

Nuevas sustancias psicoactivas asociadas a prácticas sexuales de riesgo: **GHB**

**TODLO QUE SABEMOS
A TU DISPOSICIÓN**

TODO LO QUE SABEMOS A TU DISPOSICIÓN

**Nuevas sustancias psicoactivas
asociadas a prácticas sexuales de riesgo:
GHB**

Únete a la conversación
@PNSDgob

© PNSD, Julio 2024

REDACCIÓN Y COORDINACIÓN

Graciela Silvosa

SUPERVISIÓN

Joan R. Villalbí

EDITA

Ministerio de Sanidad

Secretaría de Estado de Sanidad

Delegación del Gobierno para el Plan Nacional sobre Drogas

DISEÑO Y MAQUETACIÓN

Ediciones Digitales 64

Esta publicación está disponible para su uso y puede ser reproducida, en su totalidad, sin pedir autorización a la DGPNSD. Se agradecerá que se referencie la fuente.

GHB

¿Qué es?
4

Usos
5

Datos
6

Efectos
8

Riesgos
8

Hablemos
claro
9

Combatir
desinformación
10

Obtener
ayuda
12

Más
información
13

Los boletines *Únete a la conversación* de @PNSDgob tienen como objetivo proporcionar información sobre sustancias que pueden ser peligrosas para la salud individual y comunitaria.

En esta publicación conversamos sobre nuevas sustancias psicoactivas asociadas a prácticas sexuales de riesgo, con la finalidad de compartir el conocimiento sobre sustancias cuyo consumo preocupa ya que puede existir una percepción de falsa seguridad en su uso.

El Plan de Acción sobre Adicciones establece como objetivo impulsar la prevención de violencia sexual y sexo de riesgo en relación con el consumo de sustancias en entornos recreativos y de ocio nocturno¹. En algunos entornos, el uso de drogas y las prácticas sexuales de riesgo están estrechamente relacionados y representan un problema significativo de salud pública. El consumo de sustancias puede llevar a comportamientos sexuales que aumentan el riesgo de infecciones de transmisión sexual (ITS), VIH, embarazos no deseados y otras consecuencias negativas para la salud. En el consumo sexualizado de drogas se han identificado cuatro patrones de consumo: chemsex, drogas recreacionales, drogas para mejorar el rendimiento sexual y cannabinoides².

De todas maneras, hay que recordar que la gran mayoría de las personas no consumen este tipo de sustancias. Por ello, resulta importante evitar normalizar y promover involuntariamente su consumo, así como impedir que las acciones dirigidas a quienes tienen conductas de riesgo puedan promover involuntariamente su consumo entre otras personas.

Ponemos nuestro conocimiento a disposición de la ciudadanía. Seguimos investigando y divulgando.

Entre tod@s construimos una sociedad más saludable.

¿QUÉ ES EL GHB (gamma hidroxibutirato)?

El GHB o “G” es un potente depresor del sistema nervioso central que inicialmente puede producir sensación de bienestar y euforia. Es conocido también como “éxtasis líquido”, aunque sus efectos tienen poco que ver con el éxtasis, que es un estimulante y no una droga depresora como el GHB.

El GHB es hidrosoluble y se absorbe rápidamente en el tracto gastrointestinal, atraviesa con facilidad la barrera hematoencefálica y placentaria.

Se desarrolló a principios de los años sesenta como anestésico, pero se retiró del mercado farmacéutico debido a su escaso poder analgésico.

En la década de los ochenta se vendió legalmente GHB como droga anabolizante o estimulante de la hormona del crecimiento.

*El GHB (Ácido Gammahidroxitúrico),
mal llamado “éxtasis líquido”,
es una sustancia depresora anestésica
que se presenta como un líquido incoloro,
en ocasiones teñido, sin olor
y con sabor más bien salado,
también conocido como
“G”, “biberón”, “chorri” o “pote”.*

USOS

El GHB ilícito se produce en laboratorios clandestinos y se suele encontrar en forma de solución líquida inodora e incolora. Normalmente su adquisición se produce de manera ilegal en la calle o a través del internet oscuro.

Además de su síntesis química para el consumo ilegal, nuestro propio organismo produce GHB. Este GHB endógeno se encuentra en el sistema nervioso central (tálamo e hipotálamo) y se cree que está implicado en los ciclos del sueño, en la regulación de la temperatura, en el metabolismo de la glucosa cerebral, el flujo sanguíneo, la memoria y el control emocional.

Diferentes estudios han señalado problemas relacionados con la práctica del chemsex (uso sexualizado e intencionado de drogas en entornos de cultura gay) y la necesidad de una respuesta coordinada en materia de políticas y salud³. En los estudios realizados en España sobre el chemsex, los usuarios hacen una mención particular al GHB, como una de las tres drogas más utilizadas en este contexto⁴. No obstante, en el último Informe Mundial sobre Drogas, se reseña el uso de GHB y metanfetamina entre parejas y compañeros heterosexuales. En este contexto, el GHB se utiliza intencionalmente, con el fin de mejorar la socialización y el sexo entre las parejas.

En el comportamiento sexual existen riesgos comunes asociados con el uso de cualquier sustancia que reduzca la inhibición. En cambio, se describe que el GHB, la metanfetamina cristalizada y la mefedrona, pueden aumentar la excitación, la resistencia y el placer.

Su fácil síntesis, su precio relativamente bajo y la creencia de que es una droga “segura”, aunque hay descritos casos de reacciones adversas letales, han hecho del GHB una droga emergente.



https://www.youtube.com/watch?v=ZwaLRJ_kpVI

En los estudios realizados en España sobre el chemsex, los usuarios hacen una mención particular al GHB como una de las tres drogas más utilizadas en este contexto

DATOS: ¿QUIÉNES CONSUMEN?

El GHB es conocido por sus efectos eufóricos, relajantes y de aumento de la libido, lo que lo ha convertido en una droga recreativa popular en clubes nocturnos, ambientes de fiestas 'rave' o unido a prácticas como el 'chemsex'.

El consumidor medio ingiere 1 o 2 botellines durante la noche, aunque son frecuentes los relatos de un consumo superior a los 5 «botes» (o «potes») en el contexto del fin de semana.

El patrón de uso más frecuente en los consumidores de GHB es el policonsumo con otras sustancias, como tabaco, alcohol, cannabis, alucinógenos y cocaína.

El consumo en términos poblacionales es muy bajo. Según la encuesta EDADES el 0,1% de la población declaró consumo de GHB en los últimos 30 días⁵.

	2013			2015			2018			2020			2022		
	T	H	M	T	H	M	T	H	M	T	H	M	T	H	M
Alguna vez en la vida	0,6	0,9	0,2	0,6	1,0	0,2	0,5	0,7	0,2	0,9	1,5	0,3	0,7	1,1	0,3
Últimos 12 meses	0,1	0,1	0,1	0,1	0,0	0,0	0,0	0,0	0,0	0,1	0,2	0,0	0,1	0,2	0,0
Últimos 30 días	0,0	0,0	0,0	0,0	0,0	0,0	0,0	0,0	0,0	0,0	0,0	0,0	0,0	0,1	0,0

T = total; H = hombres; M = mujeres.
Fuente: OEDA. Encuesta sobre alcohol y drogas en España (EDADES).

*Su consumo es adictivo
y tiene efectos indeseables
(físicos, psicológicos y sociales)*

En el mismo sentido, el último **Informe Europeo** sobre el problema de las drogodependencias en Europa hace referencia al GHB como una sustancia que parece consolidarse en algunos países, ciudades o poblaciones específicas, aunque en general su prevalencia es baja en comparación con otras drogas más conocidas. No obstante, advierte que los sistemas de vigilancia no están pensados para identificar nuevos patrones en el uso de sustancias poco conocidas. Esto hace que sea difícil conocer con certeza las tendencias recientes y su relación con problemas sociales o de salud⁶: https://www.euda.europa.eu/publications/european-drug-report/2023_en

La percepción de ser una droga «segura», no adictiva, de fácil obtención y de precio relativamente bajo son variables relevantes que contribuyen a la extensión de su consumo. De hecho, la mayoría de los jóvenes y adolescentes que realizan consumos de GHB están convencidos de su inocuidad y de la ausencia de riesgos:

«Los botes sirven para animarte»

«No enganchan»

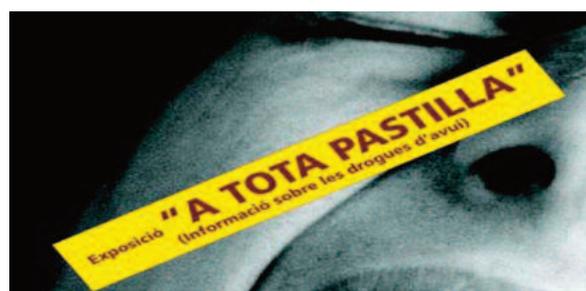
«Son afrodisíacos»

«Aumentan la potencia sexual»

«Son seguros, la peña los toma y no pasa nada»

«Si vas muy espitao y te tragas un par, te calman»

(Respuestas extraídas de las que proporcionaron los 2.155 adolescentes y jóvenes que habían visitado la exposición itinerante «A tota pastilla», de los que 1.700 eran estudiantes de 14-19 años y 455 eran jóvenes y adolescentes entre 16 y 30 años⁷).



EFFECTOS

Los efectos deseados por los consumidores de GHB son los euforizantes que proporciona mayoritariamente a dosis bajas, además de los sedantes o tranquilizantes. No obstante, pueden variar ampliamente de una persona a otra. Se manifiestan típicamente entre 10 y 20 minutos después de la ingestión, alcanzando su punto máximo a los 60-90 minutos, y desapareciendo por completo en un lapso de 3 a 4 horas.

El efecto desinhibidor que proporciona al principio se describe como potenciador de la libido, de la sensualidad y, en general, como desinhibidor sexual. En un primer momento induce desinhibición y una mayor sociabilidad. Posteriormente aparecen somnolencia, dificultades para moverse, náuseas, vómitos e incluso pérdida de conciencia.

Sus efectos pueden verse potenciados por el consumo simultáneo de otros depresores del sistema nervioso central como el alcohol, las benzodiazepinas o los opiáceos.

RIESGOS

Los efectos tóxicos del GHB dependen mucho de la dosis. El margen de seguridad en el consumo de GHB es menor que en otras sustancias: pequeños incrementos en la dosis pueden generar efectos desproporcionadamente elevados. Es muy estrecho el margen entre la dosis recreativa y la dosis tóxica, lo que puede llevar a una sobredosis o "chungo" con más facilidad.

!!!EL GHB ES UN DEPRESOR!!!

A dosis elevadas, el GHB también puede reducir la frecuencia respiratoria y provocar convulsiones o incluso coma, que en ocasiones puede resultar en muerte. La combinación de GHB y de cualquier otro sedante, especialmente el alcohol, es extremadamente peligrosa. La mayoría de las muertes se han producido en combinación de GHB y alcohol.

*Tanto el GHB como el alcohol
son depresores.*

*Por ello, su mezcla resulta peligrosa y
puede ser mortal, incluso a dosis bajas*

La intoxicación aguda requiere atención sanitaria urgente. La manifestación clínica más frecuente es el coma de corta duración, pero en algunas ocasiones es la muerte.

Los «potes» se fabrican clandestinamente. En el momento de ingerir uno, el usuario no sabe cuál es su composición ni la concentración. Las sobredosis de GHB suelen estar relacionadas con su consumo lúdico. Pese a la baja prevalencia de consumo, aparece en el quinto lugar entre las sustancias utilizadas por las personas que acuden a urgencias tras una intoxicación por drogas utilizadas con fines recreativos.

Hay síntomas de abstinencia (insomnio, temblores, sudoración y ansiedad), que se producen cuando un consumidor habitual de GHB deja de tomarlo durante varios días.



HABLEMOS CON PRECISIÓN: HABLANDO CLARO

- El consumo de GHB es poco común en comparación con otras drogas.
- La sobredosis puede tener graves consecuencias.
- El GHB actúa como una sustancia química inhibidora en el cerebro, y las personas pueden entrar en coma cuando sufren una sobredosis. Esto puede requerir asistencia respiratoria mecánica.
- Las personas pueden desarrollar dependencia del GHB
- Además de la sobredosis y la dependencia, se han observado problemas de salud mental y sexual con el uso de GHB.

*A dosis altas
el GHB puede provocar problemas respiratorios
que pueden inducir un coma letal*

COMBATIENDO LA DESINFORMACIÓN

- El GHB no es lo mismo que la Gamma Butirolactona (GBL). La GBL es el precursor químico del GHB. En la actualidad, la mayoría de “G” que se encuentra en el mercado es GBL, de efectos similares, pero mayor intensidad farmacológica.
- El GHB no es éxtasis. El GHB no tiene nada que ver con la droga conocida como éxtasis o 3,4-metilendioximetanfetamina (MDMA):
 - El éxtasis utilizado como droga ilegal desde hace años es un derivado de la anfetamina, la 3,4-metilendioximetanfetamina o MDMA. Se trata de una sustancia que actúa como un potente estimulante del cerebro.
 - El GHB es un análogo del principal neurotransmisor inhibitorio que produce nuestro cerebro, el GABA o ácido gamma-aminobutírico. Eso implica que el GHB actúa como un depresor del funcionamiento del cerebro, disminuyendo o bloqueando la mayoría de sus funciones fisiológicas.
- Las informaciones que sugieren la utilización de GHB asociado a la violencia sexual se han disparado recientemente. El término de violencia sexual engloba toda agresión sexual en la que la persona perpetradora se aprovecha de estados de vulnerabilidad experimentados por la víctima y potenciados por los efectos de sustancias psicoactivas. En estos delitos, las drogas utilizadas suelen ser el alcohol y diferentes benzodiazepinas. Algunos estudios internacionales indican que el GHB se detecta en menos del 5% de los delitos sexuales en los que se han utilizado drogas. Esos datos llevan a pensar que estamos más ante un fenómeno mediático que ante una realidad constatable.

Los medios de comunicación rigurosos reflejan la realidad de los problemas y evitan los mensajes que sobredimensionan la administración involuntaria de “drogas de la violación”

La violencia sexual facilitada por drogas ocurre especialmente en contextos de fiesta, donde se combinan dinámicas de búsqueda sexual y de consumo de alcohol y otras drogas.

La percepción social sobre el problema está distorsionada: la principal sustancia involucrada en episodios de violencia sexual es el alcohol^B.

RECUERDA

- No mezclar GHB con otras drogas, incluido el alcohol.
- Si se consume GHB, no se debe conducir ni usar máquinas.
- En las relaciones sexuales, el uso de drogas puede potenciar comportamientos de riesgo. Hay que prever la adopción de medidas preventivas.
- Si estás embarazada o tomando medicación, no consumas drogas.
- Nunca decidas por los demás.

El uso de drogas en un contexto sexual se ha asociado con comportamientos sexuales de alto riesgo, incluidas relaciones sexuales sin protección con múltiples parejas, y con un mayor riesgo de contraer infecciones de transmisión sexual, incluidos el VIH y la hepatitis viral.

¿CÓMO OBTENER AYUDA? SI CONOCE A ALGUIEN QUE NECESITA AYUDA

LE ESCUCHAMOS

- Escuchar y aceptar a los demás ayuda a las personas a tomar el control de su propia salud.
- El personal sanitario puede trabajar con usted para construir confianza escuchando sus preocupaciones.
- La opción más segura es evitar el consumo de estas sustancias.

La adicción se puede tratar

Portal Plan Nacional sobre Drogas - Ayuda Cerca de ti
sanidad.gob.es

<https://pnsd.sanidad.gob.es/ciudadanos/ayudaCerca/home.htm>

MÁS INFORMACIÓN

Degenhardt, L. (2003). GHB: Un análisis. *Adicciones*, [S.l.], v. 15, p. 167-178, ISSN 0214-4840. Disponible en: <https://www.adicciones.es/index.php/adicciones/article/view/459>.

Infodrogas. GHB Éxtasis líquido. Recuperado de: <https://www.infodrogas.org/drogas/g-h-b?showall=1>

NIDA Las drogas de club: GHB, ketamina y Rohypnol. Recuperado de: <https://www.drugabuse.gov/es/publicaciones/drugfacts/las-drogas-de-club-ghb-ketamina-y-rohypnolr>

ONUDD World Drug Report 2024 - <https://www.unodc.org/unodc/en/data-and-analysis/world-drug-report-2024.html>

Plan Nacional sobre Drogas <https://pnsd.sanidad.gob.es/ciudadanos/informacion/sustanciasPsi-coactivas/otrasDrogas/ghb.htm>

Roche, F.; Carbón, A.; Mozota, J.; Lobo, A.; Montañés, J.A. y Ferrer, A. (2002). Intoxicación por GHB: a propósito de dos casos. *Revista de Toxicología*, vol. 19, núm. 2, cuatrimestral, 2002, pp. 93-94 Asociación Española de Toxicología Pamplona, España. Disponible en: <http://www.redalyc.org/articulo.oa?id=9191920>

Royo-Isaach, J.; Magrané, M.; Vilà, R. y Capdevila, M.E. (2004). El éxtasis líquido (GHB): ¿una droga de uno recreativo? Clínica biopsicosocial del consumidor y algunas propuestas terapéuticas. *Aten Primaria*, 33(9), pp. 516-20.

Tay, E.; Lo, W.K.W. y Murnion, B. (2022). Current Insights on the Impact of Gamma-Hydroxybutyrate (GHB) Abuse. *Subst Abuse Rehabil.* 2022 Feb 9;13:13-23. doi: 10.2147/SAR.S315720. PMID: 35173515; PMCID: PMC8843350.

Winstock A. (2015) New health promotion for chemsex and γ -hydroxybutyrate (GHB). *BMJ*; 351:h6281. doi:10.1136/bmj.h6281. <https://energycontrol.org/sustancias/ghb/>

-
1. PNSD. Plan de Acción sobre Adicciones 2021-2024 (sanidad.gob.es) https://pnsd.sanidad.gob.es/pnsd/planAccion/docs/PlanASA_2021-24_aprobado.pdf
 2. Guerras, J. M.; Hoyos, J.; Agustí, C.; Casabona, J.; Sordo, L.; Pulido, J.; ... y Belza, M. J. (2022). Consumo sexualizado de drogas entre hombres que tienen sexo con hombres residentes en España. *Adicciones*, 34(1).
 3. Mc Call BMJ 2015; 351 doi: <https://doi.org/10.1136/bmj.h6281> (Publicado el 25 de noviembre de 2015). Citar como: BMJ 2015; 351:h6281
 4. Fernández-Dávila, P. (2017). Consumo de drogas y su relación con el sexo. Escuchando las voces de un grupo de usuarios gays y bisexuales de la ciudad de Barcelona. <https://stopsida.org/wp-content/uploads/2018/11/Informe-estudio-cualitativo-ChemSex.pdf>
Coll, J. y Fumaz, C. R. (2016). Drogas recreativas y sexo en hombres que tienen sexo con hombres: chemsex. Riesgos, problemas de salud asociados a su consumo, factores emocionales y estrategias de intervención. *Rev Enf Emerg*, 15(2), 77-84.
 5. Observatorio Español de las Drogas y las Adicciones (2023). Estadísticas 2023. Alcohol, tabaco y drogas ilegales en España. Madrid: Ministerio de Sanidad. Delegación del Gobierno para el Plan Nacional sobre Drogas. 258 p.
 6. Observatorio Europeo de la Droga y Toxicomanías (2024). Informe Anual 2023 sobre el problema de las drogodependencias en la Unión Europea.
 7. Royo, J.; Magrané, M.; Velilla, A.; Relat, J.; Pardo, C. y Gómez, S. (2002). Adolescents, joves i drogues de síntesi: un consum a tota pastilla. *Pediatría Catalana*; 62:121-31.
 8. Cruz-Landeira, A.; Quintela-Jorge, Ó. y López-Rivadulla, M. (2008). Sumisión química: epidemiología y claves para su diagnóstico. *Medicina clínica*, 131(20), 783-789.
Prego-Meleiro, P., Recalde-Esnoz, I., Sordo, L., Del Castillo, H., García-Ruiz, C., Montalvo, G., & López-Cuadrado, T. (2024). Agresión sexual facilitada por drogas en contextos de ocio nocturno juvenil en España. *Salud Pública*, 233, 157-163.
Grela, A., Gautam, L., y Cole, MD (2018). Una evaluación crítica multifactorial de las sustancias encontradas en casos de agresión sexual facilitada por drogas. *Forensic science international*, 292, 50-60.