

Catinonas sintéticas

TODO LO QUE SABEMOS
A TU DISPOSICIÓN



GOBIERNO
DE ESPAÑA

MINISTERIO
DE SANIDAD

SECRETARÍA DE ESTADO
DE SANIDAD

DELEGACIÓN DEL GOBIERNO
PARA EL PLAN NACIONAL
SOBRE DROGAS

1985 40 AÑOS 2025
PNSD

TODO LO QUE SABEMOS A TU DISPOSICIÓN

Catinonas sintéticas

Únete a la conversación

@PNSDgob

© PNSD, Diciembre 2025

REDACCIÓN Y COORDINACIÓN

Graciela Silvosa

SUPERVISIÓN

Francisca Sureda Llull

EDITA

Ministerio de Sanidad

Secretaría de Estado de Sanidad

Delegación del Gobierno para el Plan Nacional sobre Drogas

DISEÑO Y MAQUETACIÓN

Ediciones Digitales 64

Esta publicación está disponible para su uso y puede ser reproducida, en su totalidad, sin pedir autorización a la DGPNSD. Se agradecerá que se refuerce la fuente.

CATINONAS SINTÉTICAS

¿Qué son?

4

Usos
5

Efectos
6

Datos
8

Riesgos
10

Hablando
claro
11

Referencias
13

Obtener
ayuda
12

Entre tod@s construimos una sociedad más saludable.

¿QUÉ SON LAS CATINONAS SINTÉTICAS?

Las catinonas sintéticas son un grupo de sustancias estimulantes químicamente relacionadas con la catinona, el alcaloide activo presente en la planta de khat (*Catha edulis*). El consumo de khat es ancestral; sus efectos derivan sobre todo de **catinona** y **catina** (norpseudoefedrina).

La catinona “original” es el principal psicoactivo del khat (*Catha edulis*), una planta cuyas hojas se mastican tradicionalmente en el Cuerno de África y la Península Arábiga.



En los mercados ilícitos, las catinonas sintéticas se han vendido bajo nombres como “sales de baño”, “legal highs” o “research chemicals”, e incluso se han ofrecido como si fueran MDMA o cocaína. Forman parte del grupo de **nuevas sustancias psicoactivas (NPS)**, diseñadas para imitar los efectos de otras drogas y, en su origen, para eludir el control legal.

Desde mediados de los años 2000, surgieron catinonas sintéticas como **mefedrona**, **metilona** y **MDPV**, popularizadas como “drogas legales” o “sales de baño”. La mayoría de las catinonas sintéticas, incluida la 4-MMC y derivados como 2-MMC, 3-MMC y 3-CMC, están fiscalizadas en gran parte de los países europeos. Aun así, aparecen nuevos compuestos con regularidad, yendo un paso por delante de la actualización de las leyes.

NPS

mefedrona **metilona** **sales de baño**

KHAT **Catha edulis**

legal highs **catinona**

RESEARCH CHEMICALS

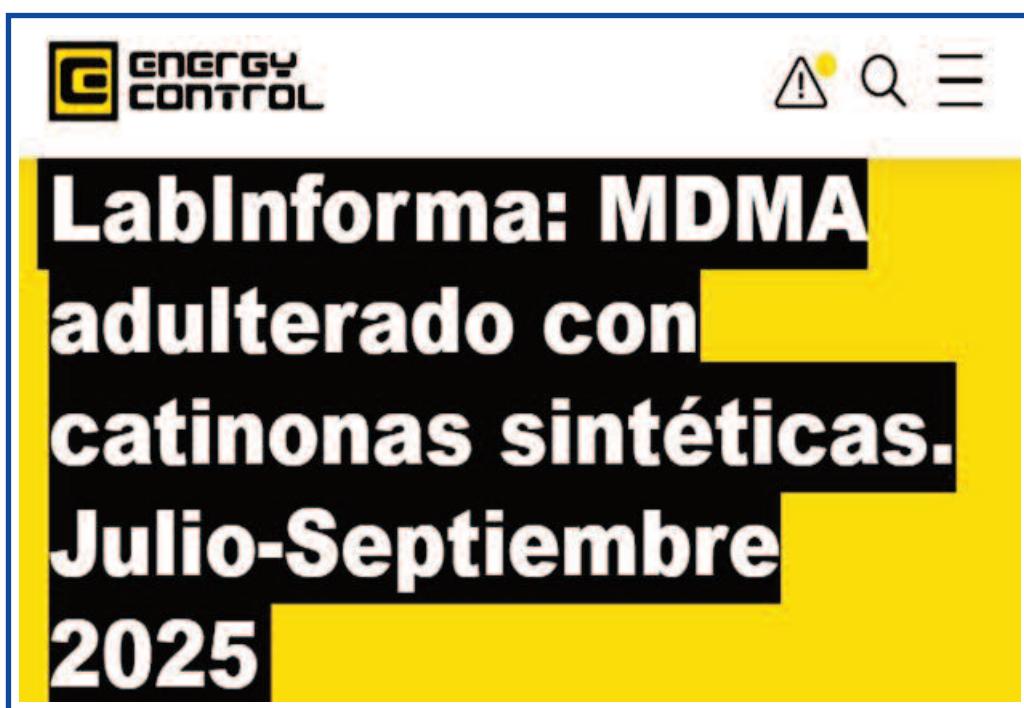
MDPV **catina**

¿CÓMO SE CONSUME?: USOS

Las catinonas sintéticas son sustancias psicoactivas que imitan los efectos estimulantes de las anfetaminas y la cocaína. Las formas de consumo más comunes son la oral e inhalada, también se ha descrito el uso inyectado en algunos contextos de alto riesgo.

El consumo de drogas estimulantes inyectables, como la cocaína y las catinonas sintéticas, suele vincularse a patrones de consumo de alta frecuencia. En la última década, esta práctica se ha relacionado con diversos brotes locales de VIH en Europa.

Entre los perfiles de las personas usuarias de mefedrona destacan los consumidores en contextos sexuales, en concreto en prácticas de chemsex, donde se combina con otras drogas para prolongar la actividad sexual y aumentar la euforia.



Las catinonas sintéticas son sustancias psicoactivas que imitan los efectos estimulantes de las anfetaminas y la cocaína

¿QUÉ EFECTOS PRODUCE SU CONSUMO?

Las catinonas sintéticas son potentes estimulantes del sistema nervioso central que pueden producir una amplia gama de efectos, tanto deseados como adversos, que varían según la dosis, la vía de administración y la pureza de la sustancia. Su principal mecanismo de acción es **aumentar los niveles de dopamina, serotonina y noradrenalina** en el cerebro, lo que provoca:

- Estimulación y aumento de energía
- Euforia y sociabilidad
- Mayor percepción sensorial
- Reducción del apetito y la fatiga

EFFECTOS DE LAS CATINONAS SINTÉTICAS

EFFECTOS DESEADOS	Aumento de la energía, estado de ánimo, motivación, empatía, socialización, deseo sexual, euforia	
EFFECTOS ADVERSOS		
● Somáticos	Estado general	Sudoración, hipertermia, congestión nasal
	Cardiovasculares	Taqicardia, hipertensión
	Digestivos	Náuseas, vómitos, anorexia
	Neurológicos	Midriasis, convulsiones, bruxismo, cefalea, confusión
● Psicológicos/psiquiátricos		Ansiedad, insomnio, alucinaciones visuales o auditivas, consumo compulsivo, tolerancia, dependencia, psicosis

Fuente: Energy Control

La intensidad y el tipo de efectos varían según la catinona específica. Explicamos algunas características de las sustancias más comunes:

MEFEDRONA (4-MMC) "MEFE", "MIAU MIAU"

Fue una de las primeras en hacerse popular en Europa (finales de los 2000). Sus efectos se describen como una mezcla entre MDMA y cocaína: euforia, empatía, locuacidad y fuerte deseo de repetir dosis. Efecto breve (2-3 horas oral; 30-60 minutos intranasal), lo que aumenta el riesgo de consumo compulsivo.



Tiene efectos y daños potenciales muy similares a los de otros psicoestimulantes como la MDMA y las anfetaminas.

La mefedrona es un psicoestimulante que puede aumentar el deseo y la actividad sexual, pero con importantes riesgos para la salud física y mental. Su uso puede llevar a conductas sexuales de riesgo y problemas cardiovasculares.

2-MMC (2-METILMETCATINONA)

La 2-(metilamino)-1-(2-metilfenil)propan-1-ona (2-metilmecatinona, 2-MMC) es una catinona sintética controlada por la EUDA como nueva sustancia psicoactiva a través del Sistema de Alerta Temprana de la Unión Europea.

Menos potente y con un perfil más suave y empático que la 4-MMC. Algunos usuarios la describen como “más limpia”, aunque sigue siendo estimulante y potencialmente compulsiva a dosis altas. En el año 2000, su consumo fue vinculado directamente con la muerte de 37 personas en Reino Unido e Irlanda.

3-MMC (3-METILMETCATINONA)

Parecida a la 4-MMC, pero con estimulación más marcada y menos empatía. Alta tendencia a la repetición de dosis, especialmente por vía intranasal.

3-CMC (3-CLOROMETCATINONA)

Esta sustancia es una de las incorporaciones más recientes al mercado ilícito. Según los reportes de las personas usuarias, sus efectos son más estimulantes que eufóricos, aunque los datos experimentales señalan que podría ser más neurotóxica que otros compuestos similares.

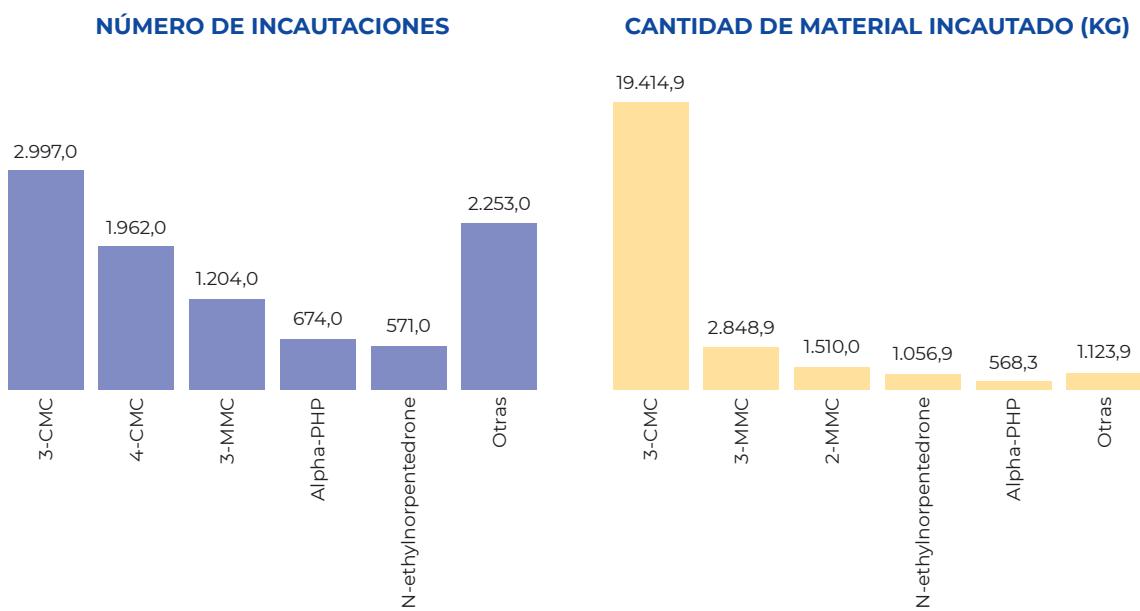
La Directiva Delegada de la UE del 14 de octubre de 2025 ha procedido a la fiscalización de nuevas sustancias psicoactivas (NSP). Esta medida se basa en los informes de evaluación de riesgos elaborados por el Comité Científico de la EUDA, los cuales determinaron la inclusión de las catinonas sintéticas 2-MMC, NEP y 4-BMC en la lista de sustancias controladas.



DATOS

Los datos del Sistema de Alerta Temprana de la UE son cada vez más importantes para la contextualización y para el desarrollo de políticas. De hecho, la actividad del SEAT ha ido aumentando considerablemente en los últimos años debido a la expansión del fenómeno de las NSP. Así, el número de casos anuales notificados por España ha aumentado notablemente a lo largo del período 2019-2024, especialmente desde el año 2022.

LAS CINCO CATINONAS SINTÉTICAS MÁS INCAUTADAS NÚMERO DE INCAUTACIONES Y CANTIDAD DE MATERIAL INCAUTADO (KG) QUE SE HA NOTIFICADO AL SISTEMA DE ALERTA TEMPRANA DE LA UNIÓN EUROPEA, 2022



Fuente: Elaboración propia a partir de datos de EUDA.

El mercado europeo de nuevas sustancias psicoactivas (NSP) muestra una alta concentración: en 2022, solo cinco compuestos supusieron más del 90% del volumen incautado en la UE. Entre ellos destacaron cuatro catinonas (3-CMC, 3-MMC, 2-MMC y N-etilnorpentetrona), que sumaron 24,8 toneladas, y la ketamina, que triplicó su presencia alcanzando las 2,8 toneladas. Esta tendencia se intensificó en 2023, cuando las incautaciones de catinonas escalaron hasta las 37 toneladas. Estas sustancias, con predominio de 3-MMC y 3-CMC, son mayoritariamente importadas desde la India, consolidándose como una de las familias de NSP con mayor prevalencia epidemiológica en Europa.

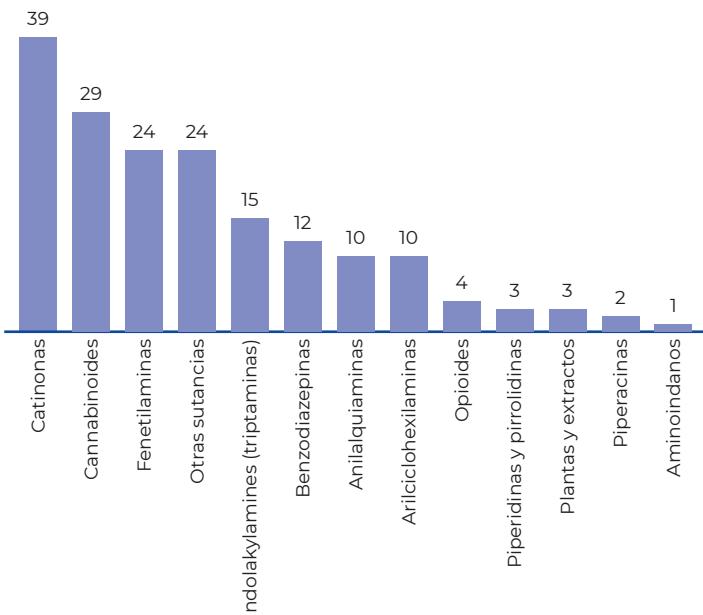
RESUMEN DE NOTIFICACIONES DE SUSTANCIAS MONITORIZADAS POR LA EUDA, ASR, 2019-2024

NSP MÁS FRECUENTES EN LAS NOTIFICACIONES 2019-2024

AÑO	NSP
2019	Mefedrona, 3-MMC
2020	Mefedrona, 3-MMC
2021	3-MMC, 3-CMC
2022	3-MMC
2023	4-CMC, 3-CMC
2024	3-CM, 2-MMC

Fuente: notificaciones de sustancias monitorizadas por la EUDA, ASR.

NÚMERO DE SUSTANCIAS NOTIFICADAS POR ESPAÑA AL SISTEMA DE ALERTA TEMPRANA DE LA UE A TRAVÉS DEL ASR DE 2024, POR GRUPO DE SUSTANCIAS



Fuente: Observatorio Español de las Drogas y las Adicciones (OEDA).

HABLEMOS SOBRE LOS RIESGOS

En Europa se producen diversos estimulantes sintéticos para los mercados nacionales y se exportan a países no pertenecientes a la UE. Entre ellos, se encuentran las anfetaminas, las metanfetaminas y las catinonas sintéticas. Estas sustancias comparten una estructura química similar, pero sus efectos psicoactivos y sus consecuencias para la salud pueden variar significativamente, lo que supone un desafío para el diseño de respuestas eficaces en materia de salud pública y control policial.

Estos daños para la salud se consideran potencialmente mortales porque pueden causar la muerte o lesiones letales, enfermedades graves, trastornos físicos o mentales graves o la propagación de enfermedades, incluidos virus transmitidos por la sangre como la hepatitis C y el VIH.



PUNTOS CLAVE:

- **El origen "natural" vs. el peligro sintético:** Aunque se derivan de la planta de khat, las versiones sintéticas (como la mefedrona o la α -PVP, conocida como "flakka") son infinitamente más potentes y difíciles de dosificar.
- **Mimetismo en el mercado:** Muchas veces se venden bajo nombres engañosos como "sales de baño" o "fertilizantes" para evadir controles legales, lo que aumenta el riesgo de consumo accidental.
- **Impacto neuroquímico:** Al ser estimulantes potentes, su capacidad para liberar dopamina y noradrenalina es tan masiva que el riesgo de psicosis paranoide y fallos cardiovasculares es significativamente mayor que en las drogas tradicionales.

En conclusión, las **catinonas** representan un grupo heterogéneo de estimulantes con **riesgo clínico relevante** y alta movilidad de los **mercados ilícitos**, lo que plantea **retos** para la **salud pública**, la **toxicología forense** y los **marcos regulatorios actuales**

HABLEMOS CON PRECISIÓN

- Las catinonas son drogas sintéticas con efectos adversos para la salud de aquellas personas que las consumen, parecidas a la cocaína o la anfetamina.. Cuando alguien las consume, puede sentir energía, euforia o ganas de socializar, pero también pueden aparecer problemas serios. Estas sustancias pueden causar ansiedad, paranoia, problemas en el corazón, e incluso pueden llevar a episodios psicóticos o convulsiones.
- Es importante saber que estos riesgos no solo pasan en casos extremos, sino que pueden afectar a cualquiera que las use, incluso la primera vez. Y como son drogas sintéticas, muchas veces no sabes qué tan pura o peligrosa es la sustancia que estás consumiendo.
- El consumo de catinonas puede parecer divertido o inofensivo al principio, pero sus efectos negativos pueden afectar tu salud, tus relaciones y tu vida en general.

*Las investigaciones demuestran
que el consumo de catinonas sintéticas
puede poner en peligro la vida
y causar otros problemas graves de salud.*

*Las personas que consumen catinonas sintéticas
de forma habitual pueden desarrollar
un trastorno por consumo de estimulantes.*

¿CÓMO OBTENER AYUDA? SI CONOCE A ALGUIEN QUE NECESITA AYUDA

LE ESCUCHAMOS

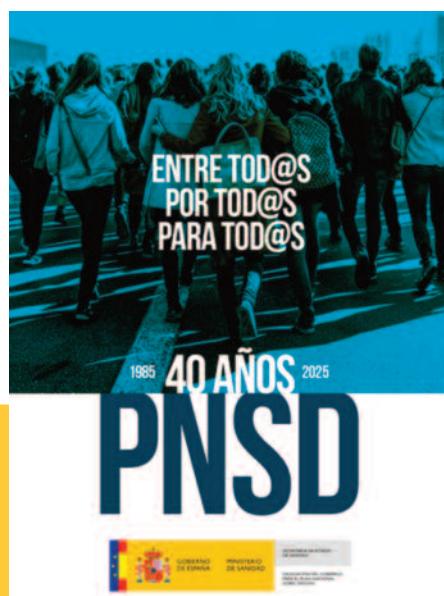
- Escuchar y aceptar a los demás ayuda a las personas a tomar el control de su propia salud.
- El personal sanitario puede trabajar contigo para construir confianza escuchando tus preocupaciones.
- La opción más segura es evitar el consumo de estas sustancias.
- Infórmate bien, no consumas sustancias de origen dudoso, busca ayuda si la necesitas.

La adicción se puede tratar

Portal Plan Nacional sobre Drogas - Ayuda Cerca de ti

sanidad.gob.es

<https://pnsd.sanidad.gob.es/ciudadanos/ayudaCerca/home.htm>



REFERENCIAS CONSULTADAS

Directiva Delegada (UE) 2025/2062 de la Comisión, de 14 de octubre de 2025, por la que se modifica el anexo de la Decisión marco 2004/757/JAI del Consejo en lo que respecta a la inclusión de nuevas sustancias psicoactivas en la definición de droga. *Diario Oficial de la Unión Europea*, L 2025/2062, 23 de diciembre de 2025, pp. 1-4. eur-lex.europa.eu

Energy Control (2025, 15 de abril). *Catinonas Sintéticas*. <https://energycontrol.org/sustancias/catinonas-sinteticas/>

European Union Drugs Agency (EUDA). (2025, 5 de junio). *Nuevas sustancias psicoactivas: situación actual en Europa*. https://www.euda.europa.eu/publications/european-drug-report/2025/new-psychoactive-substances_es

Infodrogas-VIH. (2025, 26 de marzo). *Alerta LabInforma: Pastillas de MDMA adulteradas con catinonas sintéticas*. https://infodrogas-vih.org/alerta_2025_03_26_labinforma:-pastillas-de-mdma-adulteradas-con-catinonas-sintetica.html

Observatorio Español de las Drogas y las Adicciones (OEDA) (2025). *Informe SEAT sobre sustancias psicoactivas: Resumen Ejecutivo*. Ministerio de Sanidad. https://pnsd.sanidad.gob.es/profesionales/sistemasAlerta/pdf/2025_OEDA_InformeSEAT_ResumenEjecutivo.pdf

National Institute on Drug Abuse (NIDA) (2023, julio). *Catinonas sintéticas ("sales de baño")*. <https://nida.nih.gov/research-topics/synthetic-cathinones-bath-salts>