



I Jornada En Plenas Facultades - #JornadaEPF

# Consumo de drogas y desconfiamento: **RETO-MANDO LA FIESTA**



17/6/2021



10-13h



Online



Evento gratuito

## Mesa de experiencias: Ocio y Reducción de Riesgos en tiempos de pandemia **Sexo, Drogas y tú: Hablemos de ChemSex**

Pablo Barrio Fernández  
Psicólogo Apoyo Positivo

En **plenas**  
**facultades**



[www.apoyopositivo.org](http://www.apoyopositivo.org)

**CASA** es un centro comunitario diseñado desde la ONG Apoyo Positivo, con 25 años de trayectoria en innovación social, donde dar respuesta a los retos actuales de la **DIVERSIDAD** en **SALUD** y **BIENESTAR**.

Un espacio multi-actividad amable, seguro y diverso donde podrás encontrar diferentes servicios para mejorar tu calidad de vida

# CASA

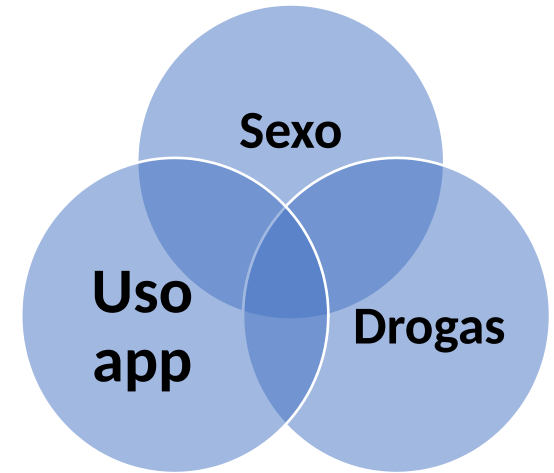


CENTROS COMUNITARIOS



# DEFINICIÓN

- Uso de **sustancias psicoactivas**, (mefedrona, GHB/GBL, metanfetamina y otras...) antes o durante las **relaciones sexuales**, en hombres gais, bisexuales y otros hombres que tienen sexo con hombres (**GBHSH**).



Party and play (pnp): Estados Unidos.

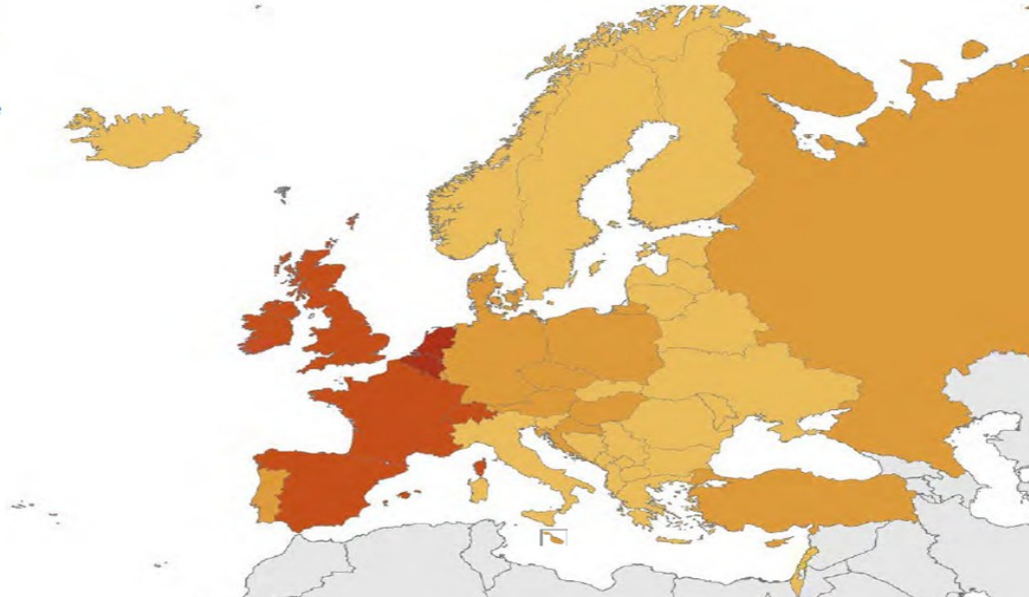
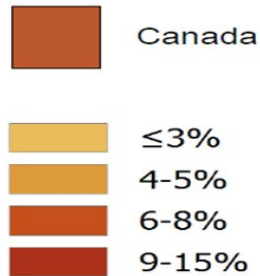
Intense sex partying : Australia.

Sesiones, morbo y vicio: España.



## Chemsex\* last 4 weeks

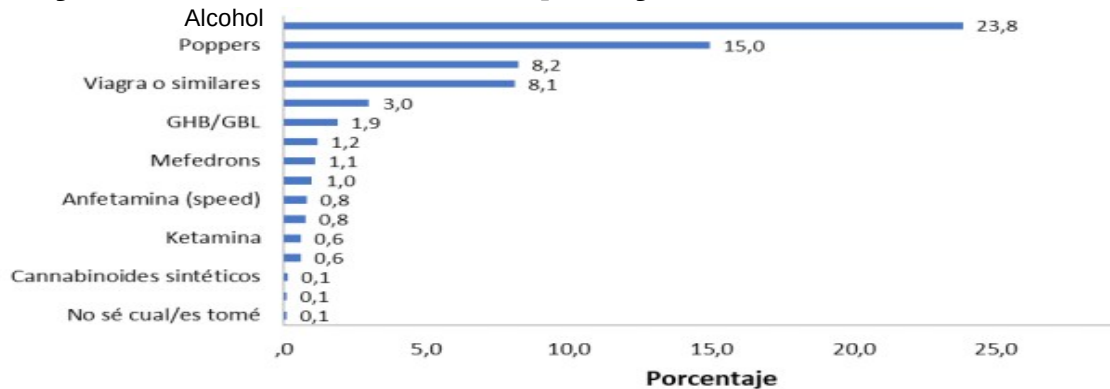
\* In the last four weeks, “used stimulant drugs [including ecstasy/MDMA, cocaine, amphetamine (speed), crystal methamphetamine (Tina, Pervitin), mephedrone and ketamine], to make sex more intense or last longer?”



El **14,1%** de los participantes refirió haber consumido drogas estimulantes para hacer que el sexo fuera más intenso o que durara más tiempo en los últimos **12 meses**.

# ¿Qué y dónde?

**Sustancias consumidas antes o durante el último encuentro sexual con pareja ocasional o trío con pareja estable.**



Fuente: EMIS-2017 datos España (13)

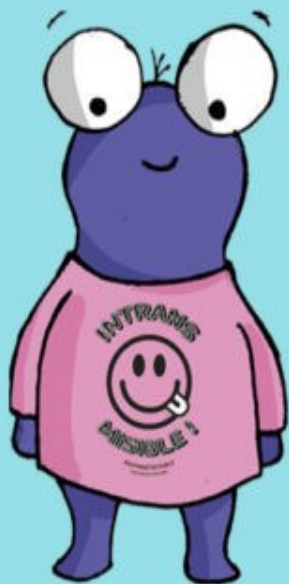
Lugar del último encuentro sexual		
	n	%
La casa de uno de ellos	471	46,9
Mi casa	216	21,5
Club o cuarto oscuro de un bar	130	12,9
Sauna	125	12,5
Habitación de hotel	26	2,6
Zona de <i>cruising</i> **	25	2,5
Otro lugar	11	1,1

**14 marzo-21 de junio 2020**  
**21 junio - actualidad**



**ESTADO DE ALARMA**

# Adaptación



**KEEP CALM  
COVID-19  
& HIV**



[www.apoyopositivo.org](http://www.apoyopositivo.org)



# SEXO, Y DROGAS TÚ

---

**Si sueles realizar Chemsex y estás teniendo dificultades para gestionar la situación actual de confinamiento debido al Covid-19, puedes hacernos cualquier tipo de consulta enviando un mensaje privado y trataremos de resolvértela de forma totalmente anónima. También puedes hacerlo por email escribiendo a [psicosocial@apoyopositivo.org](mailto:psicosocial@apoyopositivo.org)**

[www.apoyopositivo.org](http://www.apoyopositivo.org)



# AUTO-CUIDADO EMOCIONAL



GESTION  
del TIEMPO:

- de calidad
- para ti
- para NO hacer nada





A+

www.apoyospositivo.org



# AUTO-CUIDADOS EN TIEMPOS DE CORONAVIRUS

LLORA - GRITA - BAILA - CONECTA



## AUTO-CUIDADO FÍSICO



Higiene  
Dormir bien  
Dieta equilibrada  
Ejercicio  
Rutina...

A+

www.apoyospositivo.org





# SEXO SOBRIO ESTÁ OK



A+  
www.apoyopositivo.org

A+  
www.apoyopositivo.org

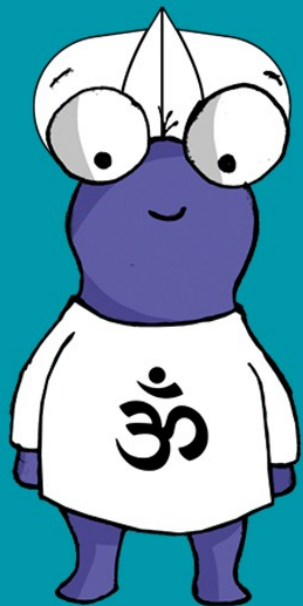


# PLACER EARNOS

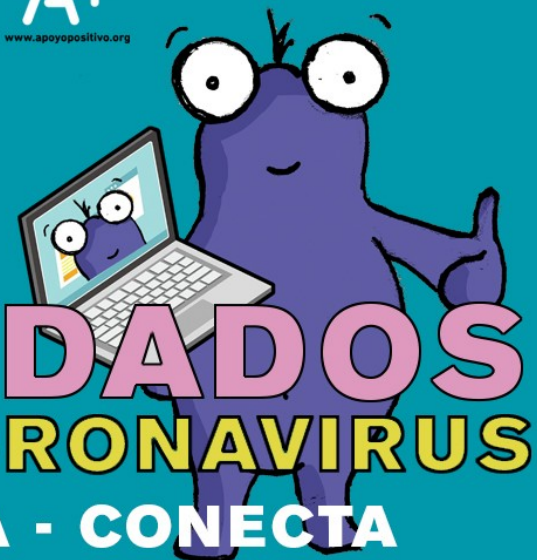
en tiempos de

# COVID-19



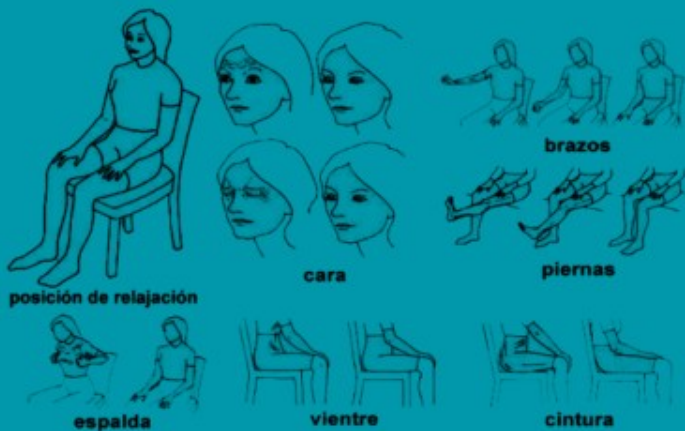


A+  
www.apoyopositivo.org



# AUTO-CUIDADOS EN TIEMPOS DE CORONAVIRUS

LLORA - GRITA - BAILA - CONECTA



A+  
www.apoyopositivo.org

## RELAJACIÓN frente al COVID



Imagen tomada de Cautela JR, Groden J. Técnicas de relajación. Manual práctico para adultos, niños y educación especial. 1985.

# CHEMSEX COVID-19



**ANSIEDAD  
IMPULSOS  
ABSTINENCIA  
CRAVING**



**TOMAR CONCIENCIA  
de tus emociones**

**#QuédateEnCasa**



[www.apoyopositivo.org](http://www.apoyopositivo.org)



**IRRITABILIDAD  
FRUSTRACIÓN  
DEPRESIÓN  
ANSIEDAD**

**COVID-19**



**ESCUCHA  
SIN JUZGAR,  
SIENTE,  
DEJA PASAR**

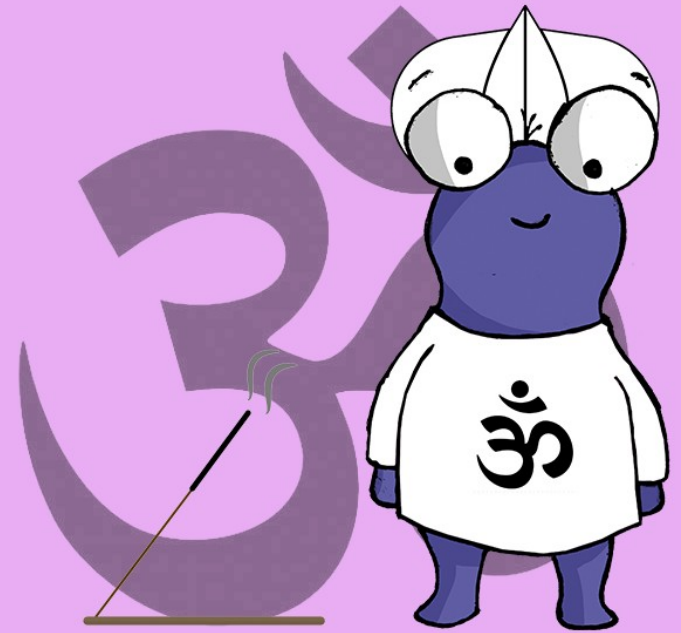
“una etapa  
de auto-  
conocimiento”



# MINDFULNESS

**PRESTAR ATENCIÓN DE UNA MANERA PARTICULAR, DE FORMA INTENCIONADA, AL MOMENTO PRESENTE Y SIN JUZGAR NADA**

Jon Kabat-Zin



**“Los sentimientos van y vienen como nubes en un cielo ventoso. La respiración consciente es mi ancla.”**

Thich Nhat Hanh



# NO QUEDES #NOAHORA



**#CuarentenaSinCitas**  
**#HookUpQuarantine**

**#QuédateEnCasa**



# NO QUEDES #NOAHORA



**#CuarentenaSinCitas**  
**#HookUpQuarantine**

**#QuédateEnCasa**



# ESTIMULANTES

COCAÍNA  
MEFEDRONA  
METANFETAMINA  
MDMA



Created by Christian Pineda from Visual Project

# ALUCINÓGENOS DISOCIATIVOS

KETAMINA



Created by Christian Pineda from Visual Project

# DEPRESORES

GHB  
CLORURO DE ETILO  
ALCOHOL



Created by Fernando from Visual Project

# OTROS

POPPERS  
CANNABIS  
2CB  
ÉXTASIS



Created by Christian Pineda from Visual Project



Created by Nelson Torres

#chemsexdrugs

A+



# SER SOCIAL



A+  
www.apoyopositivo.org



PARA COMEN LA  
NUESTRA

RECORDAR NUESTRA RECORDAVIRUS

¡CASI 100 CAMISETAS VENDIDAS!  
¡30 PACKS DE COMIDA VALORADOS  
EN 100€ YA ENTREGADOS!

[www.eduardonavarrete.com](http://www.eduardonavarrete.com)

¡GRACIAS!



[www.apoyopositivo.org](http://www.apoyopositivo.org)



En **plenas**  
facultades



[www.apoyopositivo.org](http://www.apoyopositivo.org)

HABLEMOS DE CHEMSEX

# Nuestros servicios: consecuencias

## ONLINE

- Individuales
- Grupos terapéuticos chemsex
- Charlas comunitarias. Jorndas S,DyT...
- Grupos ocio “entre nosotrxs” (2021)

## CONFINADO

- Check-point: testeo its (35% actualidad)
- Ocio (CAD)
- Intervención en locales de ocio
- Voluntariado

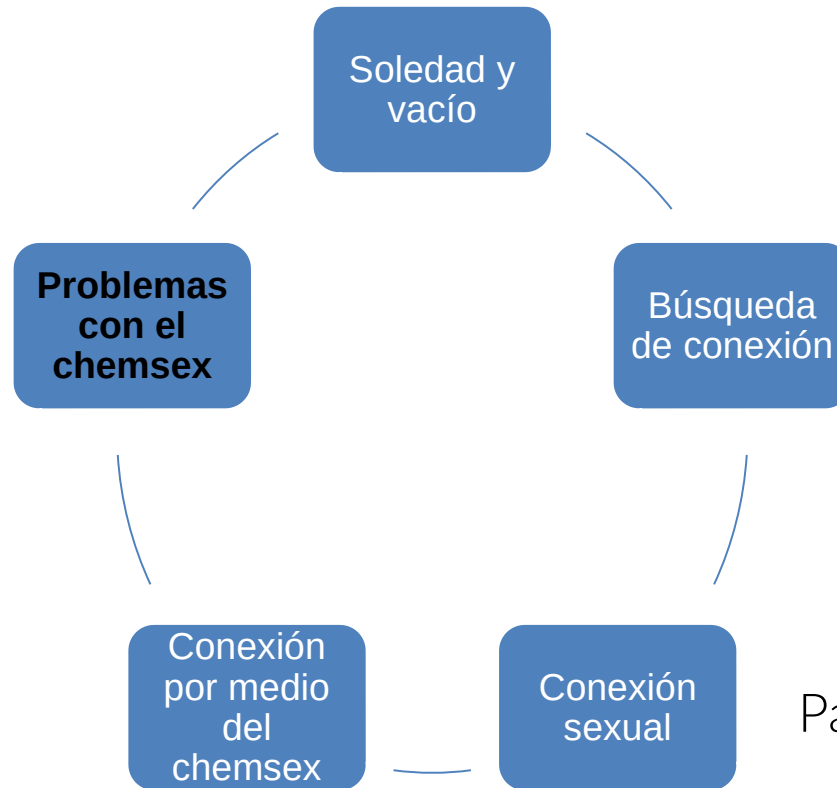


## Circunstancias específicas de la pandemia:

- Teletrabajo → **Mayor aislamiento** en los casos en que éste era el único entorno dónde se mantenían relaciones sociales sin consumo de drogas.
- Falta de actividades de ocio saludable y contacto social → **estrés añadido**.
- **Falta de redes** → mayor conciencia de **soledad** y dificultad para gestionar malestar.
- Efectos secundarios del consumo o por la abstinencia: Aumento de la **ansiedad, estado de ánimo deprimido e irritabilidad** por las circunstancias añadidas a los .
- **Problemas legales, laborales y económicos** por las restricciones y tenencia de sustancias

# Origen e impacto psicoemocional.

Consecuencia: Impacto grave en la salud.



Patteau et al. (2019).

**IMPACTO DE LA PANDEMIA COVID19 Y EL CONFINAMIENTO  
(MARZO-MAYO 2020) EN LA SALUD SEXUAL DE LOS USUARIOS DE “CHEMSEX”  
ATENDIDOS EN UN PROGRAMA TERAPÉUTICO A NIVEL COMUNITARIO.**

**N:21**

- **15** de los 21 participantes refieren haber tenido **actividad sexual fuera de casa**, durante el periodo de confinamiento.
- **12** de los 15 participantes que han mantenido relaciones sexuales **han continuado consumiendo drogas durante sus contactos sexuales.**
- 15 de los 21 participantes han seguido recibiendo algún tipo de intervención terapéutica individual o grupal.

**Influencia del confinamiento sobre el control del consumo de chemsex:**

- 8 participantes refieren que el confinamiento les ha ayudado a controlar parcial (4) o completamente (4) el consumo.
- 5 refieren que no les ha influido.
- 2 que ha empeorado su control sobre el consumo.

**¿Dónde?: Lugar de consumo era el domicilio propio o el de las otras parejas**

- 9 participantes con parejas esporádicas.
- 6 para sexo en grupo.
- 5 a solas para masturbarse .
- 1 caso con pareja habitual.
- 1 caso sexo virtual (videollamada).

## IMPACTO DE LA PANDEMIA COVID19 Y EL CONFINAMIENTO (MARZO-MAYO 2020) EN LA SALUD SEXUAL DE LOS USUARIOS DE “CHEMSEX” ATENDIDOS EN UN PROGRAMA TERAPÉUTICO A NIVEL COMUNITARIO.

### **Deseo sexual**

- 11 participantes han referido una reducción de su deseo sexual.
- 6 que no han percibido un cambio en su deseo.
- 3 que han visto su deseo aumentado,
- 1 refiere estabilidad sexual en pareja cerrada.

### **Práctica de la masturbación**

- 9 refieren un aumento.
- 7 no han visto que se modifique sus prácticas.
- 4 han visto que se redujeron sus ganas.
- 1 participante no refiere masturbación.

## Conclusiones:

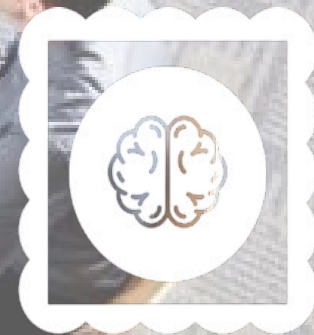
### Nuestra experiencia:

- **Usuarios en tratamiento y no muy graves:** confinamiento como algo positivo. Espaciar consumos o inicio de abstinencia.
- **Usuarios más graves o sin red de apoyo:** las circunstancias del confinamiento han generado más estrés, soledad, y algunos se han agravado (legal, incapacidad de parar...).
- **Desescalada:** Nuevos usuarios que contactan con Apoyo+. Motivo: descontrol durante el confinamiento.

CASA APOYO POSITIVO	MADRID	MÁLAGA
<p><b>SDT</b></p> <p><b>Intervención Psicológica presencial y 2.0 SDT</b></p> <p><b>Intervención Psiquiátrica presencial y 2.0 SDT</b></p> <p><b>Asistencia sexológica presencial y 2.0 SDT</b></p> <p><b>Taller grupal presencial y 2.0 SDT: 54</b></p> <p>Taller mindfulness</p> <p>Atención Social presencial y 2.0 SDT</p> <p>AS. JCA SDT/ OL presencial y 2.0 SDT</p> <p>OCIO presencial y 2.0 SDT</p> <p>Cohorte VIH: 94 personas</p> <p>Cohorte VHC</p> <p>Asesoramiento 2.0</p> <p>Talleres formativos, y charlas: 6 /422</p> <p>Formación profesionales sanitarios y jornada SDT: 4/119</p>	<p><b>152 usuarios totales</b></p> <p><b>143 personas en intervención psicológica</b></p> <p><b>59 en intervención Psiquiátrica</b></p> <p><b>37 personas en sexología.</b></p> <p><b>Terapia grupal SDT: 43</b></p> <p>Taller mindfulness: 24 Madrid</p> <p>97 personas en OCIO</p> <p>94 personas VIH</p> <p>9 personas en VHC (3 con reinfección)</p> <p>Asesoramiento 2.0: 53</p>	<p>14 Usuarios totales.</p> <p><b>14 personas en intervención</b></p> <p><b>10 Personas en sexología</b></p> <p><b>Terapia grupal SDT: 11</b></p> <p>Asesoramiento 2.0 SDT: 9</p>



# PSICOLOGÍA SEXO, DROGAS Y TÚ





# Presente y futuro

Intervenciones presenciales y Online

Actividades de ocio

Intervenciones en espacios de ocio

Reactivar espacios CASA al 100%





[www.apoyopositivo.org](http://www.apoyopositivo.org)

# ¡GRACIAS!

Pablo Barrio Fernández  
[psicosocial2@apoyopositivo.org](mailto:psicosocial2@apoyopositivo.org)



**[www.apoyopositivo.org](http://www.apoyopositivo.org)**