

G

HOJA DE INFORMACIÓN

¿QUÉ ES EL G?

El G es un término dado a las drogas GHB (gamma-hidroxibutírico) y GBL (gamma-butirolactona). Ambos son drogas de tipo depresivo que pueden producir una sensación de éxtasis con pequeñas dosis y, sedación con solo dosis ligeramente más altas. Los usuarios informan que G les produce euforia, con pérdida de inhibiciones, mayor seguridad y lívido subido. La mayoría de ellos informaron que la experiencia es muy similar a estar borracho. Los efectos variarán según la persona y dependerán del consumo ingerido.

El GBL se convierte en GHB en el cuerpo humano después de tomarlo. Este metaboliza el dióxido de carbono y el agua, y se elimina rápidamente del cuerpo. No se detecta en la orina hasta después de 8 horas y 12 horas.

Tiene una estructura similar al ácido y-aminobutírico (GABA) y actúa en los receptores GABA-B en el cerebro, los mismos receptores en los que actúa el alcohol. Mediante la activación de los receptores GABA, G puede hacer que una persona se calme y sea menos receptiva.

También, el GBL se utiliza legítimamente como un disolvente industrial y decapante. El GHB y el GBL son drogas sometidas a fiscalización bajo la Ley sobre el uso indebido de drogas.

TÉRMINOS CALLEJEROS

Existen más de 80 nombres conocidos para G o para sus análogos. Se utilizan nombres diferentes dependiendo de regiones específicas o de quiénes la usan. Algunos ejemplos incluyen: GHB; GBL; G; Gina; Geebs, Líquido E; Éxtasis líquido.

FORMAS DISTINTAS

A veces, se puede adquirir como una solución ya mezclada o en su forma pura de GHB/GBL. Cuando se consume pura o casi pura, puede tener un sabor desagradable y puede causar quemaduras. En su forma líquida, viene en una variedad de botellas diferentes.

Existen tres tipos principales:

- **GHB:** un líquido aceitoso inodoro con un gusto ligeramente salado, que normalmente se vende en pequeñas botellas o cápsulas. También, puede venir en forma de polvo, pero no es tan común. GHB se absorbe rápidamente en el cuerpo. Tiene una duración de 20 a 30 minutos, es decir, el tiempo que tarda en desaparecer del cuerpo con el consumo de la mitad de la sustancia. Los efectos del GHB suelen ocurrir a los 15 o 20 minutos después de su ingesta y pueden durar hasta tres o cuatro horas, o incluso más, dependiendo de la persona que lo tome y de la cantidad ingerida. Se prevé que su punto máximo es de 30 a 60 minutos después de haberse ingerido.
- **GBL:** un líquido con olor y gusto a químico. Algunos usuarios informan que el GBL tiene gusto a disolvente, similar a un decapante o a un quitaesmalte. Es un precursor del GHB, lo que significa

que se convierte en GHB una vez que se ingiere. Además, se absorbe más rápido en el cuerpo que el GHB y tendría un comienzo de acción más rápido. Algunos usuarios informan que el GBL es más potente que el GHB.

- **1,4 BD (Butanediol):** un precursor del GHB. Se emplea con menor frecuencia que el GBL. Se utiliza con productos domésticos e industriales como quitaesmaltes, pinturas y disolventes industriales (como lo es GBL).

ADMINISTRACIÓN

El G se toma principalmente por vía oral en forma líquida, mezclándolo con agua o refrescos. No es tan común que se esnife, se fume o se inyecte. Inyectarlo es peligroso y no se recomienda.

EFFECTOS

Los efectos varían dependiendo de la persona y de su consumo. Para algunas personas, una dosis puede causar una sensación de éxtasis y, para otras, sedación.

Los efectos pueden comenzar a los 20 minutos después de haberlo consumido y pueden durar hasta cuatro horas. Una dosis de G puede provocar que una persona se tranquilice, se excite o esté en un estado de éxtasis leve. No obstante, una dosis alta puede provocar mareos, confusión, somnolencia o vómitos. También, puede causar ataques, coma o muerte.

Algunos de los efectos deseados:

- Euforia
- Relajación y sensación de calma
- Mayor sociabilidad
- Mayor seguridad
- Desinhibición o desinhibición sexual (puede hacer que una persona haga cosas que, en otras circunstancias, no haría).
- Aumento de la excitación sexual/mejora de la excitación sexual
- Intensificación de la libido
- Auxiliar para dormir

Algunos de los efectos no deseados:

- Pérdida de control del cuerpo: efectos similares al alcohol que pueden durar varias horas.
- Ansiedad
- Confusión
- Dificultad para concentrarse
- Agresividad
- Paranoia
- Bajones
- Pérdida del control muscular
- Espasmos
- Vómitos
- Alucinaciones auditivas y visuales
- Aturdimiento después de su ingesta

SÍNDROME DE ABSTINENCIA

La aparición del síndrome de abstinencia puede comenzar a la 1 o 2 horas desde la última dosis y puede progresar rápidamente. Puede durar hasta 12 días.

Los síntomas del síndrome de abstinencia leve incluyen ansiedad, temblores, insomnio, vómitos y tensión alta.

Los síntomas del síndrome de abstinencia moderado incluyen ansiedad severa, confusión, delirios, sensación, dentera y alucinaciones.

Los síntomas del síndrome de abstinencia severo incluyen agitación, paranoia, psicosis, desgarramiento muscular, ataques y muerte.

DEPENDENCIA

El G es físicamente adictivo y puede desarrollar dependencia con bastante rapidez o mediante su consumo regular durante un período de tiempo. Esta dependencia provoca que las personas experimenten síntomas del síndrome de abstinencia al reducir o cesar su consumo, los cuáles pueden ser severos o mortales.

En determinadas situaciones, las personas pueden requerir de hospitalización por la dependencia de G. No se recomienda que la persona deje de ingerir G repentinamente o intente desintoxicarse. La abstinencia debería ser un proceso lento y de reducción progresiva con supervisión médica.

SOBREDOSIS (QUEDAR INCONSCIENTE)

G tiene un aumento de la curva dosis-respuesta, esto es, solo existe una variación pequeña entre la dosis que se requiere para producir el «efecto deseado» y la dosis que podría causar una sobredosis. Por lo tanto, es muy fácil experimentar una sobredosis con G.

G tiene un comienzo retardado, lo que significa que puede tardar más de lo esperado en surtir efecto. Existe un riesgo adicional si alguien toma una dosis, pensando que no ocurrirá nada, y luego tomar otra. Esto puede llevar a una sobredosis accidental.

Los síntomas comunes de una sobredosis son confusión, vómitos, mareos, ataques, fiebre, agitación, alucinaciones, dificultad para respirar y coma.

MUERTE

Se han registrado un gran número de muertes a nivel internacional. La toxicidad aguda de G o el síndrome de abstinencia severa puede provocar muerte.

EL G Y OTRAS DROGAS (CONSUMO SIMULTÁNEO DE DROGAS)

El GHB tiene los mismos efectos o similares que la benzodiazepina o el alcohol, que puede causar somnolencia, sedación, depresión respiratoria o muerte.

El riesgo de ingerir GHB/GBL aumenta enormemente cuando se combina con otras sustancias como el alcohol, la ketamina o pastillas con prescripción médica.

También puede ser peligroso su consumo con drogas estimulantes como la cocaína, el MDMA, la

mefedrona y la metanfetamina (Tina). Además, el uso del G con otros estimulantes puede provocar que la persona esté más despierta. Esto quiere decir que puede ingerir más de lo normal, aunque aumenta el riesgo de una sobredosis inesperada.

AGRESIÓN SEXUAL Y CONSENTIMIENTO

Las propiedades sedativas de G pueden dejar a una persona inconsciente o en coma, de esta manera son incapaces de dar su consentimiento sexual. Existe riesgo de agresión sexual si la persona ingiere G, consciente o inconscientemente. Lo que hace más probable que las personas que toman G en discotecas o en fiestas sexuales sean más vulnerables a sufrir una agresión sexual.

CONSEJOS SOBRE SEGURIDAD SEXUAL

Consumir G puede aumentar el impulso sexual de una persona y, al mismo tiempo, aumenta el riesgo de tener relaciones sexuales sin protección y la adquisición de la transmisión del VIH u otras enfermedades de transmisión sexual (ETS).

Esté preparado. Lleve consigo preservativos, especialmente si sabe que consumirá G.

- Use protección cada vez que mantenga relaciones sexuales.
- Use el preservativo solo una vez. Nunca lo vuelva a utilizar.
- Realícese pruebas para el VIH y otras ETS. Las pruebas son gratuitas en los centros de salud.

CONSEJO SOBRE LA REDUCCIÓN DE DAÑOS

A continuación, le ofrecemos información sobre la reducción de daños que los trabajadores sociales proporcionan a los consumidores de G.

Cada gota cuenta

Es muy fácil experimentar una sobredosis de G, ya que no hay mucha diferencia (menos de un milímetro) entre la dosis que causa una sensación de éxtasis o las que deja a la persona «inconsciente». La sobredosis puede aparecer sin mayor advertencia.

- Siempre vuelva a medir el G con precaución.
- Evite beber directamente de la botella.
- Prepare su propio G: evite utilizar el G de otra persona.
- Prepare el G antes de salir de fiesta e llévese consigo solo una cierta cantidad, de esta manera no se verá tentado a tomar más.
- Utilice un cuentagotas, una jeringa o pipeta que mida en milímetros para saber cuánto está consumiendo. (Evite usar cucharillas, recipientes o vasos para estimar la cantidad).

Empiece y continúe con tranquilidad

Consuma la dosis de G más baja posible y espere hasta que sienta los efectos y espere al menos cuatro horas antes de ingerir la segunda dosis. La concentración y la intensidad puede variar dependiendo de cada envase, por lo que no existe forma de saber la concentración o la pureza exacta. Comenzar con una dosis de prueba ayudará a calcular futuras dosis.

Ya que G afecta a la memoria, puede ser difícil recordar cuándo tomó la última dosis. Fije alarmas o anote las veces que lo ingiere en un diario, de esta manera se registra el tiempo de manera fiable.

Ingiera G vía oral

Evite esnifar o inyectar G, ya que es extremadamente peligroso, incluso con agua u otras disoluciones.

Alcohol y G

Evite mezclar G con alcohol. En su lugar, mézclelo con agua, refrescos o zumos. El alcohol mezclado con G puede aumentar el riesgo de sobredosis (o bajón), así como retrasar la cantidad de tiempo que necesita G para surtir efecto. Esto puede interferir con una dosis más segura.

G y otras drogas

Evite consumir G con otras drogas. Esto conlleva un riesgo de sobredosis. Mezclar dos o más sustancias, especialmente drogas sedativas (como la ketamina y la benzodiazapina) al mismo tiempo puede aumentar el riesgo de bajón o muerte. El consumo de G con estimulantes (metanfetamina, cocaína o catinona) aumenta el riesgo de paranoia, alucinaciones y agresividad.

G y otras enfermedades

Evite su consumo si tiene tensión alta o baja, epilepsia, convulsiones, problemas cardíacos o respiratorios, depresión y ataques de pánico.

Efectos secundarios

Los efectos de G pueden variar dependiendo de la persona. Lo que para una persona produce una sensación de euforia, para otra puede resultar una dosis sedativa.

Piense en su tolerancia

La tolerancia al G puede desarrollarse con mayor rapidez, es decir, se necesitará un mayor consumo de la droga para obtener el mismo efecto. Intente controlar su tolerancia, anote la cantidad que ingiere. Si no ha consumido G durante un tiempo, su tolerancia puede disminuir. Un cambio en su tolerancia puede provocar una sobredosis o, incluso muerte, si vuelve a consumir pequeñas dosis. Desarrollar tolerancia al G, no le protegerá de sobredosis. También, puede experimentar una sobredosis si se ha desarrollado tolerancia o dependencia.

Consuma con personas de confianza

En la medida de lo posible, evite consumir G solo y hágalo con personas de confianza en un entorno seguro. Lo ideal sería que hubiera alguien presente que no esté consumiendo G y pueda supervisar el consumo y los efectos posteriores. Además, los efectos sedativos de G pueden llevar a las personas a situaciones de vulnerabilidad y a riesgo de agresión sexual en discotecas, festivales o fiestas privadas.

Lleve protección

G aumenta la libido y disminuye las inhibiciones. Lleve siempre preservativos consigo cuando consuma G.

Almacene su G con seguridad

Puede emplear colorante con G para diferenciarlo de otros líquidos. No deje el G en botellas de plástico en su casa, en fiestas o en discotecas para evitar que se ingiera por error.

El G es adictivo

El G es físicamente adictivo y se puede desarrollar dependencia al G con rapidez. Evite consumirlo frecuentemente y no lo ingiera durante más de dos días seguidos.

No deje de tomarlo de forma inmediata

Si ha desarrollado dependencia al G, no deje de tomarlo repentinamente. Si desea dejar de tomarlo, infórmese sobre la desintoxicación estructurada con su médico de cabecera o servicio local de drogas. El síndrome de abstinencia debería ser un proceso lento y de reducción progresiva con supervisión médica.

Síndrome de abstinencia del G

EL síndrome de abstinencia del G puede causar graves problemas de salud física y mental. Los síntomas del síndrome de abstinencia pueden ocurrir si es dependiente o si reduce y olvida una dosis. Acuda a su

hospital local en busca de asistencia médica si experimenta síntomas agudos del síndrome de abstinencia y no consuma G.

Busque asistencia médica si lo necesita

Busque asistencia médica si usted o un amigo ha consumido mucho G. No asuma que las personas piensen que es algo pasajero. Una sobredosis de G debe tratarse seriamente. Experimentar un bajón de G puede causarle ataques, coma o, incluso, muerte. No consuma otras drogas con la esperanza de invalidar los efectos de G.

Recordatorio de G

Ya que G desaparece del sistema de forma rápida, puede que los médicos no lo detecten en su sistema si va bajo sus efectos. Lleve una «tarjeta G» para que los médicos sepan lo que ha tomado. Si, por el contrario, no dispone de una, podría anotar «G» o «GHB» en su mano o en el interior de su muñeca.

Si ve a alguien inconsciente por tomar G

- Colóquelo en la posición lateral de seguridad para prevenirlo de atragantamiento
- Solicite asistencia médica llamando al 112
- No le ofrezca más drogas
- Si sabe lo que ha tomado, sea honesto e informe a los médicos. Si procede, facilite a los médicos la botella o lo que quede de G.
- Permanezca con la persona hasta que llegue la asistencia.

SERVICIOS

Para más información sobre la lista de servicios de drogas y alcohol vea drugs.ie/services.

Drugs.ie

Información online y asistencia para el consumo de drogas y alcohol. Se incluye un directorio nacional de los servicios de asistencia de drogas y alcohol.

SERVICIOS SANITARIOS DE IRLANDA

Consulta telefónica gratuita: 1800 459 459 Consulta sobre drogas, alcohol, VIH, hepatitis y salud sexual.

Centro Nacional de Tratamiento de Toxicología (<http://www.dtcb.ie>)

El Centro Nacional de Tratamiento de Toxicología de los Servicios Sanitarios de Irlanda es un servicio de adicción de especialistas centrados en la integración de personas.

Servicio Sanitario del Colectivo de Hombres Homosexuales (www.gmhs.ie)

Servicios para hombres que mantienen relaciones sexuales con hombres (HSH) incluyen pruebas gratuitas del VIH y ETS, asesoramiento gratuito, tratamiento profilaxis pro exposición para el VIH (PPE), preservativos gratis.

VIH en Irlanda (www.hivireland.ie)

Los servicios incluyen pruebas gratuitas de VIH y ETS, preservativos gratis, asesoramiento gratuito y servicios de asistencia de la comunidad para personas que padecen VIH.

Proyecto de Drogas Ana Liffey (www-aldp.ie)

Los servicios incluyen servicio de acceso abierto, programa de suministro de jeringuillas y agujas, servicios médicos y servicio de gestión de casos.

Servicios de juventud Belong To (www.belongto.org)

Belong To es una organización nacional para el colectivo de Lesbianas, Gays, Bisexuales y Transexuales (LGBT), jóvenes entre 14 y 23 años.

Man2Man.ie (www.man2man.ie)

Información sobre salud sexual para hombres que mantienen relaciones sexuales con hombres.

Gay Switchboard Irlanda (www.gayswitchboard.ie)

Información y soporte vía teléfono, correo electrónico y chat en línea. Tel:(01) 872 1055 or ask@gayswitchboard.ie