



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

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

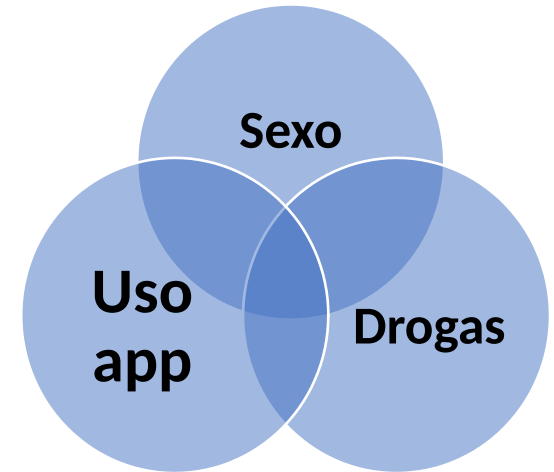


CENTROS COMUNITARIOS



DEFINICIÓN

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



Party and play (pnp): Estados Unidos.

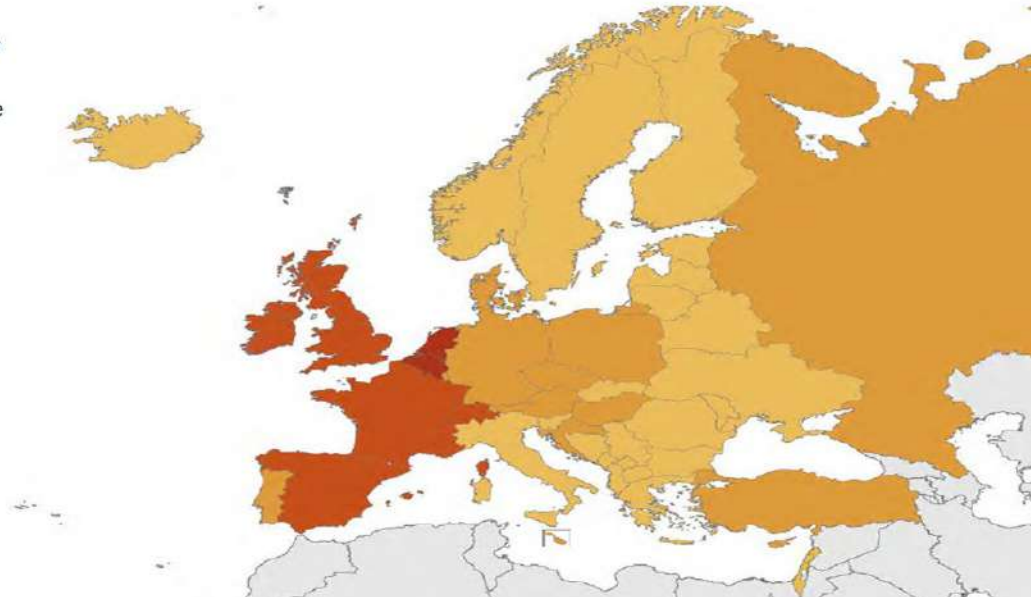
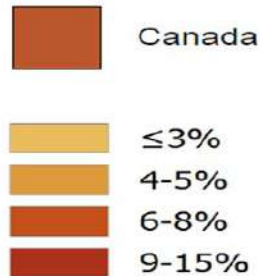
Intense sex partying : Australia.

Sesiones, morbo y vicio: España.



Chemsex* last 4 weeks

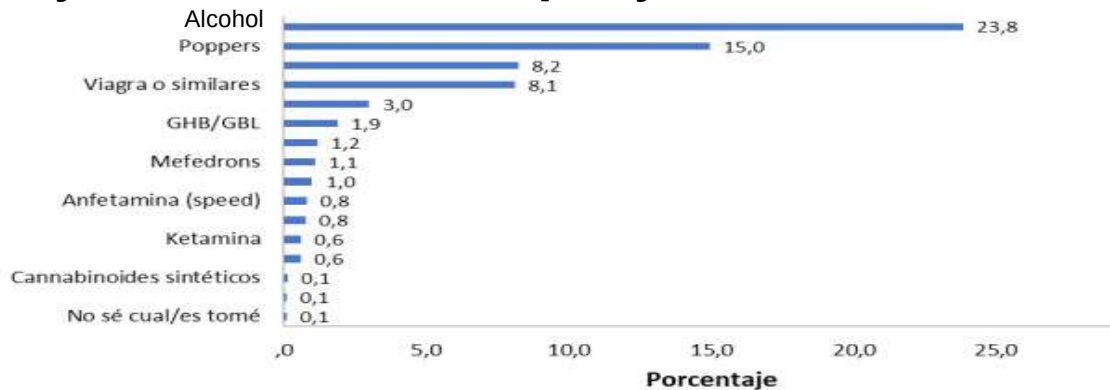
* In the last four weeks, “used stimulant drugs [including ecstasy/MDMA, cocaine, amphetamine (speed), crystal methamphetamine (Tina, Pervitin), mephedrone and ketamine], to make sex more intense or last longer?”



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)

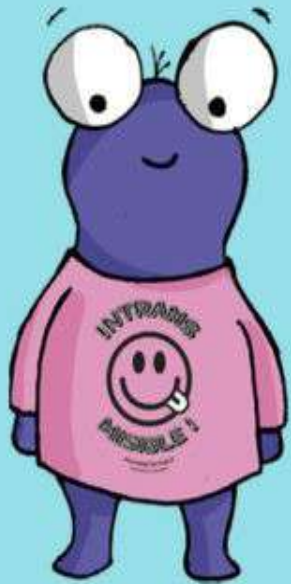
Lugar del último encuentro sexual		
	n	%
La casa de uno de ellos	471	46,9
Mi casa	216	21,5
Club o cuarto oscuro de un bar	130	12,9
Sauna	125	12,5
Habitación de hotel	26	2,6
Zona de <i>cruising</i> **	25	2,5
Otro lugar	11	1,1

14 marzo-21 de junio 2020
21 junio - actualidad



ESTADO DE ALARMA

Adaptación



**KEEP CALM
COVID-19
& HIV**



www.apoyopositivo.org



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

www.apoyopositivo.org

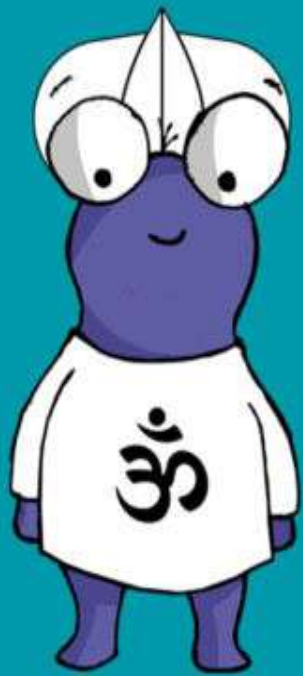
AUTO-CUIDADO EMOCIONAL



GESTION
del TIEMPO:

- de calidad
- para ti
- para NO
hacer nada





A+
www.apoyopositiva.org



AUTO-CUIDADOS EN TIEMPOS DE CORONAVIRUS

LLORA - GRITA - BAILA - CONECTA



AUTO-CUIDADO FÍSICO



Higiene
Dormir bien
Dieta equilibrada
Ejercicio
Rutina...

A+
www.apoyopositiva.org

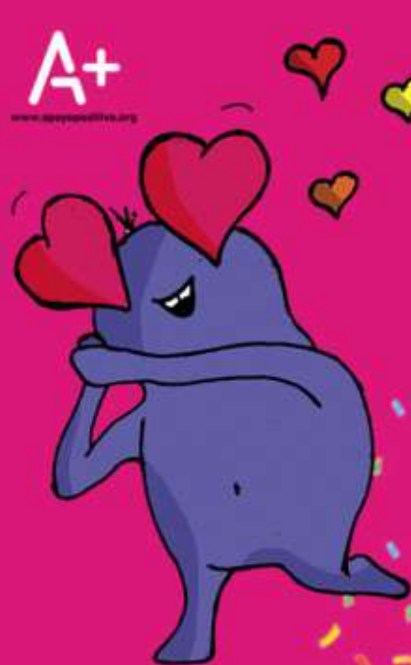


SEXO SOBRIO ESTÁ OK



A+
www.apoyopositivo.org

A+
www.apoyopositivo.org

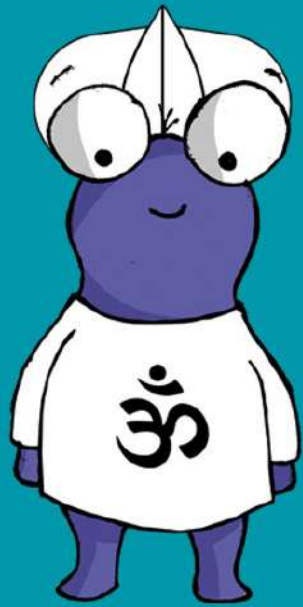


PLACER EARNOS

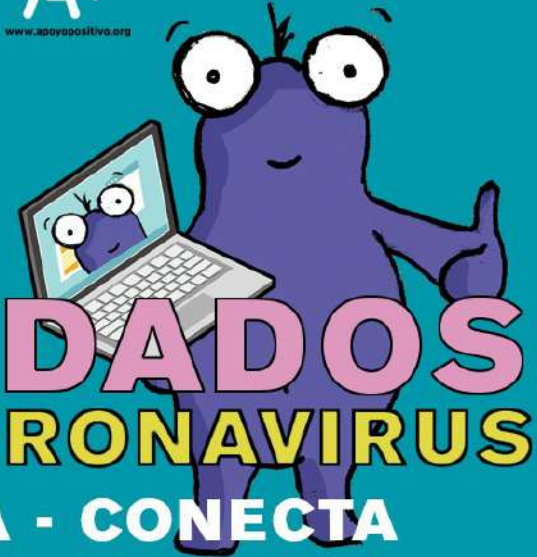
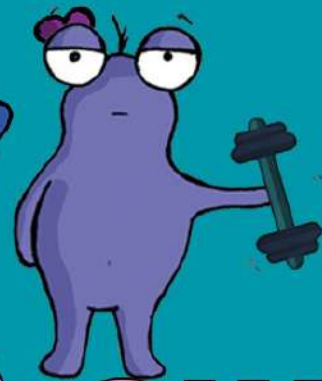
en tiempos de

COVID-19



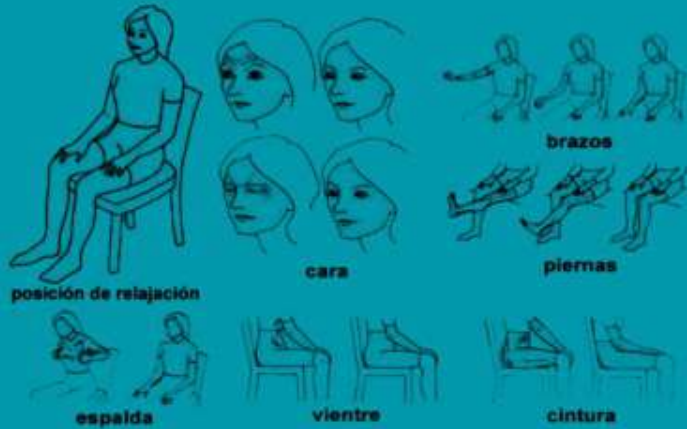


A+
www.apoyopositivo.org



AUTO-CUIDADOS EN TIEMPOS DE CORONAVIRUS

LLORA - GRITA - BAILA - CONECTA



A+
www.apoyopositivo.org

RELAJACIÓN frente al COVID



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

CHEMSEX COVID-19



**ANSIEDAD
IMPULSOS
ABSTINENCIA
CRAVING**



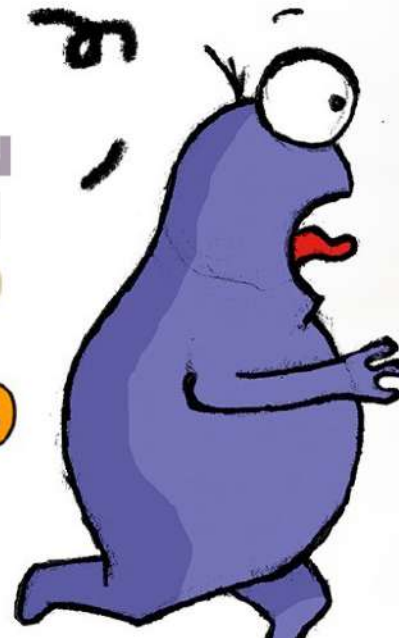
**TOMAR CONCIENCIA
de tus emociones**

#QuédateEnCasa



**IRRITABILIDAD
FRUSTRACIÓN
DEPRESIÓN
ANSIEDAD**

COVID-19



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

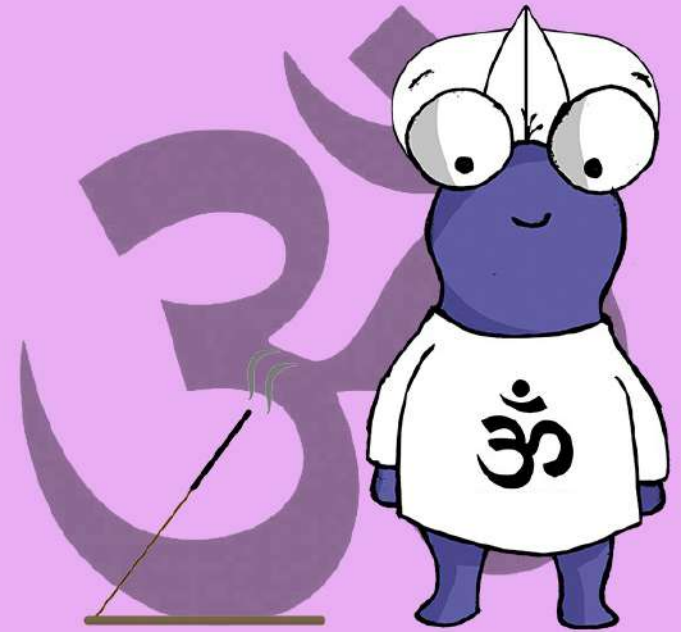
“una etapa
de auto-
conocimiento”



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

A+
www.apoyopositivo.org



NO QUEDES #NOAHORA



#CuarentenaSinCitas
#HookUpQuarantine

#QuédateEnCasa

A+
www.apoyopositivo.org

ESTIMULANTES

COCAÍNA
MEFEDRONA
METANFETAMINA
MDMA



Source: © University of
Michigan, Project

ALUCINÓGENOS DISOCIATIVOS

KETAMINA



Source: © University of
Michigan, Project

DEPRESORES

GHB
CLORURO DE ETILO
ALCOHOL



Source: © University of
Michigan, Project

OTROS

POPPERS
CANNABIS
2CB
ÉXTASIS



Source: © University of
Michigan, Project



Source: © University of
Michigan, Project

#chemsexdrugs

A+



SER SOCIAL



A+
www.apoyosocial.org

PARA CONOCER LA
NUESTRA

RECORDAR NUESTRA RECORDATORIOS

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

www.eduardonavarrete.com

¡GRACIAS!



En **plenas**
facultades



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

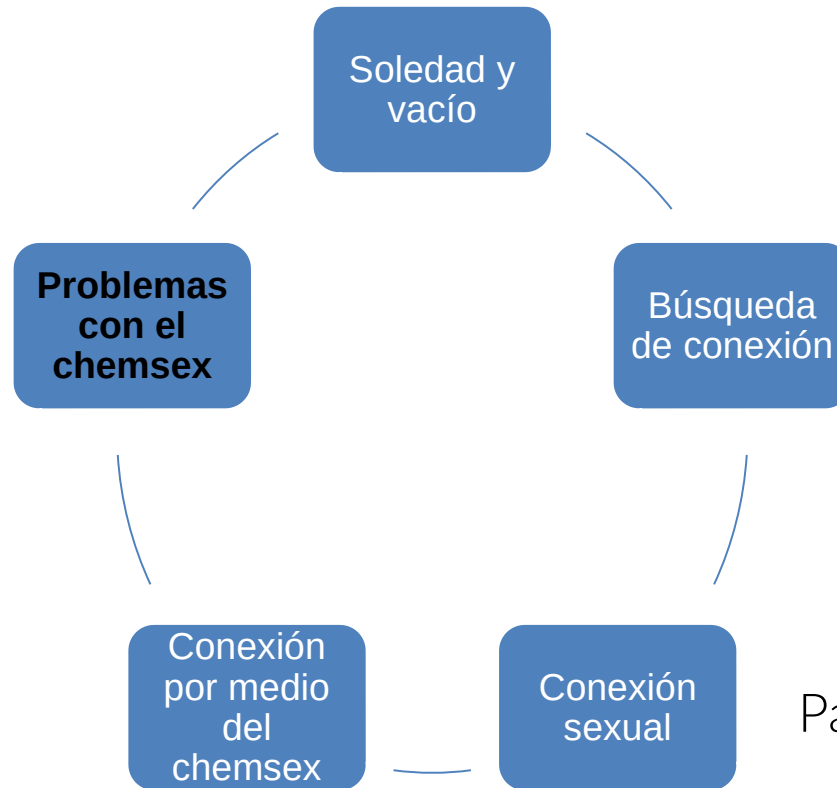


Circunstancias específicas de la pandemia:

- 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:

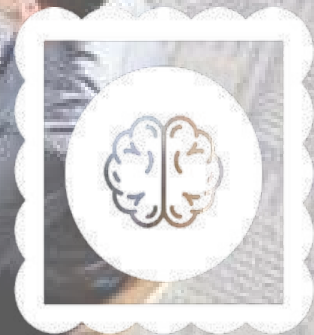
Nuestra experiencia:

- **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>SDT</p> <p>Intervención Psicológica presencial y 2.0 SDT</p> <p>Intervención Psiquiátrica presencial y 2.0 SDT</p> <p>Asistencia sexológica presencial y 2.0 SDT</p> <p>Taller grupal presencial y 2.0 SDT: 54</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>152 usuarios totales</p> <p>143 personas en intervención psicológica</p> <p>59 en intervención Psiquiátrica</p> <p>37 personas en sexología.</p> <p>Terapia grupal SDT: 43</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>14 personas en intervención</p> <p>10 Personas en sexología</p> <p>Terapia grupal SDT: 11</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

¡GRACIAS!

Pablo Barrio Fernández
psicosocial2@apoyopositivo.org



www.apoyopositivo.org