



DEVIENS IMBATTABLE

SUR

L'ECSTASY LA MDMA



ECSTASY/MDMA

Le **principe actif** de l'ecstasy est la **MDMA** (méthylènedioxyamphétamine), molécule de la famille des **amphétamines**.

A l'état brut l'ecstasy ressemble à des **cristaux de couleur blanche** mais il peut se présenter sous plusieurs formes :

- en **comprimés de couleur, incrustés d'un petit motif ou frappés d'un logo**. Ils sont de formes variées (rond, losange, carré....).
- en **poudre blanche et cristalline**.
- en **gélule** : la poudre est contenue dans une capsule de gélatine.
- en **cristaux** : c'est la forme la plus récente, les cristaux sont translucides de différentes couleurs.

Le produit contient des **doses variables de principe actif**, de quelques milligrammes à plus de 200 mg de MDMA. Il arrive aussi qu'il ne contienne pas de MDMA mais d'autres substances actives qui peuvent être des médicaments ou des drogues de synthèse.



LÉGISLATION

L'ecstasy est une drogue classée parmi les **stupéfiants**.

L'**usage est interdit** : l'article L3421-1 du Code de la Santé Publique prévoit des amendes (jusqu'à 3 750€) et des peines de prison (jusqu' à 1 an).

L'**incitation à l'usage et au trafic et la présentation du produit sous un jour favorable sont interdites** : l'article L3421-4 du Code de la Santé Publique prévoit des amendes (jusqu'à 75 000€) et des peines de prison (jusqu'à 5 ans).

Les **actes de trafic sont interdits** : les articles 222-34 à 222-43 du Code Pénal prévoient des amendes (jusqu'à 7 500 000 €) s'accompagnant de peines de prison (jusqu'à 30 ans de réclusion criminelle).

DÉDISTAGE

L'ecstasy est détectable :

- jusqu'à **12 heures** dans la **salive**
- jusqu'à **72 heures** dans les **urines**
- jusqu'à **8 heures** dans le **sang**



MODES DE CONSOMMATION

- Sous forme de **gélule ou de comprimé**, l'ecstasy **s'avale**. Les usagers parlent souvent de « gober ».
- Sous forme de **poudre**, l'ecstasy se **sniffe**. Les comprimés et les cristaux peuvent aussi être écrasés avant d'être sniffés.
- La **poudre et les cristaux** peuvent être pris en "**parachute**" : ils sont enroulés dans du papier à rouler puis ingérés.
- La **poudre** peut aussi être déposée sur du **papier aluminium, chauffée par en-dessous et la vapeur est ensuite inhalée**. Ce mode de consommation s'appelle la "chasse au dragon".
- Enfin, plus rarement la poudre peut être **diluée puis injectée**.

1 La MDMA met environ 30 min à agir, c'est la **montée**.



Ensuite, le cerveau libère une dose massive de sérotonine, qui produit l'effet recherché, c'est le **trip**.

3

Puis c'est la **descente** qui peut s'avérer particulièrement difficile et durer plusieurs jours. Elle se caractérise principalement par un sentiment dépressif et une sensation d'épuisement.

LES 3 PHASES D'ACTION DE LA MDMA

Nausées / vomissements, vertiges et maux de tête associés peuvent indiquer une surdose. Il faut tout de suite appeler le 15 ou le 112.

DÉPENDANCE

L'usage régulier d'ecstasy nécessite d'augmenter les doses pour obtenir les mêmes effets stimulants. Il peut aussi provoquer, à l'arrêt de la consommation, un **état d'épuisement** et de **dépression** accompagné d'**anxiété** qui peut durer de quelques jours à quelques semaines et être difficile à vivre voire représenter un **véritable obstacle vers l'arrêt**.

Dans ce cas, une aide extérieure peut être nécessaire pour y parvenir.



GROSSESSE

Il est **fortement déconseillé de consommer de la MDMA durant la grossesse**.

L'**effet vasoconstricteur de la MDMA nuit aux échanges entre la mère et le fœtus** pouvant entraîner un **retard de croissance intra-utérine**. Les enfants exposés aux stimulants **naissent plus souvent avant terme**.

La MDMA est consommée pour la **sensation d'énergie** et d'**euphorie** qu'elle procure et son **effet désinhibiteur**.

Quel que soit le mode de consommation, elle s'accompagne systématiquement de :

- **Augmentation du rythme cardiaque** et de la **tension artérielle**
- **Palpitations**
- **Bouffées de chaleur**
- Forte **transpiration**

Malgré ses couleurs et ses formes variées, la MDMA n'est pas un bonbon !

Il existe de nombreux effets indésirables plus ou moins graves à la prise de MDMA comme :

- **Contraction des mâchoires**
- **Déshydratation, vomissements**
- **Convulsions, hallucinations**
- **Accoutumance**, voire **dépendance**
- **Troubles cardiovasculaires** (pouvant conduire à l'AVC)

Risques de surdosage. Nausées et vomissements associés à des vertiges et d'importants maux de tête sont les signes d'un surdosage qui peut entraîner des troubles cardiaques, un coma voire le décès.



LES RISQUES



RÉDUCTION DES RISQUES

Le mieux est de ne pas consommer, mais si les personnes décident de le faire :

- **Attention aux doses** (surtout les premières fois) : **attendre de connaître les effets sur soi avant de chercher à consommer plus** ou plus souvent (par exemple ne prendre qu'un quart de comprimé). Dans tous les cas ne pas prendre plusieurs comprimés à la suite.
- **Ne pas mélanger plusieurs produits ensemble**, en ce qui concerne l'ecstasy **éviter en particulier l'alcool et les médicaments du type antidépresseurs et benzodiazépines**.
- Pour éviter l'hyperthermie et la déshydratation, il est conseillé de **boire régulièrement de l'eau en quantité raisonnable**, de **porter des vêtements amples** qui permettent une bonne ventilation du corps.
- Prévoir la possibilité de **se reposer les jours suivants une prise d'ecstasy**.
- **Limiter la fréquence de la consommation**.
- **Ne pas conduire** un véhicule ou **entreprendre une activité « à risques »** sous l'effet de l'ecstasy.



ORGANISATEUR : COMMENT GERER LES CONSOS

- **Former** vos équipes
- Communiquer, **sensibiliser votre public** en amont de l'évènement
- Mettre en place une **« safe zone »** un espace plus calme, éloigné du son.
- Demander à une **structure de prévention/rdr** d'être présente sur votre évènement.
- Mettre des points d'**eau gratuits**
- Avoir une **équipe de sécurité**, filtrage à l'entrée
- Afficher les structures à contacter, dans les toilettes par exemple