



È già passato un secolo dalla prima volta in cui è stata sintetizzata l'MDMA, che si è però diffusa con il nome ecstasy solo decenni più tardi. La sua popolarità è stata raggiunta negli anni Ottanta e Novanta in contemporanea con i rave e altre feste techno. Oggi è una componente tipica del mondo delle discoteche frequentato da adolescenti e giovani adulti. Quali sono gli effetti dell'ecstasy e droghe affini? Quali sono i rischi immediati e a lungo termine in caso di consumo? Che tipo di prevenzione ci vuole?

Ecstasy

Dai laboratori farmaceutici alle discoteche

L'ecstasy (MDMA) e i suoi derivati (MMDA, MDA, MDEA ed MBDM) sono sostanze psicoattive diffuse sotto innumerevoli forme sul mercato nero con i nomi più disparati: XTC, E, X, Eve, Love drug. Contrariamente all'opinione comune, l'MDMA è stata sviluppata agli inizi del XX secolo dall'industria farmaceutica non come inibitore dell'appetito, bensì come antiemorragico, dopodiché è presto finita nel dimenticatoio. Solo dagli anni Sessanta, con gli esperimenti e le pubblicazioni del chimico statunitense Alexander Shulgin sul potenziale psicoattivo della sostanza, l'ecstasy è giunta a una grande notorietà. Negli anni Ottanta, è diventata una presenza costante nelle feste di vari movimenti giovanili.

Nel 1985 è stata inserita, insieme ad altre droghe analoghe, nella Convenzione dell'ONU sulle sostanze psicotrope del 1971 ed esplicitamente vietata in paesi come gli Stati Uniti e la Francia. In Svizzera, l'ecstasy e i suoi derivati sono stati inclusi nell'elenco della Legge federale sugli stupefacenti (LStup) nel 1986: sono quindi punibili la fabbricazione, il consumo, il possesso, l'acquisto e il commercio.



La sostanza e i suoi effetti

L'ecstasy, la cui denominazione chimica è 3,4-metilenediossimetanfetamina (MDMA), così come le sostanze con una struttura analoga (MMDA, MDA, MDEA e MBDM) sono derivati anfetaminici interamente prodotti in laboratorio, ossia le cosiddette droghe sintetiche.

A livello neurobiologico, l'MDMA alimenta la produzione di serotonina, un neurotrasmettitore, e ne ostacolano il riassorbimento. L'esperienza che il consumatore può trarne dipende da vari fattori, come l'ambiente in cui si trova, il suo stato d'animo, le aspettative ecc. Dopo l'assunzione di MDMA, aumentano i battiti cardiaci e le pupille si dilatano. Nei primi trenta-quaranta minuti dall'assunzione orale, si ha solo un effetto leggermente euforizzante, che in seguito si intensifica sempre più. Gli effetti principali sono una maggiore sensibilità sensoria (effetto entactogeno) e una sensazione di maggiore vicinanza alle altre persone (effetto empatogeno). Chi consuma MDMA elenca tra gli effetti positivi anche un senso di rilassamento, una sensazione di felicità e di soddisfazione e una maggiore disponibilità ad aiutare il prossimo. Le componenti anfetaminiche dell'ecstasy accrescono il senso di vigilanza.

A dipendenza della quantità e della loro struttura chimica, l'MDMA e le sostanze affini inducono effetti stimolanti, allucinogeni o accentuano le facoltà introspettive e sensoriali. Gli effetti delle droghe in genere durano dalle due alle sei ore. Dal momento dell'assunzione, l'ecstasy e i suoi metaboliti possono essere rilevati nel sangue per 24 ore, nelle urine per tre giorni e fino a diversi mesi nei capelli.

Sulle droghe sintetiche circolano molte idee sbagliate. Per esempio, il GHB, anche noto come ecstasy liquida, viene spesso ritenuto una sostanza apparentata al gruppo dell'MDMA, mentre in realtà se ne distingue sia per la composizione chimica sia per gli effetti.

Modalità di consumo

L'ecstasy viene consumata prevalentemente sotto forma di pasticche colorate e con vari motivi impressi. Talvolta viene però anche sniffata o fumata.

I luoghi di consumo e spaccio più frequenti sono le discoteche, i bar e altri luoghi di divertimento notturno. Non di rado, le pastiglie contengono una miscela di ecstasy e anfetamine, ma a volte anche altre droghe, quali cocaina, LSD, PCP o ketamina e quasi sempre anche sostanze di taglio.

Il consumo di ecstasy è particolarmente frequente nei fine settimana e a scopo ricreativo, soprattutto durante i party e in locali notturni. Chi consuma cerca, oltre a un'esperienza musicale e di ballo più intensa, uno stacco puntuale dalla vita quotidiana. L'assunzione della pasticca dalla quale ci si aspetta effetti straordinari (sensazioni più intense, facilità comunicativa, divertimento in gruppo, maggiore resistenza durante le feste) diventa un rituale ricreativo. L'ecstasy non è una droga da anticonformisti o emarginati, bensì una sostanza usata in momenti ben precisi per potersi immergere in un clima di spensieratezza temporanea.

Consumo di ecstasy in Svizzera

I consumatori di ecstasy sono in gran parte persone socialmente integrate e nel mondo del lavoro, che non saltano particolarmente all'occhio. Il consumo avviene a titolo ricreativo, in genere nei fine settimana, spesso insieme ad altre sostanze.

In un sondaggio del 2014 tra i giovani in età scolastica (HBSC), lo 0,9 % dei ragazzi e l'1,9 % delle ragazze quindicenni hanno ammesso di aver consumato ecstasy almeno una volta. Un sondaggio del 2012 su un campione rappresentativo della popolazione generale

ha rivelato che il 2,7 % delle persone sopra i quindici anni ha provato l'ecstasy almeno una volta, lo 0,3 % nei dodici mesi precedenti l'inchiesta.

Ma questi dati generali non devono ingannare: in determinati gruppi, il consumo è nettamente più alto. Secondo alcuni operatori vicini agli ambienti della vita notturna, esiste un elevato numero di adolescenti e giovani adulti che consumano regolarmente dosi consistenti di ecstasy, spesso in combinazione con alcol, cannabis, anfetamine e

cocaina. Molte persone che utilizzano queste sostanze per far festa nel fine settimana, assumono talvolta anche sostanze sedative (p.es. alcol, cannabis, sonniferi o addirittura eroina) per contrastarne gli effetti stimolanti e rilassarsi.





Effetti secondari e rischi

Gli effetti secondari e i rischi legati al consumo di queste droghe dipendono molto dal dosaggio: una dose superiore a 120 mg di MDMA può avere effetti primari e secondari molto forti. Anche l'età, il sesso, la massa corporea, lo stato di salute (funzioni renali ed epatiche), la predisposizione psichica, lo stato mentale e la situazione in cui ci si trova al momento del consumo incidono sulle reazioni della persona. Il desiderio di tenere il passo durante le lunghe «maratone» di ballo in discoteca o ai rave party induce ad adottare una strategia di «ricarica» ogni qualvolta gli effetti stanno per esaurirsi. Ciò comporta il rischio di sfinimento e di intossicazione acuta, in particolare nelle sale surriscaldate e in caso d'insufficiente idratazione con bevande senz'alcol. Alte dosi di MDMA possono inoltre provocare disturbi nella regolazione termica, per cui il calore eccessivo conduce a insufficienze renali, epatiche e cardiocircolatorie potenzialmente fatali. Il dosaggio eccessivo può anche causare una sindrome serotoninergica, che si manifesta con irrequietezza, confusione, sudorazione, tachicardia, tremore ecc. Dopo il consumo di MDMA, si possono anche provare sensazioni di malumore o depressione a causa della mancanza di serotonina. Quando i livelli di serotonina si sono ristabiliti, questi sintomi passano.

Effetti secondari immediati frequenti in caso di assunzione di ecstasy:

- dilatazione delle pupille e vista offuscata
- secchezza della bocca
- crampi muscolari, digrignamento dei denti
- mal di testa, vertigini e nausea
- irrequietezza psicomotoria
- disturbi della concentrazione
- disturbi motori
- riduzione della capacità di giudizio

I seguenti effetti collaterali possono manifestarsi anche parecchie ore o addirittura alcuni giorni dopo il consumo (midweek blues):

- insonnia
- apatia
- disturbi depressivi
- ansia

Dipendenza

La sospensione del consumo di ecstasy può provocare manifestazioni psichiche di astinenza come sbalzi di umore, stati depressivi e un forte desiderio di assumere altra droga. Un consumo frequente conduce a una reazione di assuefazione che può indurre ad aumentare le dosi e la frequenza di assunzione. Spesso avviene anche un'inversione degli effetti: in caso di consumo frequente, gli effetti positivi ricercati diminuiscono, mentre quelli negativi si accentuano.

Rischi di intossicazione

L'intossicazione acuta dopo un sovradosaggio di ecstasy o un'assunzione concomitante di altre sostanze (p.es. alcol) può mettere in pericolo la vita. I sintomi sono:

- crampi
- disidratazione
- ipertermia
- calo della pressione
- disturbi cardiovascolari
- edema polmonare
- disfunzioni epatiche e renali

L'MDMA provoca un aumento del tasso di serotonina nel cervello. In caso di assorbimento insieme ad altre sostanze serotoninergiche (p.es. antidepressivi, litio), può scatenarsi una sindrome da intossicazione acuta da serotonina con sintomi fisici e psichici quali eccessi di sudorazione, diarrea, ipertermia, nausea, vomito, disturbi del sonno, tachicardia, atassia (disturbi della coordinazione muscolare), angoscia, confusione e addirittura coma. Anche alcuni farmaci (come il Ritonavir) amplificano la tossicità dell' MDMA.

Rischi a lungo termine

Il consumo di ecstasy può influire negativamente su problemi di salute preesistenti come ipertensione, malattie cardiovascolari, del fegato o dei reni, diabete, glaucoma ed epilessia. I risultati di diverse ricerche fanno supporre che a lungo termine l'ecstasy produce effetti neurotossici a livello serotoninergico. Danneggiando le sinapsi, la comunicazione tra i neuroni si inibisce o cessa, il che provoca deficit cognitivi quali perdita di memoria e difficoltà di apprendimento, disturbi psicomotori o mentali. Se il consumo comincia in giovane età, il rischio che tali effetti si manifestino aumenta. Non è ancora chiaro in che misura i danni possano essere permanenti. Alcuni indizi indicano che essi siano reversibili, ma è anche vero che in persone che hanno smesso di consumare ecstasy sono stati riscontrati deficit cognitivi anche dopo parecchio tempo. Non si può quindi escludere un influsso a lungo termine sulle capacità di apprendimento.

Esiste una relazione tra consumo di ecstasy e alcune malattie psichiche quali l'ansia e la depressione. Sembra essere il caso soprattutto nei soggetti predisposti a questo tipo di disturbi, ma il rapporto di causalità non è ancora chiaro. I problemi psichici potrebbero precedere il consumo oppure potrebbe essere il consumo a provocare i problemi. Il consumo di altre droghe può inoltre avere un ruolo importante.



Prevenzione

L'ecstasy viene soprattutto consumata sulla scena della musica techno, anche se non tutte le persone che frequentano le feste ne consumano necessariamente. Bisogna incoraggiare i non consumatori a continuare a non assumere droga. Per gli altri, la prevenzione consiste innanzitutto a cercare di ridurre i rischi.

Per raggiungere il gruppo mirato, è necessario agire direttamente nei luoghi in cui avviene il consumo. Una prevenzione di questo genere deve adeguarsi continuamente alla rapida evoluzione del mondo delle feste. Diverse esperienze dimostrano che in questi ambienti c'è un grande bisogno di informazioni affidabili sulle sostanze psicoattive, sui loro effetti e sui rischi che comportano. Affinché il messaggio raggiunga il pubblico desiderato, deve essere elaborato in funzione dei destinatari.

Una misura di riduzione dei rischi talvolta attuata in Svizzera direttamente nei luoghi di consumo è l'analisi delle pastiglie di ecstasy e di altre droghe sintetiche in laboratori mobili (drug checking) per conoscerne la composizione effettiva. Questo provvedimento deve essere accompagnato da una consulenza ai consumatori, da una spiegazione dell'analisi chimica e da messaggi di prevenzione chiari.

Questi sforzi devono inoltre essere estesi a livello strutturale, per esempio formando il personale delle feste, distribuendo materiale informativo e adattando le infrastrutture (affinché ci siano aria fresca, acqua da bere, luoghi per sedersi e riposare ecc.). Se tutti gli operatori attivi nella scena (organizzatori, polizia, specialisti della prevenzione) collaborano, è possibile svolgere un lavoro di prevenzione e riduzione dei danni solido ed efficace.

Maggiori informazioni

Altre pubblicazioni della serie

In-dipendenze:

- Dipendenza dal gioco d'azzardo
- Alcol e circolazione stradale
- Alcol
- Tabacco
- Cocaina
- Eroina
- Gioco d'azzardo
- Ciberdipendenza
- Sonniferi e tranquillanti
- Nuove sostanze psicoattive
- Canapa

Dipendenze Svizzera mette a disposizione molti opuscoli, volantini e altra documentazione informativa sulle dipendenze e temi affini. Tutto il materiale può essere ordinato o scaricato direttamente dal nostro sito.

Ordinazioni:

<http://shop.dipendenzesvizzera.ch>

oppure

Tel. 021 321 29 35

Troverete altro materiale :

www.radixsvizzeraitaliana.ch

info@radix-ti.ch