

## **METANFETAMINA Y VIH**

El uso de la metanfetamina cristalina es un riesgo para cualquier persona. Cuando una persona infectada con el VIH usa metanfetamina cristalina, él o ella corre el riesgo de daños graves y duraderos.

El uso de cristal sigue aumentando en la comunidad homosexual y en la población en general. Usted o alguien que usted conoce puede usar cristal. En cualquier situación, usted debe estar consciente de los riesgos y saber cómo obtener los recursos para reducir o detener el uso.

### **¿Qué es la metanfetamina de cristal?**

La metanfetamina cristalina es un poderoso estimulante que afecta al sistema nervioso central. Alguien que utiliza cristal experimenta una sensación de bienestar y energía.

Cristal es una sustancia claro/blanca que se puede triturar y derretir antes de su uso. Su color puede variar, dependiendo de su origen y cómo se prepara.

Cristal puede ser ingerido, inhalado, fumado, inyectado en las venas o absorbida por los vasos sanguíneos en la pared del recto. Los riesgos de VIH, hepatitis B y C, infección bacteriana o daño pulmonar están asociados con cada uno de estos métodos. El compartir agujas, tubos de cristal y pajillas aumenta el riesgo de contacto con sangre infectada. Además, el uso de cristal baja las inhibiciones y esto aumenta el riesgo de relaciones sexuales sin protección estando bajo el efecto de la droga. Usted puede reducir el riesgo por medio de:

- Limpiar, intercambiar o eliminar agujas y otros artículos utilizados para tomar cristal
- No compartir tubos y pajillas
- El establecimiento de límites sobre cómo usar cristal, con qué frecuencia y la cantidad que usa
- Siempre utilizando condones para el sexo

### **Los nombres comunes de cristal incluyen:**

>Chrissy	>Dope
>Hielo	>Vidrio
>Manivela	>Tina
>Meth	>Go
>Shards	>Ajustar
>Priza	>La dama blanca

### **¿Cuáles son los efectos del uso de cristal?**

Las personas pueden usar cristal para sentirse con energía y alerta, para disminuir inhibiciones, o para hacer el sexo más intenso. Si utiliza cristal, la droga puede afectar gravemente su sistema inmunológico, afectar su apariencia física, causar depresión, afectar sus relaciones con la gente, y lo puede llevar a utilizar la droga de nuevo.

Si usted está infectado con el VIH y utiliza cristal, la droga puede reducir su capacidad para combatir las enfermedades y causar una caída en sus células T y células asesinas naturales. El estilo de fiesta asociado con el uso de cristal, incluyendo la falta de sueño, mala hidratación, nutrición deficiente y el uso prolongado de la droga, puede dañar su sistema inmunológico aún más.

### **¿Cómo se puede reducir el riesgo durante el uso de cristal?**

Aunque el uso de cristal es peligroso, usted puede reducir su riesgo. Técnicas de reducción de daños se incluyen:

- > Establecer límites en el uso de cristal
- > Tomar descansos
- > Beber agua y alimentarse
- > Evitar combinar el uso de cristal y el sexo
- > Si usted tiene relaciones sexuales mientras usa cristal, cambie los condones con frecuencia y utilice más lubricante
- > Siga tomando sus medicamentos para el VIH

### **¿Qué tipo de recursos están disponibles para detener o reducir el uso del cristal?**

Para obtener recursos que ayudan a las personas a reducir o detener el uso de cristal:

- Llame a la línea de metanfetamina de cristal a (888) 574-7835
- Llame a metanfetamina de cristal anónimo (213) 488-4455
- Hable con su administrador de casos o su proveedor de atención médica

Si no se siente cómodo discutiendo el uso de metanfetamina de cristal con un proveedor de atención médica, muestre esta hoja a un amigo y pídale apoyo.

Visite [www.hivla.org](http://www.hivla.org) para los listados de servicios de metanfetaminas mas actualizados.

**Si los servicios de metanfetaminas de cristal que recibe no son apropiados, póngase en contacto con nuestra línea de asistencia de OAPP @ (800)260-8787.**