



# I Congrés d'Equips d'Atenció Primària

XII Congrés de l'AlFiCC

*“La primària fa pinya”*

El 26 i 27 de juny de 2014

Hotel Barceló Sants. Pl. Països Catalans s/n Barcelona

## *Drogues en Atenció Primària*



Núria Calzada

[info@energycontrol.org](mailto:info@energycontrol.org)



## Las características de Atención Primaria

Accesibilidad

Continuidad

Modelo bio-psico-social

Atención integral

hacen que se trate del ENTORNO IDONEO  
para el abordaje de los problemas  
derivados del consumo de drogas

# ¿Cómo abordamos la diabetes?



**The Cochrane Collaboration**  
Working together to provide the best evidence for health care



**National Guideline  
Clearinghouse**

**PubMed**

**TheLancet.com**

**MEDICINA  
CLINICA**

Revista de Medicina Clínica y Cirugía Volumen 119 - Número 20







“...mi diabetes no es hereditaria, la produce mi propio organismo...”

“...cada uno conoce su cuerpo...”

“...si un día te pasas con los bollos, pues te pones más insulina y punto...”

“...de una hipoglucemia no se ha muerto nadie...”

“...yo conozco mi enfermedad mejor que nadie...”

# ¿Cómo abordamos las drogas?



**The Cochrane Collaboration**  
Working together to provide the best evidence for health care



**National Guideline  
Clearinghouse**

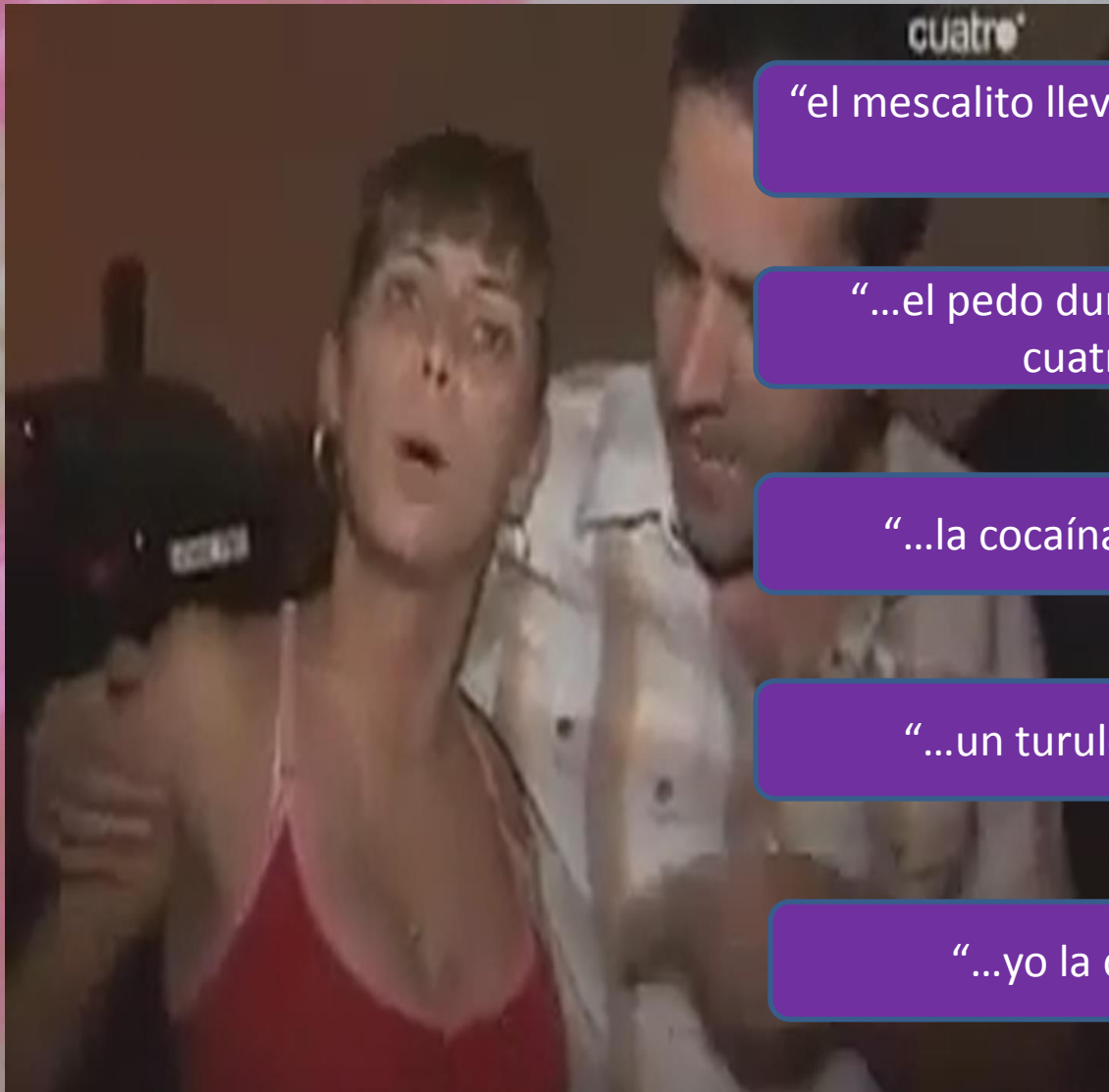
**PubMed**

**TheLancet.com**

**MEDICINA  
CLINICA**

Revista de Medicina y Cirugía de México





“el mescalito lleva cristal, anfetaminas, speed, de todo...”

“...el pedo dura tres días, si quieres cuatro, cuatro, lo que quieras...”

“...la cocaína si no es mejicana, nada...”

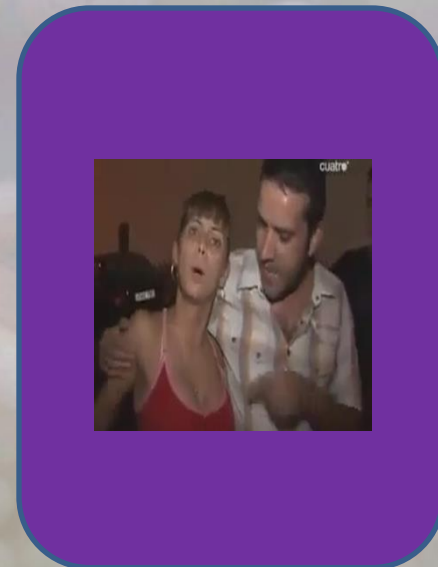
“...un turulo se hace con un billete...”

“...yo la cocaína me la fumo así...”



Los profesionales sanitarios pueden –y deberían- intervenir sobre los aspectos de salud relacionados con el consumo de drogas  
...pero...¿qué sabemos sobre drogas?

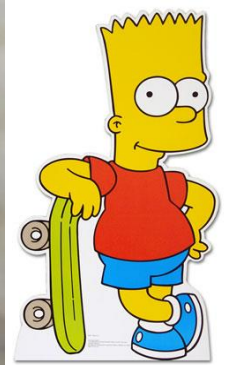
...y... ¿de dónde obtenemos la información?



“LA DROGA”



?





# ¿Qué actitud profesional tenemos ante las drogas?



- Un vicio...?
- Una enfermedad...?
- Un factor de riesgo...?
- Una conducta en la que se ponen en juego consecuencias potenciales positivas vs. consecuencias potenciales negativas...?

# ***DROGARSE ¿UNA CONDUCTA DESVIADA?***



# ***¿QUÉ PIENSAN LOS CONSUMIDORES DE SU MÉDICO?***

***LA MORAL, LOS JUICIOS Y PREJUICIOS***

***LA FALTA DE INFORMACIÓN***

***LA CONFIDENCIALIDAD***



## LA MORAL, LOS JUICIOS Y PREJUICIOS

Hola,

¿sabría decirme alguien si en personas que tienen, por enfermedad, las plaquetas muy bajas el consumo de E estaría especialmente contraindicado y por qué motivo?

Espero, Rafael, que algún día sepas comprender que **en temas de salud la moral es el peor compañero. Esta pregunta podría ser, y de hecho lo es, un perfecto ejemplo de lo que la gente no le pregunta a su médico por miedo a sermoncetes, poco respetuosos, con la libertad individual y con el hecho de que algunos profesionales de la salud tiendan a juzgar las conductas de sus enfermos. ¿A alguien le gusta ser juzgado?** Hay que echar entonces mano de colegas y de listas como esta. Menos mal que queda el recurso de contar con excelentes personas que además son rigurosos médicos.

completamente de acuerdo, Fercla. a nadie le gusta que le juzguen por sus actos. a tod\*s nos gusta tener la libertad de elegir. y desde luego que yo **soy de esas personas que no le preguntan determinadas cosas al medico, porque se con lo que me voy a encontrar. Mi medico de cabecera es ciertamente alarmante con el tema de las drogas. piensa como la mayoría, que la juventud va camino de la autodestrucción...**

## LA MORAL, LOS JUICIOS Y PREJUICIOS

Me comenta un transexual que está tomando Topasel (no sabe si se escribe así pero así suena) para tema hormonas y tal, para que no le salga vello en la cara y esas cosas. Me pregunta si puede tomar cocaína o influiría negativamente en el tratamiento. **Dice que el médico le ha comentado que no debe tomar cocaína pero que tampoco le ha dado ninguna razón y que no sabe si el consejo de no tomarla se debe a una interacción negativa o a una pérdida de eficacia de la medicación o simplemente a que el médico no quiere que tome coca, sin más.**

*Micropunto y punto para quien responda!!!*

(...) Todo esto lo cuento x si es normal k aparezcan este tipo de pensamientos con estas sustancias x si os sirve para decirme si yo podría ser pre-sicótico o si todo esto es mentira y el ke se queda "guilipollas" es x haber hecho abuso indiscriminado de alcohol psicodélicos perico y vete a saber, x lo k he leído creo k es algo normal el k t pasen x la cabeza este tipo de pensamientos "transcendentales", aunk me quedo mas tranquilo con vuestra opinión (aunk lo suyo seria pedirle cita a mi medico de cabecera con el neurólogo, pero **creo k me respondería negativamente y me tacharía de jonky a pesar de k pago impuestos**). Por supuesto no os pido k me recomendéis k me coma o no 5gr d psilocibes, nunca os pondría en ese compromiso. A nivel personal soy una persona tranquila y algo introvertida y nunca he tenido problemas mentales, tampoco mi familia directa.



## LA FALTA DE INFORMACIÓN

¿Ingestión hachís = úlcera?

**(...) su médico le dijo que, entra otras posibles causas, la ingestión de hachís podría habérsela causado (me parece un argumento poco creíble y no sé si incluso inventado para dar mayor "rigor científico" a su afirmación).**

*Durvitan e interacciones*

**(...)Será mejor no tomar cafeína en los próximos días hasta que deje el otro medicamento. Para evitar estos efectos no muy deseables, al menos en mi caso. A mi médico, en este caso, mejor no le pregunto, pues es poco más que un incompetente o al menos no dice todo lo que sabe y la información te la da con cuentagotas. Estoy seguro que no me aclara nada (pues ya he tenido dudas más simples y nada de nada). Como hablaré con otros médicos si resuelvo la duda ya os comentaré, que nunca va mal saberlo...**

*Gracias,*

**(...) Esa misma duda de la operación le tuve yo, y mejor no te digo la respuesta de mi medico, el si me hubiera provocado una lesión irreversible diciéndome cualquier barbaridad, pq lo hubiera consumido igual sin una explicación lógica del asunto)**



## LA CONFIDENCIALIDAD

*Con respecto a lo que dice Eduardo sobre la desconfianza al hablar de drogas con su médico, yo no tuve ese problema, y no se si me arrepiento. **Cuando fui a mi médico de cabecera por mi falta de audición y vértigos me hizo una serie de preguntas, cuando me preguntó si tomaba drogas no me corte un pelo y empecé a soltar, que si pastillas, que si speed, que si porros todos los días, también alcohol, casi nada mas empezar que se vió el panorama me dijo que mejor me levantara a cerrar la puerta. Me hizo gracia, porque no parecia estar muy de acuerdo con el consumo y lo vi especialmente incomodo.***

*Ya comenté una vez en el foro mis problemas de oído. Mi médico de cabecera me diagnóstico vértigo cuando muy probablemente fuera nictambus, ya que siempre se me han producido lunes o martes despues de grandes consumos (y no muy frecuentemente , hasta unas 4 veces). Así que me recetó SERC (betahistinedihydrochloride) que es una histamina. Hasta aquí todo bien, porque **no espero que esté tan bien informado como otros médicos. Me imagino que todo médico también tiene más o menos interés en distintos temas de salud. Lo que deseché automáticamente de la visita fue sus recomendaciones como que dejara de fumar porros y redujera mi consumo de éxtasis porque era una droga muy nueva y todavía no se conocen las consecuencias que puede tener para el hombre. ¿?***

## LA CONFIDENCIALIDAD

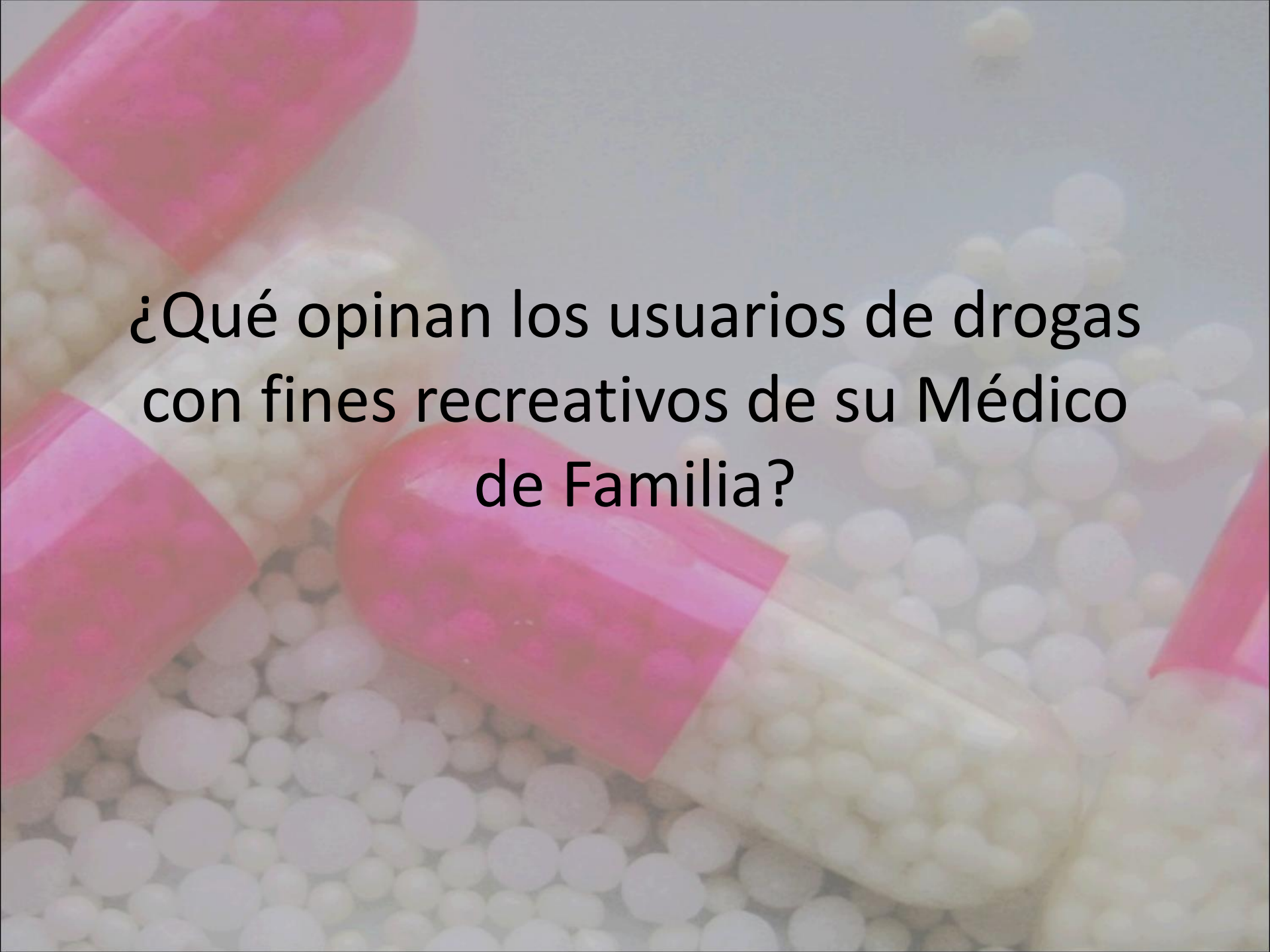
*Pero lo que me fastidió enormemente, y por eso me arrepiento de haber sido tan explicito aquella vez, fué cuando llegué a mi visita con el especialista.*

***Comenzó a leer mi historial en el ordenador y lo primero que me preguntó es si todavía tomaba éxtasis. Este pareció mucho menos incómodo con el asunto, pero me jode que en mi historial clínico aparezca mis patrones de consumo.***

*Ahí va la pregunta:*

*¿Os parece bien que aparezca vuestro patrón de consumo en el historial clínico INFORMATIZADO? Remarco lo de informatizado porque es lo que hace de este tema especialmente delicado.*



The background of the slide features several pink capsules and a large number of white pills. The capsules are positioned diagonally across the frame, and the white pills are scattered throughout, creating a textured, medical-themed background.

¿Qué opinan los usuarios de drogas  
con fines recreativos de su Médico  
de Familia?



## ¿Qué opinan los consumidores sobre su Médico de Familia?

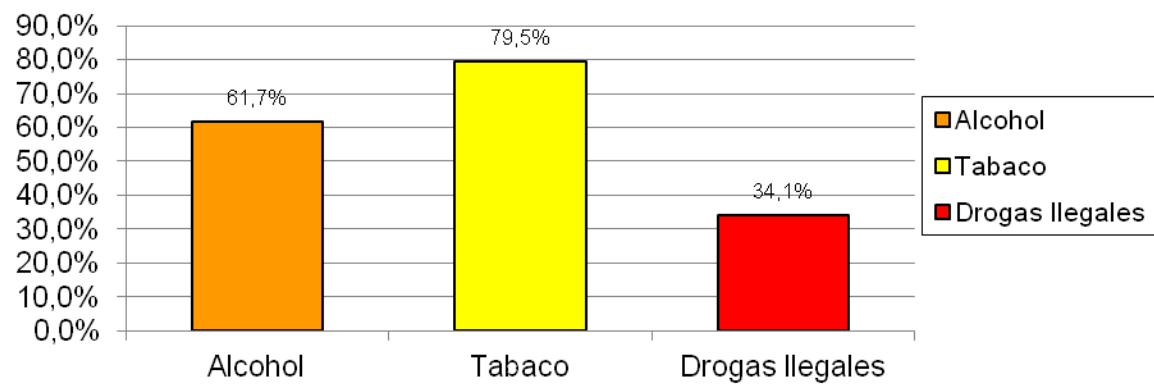
- Cuestionario a través de Internet entre Febrero y Mayo de 2010
- Participantes: Personas >18 años que hubieran consumido cualquier droga ilegal durante los últimos 3 meses
- 518 respuestas (**467 cuestionarios válidos**)
- Edad: 29,2+12,7 años
- Sexo: 59.6% varones, 40.4% mujeres
- 351 encuestados (**75,2%**) **habían acudido a la consulta de su Médico de Familia en el año previo** en al menos una ocasión

# ¿Qué opinan los consumidores sobre su Médico de Familia?

Señala en la siguiente tabla cuál(es) de las siguientes drogas has utilizado.

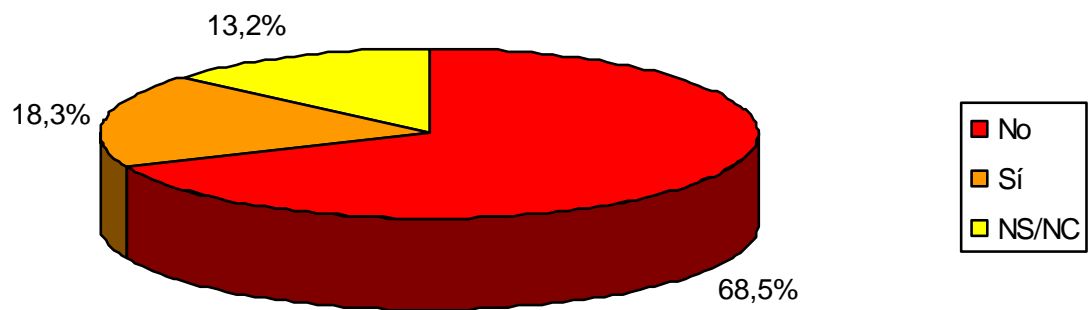
	último mes	último año	hace más de un año	nunca	Response Count
Alcohol	86.1% (346)	6.5% (26)	4.7% (19)	2.7% (11)	402
Tabaco	73.8% (282)	6.0% (23)	9.9% (38)	10.2% (39)	382
Cannabis (hachís o marihuana)	64.1% (245)	12.6% (48)	14.9% (57)	8.4% (32)	382
Cocaína	34.9% (129)	20.8% (77)	19.5% (72)	24.9% (92)	370
Éxtasis/MDMA	29.5% (107)	22.0% (80)	19.8% (72)	28.7% (104)	363
Anfetaminas/speed	30.9% (109)	19.5% (69)	21.2% (75)	28.3% (100)	353
Heroína	2.9% (9)	4.5% (14)	8.9% (28)	83.7% (262)	313
Cocaína	31.1% (101)	17.8% (58)	22.2% (72)	28.9% (94)	325
LSD	8.9% (29)	18.4% (60)	32.5% (106)	40.2% (131)	326
Hongos alucinógenos	4.2% (14)	20.5% (68)	36.9% (122)	38.4% (127)	331
Ketamina	10.7% (35)	15.6% (51)	14.7% (48)	59.0% (193)	327
GHB	1.9% (6)	5.7% (18)	11.8% (37)	80.6% (253)	314
Psicodélicos de síntesis (2C-I, 2C-B, 5-MeO-DIPT...)	10.5% (34)	13.3% (43)	9.3% (30)	67.0% (217)	324

¿Te ha preguntado tu medico alguna vez en relación al consumo de ... ?

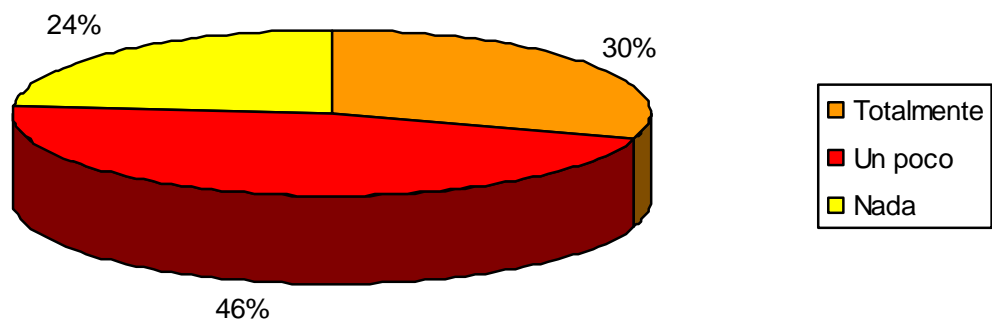




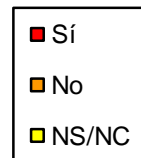
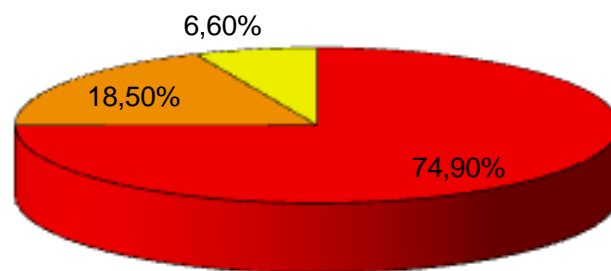
**Si tuvieras dudas o algún problema en relación con el consumo de drogas, ¿lo consultarías con tu médico de familia?**



**¿Piensas que tu médico va a cambiar su actitud hacia ti si sabe que consumes drogas?**



¿Confías en que tu médico no desvele información sobre tu consumo a gente de tu entorno (familia y amigos)?





¿Cómo valorarías en una escala del 1 al 10 los **conocimientos** que tiene tu médico sobre drogas?

PUNTUACION	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	MEDIA
Alcohol	2,2%	1,9%	2,4%	2,2%	13,7%	10%	15,4%	22,1%	14,3%	15,8%	7,44
Tabaco	2,5%	1,4%	0,8%	2,2%	11,7%	8,2%	11,7%	20,8%	21,6%	19,1%	7,79
Drogas ilegales	17,5%	16,7%	16,4%	8,5%	14,8%	7,4%	6%	5,8%	2,5%	4,4%	3,2

# ¿Cómo puntuarías la **eficacia** de tu médico abordando los problemas de salud en relación con drogas?

PUNTUACION	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	MEDIA
Alcohol	13,8%	5,3%	6,2%	8,4%	19,1%	11%	13,8%	10,7%	5,6%	6,2%	5,32
Tabaco	11,5%	4,8%	7,9%	7,6%	18,3%	11,3%	11,8%	11%	9,3%	6,5%	5,54
Drogas ilegales	36,3%	10,8%	9,9%	11%	14,2%	4,2%	5,7%	2%	3,1%	2,8%	3,0

M(i primera vez)DMA

(varón, 19 años)

Hay drogas y Drogas. Creo que el MDMA es de las segundas.

— Yo recuerdo que en un momento de la noche, cuando ya estábamos todos, dispuestos a pegarnos unos merecidos bailoteos, generosamente condimentados con speed, un poquito de cocaína y alcohol con moderación. Angie me ofrece un poquito de MDMA en cristal. Tenía pensado esperar más tiempo antes de probar por primera vez esta sustancia, debido a las grandes expectativas que tenía puestas en ella, pero me encuentro muy a gusto con mis compañeros y me parece un buen contexto para una primera vez. Mojo el dedo en los cristales y me lo llevo a la boca: el efecto es parecido al speed, pero con gustera y una ligera tranquilidad que se suma a la estimulación ya presente. Hacia las tres cambiamos de ubicación y nos dirigimos a una rave del poblenou, a la cual llegamos pasadas las 5.

Allí seguimos consumiendo speed y cervezas, y Angie vuelve a ofrecer MDMA. Tomo un poco más que la anterior vez, siguiendo las recomendaciones de los veteranos que me acompañan, y noto un efecto más o menos igual que la primera toma. Hacia las 8 de la mañana Javi propone liquidar el cristal que le queda, el cual se parte en cuatro rallas de dosis medias. Tomamos, y nos quedamos sentados en unos sofás mientras van apareciendo los efectos.

Al cabo de 15 minutos noto un hormigueo muy agradable en los cuádriceps, más estimulación y gustera. Al fin y al cabo, se parece a la codeína mezclada con speed, me digo para mis adentros. No hay para tanto. Nos dirigimos a la pista de baile, y Javi me aconseja caminar muy despacio tomando conciencia de cada uno de mis pasos. Sorprendido, noto una sensación parecida a flotar levemente. Nos ponemos a bailar, y allí es cuando alcanzo la meseta.

Los opiáceos hacen estar a gusto. En cambio el MDMA es puro placer. Empiezo a bailar muy suavemente, moviendo mis extremidades de manera totalmente fluida y ondulante. Cierro los ojos, y empiezo a acariciar mi propio cuerpo al ritmo de la música, mientras me muerdo los labios de placer. El recorrido de mis dedos es agradablemente sensual y femenino para mí (sobretudo al pasar por mis pechos, nalgas y muslos), hasta tal punto que un chico que baila a mi lado me dice que a mi no me engañen, que soy gay, a pesar de que le contesto que tengo pareja heterosexual. Predomina pues una sensación de autoconfianza y mucho mucho amor propio, que no prepotencia y egoísmo.

Estoy tan entusiasmado por el estado de éxtasis y lujúria en el que estoy sumido, que desearía que mi pareja estuviera aquí para que pudiera ver lo intensamente que estoy expresando mi lado femenino. También me gusta que las mujeres de mi alrededor se percaten de lo sensual de mis movimientos, es cómo si sus sonrisas burlonas me incitaran a expresar aún más este aspecto de mi expresión corporal. La música se acelera, mis movimientos también. Hablo con Javi y con el chico de mi lado sobre los efectos que estoy sintiendo. El éxtasis es tal que durante gran parte del viaje siento cómo si volviera a estar en el útero materno.



Me preocupa la bajada (los efectos via nasal duran dos horas y poco), porque no quiero dejar de bailar y de sentirme bien. Javi aconseja cambiar de ambiente momentos antes de que empiezen a decaer los efectos, para que la bajada no sea frustrante ni se haga notar tanto. Nos propone ir a un bar a hacer un cubata, que por lo visto sientan muy bien para relajarse y potenciar los últimos coletazos de la sustancia; le hacemos caso. Cada pisada sobre el asfalto moviliza mis cálidos muslos, arrancándome muecas de gusto y bienestar el simple hecho de andar por la calle. Me preocupaba que una bajada brusca y desagradable me provocase ganas de volver a consumir para mantenerme indefinidamente en una meseta de placer; no obstante al contrario, los efectos desaparecen gradualmente, y uno va volviendo a su estado normal con naturalidad. El gintonic sienta muy bien :).

Hacia las 11.30 nos despedimos y voy andando para casa. A pesar de que teóricamente el grueso de los efectos ya ha pasado, noto una gran serenidad andando por la calle muy a poco a poco, paso a paso, sin prisas. Ando con la boca abierta de admiración; no porque de repente todo haya pasado a ser muy bonito, sino por lo maravilloso que es poder andar por la calle simplemente percibiendo, no juzgando las percepciones. Pensar me es desagradable; me concentro en sentir, oler, tocar, oír... Lo cual es tan placentero que decido dar vueltas y vueltas sumergido en este estado por mi barrio, antes de llegar finalmente a casa a la una del mediodía.

Siento necesidad de descansar y estar sin hacer nada, hasta apago el móvil para no ser molestado. El intenso cansancio (parecido a una fiebre alta) y la omnibulación que se siente después de haber desaparecido los efectos es a ratos molesto y a ratos agradable (siempre y cuando uno no tenga obligaciones que cumplir). Lo vivo como algo natural; cuándo uno está con fiebre no piensa «joder que putada, estoy hecho polvo», sino que simplemente desansa y ya está. Permite asumir la experiencia, en cierta manera es seguir el curso natural de las cosas.

El recuerdo de la vivencia se vuelve un poco borroso, cómo si lo más intenso del viaje no hubiera podido ser sino un simple sueño... Ha sido casi demasiado intenso, tanto que parece que no hubiera podido ocurrirme; me siento un poco desconectado de todo, y con 0 ganas de consumir ninguna droga, ni siquiera café (que es mi favorita). Noto mucha más claridad a la hora de decidir que consumo quiero y cuales no quiero en el futuro (aver si es verdad). Hacia el final de la tarde siento un poco más de energía y con esfuerzo consigo ducharme, hacer un par de llamadas y comer un poco. Escucho música durante un par de horas, la cual sigo percibiendo con una intensidad menor pero comparable a cuando estaba en la meseta. Me voy a la cama hacia las doce de la noche; a pesar de estar cansado me cuesta dormirme.

El día siguiente (lunes) me levanto naturalmente hacia las diez. Sigo «cansado», como el día anterior, pero este ya es menos intenso y no interfiere tanto en mis actividades. Estoy aún muy revuelto interiormente, necesito estar en un entorno estable. Reflexiono más sobre la experiencia y mis expectativas: esperaba sentir mucha apertura emocional, facilidad para recordar malas y buenas experiencias, para reflexionar sobre temas personales, para conseguir trabajar aspectos concretos de mí que normalmente rehuyo o bloqueo. Por el momento no he notado nada de esto; son cosas que implican actividad mental, y desde el día anterior que me sigue siendo desagradable pensar profundamente. Siento más bien inestabilidad, la sensación de ser mucho más vulnerable a los estímulos exteriores. Quizás el contexto (rave destroy, 8 de la mañana, habiendo tomado speed) no era del todo el adecuado para aprovechar y reflexionar sobre temas personales, y la resaca deja tan frito que tampoco da para ponerse a trabajar en uno mismo.

He llegado a la conclusión que en realidad los efectos del MDMA duran al menos 24 horas...

[« Volver a Resultados de la búsqueda](#)

[Archivar](#)

[Marcar como spam](#)

[Eliminar](#)

[Mover a Recibidos](#)

[Etiquetas ▼](#)

[Más acciones ▼](#)

## Solicitud de información

Recibidos | X

★ **Juange del Toro** para usuario

[mostrar detalles](#) 24 abr

[Responder](#) ▼

Amigos de Energy Control:

soy un chico de un pueblo de Murcia, tengo 25 años y en verano de 2009 probé por primera vez el éxtasis. Eran unas pastillas blancas, pequeñas y con el dibujo de un caballo alado, por lo que las conocíamos popularmente como "pegasos blancos".

Efectos:

pasados unos 40/60 minutos desde la ingesta de un "pegaso blanco" ambas manos comenzaron a dormirse, al igual que las piernas, sensación que dura unos 20 minutos aproximadamente. Tras esos 20 minutos de hormigueo en las extremidades, llegó un subidón de energía desde el tronco hasta la cabeza, de forma continuada durante un par de minutos, teniendo que exhalar el aire de forma excitada porque la sensación de placer es tan intensa que sólo así es posible calmar el éxtasis físico, además de que la respiración se acelera notablemente. Esta sensación va y viene durante unos 15/20 minutos. Tras estos vaivenes de cúspide psicoemocional, la conexión cuerpo-mente quedan perfectamente armonizados flotando sobre una paz serena para la que uno parece haber nacido. El contacto físico con amigos se hace esencial, se intensifica, y al mismo tiempo el adormecimiento inicial de las extremidades parece transformarse en todo lo contrario, siendo ahora las manos y los pies muy sensibles, ya que el roce de tejidos suaves es una auténtica gozada. La mandíbula se cierra con gran virulencia, permitiendo que la contracción de los músculos que intervienen en ese movimiento disipen y canalicen el placer.

Estos efectos se producen en el mismo orden tantas veces como "pegasos blancos" fuesen consumidos, prolongándose el último estado durante 3 ó 4 horas.

Efectos secundarios:

- pequeño bajón en forma de tristeza contenida por la desaparición de los efectos experimentados, si es que antes no te quedas dormido.
- cansancio notorio tras la exposición del cuerpo a una presión arterial elevada.
- subida leve de la temperatura corporal.
- la mezcla del cansancio, el sueño y las últimas emociones hicieron que un amigo comenzara a conversar con personas que no estaban presentes, a lo que él se daba cuenta y se preocupaba ligeramente. Pero todos dormimos como angelitos.
- Al día siguiente el cuerpo se encuentra agotado, los maseteros condolidos y la mente muy limpia.

PROBLEMAS AÑADIDOS:

He aquí nuestro problema en cuestión, y es que durante unos meses pudimos seguir consumiendo dichas pastillas, pero llegó el día en que fué imposible encontrarlas, ya que el amigo del amigo del amigo que nos las traía dejó de subir a Valencia a por ellas.

Hemos preguntado por ambientes de consumo de drogas y hay mucha variedad pero no hay esos "pegasos blancos". Y en nuestro ímpetu por revivir aquellos momentos mágicos hemos probado varias clases de pastillas que tan sólo nos han hecho perder tiempo, perder dinero y pasar un mal rato, sobre todo con unas "batman blancas" que al parecer llevaban 2-cb porque la resaca era realmente agónica.

Sé que puede sonar a disparate que yo les pida información acerca de dónde poder encontrar esos "pegasos blancos", pero ¿quién mejor que ustedes para depositar mi confianza y dejar de experimentar con otras pastillas? Y si les sirve de algo les diré que somos bastante prudentes con el consumo de drogas: nos informamos por internet, contrastamos opiniones, ingerimos SOLO en nuestro ambiente (nada de discotecas) y siempre con alguien sobrio que nos cuida.

Muchas gracias a todo el equipo de Energy Control por hacernos el ocio y la diversión más segura. Les ruego que me contesten a esta misma dirección de e-mail

# Recursos de interés

- <http://alcoholcheck.energycontrol.org/>
- <http://cocacheck.energycontrol.org/>
- <http://energycontrol.org/infodrogas/el-consultorio-de-dr-x.html>