



Drogas y festivales de verano

Recomendaciones
para disfrutar sin
riesgo



Esvidas

Festivales, verano y sustancias

Los festivales de música de verano destacan por su ambiente dinámico y celebratorio, pero también suelen convertirse en espacios donde el consumo de drogas está presente.

Esta realidad ha ido en aumento con los años, por lo que resulta fundamental que asistentes, familiares y personas cercanas conozcan los riesgos que pueden derivarse de estas conductas.

[@esvidas.adicciones](https://www.instagram.com/esvidas.adicciones)

¿Qué drogas se suelen consumir?



Los festivales de verano son espacios para la desconexión, el disfrute y las experiencias.

En medio de ese momento de liberación, es fácil que el consumo de sustancias entre en escena. Drogas como **el alcohol, la cocaína, el éxtasis, el cannabis, el LSD, la ketamina o el GHB** son habituales en estos espacios.

[@esvidas.adicciones](https://www.instagram.com/esvidas.adicciones)

Asociar la diversión a las drogas



El uso de drogas en festivales suele estar vinculado al deseo de **sentirse parte del grupo, vivir experiencias** sensoriales y emocionales intensas, o **mantener la energía** necesaria para bailar y cantar durante largas jornadas.

[@esvidas.adicciones](https://twitter.com/esvidas.adicciones)

El entorno influye



La percepción de que el consumo está normalizado en estos espacios, junto con **la necesidad de pertenecer, encajar o no sentirse excluido**, puede llevar a algunas personas a consumir, incluso cuando no era su intención inicial.

[@esvidas.adicciones](https://www.instagram.com/esvidas.adicciones)

Riesgos inmediatos del consumo



Reacciones adversas

Cada persona reacciona diferente a los efectos de las drogas. Algunos pueden experimentar **ansiedad**, **paranoia**, **ataques de pánico** o, incluso, **psicosis**.

[@esvidas.adicciones](https://www.instagram.com/esvidas.adicciones)

Riesgos inmediatos del consumo



Deshidratación

Drogas como el éxtasis elevan la temperatura corporal. Esto, sumado al calor y la actividad física, puede **causar deshidratación o golpes de calor.**

Hay que tener **cuidado con la sobrehidratación** (ingesta masiva de agua), pues puede acarrear graves consecuencias

[@esvidas.adicciones](https://www.instagram.com/esvidas.adicciones)

Riesgos inmediatos del consumo



Mezclar sustancias

El consumo simultáneo de varias sustancias o su combinación con alcohol puede generar efectos difíciles de prever, incrementando el riesgo de **lesiones cerebrales, alteraciones cardíacas graves e incluso consecuencias fatales.**

[@esvidas.adicciones](https://www.instagram.com/esvidas.adicciones)

Riesgos inmediatos del consumo



Perder el control

El consumo de drogas puede **alterar el juicio y la toma de decisiones**, favoreciendo conductas de riesgo como mantener relaciones sexuales sin protección, involucrarse en situaciones violentas o sufrir accidentes.

[@esvidas.adicciones](https://www.instagram.com/esvidas.adicciones)

Riesgos inmediatos del consumo



Sobredosis

La cantidad ingerida puede resultar excesiva, sobre todo cuando se trata de sustancias de procedencia desconocida, **aumentando así el riesgo de sobredosis** con consecuencias potencialmente mortales.

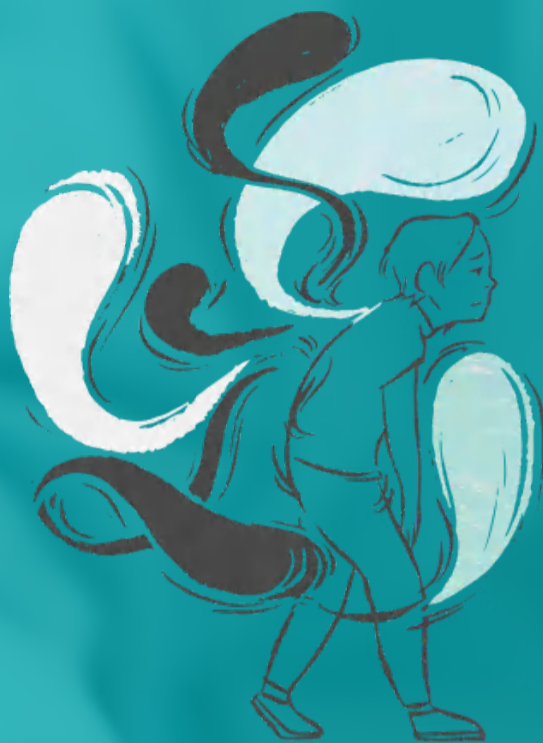
[@esvidas.adicciones](https://twitter.com/esvidas.adicciones)

¿Cómo controlar el riesgo?

En un festival, lo principal es disfrutar. Por eso, aquí te dejamos algunas recomendaciones para ello:

- Mantén una **hidratación constante**, pero no excesiva (No más de ½ litro por hora)
- **Conoce tus límites** y no te dejes influenciar por el resto
- **Evita mezclar** sustancias
- Conoce **de dónde viene la sustancia**, en la medida de lo posible.
- **Mantén informado** a tu grupo de amigos y cuida de todos

[@esvidas.adicciones](https://www.instagram.com/esvidas.adicciones)



¡Estamos aquí para ayudarte!

Somos especialistas en el tratamiento de adicciones

Llámanos o escribe al: **633 123 073**



@esvidas.adicciones