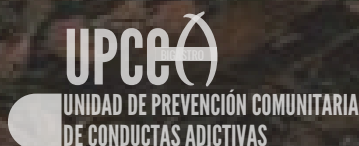


# GUIA INFORMATIVA SOBRE CHEMSEX



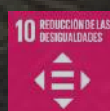
**Bigastro**  
Ayuntamiento



**UPCEA**  
UNIDAD DE PREVENCIÓN COMUNITARIA  
DE CONDUCTAS ADICTIVAS



**GENERALITAT  
VALENCIANA**  
Conselleria de Sanidad





# GUIA INFORMATIVA SOBRE CHEMSEX

## AUTORÍA EXCMO. AYUNTAMIENTO DE BIGASTRO

Abraham Fdez. Murcia. Educador Social. Servicios Sociales  
Mercedes Roca Rodríguez. Alumna CFGS Integración social

**AÑO 2025** (Febrero)



## GUIA INFORMATIVA SOBRE CHEMSEX



**Bigastro**  
Ayuntamiento

# ÍNDICE DE CONTENIDO

<b>Chemsex:</b> Concepto, sustancias consumidas y uso problemático .....	1
<b>Riesgos</b> asociados, violencia sexual y <b>chemrape</b> .....	7
Sexualidad e <b>ideación suicida</b> .....	10
<b>Recursos</b> asistenciales.....	14
Bibliografía.....	18

# CHEMSEX

Concepto, sustancias consumidas  
y uso problemático



**Bigastro**  
Ayuntamiento



**UPCEA**  
UNIDAD DE PREVENCIÓN COMUNITARIA  
DE CONDUCTAS ADICTIVAS

GUIA INFORMATIVA  
SOBRE CHEMSEX





## CONCEPTO



El chemsex, como fenómeno social y cultural, es definido por Cuarto y Martín (2024) como todo *“consumo sexualizado de sustancias, vinculado a la cultura sexual, dando lugar a largas sesiones de sexo, que pueden prolongarse durante horas, o incluso varios días”*.

Pero es mucho más. Se caracteriza por la intencionalidad del uso específico de sustancias psicoactivas, antes o durante las relaciones sexuales, con el fin de incentivar el deseo, la excitación sexual y la prolongación de la práctica.

Comenzó en grupos de hombres gays, bisexuales y otros hombres que tenían sexo con hombres (GBHSH), pero en los últimos años se han incluido a otras personas de la comunidad LGBTIQ+ como personas trans y no binarias.

Una práctica considerada de riesgo que puede darse en solitario (consumo y/o inyección de drogas mientras se ve pornografía) o en compañía, tanto online como físicamente con otras personas de forma ocasional y/o esporádica, incluyendo tríos o sexo grupal, en casas particulares, locales privados de sexo, saunas, discotecas o zonas de cruising (lugares públicos para encuentros sexuales de manera anónima).

Algunas de las motivaciones que llevan a realizar esta práctica son la materialización de fantasías sexuales, la búsqueda de espacios de intimidad con otros hombres gays, la facilidad para ligar y relacionarse con otras personas y así aliviar el sentimiento de soledad o para lidiar con emociones o sentimientos negativos muchas veces relacionados con el inicio de problemática de salud mental.



El **chemsex** no siempre es problemático, gran parte de las personas que lo practican pueden no tener consecuencias sobre su salud física, mental y sexual.

Aún así, el común denominador nos dice que implica el uso intencionado de sustancias tóxicas para tener relaciones sexuales con una o varias parejas, por un período largo de tiempo (que puede durar desde varias horas hasta varios días), por lo que supone un riesgo real en materia de salud, tanto personal como colectiva.

# SUSTANCIAS CONSUMIDAS



Son muchas las sustancias incluidas en las prácticas **chemsex**, entre las cuales encontramos:



## Cocaína

Estado de excitación motora, aumenta el nivel de actividad de la persona, incluida la sexual.



## Metanfetamina

Genera aumento de la atención, reduce el apetito y el cansancio



## Anfetamina

Más sociabilidad, un estado de euforia e incremento de la autoestima.



## GHB

Éxtasis líquido que provoca dolor de cabeza, sueño e incluso dificultades en la respiración.



## ketamina

Puede provocar delirios, pérdida de la noción del espacio-tiempo y distorsiones.



## Alcohol

Altera el estado de ánimo y autocontrol, afecta a la memoria pensar con claridad y al control físico.





### **Cannabis**

Provoca relajación, estado desinhibido alegría desmedida y aumento del ritmo cardiaco y arterial.



### **Poppers**

Crea sensación de euforia, más deseo sexual... pasando a un agotamiento rápidamente.



### **Viagra**

Altera el estado de ánimo y autocontrol, afecta a la memoria pensar con claridad y al control físico.

Los efectos siempre dependerán de la composición, la dosis, el contexto en que se consuma y las características de la persona (peso, edad, etc...). También tiene relevancia las diferentes vías de consumo, como la oral, fumada, esnifada, intrarrectal e inyectada (práctica conocida como slamming), siendo esta última vía la que genera mayor nivel de complicaciones en la salud física y mental.







## USO PROBLEMÁTICO



**Bigastro**  
Ayuntamiento

conducta adictiva si se mantiene de forma repetida y compulsiva al menos 6 meses pese a consecuencias negativas,

trastorno del estado del ánimo relacionado con síntomas de ansiedad, de depresión e ideación y conducta suicida.

La practica persistente de **chemsex** puede llevar a generar otros problemas agravados

ITS / ETS (VIH, Hepatitis,...) por el uso sexualizado de las drogas y la carencia en el uso de protección (gonorrea, chlamydia,...)

Psicosis incluso una vez eliminada la sustancia pueden persistir síntomas como ideas delirantes, alucinaciones, etc

... repercutiendo en la propia salud provocando un deterioro o malestar significativo, a veces irrecuperable.

# CHEMSEX

Riesgos asociados, violencia sexual y Chamrape



## RIESGOS ASOCIADOS



Partimos de que no todo consumo de droga bajo un contexto sexual es considerado **chemsex** y que en líneas generales, cualquier actividad, situación o práctica que incluya el consumo (y policonsumo) de drogas, supone un riesgo en sí. De forma vinculante existe riesgo, si no se toman las debidas precauciones, de contraer infecciones de transmisión sexual, sobre todo cuando se realizan prácticas sexuales con múltiples personas bajo los efectos de ciertas sustancias que aumentan la prevalencia de comportamientos peligrosos.

Por otro lado, el uso continuado de sustancias psicoactivas para mantener relaciones sexuales puede provocar que se desarrolle dependencia y una conducta adictiva.







## CHEMRAPE Y VIOLENCIA



Al igual que el **chemsex** se caracteriza, entre otras cosas, por partir del consentimiento de todas las partes, tanto en el consumo como en las prácticas sexuales, si no se diese dicho consentimiento, estaríamos hablando de situaciones “Chemrape”.

Sus consecuencias son imaginables: riesgo de sufrir violencia, abuso sexual, violación e incluso desgarros análsis.

Aunque es cierto que no es nuestra intención ofrecer una visión estigmatizante, cabe indicar que han existido casos de personas que han practicado inicialmente **chemsex** y han acabado siendo víctimas de violencia sexual debido a su posterior participación en prácticas sexuales que no habían sido consentidas, sobretudo por la dificultad que entraña establecer límites bajo los efectos de ciertas sustancias, que pueden incluso conllevar tanto recibir violencia como ejercerla.



# CHEMSEX

sexualidad e ideación suicida



**Bigastro**  
Ayuntamiento



**UPCEA**

UNIDAD DE PREVENCIÓN COMUNITARIA  
DE CONDUCTAS ADICTIVAS

GUIA INFORMATIVA  
SOBRE CHEMSEX



## IDEACIÓN SUICIDA



El consumo recreativo de drogas con fines sexuales (**Chemsex**) es una elección y derecho personal que puede acabar constituyendo un problema de salud pública, con consecuencias negativas en la salud física, pero sobretodo en la psicológica de las personas que lo practican.

¿Qué puede alterar mi estado de calma y provocar pensamientos tendentes al suicidio? Pues algunas personas han podido presentar “bajones” (anímicos) después de alguna sesión de **chemsex**, en su mayoría provocados por la abstinencia a sustancias estimulantes ingeridas. Este tipo de estado, si es recurrente, puede inducir a alteraciones de la persona como por ejemplo trastornos por consumo de sustancias, ansiedad, depresión, episodios psicóticos, conducta autolesiva e incluso ideación y tentativa suicida.



el chemsex es una cuestión de libertad individual como derecho que tenemos las personas para decidir sobre nuestra sexualidad, pudiendo utilizar nuestro cuerpo como deseemos y aceptando las propuestas que prefiramos, siempre que no suponga un perjuicio a terceras personas



Otras situaciones que pueden desequilibrar el estado de normalidad personal y comenzar a generar pensamientos catastrofistas puede deberse a la posible transmisión de infecciones (VIH, VHC, sífilis y gonorrea), daños asociados por el consumo por vía venosa (SLAM) y/o sobredosis.

Como vemos, las drogas pueden producir tanto sensaciones y estados placenteros, como también efectos directos no buscados adversos como intoxicación (efectos inmediatos y transitorios de la sustancia consumida que altera la función y el juicio personal afectando al estado de ánimo), abstinencia (sentimiento de irritación, molestia o malhumoramiento, estado nervioso, dificultad para la concentración, estados de tristeza y pesimismo) y trastornos mentales inducidos por sustancias.

En **chemsexers** es frecuente que se presenten diversos de estos síntomas, llegando incluso a ansiedad y en menor medida depresión menor. Si nos centramos en quienes presentan más ideación y conductas suicidas en este ámbito, hay que especificar que la población GBHSH (hombres gais, bisexuales y otros que practican sexo con hombres) que utiliza "slamming" (inyección de drogas por vía venosa para mantener relaciones afectivo-sexuales) presenta mayor prevalencia que quienes no optan por esta práctica durante el chemsex.



Tu eres parte de la respuesta al fenómeno del **chemsex**, pero evita la estigmatización y actúa desde la responsabilidad centrándote en las necesidades encubiertas de quienes lo practican, las vivencias y experiencias de quienes llegan a verbalizarlo, las motivaciones para su práctica habitual... todo esconde una realidad, salud y vulnerabilidad, que en muchas ocasiones trascienden el placer (recordemos que hemos advertido que el uso de drogas psicoactivas puede provocar intoxicaciones agudas y problemas de dependencia a largo plazo, complicando tanto la salud física como la mental).

Ante la escasa consciencia social sobre los efectos que pueden acarrear el consumo de sustancias para las practicas sexuales **hay que minimizar el estigma y hacer gala de empatía para dar apoyo y acompañar a las personas involucradas.** Por eso, como parte de la sociedad debemos:



ofrece acompañamiento emocional a chemsexers



aprende y aporta info. sobre consumo de sustancias y riesgos asociados



participa en campañas de sensibilización desde el voluntariado



reclama medidas de reflexión crítica y reducción de riesgos



# CHEMSEX

Recursos asistenciales



**Bigastro**  
Ayuntamiento



**UPCEA**  
UNIDAD DE PREVENCIÓN COMUNITARIA  
DE CONDUCTAS ADICTIVAS

GUIA INFORMATIVA  
SOBRE CHEMSEX





## RECURSOS ASISTENCIALES



En el ámbito de las conductas adictivas podemos encontrar intervenciones de todo tipo, desde la reducción del daño y riesgos cuando no se consigue la abstinencia a actuaciones centradas en las relaciones intrafamiliares, tratamientos farmacológicos, acompañamiento psicosocial e incluso apoyo a la integración social y laboral.

Dependiendo de las necesidades, los recursos pueden ser de información a través de redes y coordinación con organizaciones de base comunitaria, de derivación temporal para asesoramiento concreto o puntual hasta más intensivos y especializados, tanto para el tratamiento como para la reinserción social, como las unidades de hospitalización, consultas externas e interconsulta de salud mental, centros de día, servicios de rehabilitación, etc.

La derivación suele realizarse a través de los equipos de atención primaria (tanto de servicios sociales como unidades de trabajo social de centros de salud municipal), desde los recursos hospitalarios hasta por medio de equipos de urgencias psiquiátricas y/o por iniciativa propia.

# RECURSOS ASISTENCIALES



En función del territorio donde residamos, estos recursos podrán ser unos u otros, tanto públicos como privados. A continuación ofrecemos aquellos recursos que podemos encontrar en la comarca de la Vega Baja y a nivel provincial/autonómico que abordan el consumo desde aspectos sanitarios, psicológicos, sociales, ocupacionales y de ocio saludable:



Unidad de Salud Mental  
Hospital Vega Baja  
Crta. Orihuela-Almoradí, S/N



Centro de Salud Mental  
Hospital Torrevejea  
C/ Urbano Arregui, 6



Unidad de Psicología Clínica  
Hospital Quirón Torrevejea  
Partida de la Loma, s/n



Unid. Conductas Adictivas  
C. Álvarez de la Riva  
Avda. Príncipe de Asturias, s/n



Centro de Día Orihuela  
Asociación ACAD-Renacer  
[www.acadrenacer.com](http://www.acadrenacer.com)



Centro de Día Torrevejea  
Asoc. Esperanza y Vida  
[www.asociacionesperanzayvida.com](http://www.asociacionesperanzayvida.com)



Centro de Desintoxicación  
Forum Salud Mental  
[www.adiccionesalicante.com](http://www.adiccionesalicante.com)



CIPs (info. y prevención Sida)  
DG de Salud Pública  
Plaza España, 6. Alicante  
Tlf: 965169070 / 900702020

# RECURSOS ASISTENCIALES



CESIDA Com.Valenciana  
Coord. Estatal de VIH y sida  
<https://cesida.org>



Prog. de Deshabitación  
Comité antisida VLC  
[www.comiteantisidavalencia.org](http://www.comiteantisidavalencia.org)



SIPrEP (Sist. Info. Prog. de PrEP)  
Plan Nacional sobre el Sida  
[www.siprep.isciii.es/plataforma-siprep](http://www.siprep.isciii.es/plataforma-siprep)



Servicio Orienta LGTBIQ+  
Generalitat Valenciana  
Correo: [orienta\\_alc@gva.es](mailto:orienta_alc@gva.es)



Programa para la respuesta coordinada  
al chemsex en la Comunitat Valenciana  
2025-2027

Programa para la respuesta coordinada al chemsex en la Comunitat Valenciana 2025-2027 impulsado por la Dirección General de Diversidad de la Vicepresidencia Primera y Conselleria de Servicios Sociales, Igualdad y Vivienda. [Accede al documento](#)



Curto, J. y Martín, L. (2024) Guía rápida de abordaje del chemsex para profesionales sanitarios. GESIDA y GILEAD. Disponible en <https://saludextremadura.ses.es/web/detalle-contenido-estructurado/guia-rapida-de-abordaje-?refMenu=383>

Grupo de Trabajo sobre Tratamientos del VIH (gTt-VIH) (2023) Infodrogas-vih. Cuidado de la salud mental y chemsex. Disponible en [https://www.gtt-vih.org/wp-content/uploads/2023/06/1\\_GTT\\_Infodr\\_salut\\_mental\\_2023\\_web.pdf](https://www.gtt-vih.org/wp-content/uploads/2023/06/1_GTT_Infodr_salut_mental_2023_web.pdf)

Guía sobre drogas (2007) Delegación del Gobierno para el Plan Nacional sobre Drogas. Secretaría General de Sanidad, Ministerio de Sanidad y Consumo de España. Disponible en [https://www.girona.cat/adminwebs/docs/g/u/guia\\_\\_drogas.pdf](https://www.girona.cat/adminwebs/docs/g/u/guia__drogas.pdf)

Instituto de Adicciones de Madrid Salud (2022) Informe CHEMSEX 2021-2022. Subdirección General de Adicciones Madrid Salud. Disponible en <https://madridsalud.es/publicacionness/informe-chemsex-2021-2022/>

ONG stop Sida (2022) Chemsex support. Disponible en <https://chemsex.info/>

Pozo, P. (2023) Día Europeo de la Salud Sexual: Las enfermeras, ante nuevas amenazas como el 'chemsex'. Revista científica del CODEM. Disponible en <https://www.codem.es/guias/dia-europeo-salud-sexual-enfermeras-ante-nuevas-amenazas-como-chemsex>

# GUIA INFORMATIVA SOBRE CHEMSEX

