

## Qué hay tras la ketamina, para muchos la droga de esta década

- El consumo de esta sustancia, todavía minoritario, ha alcanzado su punto de consumo más alto desde 2017 y está dejando rastro en la cultura popular. Algunos defienden su poder terapéutico, pero otros advierten de su potencial destructivo



Dentro de la comunidad médica hay voces que defienden el uso controlado de ketamina para pacientes con depresión, pero su uso como droga recreativa tiene efectos muy peligrosos.

Drogas Consumo droga Drogas sintéticas Cocaína Hábitos consumo Psicoterapia Depresión LSD

<https://elpais.com/icon/2023-10-24/que-hay-tras-la-ketamina-para-muchos-la-droga-de-esta-decada-lo-que-b...>

Daniel Soufi

Martes, 24 octubre 2023

Es sábado noche y pincha Partiboi69 en una discoteca del centro de Madrid. Los franceses –que proliferan– y los demás visitantes extranjeros bailan en una zona iluminada cerca del DJ; los más curtidos se quedan atrás, en la parte oscura y negra. Tienen entre 25 y 30 años. Llevan gafas de sol. Para ponerse, mezclan un menú protocolario que incluye algún estimulante como cocaína o *speed*, pastillas o MDMA. Para la última parte de la noche, un singular aporte psicodélico: ketamina.

A esta sustancia, también llamada *k*, *keta* o *special K*, le ha dedicado una canción Partiboi69, *K On My D+C* (Ketamina en mi polla). Aunque el consumo no es masivo, podríamos encontrarnos en su punto histórico más alto: hace unos meses, el *Journal of Psychopharmacology* revelaba que un 11% de la población mundial la ha probado. En Estados Unidos las incautaciones han aumentado un 349% desde 2017. En España, el 0,9% de la población la consume, de acuerdo con la Encuesta sobre Alcohol y otras Drogas de 2022. A esta cifra, estable en los últimos años, se debe añadir el consumo de *tusi*, mal etiquetado como *cocaína rosa*, que es esencialmente ketamina y se ha extendido en muy poco tiempo.

Es la droga favorita de Gabi, una chica de 27 años, que ha ido a la sesión. Es química y tiene un trabajo estable. Antes de dormir suele fumar un porro, y un par de veces al mes sale de fiesta y se toma alguna pastilla. Probó la ketamina hace más o menos un año, en la habitación de un hotel con

su exnovio. “Fue espectacular, como elevarse a un estado de paz absoluto, no había nada en mi cabeza, todo era súper sensitivo, súper guay”. La tomó varios fines de semana consecutivos, siempre en espacios íntimos y cerrados. “En una de esas sobró un poco y me lo llevé a casa. Y un día que estaba sola abrí el balcón de mi cuarto, puse un poco de música y me *pinté* un tiro de keta”.

Por su estructura química, la ketamina pertenece a la familia de las arilciclohexilaminas. En este grupo también se encuentran la tiletamina y la fenciclidina (PCP), que fue comercializada en 1957 con el nombre de Sernyl como anestésico hospitalario, y se retiró debido a sus fuertes efectos secundarios y a su potencial adictivo. En busca de un sustituto más seguro y con mayor utilidad médica, el químico Calvin Stevens sintetizó la ketamina en 1962. Dos años más tarde se administró en humanos por primera vez, y en 1970 la Food and Drug Administration (FDA) aprobó su uso tanto médico como veterinario.

Hoy se usa en todo el mundo como un anestésico seguro y eficaz. A diferencia de otros sedantes, afecta mínimamente las funciones respiratorias. Su versatilidad es particularmente valiosa en entornos con recursos limitados como zonas de guerra, porque no demanda equipos avanzados para monitorizar funciones vitales y se puede administrar de distintas maneras. Induce una sedación muy distinta al resto de anestésicos. “Técnicamente se la define como anestesia disociativa, porque la persona no queda dormida, sino desconectada de su cuerpo y de su entorno. Los pacientes pueden parecer conscientes y tener los ojos abiertos, pero están desconectados de su entorno y no responden al dolor”, describe Eduardo Hidalgo, autor de un libro sobre la materia, *Ketamina* (Amargord, 2005).

Lo que hace única a esta sustancia es su amplio espectro de efectos, que varían significativamente según la dosis administrada. Cantidades altas (1-4.5 mg/kg vía intravenosa) inducen los efectos anestésicos ya descritos. Medidas intermedias (0.3-0.5 mg/kg vía intravenosa) desencadenan experiencias visionarias intensas, que duran entre una y dos horas. Estos efectos psicodélicos oscilan, según los testimonios, de lo sublime a lo aterrador, y tienen una capacidad inigualada para hacer aparecer lo que algunos psiconautas han denominado “el viaje de la pequeña muerte”. “Otros psicodélicos te hacen imaginar un gnomo sentado en la televisión. Con la ketamina la realidad como tal desaparece, obligando al cerebro a crear una nueva. Uno llega a creer que lo que ve es real”, describe Hidalgo. Timothy Leary, famoso por sus investigaciones sobre el LSD y los hongos psilocibios, la consideraba el psicodélico más potente junto a la salvinorina. En su libro *The Scientist: A Novel Autobiography* (1978), el neurocientífico John Lilly, pionero en el uso de tanques de aislamiento o de privación sensorial, relató así su experiencia con una dosis de 150 miligramos vía intramuscular: “Yo, como individuo, desaparecía”.

Los consumidores recreativos como Gabi no buscan alcanzar estados anestésicos ni psicodélicos, sino simplemente evadirse: “Yo vengo de un cuadro de ansiedad y depresión bastante fuerte. Por lo general lo que busco en las drogas es que me disocien [la distancien de la realidad]. Cuando tomé ketamina por primera vez no sabía dónde estaba, pero sabía que estaba muy a gusto”, asegura. En dosis bajas esnifadas, actúa como un estimulante que provoca distorsiones perceptivas moderadas y una descoordinación que aún permite caminar, bailar y conversar con cierta facilidad. “Produce efectos muy similares a los del alcohol. La persona puede percibirlo con una cierta estimulación, y la sensación de ir colocado”, señala Claudio Vidal, director estatal de Energy Control. “Las sustancias

que tienen el potencial de ganar popularidad suelen ser compatibles con otras actividades. En este caso, una dosis baja de ketamina, permite a la persona mantener un contacto con la realidad y seguir con los pies en el suelo, en lugar de quedarse tirado en la esquina de una discoteca”.

En las décadas de los sesenta y setenta, solo un pequeño grupo de iniciados en la psicodelia consumía esta sustancia. Con la aparición de la cultura tecno, su uso recreativo se popularizó: el epicentro estaba en las playas de Goa, antigua colonia portuguesa en el oeste de la India, todavía referente importante en la cultura mundial psicodélica y de trance. En 1999, Estados Unidos la incluyó en la Lista III de sustancias controladas, que autoriza sus usos médicos pero penaliza la venta y posesión ilícitas con penas de prisión. Desde entonces se ha extendido a todos los continentes como una droga de consumo ilegal.

En España no hay evidencias que indiquen un aumento en el consumo de ketamina, sin contar el fenómeno del *tusi*, extendido a gran velocidad. “Sin querer se ha hecho toda una campaña de *marketing* alrededor de esta droga, vendiéndose como una sustancia que consumen las élites [a veces también con el sobrenombre de “cocaína de lujo”]. Por eso, yo creo que estamos en el periodo histórico con el mayor número de consumidores de ketamina”, sostiene el director estatal de Energy Control. Su equipo, que se dedica a la reducción de riesgos vinculados al consumo de drogas, ha observado que aunque muchas personas ingieren *tusi* pensando que es una “cocaína *premium*”, la dosificación varía. “A diferencia de la cocaína, el *tusi* se consume más en *puntitas* que en rayas. Lo que significa que se están tomando dosis más bajas”, dice Vidal.

Hay varios riesgos asociados al consumo de ketamina. Uno de los más comunes es experimentar un estado psicodélico no anticipado. “Es frecuente que surjan ataques de pánico, porque la persona empieza a detectar efectos inesperados y desconocidos para él”. Popularmente, a este estado se le denomina *k-hole*, una experiencia que Gabi vivió después de consumir ketamina de manera regular durante cierto tiempo. “Al principio, con la primera punta tenía para toda la tarde. Un mes y medio después ya hablábamos de 8, 10 o 14 rayas. Llegó un punto en el que me gustaba tanto que no quería que se me bajara y me ponía otra”. Lo que comenzó como una dosis baja evolucionó hacia una cantidad que producía un estado disociativo intenso. “Un día sentí como si el pecho se me aplastara, como si no pudiera respirar. Sentía que el sofá me arrastraba hacia abajo y veía un túnel oscuro. Era literal el puto túnel de la M-30 pero sin coches. Yo notaba que no respiraba pero estaba respirando perfectamente. Por suerte mi exnovio me ayudó a recuperarme poco a poco, pero para mí eso duró una eternidad”.

Aunque la ketamina tiene un potencial adictivo más bajo que sustancias como la cocaína, la morfina o la heroína, está demostrado que produce una rápida tolerancia y puede dar lugar a una severa adicción. Con el uso continuado el consumidor debe aumentar la dosis para lograr el mismo efecto. “Conviene no llevarse a engaños por el hecho de que la ketamina tenga propiedades psicodélicas y, en general, este tipo de sustancias no produzcan dependencia. Está más que constatado que un porcentaje (tal vez en torno al 10-15%) de los usuarios habituales termina por cumplir los criterios diagnósticos de la adicción”, explica Eduardo Hidalgo en su libro sobre la sustancia. Uno de los efectos secundarios más frecuentes del consumo prolongado y en grandes dosis de ketamina es la cistitis intersticial o cistitis hemorrágica. Esta condición se caracteriza por la inflamación de la vejiga, que puede llevar a síntomas como dolor al orinar, necesidad urgente y frecuente de orinar, sangre en

la orina y, en casos graves, puede resultar en daño irreversible de la vejiga que requiera su extirpación.

La ketamina ha demostrado ser un prometedor fármaco en casos de depresión resistente al tratamiento, particularmente aquellos que no responden a los antidepresivos convencionales. Rupert McShane, profesor de psiquiatría en la Universidad de Oxford y director de los estudios del ECT y ketamina en Oxfordshire, ve un gran futuro para este tratamiento. “Estoy completamente seguro”, afirma. “Me sorprende que la gente sea reticente a reconocer la evidencia. Hay cientos de ensayos controlados aleatorios que respaldan sus beneficios, en investigaciones tanto a corto como a largo plazo. Me considero afortunado de haber estado al frente de un avance que claramente tendrá un impacto terapéutico significativo.”

A diferencia de los antidepresivos tradicionales, que pueden tardar semanas en mostrar efectos, la ketamina actúa rápidamente, a menudo dentro de horas o días. Este efecto antidepresivo rápido es particularmente valioso para pacientes con pensamientos suicidas, donde un tratamiento rápido es esencial. “La depresión es como un freno constante en nuestra mente, que dificulta el flujo de pensamientos y emociones. Es como conducir con el freno de mano puesto: se avanza, pero es difícil. La ketamina actúa liberando ese freno, permitiendo pensar con claridad y sentir más energía y motivación”, dice McShane. Añade que es una pena que el uso de la ketamina no sea más habitual en la clínica. “Dos investigaciones recientes muestran que es tan efectiva como la ECT (que induce convulsiones eléctricas en pacientes anestesiados) pero con menos efectos secundarios. La ketamina podría ser una opción en lugar de la ECT”.

Un artículo reciente publicado en la revista *The Face* identificaba la ketamina como la droga icónica de esta década. “A lo largo de la historia, ciertas sustancias han simbolizado períodos específicos, y han reflejado las tendencias y los contextos sociales y culturales de esas épocas”, explica José Carlos Bousó, director científico del Iceers, una institución con sede en Barcelona dedicada al estudio de las plantas psicoactivas. “Durante los años sesenta, el LSD dejó una marca indeleble en la música, e influenció a grandes bandas de rock como los Beatles, Jimi Hendrix o los Rolling Stones. Lo mismo te podría decir de la MDMA y la música electrónica en los ochenta y noventa”.

Aunque ya se mencionaba en canciones como *Lost in the K-hole* de The Chemical Brothers y *Special-K* de Placebo, este polvo blanco de apariencia ligeramente más cristalina que la cocaína cada vez tiene más presencia en la cultura contemporánea. Elon Musk, dueño de X y cofundador de Tesla, ha admitido en varias ocasiones consumir esta sustancia en pequeñas dosis. Un artículo de *Rolling Stone* de principios de año se preguntaba si la comunidad *queer* tenía un problema con la ketamina. El álbum debut de Brutalismus 3000, *Ultrakunst*, undécimo en las lista de éxitos alemana de abril, también hace referencia a esta droga. En el mundo de la televisión, la ketamina se ha visto en series como *The White Lotus*, *Industry* y *The Night Of*. En la reciente *Rotting in the Sun*, con la celebridad de Instagram Jordan Firstman como protagonista, un personaje afirma: “Todos los hombres gais toman ketamina”.

El *k* ya forma parte del entretejido de las leyendas urbanas más populares, repetidas e incluso cómicas de los ambientes nocturnos. Al salir de la discoteca, un grupo de jóvenes delibera sobre el sitio al que van a ir de after: una casa o un antro oscuro. Al final se decantan por lo segundo. De

camino al antro en cuestión, con una lata de cerveza Mahou Clásica en la mano, alguien cuenta una de esas anécdotas que solo les suceden “a una amiga” o “a la amiga de una amiga”: “Les paró la policía en el coche, les pilló un *pollo* de keta, y les dejaron esperando dentro. Al rato volvieron muy nerviosos y les preguntaron qué coño era lo que les habían quitado. Se la habían puesto pensando que era coca y ahora les tocaba conducir”.

*Puedes seguir ICON en Facebook , X , Instagram , o suscribirte aquí a la Newsletter .*