisión en lo que concierne a si una persona está segura de sufrir daños o dar su consentimiento. Una segunda opinión puede ser de mucha ayuda si estás considerando la idea de intervenir, alguien a tu alrededor en cuya bondad y objetividad puedas confiar.

Si consideras que tienes que intervenir:

- Frena cualquier actividad sexual que esté sucediendo
- Detén cualquier filmación o fotografías que puedan estar tomándose
- Impide a cualquiera que le quiera dar más drogas
- Impide que pueda moverse en zonas que conlleven peligro, como zonas con tráfico o la piscina de una sauna
- Impídele que mande fotos explícitas desde su móvil

y decide si hay que llamar a una ambulancia para mantenerlo seguro, o si ves claro que se va a herir y no puedes controlarlo. Antes la duda, la persona que atiende tu llamada a urgencias te ayudará a decidir si una ambulancia o la policía son necesarias; es mejor estar seguro que lamentarlo. Por ejemplo, en Londres, una ambulancia tarda estimadamente 8 minutos en llegar, independientemente del lugar desde donde llames, aunque evidentemente esto no tiene porque ser igual en todas las ciudades.

Psicosis. Las “psicosis inducidas por las drogas” es un término que asusta mucho, y es algo muy común cuando consumimos Tina o Mefedrona y nos privamos de dormir. Puede ser terrorífico para aquellos que la experimentan, igual que para aquellos que la observan. Síntomas comunes a estos episodios en un escenario de Chemsex pueden ser los siguientes:

- *Sentir que hay gente escuchando detrás de la puerta o fuera de la casa*
- *Sentir que alguien ha accedido a tu móvil/ordenador/aparatos eléctricos. Cámaras escondidas*
- *Sentirse en el centro de una conspiración organizada por una banda o por una secta*
- *Sentir que alguien te ha infectado deliberadamente de VIH/Hepatitis C*
- *Escuchar susurros, o voces crueles que te amenazan, o sentir que te persiguen*
- *Percibir presencias que flotan en tu visión periférica*
- *Sentir una necesidad compulsiva de rascarte y levantarte la piel, sentir que hay insectos debajo de ella.*
- *Consciencia de increíbles coincidencias que nadie más interpreta ni aprecia que estén sucediendo*
- *Sentir que estás siendo juzgado por todo el mundo por estar colocado/tener sexo/tener sexo gay/ser seropositivo/ser afeminado, no ser atractivo, no encajar en el entorno, o por tener determinadas fantasías o fetiches, etc.*
- *Sentir que algo urgente o peligroso está sucediendo, sintiéndote inseguro*

Continua en la siguiente página.....

PRIMEROS AUXILIOS

CHEMSEX

Psicosis, continuacion...

La psicosis inducida por drogas es comunmente asociada al uso de la tina y catetonas como la mefedrona, 3MMC o 4MMC. Es más probable que suceda si la persona está en un entorno donde se pueda sentir juzgada o sentirse insegura; también es más corriente que suceda entre aquellos que tengan algún tipo de problema de salud mental, los que sean más propensos a estar cohibidos o aquellos que tienen algun tipo de trauma asociado con algun sentimiento de culpa o de remordimiento conectado con el sexo o con situaciones sociales. Es mas probable que pase si alguien se ha saltado una noche de sueño, o cuando las drogas han sido inyectadas (en contraposición a haber sido esnifadas, ingeridas, introducidas por via anal, o fumadas). En cualquier caso, con independencia de todas estas consideraciones, la psicosis inducida por el uso de drogas le puede suceder a cualquiera, y puede generar situaciones muy difíciles de manejar o de observar.

La manera más efectiva de ayudar a una persona que está experimentando este tipo de psicosis es ayudarla a sentirse segura y relajada en el entorno en el que está. Puede ser de ayuda el cambiar la luz, la música, desconectar la pornografía que pueda estar visualizándose, o trasladando a esta persona a una habitación en la que se pueda sentir segura. Cualquier cosa que les haga sentir más relajados, más seguros, menos "observados" será de gran ayuda, y es muy importante proporcionarle opciones y que sienta que tiene la capacidad de tomar decisiones. Sentirse atrapado, sintiéndose que no tiene ningun poder de decisión o sin opciones, incrementará su inseguridad

Estos consejos pueden ser de gran ayuda, pero no garantizan que sean completamente efectivos a la hora de frenar los síntomas.

La psicosis inducida por las drogas solamente pasa a ser una situacion que requiera de primeros auxilios cuando la persona que la sufre está con tanto nivel de angustia que requiera algun tipo de ayuda médica. Algunas personas pueden reaccionar de una manera que pueda resultar peligrosa para ellos mismos o para otros, al percibir que están en una situacion de riesgo. En estos casos, la persona deberia ser animada a contactar a los servicios de emergencias o a la policía, lo que le haga sentir más segura. En muchas ocasiones, la paranoia que pueda estar conduciendo la psicosis puede hacer que esta persona desconfíe de dichos servicios de emergencia, o de la policía, o de tus mismos esfuerzos por ayudarle. No es nunca agradable tener que intervenir en la libertad de otra persona, pero si ves que alguien se está poniendo en peligro o está poniendo en peligro a otras personas, está llena de desconfianza y no quiere llamar a los servicios de emergencia o a la policía, llama tú mismo a estos servicios y pídele al operador que te asista a la hora de determinar la manera más segura de manejar esta situación.

Continua en la siguiente página.....

PRIMEROS AUXILIOS

CHEMSEX

¿Como evitar riesgos al inyectarse drogas?

Aunque hay un gran número de riesgos relacionados con el consumo de drogas por vía intravenosa, hay solamente tres cosas que pueden ser consideradas como emergencias: 1: infección intravenosa, 2: infección de VIH, 3: introducir aire en las venas.

1. Infeccion intravenosa

Cuando cogemos una infección desde la aguja de una jeringuilla en la piel que rodea el punto de inyección, dicha infección puede desarrollarse durante los siguientes días o semanas. Esto no es una emergencia, pero podría llegar a serlo si es ignorado, así que lo mejor es acudir al médico. Sin embargo, algunas veces la infección se desarrolla directamente en la vena en la que hemos puesto la inyección. Algunos tipos de bacteria pueden causar septicemia, los síntomas cuando esto sucede normalmente se empiezan a sentir muy pronto, y se desarrollan muy rápidamente. Incluso en las primeras fases de la enfermedad, la persona que lo sufre parece muy enferma, y los síntomas iniciales son:

- Escalofríos
- Respiración muy rápida
- Elevada temperatura corporal (fiebre)
- Pulsaciones muy rápidas

Algunos síntomas más severos empiezan a aparecer en horas o incluso minutos en el progreso de la septicemia si no hay tratamiento adecuado. Estos síntomas incluyen:

- Confusión o incapacidad de pensar con claridad
- Náuseas y vómitos
- Manchitas rojas que aparecen en la piel
- Disminución del volumen de la orina
- Deficiente flujo de la sangre (shock)

Si tú o alguna otra persona presenta estos síntomas después de inyectarse drogas, avisa a emergencias **INMEDIATAMENTE**.

2. Infección de VIH

Si alguien VIH negativo se inyecta utilizando la misma jeringuilla que ha sido utilizada por una persona seropositiva con capacidad de transmitir la enfermedad, existe una medicina llamada PEP (profilaxis post exposición, PEP por sus siglas en inglés) la cual puede ser tomada dentro de los 3 días siguientes a la posible exposición a la infección. No necesitas llamar a emergencias para ello, pero es importante acceder a ella dentro de las siguientes 72 horas. Si desconoces como acceder a la PEP en tu ciudad, los servicios de emergencias la proporcionan en muchos casos, o te pueden informar acerca de donde puedes conseguirla.

Continúa en la siguiente página.....

PRIMEROS AUXILIOS

CHEMSEX

¿Como evitar riesgos al inyectarse drogas? (Continuación)...

3. Inyectar aire en las venas

Inyectar una cantidad importante de aire en las venas puede provocar una embolia. Esto raramente es una emergencia médica, pero cuando es urgente, los síntomas pueden incluir:

- Fallos y dificultades respiratorias
- Dolor en el pecho o fallos cardiacos
- Dolores musculares y en las articulaciones
- Apoplejía
- Cambios en el estado mental, como confusión y pérdida de consciencia
- Bajada de tensión
- Tonalidad azulada de la piel

Si tú o alguien con el que estás experimenta alguno de estos síntomas después de inyectarse aire en las venas, llama INMEDIATAMENTE a los servicios de urgencias

Complicaciones del uso de la mefedrona y problemas cardiacos preexistentes

Catetonas (mefedrona, 3MMC, 4MMC) son sustancias vasculo-tóxicas, pro-trombóticas, causan vasoconstricciones y están asociadas con infartos agudos de miocardio. Esto significa que pueden dañar las paredes de nuestras venas, pudiendo provocar coágulos en la sangre que pueden estrechar los vasos sanguíneos, lo cual potencialmente puede causar un infarto. Algunas veces la gente puede sentir la sangre bombear a través de los vasos sanguíneos que han sufrido un estrechamiento, y esto en sí mismo puede causar un ataque de pánico, que a menudo pueden ser confundidos con ataques cardiacos. Ataques cardiacos reales pueden suceder, y a menudo suceden, cuando son consumidas catetonas. Si alguien que las use (o cualquier otra droga) experimenta alguno de los siguientes síntomas, que avise a los servicios de emergencia:

- Presión en el pecho
- Dolor en el pecho, espalda, mandíbula, o cualquier otra zona de la parte superior del cuerpo que dure más de unos minutos, o que sea un dolor intermitente, que pase y se repita y se vuelva a ir, etc
- Respiraciones cortas
- Sudores
- Náuseas
- Vómitos
- Ansiedad
- Tos
- Mareos
- Ritmo cardiaco acelerado

Continua en la siguiente página.....

PRIMEROS AUXILIOS

CHEMSEX

Sobredosis de Tina o mefedrona

Sobredosis mortales de estas drogas son muy poco frecuente, pero pueden suceder. Son extremadamente raras en caso de que sean fumadas o enifadas, y en muy pocas ocasiones suceden, aunque suceden, si se inyectan o se administran por vía anal (booty bum).

Cuando alguien se inyecta demasiada Tina o mefe, los síntomas normalmente son un poderoso y alarmante subidón en la cabeza, aceleración de la presión arterial y de la respiración, acompañada de un peligroso aumento de la temperatura corporal. Una persona puede sentir que algo no va bien, puede sentir pánico y sentirá una necesidad agobiante de refrescarse, o bien tumbándose, o tomando un baño o ducha de agua fría, o de salir al exterior si hace mucho más frío allí. Estos síntomas normalmente pasan a los 5 o 10 minutos, y cualquier cosa que pueda hacer para refrescarse y tranquilizarse será de mucha ayuda. Sin embargo, si los síntomas continúan durante más de 5 o 10 minutos, o si la temperatura se mantiene consistentemente por encima de los 39,5 grados, hay que avisar a los servicios de emergencias y decir que alguien se ha inyectado un estimulante y su temperatura corporal ha aumentado mucho. El operador que atienda la llamada te indicará lo que tienes que hacer en estos casos.

Nota: Algunas veces estas sobredosis son causadas por sustancias con las que se ha adulterado/cortado la droga. En Canadá y Estados Unidos, por ejemplo, un aditivo muy común es el fentanil, que es un opiáceo que puede ser mortal incluso en pequeñas cantidades. En Europa actualmente (Sept 2018) es muy raro encontrar esta sustancia en la Tina, mefedrona o catetonas como el 3-MMC o 4-MMC. Si la sobredosis es causada por el fentanil, los síntomas serán diferentes, la persona perderá la conciencia muy rápidamente, y su respiración se volverá muy lenta en poco tiempo, pudiendo llegar a pararse (colapso respiratorio). LLAMA a emergencias inmediatamente.

PRIMEROS AUXILIOS

CHEMSEX

Sección 3:

Otras emergencias relacionadas con chemsex

No todo lo que viene a continuación son situaciones específicas en lo referente a primeros auxilios, así que puede que no sean cubiertas de la manera tan extensa como merecerían, pero pueden ser peligrosas y/o provocar emergencias.

Objetos atascados dentro del recto

Algunas veces, algunos objetos pueden quedarse dentro del ano tras introducirlos, y podemos encontrarnos con dificultades a la hora de sacarlos. Músculos contraídos, ansiedad y la incapacidad de relajarnos asociada con Chemsex, pueden dificultar incluso más la situación. Si después de algunas horas relajándote o sentado en el WC, no has conseguido que salga, puede que sea necesario que acudas a urgencias. Médicos de familia o ambulatorios no siempre tienen el equipamiento necesario para valorar el peligro o para sacar el objeto, y por este motivo, urgencias es en lugar adecuado al que acudir.

Si el objeto no es algo diseñado para ser introducido por el ano, o si es algo que puede romperse, o causar daño en el recto, entonces puede ser mucho más que una emergencia. Si al objeto introducido le acompañan síntomas como dolor abdominal, hemorragia rectal, náuseas o fiebre, no lo dudes y acude a urgencias inmediatamente. Aunque puede ser embarazoso, esto sucede en Urgencias mucho más frecuentemente de lo que te imaginas, y perforaciones en el recto por estos objetos pueden ser muy peligrosas, así que es importantísimo tratarlo. Ve a urgencias cuanto antes, o llama a servicios de emergencia para discutir con ellos con toda franqueza para que te ayuden a decidir que es lo que puedes hacer.

Cortes, hemorragias, golpes.

Cualquier clase de daño puede producirse como consecuencia de un desastroso colocón de G, o de un desenfrenado colocón de tina o mefedrona:

- Heridas en la cabeza; Aplica algo frío en la herida, como guisantes congelados envueltos en una toalla. Si crees que la herida es muy seria, si la persona que ha sufrido la herida actúa de una manera extraña, se va quedando adormilada, si vomita, o si la herida no mejora o va a peor, llama a los servicios de urgencia
- Fuertes hemorragias; Presiona la herida con cualquier cosas que tengas disponible, como una toalla o un trozo de tela. La idea es detener el flujo sanguíneo. Si es necesario, no dudes en llamar a los servicios médicos.
- Quemaduras: la mejor manera de tratar una quemadura es ponerla bajo el chorro del grifo de agua fría durante al menos 10 minutos. (Cuanto mayor sea el tiempo en el que se mantiene en frío, menos posibilidades hay de que queden cicatrices). Una vez que la quemadura ha estado en contacto con el frío por un buen rato, es bueno cubrirla con plástico adherente de cocina o cualquier otro plástico limpio (una bolsa de plástico, una bolsa para sandwiches, etc).

Continúa en la siguiente página....

PRIMEROS AUXILIOS

CHEMSEX

Una posible infección de VIH puede ser considerada una emergencia:

La PEP (Profilaxis Post Exposición, Post Exposure Prophylaxis en Inglés) debe ser administrada dentro de las 72 horas siguientes a la exposición, para prevenir que el VIH se convierta en una infección permanente. Compartir jeringuillas o alguien eyaculando dentro de ti son las maneras más corrientes de contraer VIH. Si sabes si la persona con la que has compartido jeringuillas o ha eyaculado dentro de ti es seropositiva en tratamiento con **carga viral indetectable**, entonces la PEP no sería necesaria. Si la persona es seropositiva sin tratamiento, PEP es recomendable. En caso de que la persona es VIH negativa, o desconoce su estado, un profesional de la salud puede evaluar los riesgos contigo, basándose en lo que tú sabes acerca del historial sexual de la otra persona.

Cualquier otra infección de alguna enfermedad de transmisión sexual, incluyendo Hepatitis C, no se considera una emergencia, ya que no existen métodos de prevención que dependan del tiempo desde la exposición, pero si eres consciente de cualquier infección, evita poder transmitirla a alguien más, y (cuando hayas bajado tu colocón de chems) acude a tu clínica de salud sexual para recibir tratamiento.

Priapismo es una dolorosa erección que dura mucho tiempo.

Puede dañar permanentemente tu pene si no lo tratas con rapidez.

El priapismo no es algo que suceda muy a menudo, y afecta con más frecuencia a personas que padecen de células falciformes. Puede suceder al mezclar pastillas para conseguir la erección (como Viagra, Cialis, Kamagra) con chems para sesiones largas de colocón.

El priapismo puede solucionarse por sí solo dentro de un plazo de dos horas. A continuación tienes varias cosas que puedes intentar para reducir la erección.

COSAS QUE HACER:

- Desconecta el porno, modifica el ambiente en el que te encuentras.
- Intenta orinar
- Date un baño o ducha de agua caliente
- Bebe mucha agua
- Ve a dar un paseo tranquilo
- Intenta hacer algo de ejercicio como sentadillas o correr en el sitio
- Toma alguna pastilla analgésica, como el paracetamol, si te hace falta

NO HACER:

- Aplicar hielo o agua fría en tu pene. Esto puede empeorar las cosas.
- Tener sexo o intentar masturbarte, o tratar de eyacular. Esto no va a reducir tu erección
- Beber alcohol
- Fumar

Continúa en la siguiente página.....

PRIMEROS AUXILIOS

CHEMSEX

Priapismo, continuacion...

Llama a los servicios de emergencias o acude a Urgencias si tienes una erección que dure más de dos horas sin que exista estimulación sexual.

Una erección que dure tanto tiempo necesita ser tratada en un hospital lo antes posible para evitar daño permanente en el pene

Los tratamientos disponibles en el hospital para reducir la erección incluyen:

- Pastillas o inyecciones directamente en el pene
- Uso de una jeringuilla para drenar la sangre del pene, realizado bajo anestesia local.
- Cirujía para drenar la sangre a través de un pequeño corte, realizada bajo anestesia

general

Anafilaxia; reacciones alérgicas a las drogas.

Muchas drogas están cortadas con otras sustancias, afectando a su calidad. Algunas veces estas sustancias adulterantes pueden provocar toxicidad, o podemos tener reacciones alérgicas a ellas. Del mismo modo, demasiada pureza en las drogas (sin, o con poco adulteramiento) puede causar toxicidad o alguna reacción alérgica por ellas mismas. A veces, si la reacción alérgica es extrema, puede ser peligrosa y producirse anafilaxia, lo cual puede provocar una situación urgente de emergencia.

Estas son cosas a tener en cuenta:

- Dificultad al respirar
- Hinchazón en la garganta y en la lengua
- Ojos irritados o hinchados
- Un brote de manchas en la piel
- Ansiedad
- Signos de shock

“Shock”, en este contexto, no significa la reacción emocional a algo que nos conmocione, sino una emergencia médica peligrosa; shock es cuando el sistema circulatorio falla a la hora de proporcionar suficiente sangre oxigenada a nuestro cuerpo, privando a nuestros órganos vitales del oxígeno que necesitan para funcionar.

Signos of shock son:

- Piel pálida, fría y húmeda
- Sudores
- Respiración rápida y poco profunda
- Debilidad y mareos
- Malestar general y posibles vómitos
- Sed
- Bostezos
- Suspiros

Busca ayuda médica inmediatamente si notas que alguien tiene alguno de estos signos.

Continúa en la siguiente página.....

PRIMEROS AUXILIOS

CHEMSEX

Agresión sexual, agresión física

Una agresión sexual puede no ser una situación de primeros auxilios, pero realmente puede ser una emergencia si alguien paralelamente está en riesgo físico de peligro por parte del perpetrador. En estos casos no dudes en contactar los servicios de emergencias a la mayor brevedad posible.

En relación a la agresión sexual ya producida, es importante tener en cuenta que el examen forense ha de ser realizado cuanto antes desde que se ha producido dicha agresión, para que se puedan reunir las pruebas que evidencien el asalto, lo cual puede ayudar a que se persiga penalmente al agresor.

No en todas las ciudades hay un servicio que atienda agresiones sexuales especialmente sensible a los asaltos sexuales que puedan ser sufridos por hombres, o agresiones a homosexuales. Si no es así, normalmente los servicios de emergencia pueden proporcionarte información acerca de donde buscar apoyo emocional, forense o legal cuando se ha producido un caso de estos. Otra opción es acudir a un médico de confianza, o a alguna ONG o servicio de atención de salud sexual que este familiarizado con la realidad gay/LGBT.

Algunas veces, después de varios días sin dormir, estando aún bajo la influencia de las chems, o al estar en un entorno altamente sexualizado y liberal, podemos tener menos empatía, ser menos sensibles a la vulnerabilidad de la gente con la que estamos teniendo sexo. Puede haber gran confusión en materia de consentimiento en un contexto de Chemsex, y las agresiones sexuales o las violaciones pueden no ser tan evidentes como cuando alguien las comete en otros escenarios.

En algunos casos podemos ser acusados de agresión sexual en un confuso entorno de chemsex, incluso sin saberlo, que puede ser porque la persona con la que estamos teniendo sexo puede parecer que esté consintiendo, pero es posible que esté tan colocado que esté mas alla de poder dar su consentimiento. Puede ser que a veces sea difícil juzgar estos matices, teniendo en cuenta que nosotros mismos tambien podemos estar colocados y sin haber dormido.

Cuando este sea el caso, puede ser muy complicado asumir nuestro propio comportamiento; un conflicto que se puede manifestar en la necesidad de requerir ayuda y apoyo emocional. Muchas organizaciones y ONGs que atienden agresiones sexuales también prestan ayuda al perpetrador de la agresion (o le facilitan información acerca de a donde pueden acudir).

La seccion 4 empieza en la siguiente página.....

PRIMEROS AUXILIOS

CHEMSEX

Sección 4:

RESUMEN de situaciones de primeros auxilios

Las emergencias más urgentes y comunes que se producen en un contexto de Chemsex incluyen:

- Sobredosis de GHB/GBL
- Síndrome de abstinencia de GHB/GBL
- Psicosis inducida por la Tina o Mefedrona/paranoia/sensación de ser perseguidos
- Agresiones sexuales
- Daños ocasionados al inyectarse drogas
- Posible infección de VIH
- Sobredosis de Tina/mefedrona
- Problemas de corazón

Accidentes, cortes, hemorragias, golpes, que ocurren en un contexto de chemsex

Pero también hay otras situaciones que pueden ocurrir que precisen atención urgente, algunas relacionadas con el Chemsex y otras no. Estas son las situaciones más comunes en general, relacionadas con los primeros auxilios:

- Pérdida de consciencia
- Un estado de confusión agudo
- Dolores en el pecho
- Dificultad al respirar
- Hemorragias severas que no cesan
- Reacciones alérgicas severas
- Quemaduras severas
- Shock

Contacta con los servicios de emergencia inmediatamente si tú mismo o alguna otra persona está sufriendo de un ataque al corazón o de un derrame cerebral, o si ha habido algún traumatismo craneal.

Cada segundo cuenta.

Como puedes ayudar a los servicios de emergencia cuando lleguen:

- Intenta mantener la calma todo lo posible
- Si hay gente contigo, pide a alguien que abra la puerta y dirija a los servicios de emergencia al lugar donde son necesitados.
- Mantén a las mascotas aparte
- Reúne los efectos personales de la persona en caso de que estén desparramados, especialmente lo relacionado con su identificación.
- Trata de reunir toda la información que puedas acerca del estado de la persona, cosas que puedan ser relevantes, drogas que ha tomado, etc, que faciliten a los servicios de emergencia que puedan prestar el cuidado necesario.

Continúa en la siguiente página.....

PRIMEROS AUXILIOS

CHEMSEX

¿Llamar a los servicios de emergencia implica también la presencia de la policía?

Las leyes varían de un país a otro, y la práctica común varía también. A menudo, esto puede depender del operador que atiende la llamada a los servicios de emergencia, o depende de lo que decidan los servicios médicos a su llegada.

Ellos pueden decidir si llamar a la policía en caso de:

- Existencia de sospechas de que se haya cometido algún crimen
- Si ve que hay peligro en ese lugar, que alguien allí (incluyéndote a ti, al paciente o a los mismos miembros del servicio médico) pueda resultar herido
- Si entrar a ese lugar requiere que la entrada sea forzada

Todas estas situaciones pueden ser arbitrarias.

Normalmente los servicios de emergencias lo que priorizan es el salvar la vida de las personas, pero eso no excluye que la policía pueda emprender acciones contra delitos de los que hayan sido testigos.

En muchos países (no todos), tener drogas en el torrente sanguíneo no es algo ilegal.

Asimismo, en muchas partes del mundo también, haber consumido drogas no es algo contrario a la ley. De todas maneras, en la mayoría de los casos, tener drogas en tu poder es algo ilegal, y en la mayoría de esos casos se actúa en consecuencia.

Es vital que los servicios de emergencia sepan que tipo de drogas han sido consumidas por la persona que están tratando de salvar. De esta información puede depender su vida.

En muchos países, si un oficial de policía te hace preguntas acerca de tu propio consumo de drogas y tú no eres la persona a la que están atendiendo los servicios de emergencia, tú puedes elegir no responder hasta que puedas tener acceso a asesoramiento legal por parte de un abogado.

Sin embargo, en muchos lugares, si la policía determina que se ha cometido un crimen o ha habido alguna muerte que requiera ser investigada, no proporcionar información a la policía puede ser considerado un delito.

Por supuesto, es algo obvio afirmar que si no se encuentran drogas en el lugar donde una ambulancia ha sido llamada, es más difícil identificar un crimen o un delito.

Es también importante decir que si retrasas la llamada a una ambulancia porque hay drogas disponibles, y como resultado de esa demora alguien muere, se te puede acusar de ser legalmente responsable de ello.

Cuando las cosas van mal en un contexto de Chemsex, o mientras estamos bajo la influencia de las chems, puede ser una experiencia espantosa, perturbadora.

Intenta mantener la calma, permanecer amable, y entre todas las preocupaciones, prioriza la oportunidad que tienes de salvar la vida de una persona actuando rápida y responsablemente. Si tienes alguna duda, contacta con los servicios de emergencia, que estarán más que dispuestos a hablar contigo de lo que está sucediendo.