

# *MDMA, CRISTAL O ÉXTASIS EN POLVO*

**LA DROGA SINTÉTICA QUE ESTÁ  
CAUSANDO ESTRAGOS EN EL  
MUNDO**

**Todo sobre sus efectos**



[www.esvidas.es](http://www.esvidas.es)

# MDMA o Cristal

¿Qué es?	03
Características	04
¿Cómo se presenta?	05
¿Cómo se consume?	05
Riesgos y consecuencias de consumo	06
Riesgos y consecuencias de consumo	07
Diferencia MDMA con crystal meth	08



# ¿QUÉ ES CRISTAL DROGA? EL VÍNCULO ENTRE MDMA Y CRISTAL EN LAS FIESTAS

El "cristal", al que muchos jóvenes se refieren en el contexto de fiestas y eventos sociales es, en realidad, una forma de MDMA o éxtasis en polvo. A menudo se le denomina así debido a su apariencia cristalina y polvo fino, pero lo que se desconoce es que esta sustancia es una droga psicoactiva que tiene efectos estimulantes y empatógenos.

El MDMA (éxtasis en polvo) actúa directamente sobre el cerebro, incrementando la liberación de neurotransmisores como la serotonina, la dopamina y la noradrenalina, lo que produce sensaciones de alegría extrema, empatía y una mayor conexión con los demás. La razón por la que se consume en estos ambientes es porque potencia las emociones y la sensación de unidad, lo que puede generar una experiencia social única y aparentemente inofensiva.



**EL ÉXTASIS EN POLVO ACTÚA SOBRE EL CEREBRO, INCREMENTANDO LA LIBERACIÓN SEROTONINA, DOPAMINA Y NORADRENALINA**



## CARACTERÍSTICAS DEL CRISTAL O MDMA

# 2

**01**

El MDMA generalmente **se traga en forma de pastillas**, pero también se encuentra en polvo y se mezcla con las bebidas alcohólicas.

**02**

El polvo o cristal **tiene una apariencia similar a la sal o el azúcar**. Se presenta comúnmente en pastillas o en polvo blanco o cristalino.

**03**

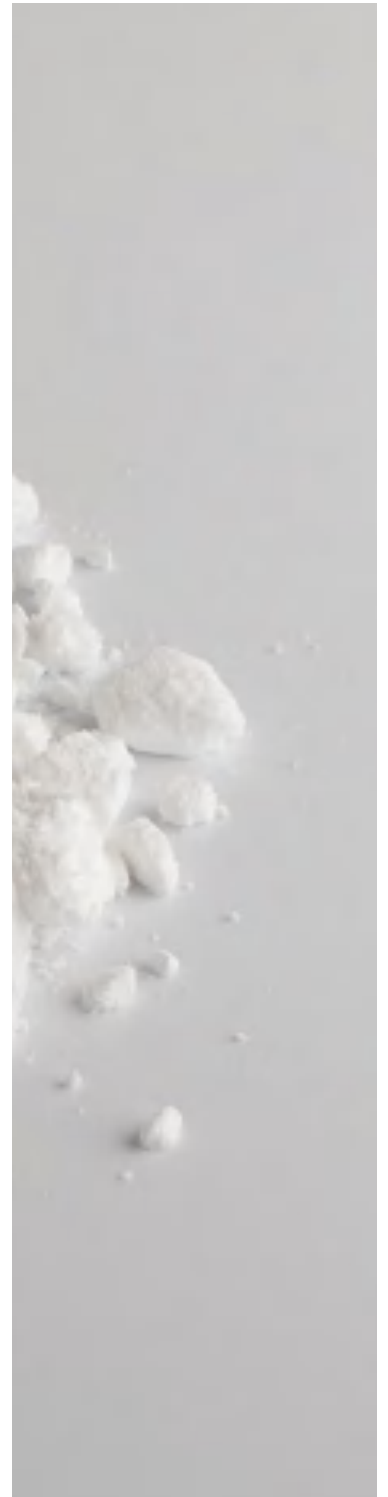
**Los efectos pueden durar entre 3 a 6 horas**, dependiendo de la cantidad consumida y la pureza de la sustancia.

**04**

**Puede estar adulterado con otras sustancias**, como cafeína, anfetamina, o metanfetamina, lo que hace más difícil saber qué se está consumiendo.

**05**

El MDMA es comúnmente **utilizado en fiestas, raves y otros eventos nocturnos** por su capacidad para mejorar la experiencia social.



## ¿CÓMO SE PRESENTA?

Se presenta en forma de cristales o polvo, generalmente de color blanco o rosado. Coloquialmente, se conoce como "cristal", "MDMA" o "éxtasis en su forma pura". También puede encontrarse en cápsulas o disuelto en líquidos.

Por lo general, se consume por vía oral, disuelto en agua o en papel de fumar, aunque también puede inhalarse o esnifarse. Sus efectos aparecen entre 20 y 60 minutos después de la ingesta y pueden durar varias horas, provocando una intensa sensación de euforia, empatía y estimulación.

## ¿CÓMO SE CONSUME?

La gente busca euforia y una forma de escapar de sus emociones, ya sea el estrés de la vida diaria, la ansiedad o la soledad. En ese contexto, el MDMA se ha convertido en una de las drogas más populares en estos ambientes. Pero lo que muchos no saben es que, al igual que muchas otras drogas, el MDMA viene con una serie de riesgos ocultos, especialmente cuando se consume de maneras que parecen "inofensivas".

Una de las formas más comunes de consumo del cristal es en **su forma de polvo**, el cual a menudo se mezcla con bebidas como agua, refrescos o incluso alcohol. Esta práctica es muy común en fiestas y eventos sociales, donde las personas quieren "agregar algo extra" a su experiencia. La idea errónea es que, si el MDMA se disuelve en un líquido, se vuelve más seguro o menos dañino, y que mezclarlo con alcohol u otras bebidas solo aumenta el "efecto de diversión".

INHALADO

PASTILLAS O CÁPSULAS

MEZCLADO CON ALCOGOL

**MEZCLAR EL CRISTAL CON ALCOHOL O CUALQUIER OTRA BEBIDA NO ES SOLO PELIGROSO, SINO TAMBIÉN POTENCIALMENTE MORTAL**



# RIESGOS Y CONSECUENCIAS DE SU CONSUMO

# 5

## EFFECTOS INMEDIATOS DEL CRISTAL ¿QUÉ SUCEDE AL CONSUMIRLO?

### DESHIDRATACIÓN EXTREMA



El MDMA aumenta la temperatura corporal y puede hacer que tu cuerpo pierda líquidos rápidamente. Esto puede llevarte a una deshidratación severa.

### AUMENTO DEL RITMO CARDÍACO



Si alguna vez has sentido que tu corazón late desbocado o que estás respirando con dificultad, es una señal de que tu cuerpo está con una presión extrema.

### ANSIEDAD Y PARANOIA



Este bajón, acompañado de ansiedad o paranoia, es un efecto común del MDMA. Quizás te sientas nervioso o incómodo...

### DESCONTROL EMOCIONAL



El MDMA puede hacerte sentir extremadamente emocional, ya sea en forma de tristeza o agitación, después de que los efectos iniciales desaparecen.

### NÁUSEAS Y MALESTAR



La deshidratación, aumento de la temperatura corporal y efectos secundarios en el sistema digestivo puede hacer que te sientas mal.



# 5 RIESGOS Y CONSECUENCIAS DE SU CONSUMO

## EFFECTOS A CORTO Y LARGO PLAZO DEL CONSUMO DE CRISTAL

### DEPRESIÓN SEVERA

La falta de dopamina y serotonina después del consumo puede generar desesperación, tristeza profunda y falta de motivación, lo que puede evolucionar hacia una depresión clínica.

### AUMENTO DE LA ANSIEDAD

Muchos usuarios experimentan un trastorno de ansiedad persistente, donde el miedo, la preocupación y el estrés parecen tomar control de su vida.

### DIFICULTADES PARA DORMIR

Los trastornos del sueño se vuelven crónicos, lo que afecta gravemente el bienestar general, haciéndote sentir constantemente fatigado y menos capaz de lidiar con el estrés diario.

### PROBLEMAS DE MEMORIA

El uso de estas sustancias puede afectar la función cognitiva, haciendo que las tareas cotidianas se vuelvan más difíciles.



**Es importante que reconozcas lo siguiente:** Cada vez que consumes MDMA, te arriesgas a enfrentar efectos negativos que no se limitan solo al momento en que la droga está en tu sistema. Los efectos físicos y emocionales de la droga pueden seguir afectando tu cuerpo y tu mente mucho después de que el subidón haya desaparecido.





# DIFERENCIA ENTRE MDMA (ÉXTASIS) Y CRISTAL (METANFETAMINA)

## CRYSTAL METH

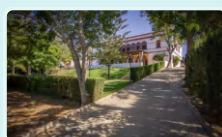
Cuando hablamos de cristal, muchas veces nos estamos refiriendo a una forma de metanfetamina, conocida en su versión más pura como "crystal meth". Esta droga es altamente adictiva y puede ser increíblemente destructiva para tu cuerpo y tu mente. Se presenta como cristales pequeños y brillantes, parecidos al vidrio o al hielo, de ahí su nombre. El cristal no tiene nada de "divertido" o "inofensivo"; por el contrario, sus efectos pueden ser devastadores.

## MDMA (ÉXTASIS)

El MDMA, o éxtasis en polvo, tiene una estructura química diferente. Aunque ambas drogas se consumen en entornos similares, como fiestas y conciertos, sus efectos son profundamente distintos. El MDMA está diseñado para inducir euforia, aumentar la energía y generar un sentido de empatía y conexión. Es la droga de fiesta por excelencia, y muchos la consumen pensando que es relativamente segura porque sus efectos se sienten agradables en el corto plazo.

## Esvidas - Un lugar lleno de experiencias superadas

Si lo que buscas es desconectar de todo, tenemos algo único para ti: un **entorno natural privilegiado, lleno de calma y serenidad**, donde el aire invita a reflexionar y reconectar contigo mismo. Sitio perfecto para dedicarte por completo a lo más importante: redescubrir tu bienestar y tu paz interior.





# Esvidas

Grupo Sanitario Reinservida

## Tratamiento de adicciones



### Centros de ingreso

Centros y tratamientos para ayudarte estés donde estés



### Estudio personalizado

Análisis del caso para ofrecer el tratamiento más adecuado



### Asesoramiento

Orientación a familiares sobre cómo manejar la difícil situación



### Seguimiento

Desde el primer contacto con nosotros y en todo el proceso



### Terapia online

Por si prefieres o necesitas un tratamiento a distancia



### + 3000 Familias

Encuentran la ayuda que necesitan para superar la adicción



[www.esvidas.es](http://www.esvidas.es)



911 091 900



633 123 073