

**NESSUNA DIPENDENZA NESSUNA PROIBIZIONE**  
Sn.info e Infoshock- sportelli antiproibizionisti

**Sn.info: il primo giovedì del mese dalle 20.00 alle 22.00**  
@ Strike Spazio Pubblico Autogestito, Via Partini 21, Casal Bertone;  
l'ultimo giovedì del mese dalle 20.00 alle 22.00 @ C.S.O.A. Forte  
Prenestino, Via F. Delpino, Centocelle.  
Per info: [sninfo.noblogs.org](mailto:sninfo.noblogs.org) - tel: 3661447867  
mail: [sninfo@autistici.org](mailto:sninfo@autistici.org)

**Infoshock: il terzo giovedì del mese**  
dalle 18 alle 21 @ Esc Atelier Autogestito, Via dei Volsci 159,  
San Lorenzo  
Per info: [www.escatelier.net](http://www.escatelier.net) - tel: 3661447867 -  
mail: [difesapsicoattiva@gmail.com](mailto:difesapsicoattiva@gmail.com)

In collaborazione con Associazione di promozione sociale  
Informa e Insostanza - [informaeinsostanza@inventati.org](mailto:informaeinsostanza@inventati.org)



## COS'E'

La ketamina è un anestetico per uso umano e veterinario che a piccole dosi diventa uno psichedelico molto potente. La ketamina si trova in polvere da sniffare o in liquido da iniettare o ingerire.

## MODI E TEMPI

La ketamina si trova in polvere da sniffare o in liquido da iniettare o ingerire. Sniffata impiega circa 10/15 minuti per salire e l'effetto dura da 30 a 90 minuti. Ingerita sale dopo 20 minuti e l'effetto dura 1,5-8 ore. Iniettata, sale dopo qualche minuto, dura 45-90 minuti e si estingue in 4-6 ore.

## EFFETTI RICERCATI

Gli effetti della ketamina variano molto in funzione del dosaggio. Tra i 10-35 mg si ottiene un effetto sedativo, ottenendo uno stato di rilassamento vegetativo e muscoli distesi. Sin da dosaggi molto bassi si riscontrano effetti sull'equilibrio ed insensibilità al dolore. La mente sembra viaggiare separata dal corpo, si hanno allucinazioni, il tempo si dilata e le parti del corpo sembrano staccarsi. Se la sostanza è pura produce evidenti effetti psichedelici. A dosaggi più alti si ottengono effetti allucinogeno/dissociativi. Tra i 60 e i 120 mg si determina un totale distacco dalla realtà. A forti dosaggi la ketamina produce una totale dissociazione della mente dal corpo. È però importante tener conto che questa è una droga totalmente imprevedibile; non si può giudicare dall'esperienza precedente come sarà la prossima.

## EFFETTI INDESIDERATI

Effetti secondari piuttosto comuni sono la nausea e la diarrea. A dosi elevate possono verificarsi "bad trip" (attacchi di panico, deliri, paranoia e freddo), depressione respiratorie (che può essere fatale), rallentamento (fino anche all'arresto) o accelerazione del battito cardiaco. Ovviamente, i rischi sono particolarmente alti soprattutto per chi soffre di problemi cardiaci. L'uso di questa sostanza può provocare psicosi durature o permanenti. Con il tempo sviluppa tolleranza (ovvero bisogna usarne sempre di più per ottenere gli stessi effet-

ti) e dipendenza psicologica.

## RIDUZIONE DEI RISCHI

Se la assumi per la prima volta è meglio prenderne una piccola quantità (la metà, circa, di chi la usa abitualmente) perché l'effetto è molto più potente e soprattutto per non incorrere in una crisi respiratoria o in un'overdose.

Assumila lontano dai pasti, in un luogo caldo in modo da ridurre i rischi di nausea, vomito, diarrea ecc.

Se sniffi keta, polverizza la sostanza più che puoi e utilizza una tua personale cannucchia, per evitare la trasmissione di epatite C.

Lavati mucose, denti e narici per evitare danni. Se la inietti usa materiale per iniezione sterile, non scambiandolo e non riutilizzandolo, riduci così i rischi di contrarre e trasmettere malattie infettive, di andare incontro a setticemie.

Iniettarsi uno stupefacente è la maniera più diretta per andare in overdose o per contrarre malattie (AIDS, epatiti ecc.). A differenza di altre droghe, tra l'altro, iniettarsi ketamina non ne aumenta l'effetto ma lo rende solo più immediato.

Sotto ketamina si perdono il controllo del proprio corpo ed il senso della realtà. Ad alti dosaggi diventa impossibile anche solo camminare o rendersi conto di essere in mezzo ad una strada; inoltre, l'insensibilità al dolore può fare ignorare ferite o contusioni. Per questo, è meglio stare seduti o sdraiati in un posto tranquillo. Evita, chiaramente, di guidare o fare il bagno.

Assumendo la ketamina si può raggiungere uno stato di sonnolenza simile al coma quindi è bene controllare il polso e il respiro.

Le persone che soffrono di disturbi cardiocircolatori, pressione alta o glaucoma, dovrebbero assolutamente evitare il consumo di ketamina.

Non consumare mai ketamina da solo e, se ne fai uso, fallo solo se ti senti in buone condizioni mentali e fisiche e se hai dormito a sufficienza.

Gli effetti non dipendono esclusivamente dalla quantità della dose assunta, ma anche dalle caratteristiche soggettive riconducibili allo stato d'animo e alla condizione fisica di chi la assume! In una donna il peso del corpo è, mediamente, inferiore a quello di un uomo: per ottenere lo stesso effetto basta una quantità minore della sostanza.

Per ridurre gli effetti fisiologici si consiglia di consumare grandi quantità di frutta e verdura e di omega 3 (grassi essenziali che il nostro organismo non produce). Questi ultimi servono per fluidificare la membrana cellulare; si trovano nel pesce, in particolare nello sgombrò.

## OKKIO AL MIX

Regola generale: non mischiare sostanze! Gli effetti che si manifestano dopo il consumo combinato di più stupefacenti sono difficili da prevedere e non sono necessariamente il risultato della somma degli effetti delle singole sostanze.

Non mischiare la ketamina con alcol, barbiturici, eroina o altre sostanze che deprimono il sistema respiratorio.

## INFORMAZIONI LEGALI

L'attuale normativa italiana in tema di stupefacenti (dopo la modifica c.d. Fini Giannardi) non distingue tra droghe leggere e droghe pesanti: quello che fa la differenza è la quantità di sostanza che detieni! Al di sopra di una certa soglia (Dose Massima Consentita D.M.C.: per la ketamina 900 mg di principio attivo) anche la semplice detenzione viene punita con una pena che va da 6 ai 20 anni di reclusione e una multa da 26 a 260.000 euro. Al di sotto della D.M.C. ricorrono sanzioni c.d. amministrative tipo la sospensione, per un periodo non inferiore a un mese e non superiore a un anno, della patente di guida, del passaporto o del permesso di soggiorno per motivi di turismo, il divieto di conseguirlo se si è cittadini extracomunitari o l'invito a seguire un programma terapeutico o socioriabilitativo. Altre norme prevedono sanzioni ulteriormente pesanti nei casi in cui si viene trovati in possesso di sostanze dopo che si è già stati segnalati come assuntori di stupefacenti o mentre si è alla guida di un veicolo. Inoltre il codice della strada sanziona penalmente chi viene fermato alla guida di un veicolo sotto l'effetto di stupefacenti. Per saperne di più <http://sninfo.noblogs.org/>