

CUIDADOS

Si encuentras a una persona con un ataque de pánico o paranoia, llévalo a un lugar tranquilo, libre de estímulos; no la dejes sola; evita que se hiperventile (respiración muy acelerada) y trata que se relaje pero sin acosarla.

El “mal viaje” es descrito como la experimentación de alucinaciones aterradoras (visuales principalmente), comúnmente acompañadas de sensación de pánico. Ante una persona en esta situación, se la debe acompañar hasta que se tranquilice y asegurarle que su situación es temporal. Importante: un “mal viaje” no es del todo predecible, por lo que le puede ocurrir a cualquiera.

LSD

NO OLVIDAR...

- No existe ninguna droga, legal o ilegal, natural o sintética, inocua. Sin embargo, en muchas ocasiones los riesgos y daños relacionados con el consumo están más asociados a la persona (estado de salud mental, físico y emocional), contexto y la forma de consumo (dosis, frecuencia, mezclas entre sustancias, etc.), que a la sustancia en sí.
- Si estás embarazada, eres menor de edad; estás en tratamiento médico, tienes antecedentes psiquiátricos, problemas psicológicos o neurológicos; o no te sientes bien contigo mismo, SIEMPRE evita consumir drogas.
- Las personas somos distintas por lo que los efectos y formas de experimentar una misma droga, varían de una persona a otra.
- Evita mezclar sustancias: drogas distintas pueden tener efectos contrapuestos a nivel físico o psíquico incrementando los riesgos.
- Aprende a decir NO: si no quieres o no puedes. No pierdas el control sobre tu cuerpo, tus ganas, los resguardos.
- No te obligues ni obligues: usa tu libertad responsablemente y respeta la de los demás.

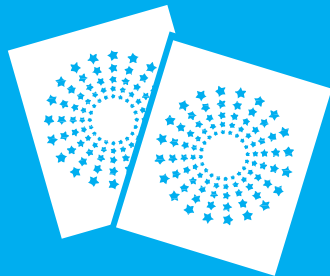
MENOS TAMBIÉN PUEDE SER MÁS

... si lo que buscas es disfrutar y vivir experiencias placenteras

Este material no pretende fomentar el consumo de sustancias. Es sólo información de referencia orientada a la disminución y (auto) gestión de los riesgos asociados al consumo. Informarte más, disminuye los riesgos. La producción, tráfico, cultivo y consumo de sustancias ilegales, están sancionados por la Ley 20.000.
Preparado por Grupo IGIA LAT en colaboración con Revista Cábamo y MOVIMENTAL.

LSD

(Ácido, Tripa, Trip)



GRUPO
IGIA
LAT

www.igialat.org



www.cultivatusderechos.cl

CABAMO
PSICOACTIVOS & CULTURA CANNABICA

www.canamo.cl

¿QUÉ ES?

La Dietilamida del Ácido Lisérgico (LSD por su sigla en alemán), fue descubierta por el doctor suizo Albert Hofmann en 1943. Este compuesto psicoactivo provoca alteraciones transitorias a nivel del funcionamiento neuroquímico del cerebro. Se consume por vía oral y tiene distintas presentaciones. La más común es la “estampilla”, que es un cuadrado de papel absorbente de 1 cm2. Normalmente viene con diferentes logos o imágenes impresas. Otras presentaciones son terrones de azúcar impregnados de LSD; gelatinas, micropuntos o simplemente en solución líquida.

La producción de LSD es ilegal, por lo tanto, clandestina y sin ningún control de calidad.

EFFECTOS

- **“Subida”**: comienzan a sentirse entre 30 minutos a una 1 ½ hora después del consumo (aprox.) Se pueden presentar estados de euforia, desinhibición y/o inquietud (ansiedad o confusión; si esto ocurre, debes relajarte e ir a un lugar tranquilo y ventilado pues es sólo una sensación pasajera).
- **“Viaje” (o meseta)**: puede durar entre 3 y 6 horas (aprox.). En esta fase la persona puede experimentar fantasías en apariencia muy reales pero que no son alucinaciones verdaderas, ya que generalmente se conserva la conciencia de que son producto de la ingestión de la droga; alteraciones perceptivas (del tiempo y el espacio) y sensoriales (visuales, auditivas, táctiles). Se pueden producir ataques de risa.
- **“Bajada”**: duración es variable de 3 a 6 horas, los efectos van disminuyendo de a poco dando paso al cansancio y, eventualmente, a un bajón anímico de intensidad variable. Luego de la “bajada”, e incluso días después, pueden aparecer “flashbacks” (“subidas” cortas y leves).

RIESGOS

- La producción de LSD es ilegal, por lo tanto, clandestina y sin ningún control de calidad.
- El logo o diseño de una estampilla, no tienen ninguna relación con la concentración de LSD que esta contenga ni con los posibles efectos de su ingesta.
- Si tienes antecedentes psiquiátricos, problemas psicológicos o neurológicos, el LSD puede desencadenar una crisis.
- Si te sientes bajonead@, estresad@, disgustad@ o muy ansios@, arriesgas un “mal viaje”.
- Si consumes en algún lugar peligroso (cerca de carreteras o caminos, en la calle, lugares en altura, etc.), aumentas las posibilidades de sufrir algún accidente.

Si vas a aumentar la dosis, espera los efectos de la primera y ve cómo te sientes.

SI HAS DECIDIDO CONSUMIR...

- Si es la primera vez, no tomar más que una dosis pequeña: si es una estampilla, partir con ¼, si viene en otro formato, dosificarla en la misma proporción.
- Si vas a aumentar la dosis, espera los efectos de la primera y ve cómo te sientes.
- Antes, comer liviano para evitar malestares estomacales.
- Planifica bien el consumo: dónde, cuándo y con quién, pueden hacer la diferencia.
- No se debe mezclar con otras drogas, especialmente alcohol, antibióticos y psicofármacos en general: no es necesario y se aumentan los riesgos de perder el control, tener un “mal viaje” o de sufrir una “pálida” de proporciones.
- Hay que mantenerse hidratado bebiendo pequeños sorbos de agua cada media hora: más, no es necesario ni aconsejable.
- Evitar actividades que exijan concentración y lucidez (conducir, estudiar, trabajar, etc.)
- Si sientes sensación de pánico, angustia o paranoia, relájate y trata de redireccionar el viaje concentrándose en pensamientos positivos.
- Posteriormente, debes descansar y comer alimentos energéticos (plátanos, leche, palta, etc.)