

DALL'OUTREACH NEI CONTESTI MUSICALI AL NETREACH SULLE CHAT APP

Nuove frontiere per la riduzione del danno e
punto di vista delle persone che usano sostanze.



Dall'outreach nei contesti musicali al netreach sulle chat app: nuove frontiere per la riduzione del danno e punto di vista delle persone che usano sostanze

Report di ricerca

1. INTRODUZIONE	4
2. OBIETTIVI DELLA RICERCA	5
3. METODI	5
3.1 Analisi della chat di consumatori su Telegram	5
3.2 Interviste face-to-face	6
4. RISULTATI DELLO STUDIO SULLA CHAT APP DI TELEGRAM	8
4.1 Le domande degli utenti della chat	8
4.2 Lo scambio di consigli tra utenti della chat	12
4.2.1 Pratiche di consumo	13
4.2.2 Sostanze sconsigliate	18
4.2.3 Autoproduzione e conservazione	19
4.2.4 Trattamento	20
4.2.5 Riduzione del danno	21
4.3 Le interazioni con gli operatori del progetto Neuttravel	24
4.3.1 Domande poste agli operatori e le risposte	24
4.3.2 Interventi spontanei degli operatori	29
4.3.3 Feedback e opinioni degli utenti della chat sul progetto Neuttravel	34
4.3.4 Fonti informative	36
4.4 L'impatto del lockdown sulle abitudini di consumo degli utenti della chat	39
5. RISULTATI DELLE INTERVISTE FACE-TO-FACE	42
5.1 I consumi nel setting degli eventi musicali	42
5.1.1 I valori dei contesti musicali	42
5.1.2 Il ruolo delle sostanze	44
5.1.3 Esperienze negative, pratiche di riduzione del danno e supporto tra pari	46
5.1.4 L'acquisto delle sostanze	48
5.1.5 Contesti musicali a confronto	50
5.2 Esperienze e opinioni sul progetto Neuttravel	52
5.2.1 Esperienze e opinioni sul drug checking	54
5.3 Le carriere di consumo	58
5.3.1 Socializzazione	58

5.3.2	Sperimentazione	60
5.3.3	Consumo autoregolato o stabilizzazione	62
5.3.4	Fattori di rischio e fattori di protezione	64
5.3.5	Rischi percepiti: definizioni di abuso e dipendenza	67
5.4	L’Impatto del Covid-19	71
5.4.1	Gli stili di consumo durante il lockdown	71
5.4.2	La diminuzione dei consumi	71
5.4.3	L’aumento dei consumi	73
5.4.4	L’approvvigionamento delle sostanze durante il lockdown	74
5.4.5	Il post-lockdown e i contesti musicali	75
6.	CONCLUSIONI	77
6.1	La riduzione del danno attraverso le chat-mobile	78
6.2	Il punto di vista dei frequentatori degli eventi musicali	79
6.3	Opinioni sul drug-checking	81
6.4	L’impatto della pandemia e del lockdown sul consumo di sostanze	81

Ricerca realizzata da Eclectica, Istituto di ricerca e formazione, Torino

Responsabile scientifica: Franca Beccaria

Rapporto di ricerca a cura di: Sara Rolando, Giulia Arrighetti

Gruppo di lavoro: Angela De Bernardis (direttore del Dipartimento di Patologia delle Dipendenze AslTO4), Giulia Arrighetti (Eclectica), Franca Beccaria (Eclectica), Ombretta Farucci (Neuttravel-Asl TO4), Elisa Fornero (Neuttravel-Coop. Alice), Valeria Paganoni (Neuttravel)

Interviste realizzate da: Giulia Arrighetti, Sara Rolando

Questo studio rientra fra i Progetti previsti dal Piano locale Dipendenze finanziato con fondi del Budget 2019-2020 assegnato dalla Regione Piemonte al Dipartimento Dipendenze dell'ASL TO4. L'incarico è stato affidato a Eclectica s.n.c. con Deliberazione del Direttore Generale N. 224 del 21/02/2020 per comprovate esperienze specifiche nella ricerca sociologica qualitativa nell'ambito dei consumi di sostanze stupefacenti.

Il protocollo di ricerca è stato approvato dal Comitato Etico Interaziendale San Luigi Gonzaga, istituito presso l'Azienda Ospedaliero-Universitaria San Luigi Gonzaga di Orbassano nella seduta del 8 ottobre 2020, pratica 164/2020.

Un ringraziamento particolare va ai membri della chat di Telegram che hanno acconsentito allo studio e ai giovani e giovani adulti che hanno partecipato alle interviste.

Torino, 29 marzo 2021

1. INTRODUZIONE

L'uso di droghe è diventato una pratica quotidiana e socialmente accettata in molte società occidentali. Questo fenomeno, visibile anche nei contesti del divertimento torinese (Rolando et al. 2019), è stato definito normalizzazione dell'uso di sostanze (Parker et al. 1998; Measham e Shiner, 2009) e non riguarda solo i giovani, poiché il protrarsi del periodo di transizione all'età adulta, rinforzato dalla spinta della *night economy*, ha contribuito a smussare i confini tra stili di divertimento giovanili e adulti.

Il consumo di sostanze e in particolare quello che caratterizza gli eventi musicali, specialmente quelli non autorizzati, può essere letto anche come una forma di resistenza alla spinta individualista propria delle logiche di mercato e una risposta al diffuso bisogno di senso di appartenenza e di comunità (Goulding et al. 2002). Gli eventi musicali rappresentano infatti uno spazio-tempo privilegiato dalle persone in cerca di divertimento e di evasione dagli impegni e dalle regole della routine quotidiana, un luogo in cui si socializza e sviluppa un senso di appartenenza. Sono anche un contesto in cui spesso le persone consumano sostanze illegali (Measham & Moore, 2009; Moore and Matias, 2018; Bennett et al., 2014), dove i consumatori sono in genere persone socialmente integrate e impegnate nello studio e nel lavoro, in grado controllare i propri consumi in modo che questi non interferiscano con i propri impegni sociali (Carvalho 2007; Cruz 2014). Le loro caratteristiche non corrispondono dunque a quelle del profilo stereotipato del consumatore problematico, target decisamente più rappresentato sia dai mass media che dagli studi scientifici.

Se la progressiva normalizzazione ha messo in discussione la tradizionale visione dell'uso di droghe come comportamento deviante e sollecitato la costruzione di nuovi paradigmi teorici per la comprensione dell'uso di sostanze, è indubbio che anche l'uso ricreativo non è scevro da rischi. Per questo da tempo i contesti aggregativi musicali sono tra i setting privilegiati per gli interventi di prevenzione e limitazione dei rischi e di riduzione del danno, rappresentando delle opportunità per stabilire un contatto con gli utilizzatori e fornire interventi di counselling breve. Anche se servizi quali drug-checking (o pill testing, cioè l'analisi delle sostanze) e chill-out (spazi per rilassarsi e riprendersi in caso di effetti indesiderati) si sono dimostrati utili per agganciare i consumatori ed evitare accessi impropri al pronto soccorso (Brunt, 2007; Valente et al. 2018), tuttavia sono ancora poco implementati in Italia, a causa del permanere di una visione moralistica nei confronti dell'uso di droghe e di una politica ambigua (Rolando et al. 2019).

Il progetto Neuttravel, promosso dall'ASL TO4 in collaborazione con la Cooperative Sociale Alice Onlus, che da 14 anni interviene negli eventi aggregativi musicali autorizzati e non del territorio piemontese costituisce dunque un'esperienza peculiare per approfondire, in particolare:

- i motivi e i rischi connessi all'uso ricreativo di droghe illegali
- l'evolversi delle abitudini e delle pratiche di consumo nel corso di vita di un consumatore e i fattori che determinano dei cambiamenti.

A partire da marzo 2020, sulla spinta della situazione contingente legata al lockdown, il progetto Neuttravel è stato invitato a intervenire in una community di consumatori presente su Telegram (servizio di messaggistica gratuito), creata per condividere informazioni ed esperienze in tema di consumo di sostanze in un'ottica di riduzione del danno¹. Questa chat rappresenta una delle tante forme di comunità online di utilizzatori di sostanze, divenute da tempo una fonte di informazione strategica sia per la ricerca (Rolando e Beccaria 2019; Pestana, Beccaria, Petrilli 2020) che per gli operatori sociosanitari. I principi e i metodi propri dei tradizionali interventi di outreach possono infatti essere proficuamente applicati negli spazi di incontro e di discussione digitali, con l'obiettivo di ridurre la distanza tra le iniziative proposte dai professionisti e quelle spontanee, cosiddette "peer-

¹ Per ragioni di privacy il gruppo di ricerca ha deciso di non esplicitare il nome della chat.

led” (Vale Pires et al. 2016). Oggi ai forum tradizionali online e sulla dark-net, si sono aggiunte le cosiddette “messaging apps” o “chat apps”, ovvero app per telefoni cellulari diventate uno dei canali più utilizzati da gruppi e attivisti (Pickard e Yang, 2017). L’analisi dei discorsi presenti su queste chat assume quindi un’importanza strategica per comprendere meglio i bisogni dei consumatori e per fornire servizi online adeguati ed efficaci, tra i quali anche il counseling individuale a distanza².

2. OBIETTIVI DELLA RICERCA

La ricerca ha lo scopo generale di approfondire i bisogni dei giovani consumatori di sostanze psicoattive illegali dal punto di vista della riduzione del danno, anche alla luce della recente attivazione da parte di Neutravel di un servizio di net-reach su una community di Telegram e della situazione di emergenza determinatasi in seguito alla diffusione del coronavirus.

Le domande di ricerca possono essere sintetizzate come segue:

1. Qual è il rapporto tra uso di sostanze e scena musicale nella prospettiva dei frequentatori degli eventi musicali (es. rave, festival, concerti...)? Quali fattori, interni ed esterni, influenzano i loro consumi, nelle singole serate e nel corso di del tempo?
2. Che effetto hanno gli interventi di riduzione del danno e in particolare il drug-checking sulle abitudini di consumo di chi lo ha utilizzato?
3. Quali caratteristiche connotano un gruppo spontaneo di riduzione del danno su Telegram? Su quali temi e dubbi gli operatori pari sono chiamati a intervenire e come vengono accolti i loro interventi?
4. Qual è stato l’impatto del Covid-19 e delle misure di emergenza adottate dal governo sulle abitudini di consumo dei frequentatori di eventi musicali e dei membri della community individuata?

3. METODI

Questo studio è stato approvato dal Comitato Etico Interaziendale A.O.U. San Luigi Gonzaga di Orbassano AA. SS. LL. TO3, TO4, TO5, nella seduta dell’8 ottobre 2020 (pratica 164/2020).

3.1 Analisi della chat di consumatori su Telegram

La chat oggetto di analisi si presenta come “Gruppo che si propone di fornire una piattaforma per informare e aiutare a sviluppare un uso consapevole e per fornire supporto a chiunque ne abbia bisogno”. Secondo il Regolamento del gruppo i temi di conversazione (topic) consentiti sono:

- Informazioni su drop-in e gruppi di riduzione del danno locali
- Supporto per le dipendenze
- Metodi di assunzione e uso consapevole
- Effetti e dosi
- Informazioni e chiarimenti su psicofarmaci
- Emergenze, astinenza e overdose
- Supporto psicologico
- Combinazioni e mix di sostanze
- Dubbi di qualsiasi tipo su tematiche vicine al RDD

² L’equipe di Neutravel offre ai membri della chat anche questo servizio, che però non rientra nell’oggetto dello studio presente.

Sono invece vietati:

- La ricerca (sourcing) di sostanze
- Litigi e chiarimenti non di pubblica utilità
- Inoltrare messaggi del gruppo verso qualsiasi altro utente, chat o gruppo
- Lo spam
- L'off-topic (conversazioni fuori tema)

Alla data di avvio della ricerca (marzo 2020), il gruppo contava 191 membri³. La scelta della chat da analizzare è stata determinata da un criterio di territorialità (la chat si presenta come gruppo di Torino, sebbene tutti di fatto possano entrare a farne parte) e di opportunità, in quanto ha consentito di valutare, oltre che le opinioni e i messaggi veicolati tra pari, anche gli interventi online messi in campo dagli operatori (a partire dal 23 marzo 2020) e le interazioni con i membri della chat.

Accogliendo le riflessioni di Barbosa e Milan (2019) il gruppo di ricerca ha deciso di chiedere l'autorizzazione allo studio al gestore della chat e ai suoi membri, condividendo con loro gli obiettivi della ricerca. Infatti, anche se tradizionalmente l'osservazione nascosta è stata considerata un valido modo di vincere la resistenza di alcune comunità evitando di inquinare i dati, si è preferito adottare un'agenda trasparente per salvaguardare la fiducia nella ricerca e il rispetto per le persone che ritengono di essere in uno spazio di comunicazione privato. Rimettendo la decisione alla maggioranza, il gestore ha dunque lanciato un sondaggio interno, al quale hanno risposto a favore della ricerca tutti i membri tranne uno. Sempre seguendo le indicazioni delle più recenti riflessioni sul tema della ricerca sulle app chat (ibidem), nonostante la chat utilizzi un sistema di crittografia *end-to-end*, si è inoltre stabilito di non utilizzare le citazioni letterali nel report, ma di sostituirle con parafrasi e sintesi dei concetti espressi.

La base dati dello studio è composta dall'insieme di tutte le conversazioni intercorse sulla chat dal 1° marzo al 1° giugno 2020. I dati – che includono messaggi di testo, messaggi vocali, video e emoticon – sono stati esportati da Telegram e utilizzati come documenti primari per l'analisi. La codifica, svolta con l'ausilio di Atlas.ti, ha seguito un approccio abduuttivo, basato sia sulle domande di ricerca sia sui dati effettivamente presenti sulla chat.

L'analisi ha adottato una logica prevalentemente qualitativa, sebbene siano state analizzate e restituite anche alcune informazioni quantitative (ad es. numero di conversazioni su un determinato tema, numero di citazioni per tipo di sostanza...) perché utili a orientare la lettura dei dati.

3.2 Interviste face-to-face

Tra giugno e dicembre 2020 sono state realizzate 29 interviste individuali, utilizzando l'approccio teorico delle carriere o traiettorie di consumo, che analizza l'andamento dei consumi nel corso di vita e i fattori, interni ed esterni, che lo condizionano (Elder, 1985; Becker, 1963). Per facilitare la ricostruzione della carriera gli intervistati sono stati invitati a tracciare su un piano cartesiano semplificato una linea corrispondente all'andamento dei consumi nel corso della loro vita, dal primo contatto con le sostanze illegali fino al momento dell'intervista. È stato così possibile individuare diversi tipi di traiettoria (crescente, decrescente o altalenante) e analizzare le diverse fasi che le compongono, approfondendo in modo particolare gli stili di consumo (sostanze, contesti e motivi di consumo) e le strategie di autoregolazione, così come i fattori individuali e di contesto che li influenzano (incluso il Covid-19 e le misure di limitazione alla libertà personale adottate). Dopo aver ricostruito la carriera di consumo, gli intervistati che ne avevano esperienza (circa la metà) sono stati sollecitati a esprimere le loro opinioni in merito agli interventi di outreach e di drug checking.

³ Alla data di chiusura della ricerca, aprile 2021, gli utenti erano saliti a 411

- *Modalità di reclutamento e campione*

È stato adottato un metodo di campionamento mirato (Etikan et al., 2016) nell’ottica di costruire un campione eterogeneo dal punto di vista dei contesti e delle preferenze musicali, ma anche del genere, dell’età e dell’occupazione (Tab. 1). Visti i limiti imposti dalla situazione di emergenza pandemica il reclutamento, che avrebbe dovuto in parte svolgersi nell’ambito dei contesti di intervento del progetto Neuttravel, è avvenuto soprattutto online e per contatto telefonico.

I 29 intervistati sono stati individuati tra coloro che frequentano regolarmente eventi musicali (autorizzati e non) attraverso quattro canali principali:

- contatti informali del gruppo di ricerca di Eclectica e dell’equipe di Neuttravel;
- promozione della partecipazione su canali social (pagina Facebook di Neuttravel)
- promozione della partecipazione sulla chat di Telegram analizzata
- contatti informali degli intervistati (strategia della palla di neve).

Per candidarsi all’intervista è stato fornito un riferimento Telegram attraverso il quale i partecipanti potessero fissare un appuntamento senza nemmeno il bisogno di fornire dati personali come il numero telefonico.

Tab. 1 Campione delle interviste individuali

Genere	Fascia di età	Occupazione	Titolo di studio	Esperienza con drug-checking
M = 20	18-24= 12	Studente = 10	Licenza media inferiore = 3	Sì = 14
F = 9	25-30 = 11	Disoccupato = 4	Diploma (5 anni) = 12	No = 15
	31-35 = 6	Occupato stabile = 11	Laurea = 14	
		Occupato precario = 4		

Le interviste sono state realizzate prevalentemente online (15), nel rispetto sia delle norme previste per il contenimento della diffusione del Covid-19 (nei periodi in cui ogni attività in presenza era vietata), sia delle preferenze degli intervistati. Anche la scelta della piattaforma di video conferenza è stata concordata con i partecipanti (Skype, Zoom, Jitzi meet). Le interviste vis-a-vis (14) sono state invece realizzate presso la sede di Eclectica, nel pieno rispetto delle distanze di sicurezza.

Con il consenso dei partecipanti le interviste sono state registrate attraverso appositi apparecchi di registrazione vocale e in seguito trascritte integralmente. Una volta trascritti i file audio sono stati cancellati. Come raccomandato dalla letteratura (Wickham e Woods 2005), i testi sono quindi stati analizzati con l’ausilio un software specifico per la ricerca qualitativa (Atlas.ti) che permette la tracciabilità dei dati, facilita l’accesso ai dati originali per tutto il processo di analisi e il confronto costante tra ricercatori. Per la codifica è stato adottato un approccio abducente (Timmermans e Tavory 2012), basato sia sulla letteratura che sui dati raccolti. In altre parole, sulla base delle domande di ricerca sono stati predefiniti dei codici, ma è stato possibile per tutto il processo di codifica introdurre nuovi codici non previsti sulla base delle informazioni emergenti.

Tutti i partecipanti sono stati informati sugli scopi della ricerca e rassicurati rispetto alla garanzia di anonimato. Sono state applicate due diverse politiche di privacy: nel caso delle interviste in presenza i partecipanti sono stati invitati a firmare un modulo specifico di consenso informato al trattamento dei dati nel rispetto della normativa vigente in materia di privacy (Decreto Legislativo 30 giugno 2003, n. 196 e GDPR Regolamento UE 2016/679). Nel caso invece delle interviste avvenute online che non hanno previsto la comunicazione di alcun dato personale da parte della persona non è stato richiesto di fornire nome e cognome e dunque nemmeno di firmare il consenso, secondo le procedure utilizzate nella ricerca sociale online.

4. RISULTATI DELLO STUDIO SULLA CHAT APP DI TELEGRAM

I risultati principali vengono di seguito presentati secondo l'ordine logico che ha guidato l'analisi dei dati, con l'obiettivo di andare oltre i contenuti delle singole conversazioni e fornire indicazioni più generali che riguardano: i bisogni informativi degli utenti della chat (che tipo di domande vengono poste?), il tipo di interazioni spontanee che si creano tra i suoi membri (che tipo di risposte vengono fornite?) e che tipo di interazione si crea con gli operatori di Neuttravel (che domande vengono poste agli operatori? Che tipo di risposte vengono fornite e come vengono accolte?).

Le considerazioni dei ricercatori sono corredate di esempi che costituiscono una parafrasi dei commenti e dei contributi postati nella chat, che, come si è detto, per ragioni di privacy, si è scelto di non riportare letteralmente.

4.1 Le domande degli utenti della chat

Analizzare i contenuti delle domande postate dagli utenti nella chat nel periodo preso in considerazione (1° marzo - 31 maggio 2020) permette di comprendere meglio quali siano i dubbi più frequenti e quali sostanze riguardino. Le domande sono raggruppabili in cinque temi principali, illustrati in tabella 2 insieme al numero di citazioni, che fornisce un'indicazione sullo "spazio" che un dato tema occupa rispetto agli altri.

Tab.2 Oggetto delle domande postate sulla chat

Tema principale	Oggetto della domanda	N. citazioni
Sostanze	Richiesta di informazioni generiche relative a specifiche sostanze	82
Pratiche di consumo	Quali possono essere le pratiche di consumo più sicure, in particolare rispetto alle modalità di assunzione e ai dosaggi	64
Rischi	Rischi (per la salute psicofisica, legali...) che comporta l'assunzione di una determinata sostanza	46
Effetti	Effetti ricercati	44
Approvvigionamento e conservazione	Forme di approvvigionamento delle sostanze tramite l'autoproduzione e le corrette pratiche di conservazione delle sostanze	36
Trattamento	Informazioni sul trattamento per le persone dipendenti e sui modi per contrastare i sintomi dell'astinenza	19

- *Sostanze*

L'avvio di un *thread* (conversazione)⁴ parte spesso da una domanda molto generica su una specifica sostanza (ad es. "cosa ne pensate della /avete mai provato la mescalina?"). Chi scrive chiede quindi alla community se qualcuno la conosce, l'ha sperimentata o ha raccolto informazioni che vuole

⁴ Nel gergo dei forum e delle chat per thread si intende una serie di messaggi connessi, originato da un input iniziale (in questo caso una domanda o uno stimolo), postati da persone diverse. I thread a volte sono generati automaticamente sulla base di key-words, in questo caso ci riferiamo a thread individuati dai ricercatori in fase di analisi dei dati.

condividere. Altre volte le domande sono più specifiche e riguardano, ad esempio, la composizione chimica (ad es. cosa differenzia la molecola della NPS 1 p-LSD da quella dell'acido lisergico).

Le domande su sostanze “tradizionali” per il panorama di consumo italiano (funghi, LSD...) si affiancano a quelle su sostanze meno conosciute e sperimentate come la DMT, il Kratom, le cosiddette NPS (nuove sostanze psicoattive). Il dato più significativo è che i farmaci (principalmente oppioidi, benzodiazepine e altri psicofarmaci) siano oggetto di circa la metà delle domande degli utenti della chat. Dato che, come vedremo, è da leggersi soprattutto in relazione alla specificità del periodo preso in esame nel quale è iniziato il lockdown (in Piemonte il primo provvedimento di chiusura è entrato in vigore l'8 marzo 2020).

Non mancano neanche le richieste di un confronto più “esistenziale” sul ruolo che le sostanze hanno nella propria vita. È il caso, ad esempio, un giovane chiede consiglio alla community su cosa fare trovandosi diviso tra il proprio desiderio personale di continuare a utilizzare e sperimentare sostanze e quello di non creare sofferenza ai suoi genitori che si preoccupano per lui.

Conoscere le pratiche di consumo più adatte a sé, che rispondano meglio agli effetti ricercati e minimizzino i rischi, rappresenta un bisogno informativo molto sentito all'interno della chat.

- *Pratiche di consumo*

Molti utenti della chat cercano consigli sulle **modalità di assunzione** perché è la prima volta che fanno uso di una certa sostanza (è il caso ad esempio di un utente alla sua prima assunzione di DMT o di un altro con il farmaco paracadina), o perché vorrebbero provare ad assumerla in modi diversi (un utente chiede ad esempio se l'oppio possa essere assunto con un vaporizzatore per cannabis, un altro se sia possibile ingerire la speed). La percezione che orientare in maniera consapevole le modalità di assunzione rappresenti una prima fondamentale forma di autoregolazione e autotutela emerge in numerose domande: si chiede ad esempio se pippare cocaina con uno scontrino del bar sia una pratica sicura per la propria salute, o se assumere l'oppio per via rettale sia o non sia una pratica “safe”.

In tema di **dosaggio** le domande si riferiscono a diverse sostanze (amfetamine, oppio, ayahuaska, funghi allucinogeni, cocaina, farmaci oppioidi, benzodiazepine e altri psicofarmaci) e sono mosse da differenti bisogni informativi riconducibili sia agli effetti desiderati ma anche alla riduzione dei rischi potenziali:

- sapere con quale dosaggio minimo si raggiungono i primi effetti psicoattivi (ad es. qual è la dose minima necessaria per avere degli effetti con la codeina);
- sapere qual è il dosaggio migliore per la prima esperienza di assunzione (ad es. che porzione di un blotter di LSD è consigliabile assumere la prima volta);
- sapere qual è il dosaggio massimo per non incorrere in rischi per la salute (un caso dibattuto è quello della speed).

- *Rischi*

Coerentemente con gli obiettivi dichiarati della chat, conoscere **i rischi** connessi all'uso di una determinata sostanza è uno dei bisogni informativi fondamentali che animano e motivano la partecipazione alla chat e dà avvio al confronto su quali possono essere le modalità per evitare o diminuire l'incidenza dei rischi attraverso precise pratiche di autoregolazione e autotutela (che riguardano la frequenza, il dosaggio...).

I possibili rischi rispetto ai quali gli utenti della chat ricercano informazioni - soprattutto di “prima mano”, cioè basate sull'esperienza, perché spesso non vi sono informazioni scientifiche e autorevoli, sono:

- I rischi relativi a **effetti indesiderati**, sia sul piano fisico che su quello psicologico. Ad esempio, un membro della chat che ha assunto il Tramadolo e sperimentato una perdita di sensibilità del braccio destro, chiede alla chat se qualcuno ha avuto lo stesso effetto collaterale. Un altro membro chiede se qualcuno conosce la ragione del perché il THC può portare a vivere stati d'ansia, tachicardia e attacchi di panico, un altro ancora se una NPS mai sperimentata possa avere effetti indesiderati a livello psicologico. Tra i rischi sono citati anche i *bad trip*, esperienze di disagio e panico derivanti dall'assunzione di una sostanza psicoattiva, che possono essere accompagnate anche da allucinazioni spaventose e/o dolore fisico, discussi prevalentemente in relazione alle sostanze allucinogene. Nella chat si chiedono informazioni su quale sia la fenomenologia del *bad trip* (in quanto tempo può manifestarsi, quanto dura, se siano i pensieri che la persona fa a determinare il suo insorgere...) come anche se sia possibile prevenirlo assumendo una certa sostanza invece che un'altra.
- I rischi legati alla **frequenza di assunzione** (ad esempio, che problemi può comportare l'uso frequente di crack).
- I rischi legati al **policonsumo** di sostanze. Tra i mix citati dagli utenti della chat vi sono DMT e crack, aripiprazolo e codeina, DXM e cannabis, CBD e codeina. Un utente della chat chiede ad esempio se qualcuno abbia sperimentato personalmente l'assunzione combinata di ketamina e Naloxone e possa raccontare come ha gestito eventuali effetti indesiderati, perché è non soddisfatto rispetto alle informazioni trovate su fonti scientifiche.
- I rischi legati alla **qualità della sostanza**. A volte i partecipanti sono incerti sulla qualità di una droga acquistata o autoprodotta e cercano rassicurazione nella chat fornendo elementi sulle caratteristiche che hanno generato i loro dubbi. Questo tipo di preoccupazione riguarda principalmente funghi e tartufi allucinogeni: ad esempio, la nascita di muffa sul terriccio su cui i funghi crescono, o sugli stessi funghi, fa nascere dubbi sul fatto che siano di buona qualità e quindi mangiabili senza rischi. Ci sono anche domande che riguardano le sostanze sintetiche, ad esempio qualcuno chiede se i cristalli di MDMA possano assumere un colore molto scuro, quasi nero: un colore che fa nascere dubbi sulla purezza della sostanza.
- Il rischio di sviluppare una dipendenza. Vi sono domande su come è possibile limitare i rischi di assuefazione facendo attenzione a frequenza e dosaggi di consumo. Ad esempio, un membro della chat chiede se esista un intervallo di tempo da rispettare tra un'assunzione e l'altra di oppio per non rischiare di sviluppare una dipendenza. Ci sono poi domande su come riuscire a gestire i momenti di *craving*, cioè il desiderio irrefrenabile di assumere una sostanza, ad esempio la cocaina.
- I rischi legati alle possibili **conseguenze legali** dell'uso di sostanze. La maggior parte di queste domande ha l'obiettivo di capire quali siano le sostanze psicoattive non sottoposte a controllo in Italia (c.d. nuove sostanze psicoattive o NPS), come ad esempio il Kratom. Vi è molta incertezza su quali sostanze siano effettivamente acquistabili/commerciabili senza nessun rischio a livello legale. Ci sono anche domande che riguardano il rapporto con le forze dell'ordine e quali siano le procedure di segnalazione legittime. Ad esempio, un utente della chat chiede se una persona segnalata dalla polizia per il possesso di 1 g di marijuana possa legittimamente annullare il colloquio al SERD che gli agenti hanno prescritto.
- Il rischio di **morte**, citato decisamente meno rispetto a tutti gli altri rischi, è riferito a esperienze specifiche, come l'uso dell'iboga (arbusto psichedelico) in un trattamento alternativo contro la dipendenza da eroina.

Molte delle domande sui rischi riguardano la sperimentazione di sostanze mai assunte fino a quel momento. Sembra quindi che sia diffusa tra gli utenti della chat l'abitudine di rivolgersi alla community virtuale prima di sperimentare una sostanza a loro sconosciuta, ricercando confronto, condivisione e consigli da chi ha più esperienza. A questo proposito, i quesiti si concentrano prevalentemente sull'uso "deviato" (*diverted*) di farmaci (oppioidi, benzodiazepine e altri psicofarmaci). È interessante notare anche che, non di rado, gli amministratori della chat pongono

delle domande di “monitoraggio” alle persone che hanno dichiarato di essere in procinto di vivere la loro prima esperienza con una sostanza al fine di sapere come è andata e se stanno bene.

- *Effetti*

Oltre ai rischi, nella chat ci si confronta spesso anche rispetto agli **effetti** che le sostanze producono. Molte di queste domande riguardano da una parte gli effetti di determinate NPS (MXE, 2C-B-FLY, 251-NBOMe), dall'altra gli effetti di uso “deviato” di farmaci da prescrizione (mirtazapina, destrometorfano, benzidamina, bromazepam...). È molto frequente, dunque, il tentativo di cercare di comprendere gli effetti della NPS o del farmaco attraverso un paragone con le sostanze “tradizionali” più note. Si chiede ad esempio se la metossietamina (MXE) abbia effetti dissociativi simili o meno a quelli della ketamina, o se un dosaggio alto di mirtazapina possa portare ad allucinazioni simili ai trip da psichedelici. Ci sono anche domande sulla durata prevista di un determinato effetto, su quanto tempo impiegherà a manifestarsi, o quale sia il modo migliore per sperimentarlo in relazione al setting. Ad esempio, un utente della chat chiede se sia sensato provare per la prima volta il destrometorfano (DXM) a casa, o se questo setting possa influenzare negativamente gli effetti che vorrebbe raggiungere con questa sostanza.

- *Approvvigionamento e conservazione*

Una buona parte delle domande riguarda poi l'**autoproduzione** di droghe tra le mura domestiche. Con il termine autoproduzione ci riferiamo a un ampio spettro di pratiche, legate a differenti tipi di sostanze. Da una parte troviamo quelle riferite alle sostanze “naturali” come la coltivazione ed essiccazione dei funghi allucinogeni o la ricetta per produrre un panetto di burro al THC, mentre dall'altra quelle riferite alle sostanze di sintesi ovvero come trasformare la cocaina cloridrato (la sostanza in polvere) nella sua forma base (crack). Nel caso dei farmaci, le domande riguardano sia l'accessibilità (quali siano acquistabili senza prescrizione e quali no e, in questo caso, i modi per aggirare l'impedimento) che le tecniche di estrazione dei principi attivi. Ad esempio quale sia la tecnica migliore per estrarre la codeina da farmaci contenenti anche paracetamolo, e quindi quali siano i reagenti, solventi e farmaci necessari, o quali siano i dosaggi e le proporzioni da rispettare, è un tema che ha suscitato numerosi interventi. Oltre all'autoproduzione di sostanze, l'attenzione degli utenti della chat si rivolge anche alla loro **conservazione**. Ad esempio, un utente della chat domanda se un blotter di LSD perso da tempo nella propria stanza possa essere ancora efficace o sia “andato a male” o se per trasferire l'LSD su blotter basti un contagocce o servano altri strumenti.

Alcune domande riguardano infine sostanze comuni e non rubricabili fra gli stupefacenti, quali ad esempio infusi o tisane, che possano avere un effetto rilassante simile a quello della cannabis, o altre sostanze di uso comune con cui sia possibile “sbalarsi”.

- *Trattamento*

Il tema del **trattamento** emerge più raramente e principalmente in riferimento alla dipendenza da oppiacei. Alcuni utenti della chat, infatti, chiedono quali possano essere farmaci o rimedi naturali alternativi o complementari al metadone e buprenorfina nel trattamento della loro dipendenza. Le sostanze naturali citate sono il kratom, l'iboga, e il cumino nero. Un esempio paradigmatico di domanda è quella posta da un membro della chat che, essendo interessato a una terapia con l'iboga, chiede alla community come orientarsi davanti alle tante opinioni contrastanti che ha trovato in rete su questa opzione terapeutica. In tema di domande volte a contrastare la dipendenza da sostanze, oltre agli oppiacei è citato solo il tabacco: un utente si rivolge alla chat per ottenere suggerimenti su come riuscire a smettere di fumare tabacco. La domanda di un membro della chat che chiede se nella chat sia presente un medico con il quale parlare in privato, sottolinea la difficoltà di parlare del proprio consumo con il proprio medico di base.

IN SINTESI

Che domande pongono gli utenti alla chat?

- Gli utenti della chat si rivolgono alla community principalmente per avere informazioni e confrontarsi sugli effetti delle sostanze e sui modi migliori per ridurre i rischi e massimizzare i benefici dell'uso. Le pratiche più discusse a questo scopo sono i dosaggi e le modalità di assunzione.
- I membri del gruppo sono coscienti del fatto che l'assunzione di una sostanza significa esporsi a dei potenziali rischi per la propria salute psicofisica, per questo cercano un confronto nella community, specialmente quando si accingono a sperimentare una sostanza per loro nuova. L'esperienza diretta degli altri utenti, considerata come fonte primaria e a volte l'unica disponibile, aiuta ad essere preparati sugli effetti indesiderati e il modo migliore per viverli.
- Gli utenti della chat sono particolarmente interessati a raccogliere informazioni e report di esperienze su sostanze meno conosciute, come le NPS, ma soprattutto su farmaci e sostanze di uso comune che potrebbero avere un effetto psicoattivo. Questo risultato, insieme alle molte richieste di informazione sull'autoproduzione di sostanze (coltivazione di funghi allucinogeni, estrazione della DMT, estrazione della codeina da farmaci da banco) va letto in relazione alla riduzione dell'accessibilità delle risorse nel periodo analizzato (lockdown).
- Gli utenti della chat si dimostrano attenti al tema dell'autodeterminazione della salute e critici rispetto a certe forme di medicalizzazione: per questo sono interessati a conoscere quali possano essere farmaci o rimedi naturali per il contrasto dei sintomi dell'astinenza e il trattamento della dipendenza.

4.2 Lo scambio di consigli tra utenti della chat

L'analisi dei consigli che gli utenti della chat si cambiano permette di capire quali siano le opinioni, i saperi e le pratiche condivise dagli utenti della chat su differenti tematiche, e di approfondire le forme di interazione e di confronto che caratterizzano questa community.

I consigli – non sempre esplicitati come tali - possono essere raggruppati nelle quattro principali categorie riassunte nella tabella 3⁵.

Tab.3 Argomenti e consigli veicolati nella chat

Tema generale	Argomenti	N. citazioni
Pratiche di consumo	Consigli sulle pratiche di assunzione, in particolare rispetto alle modalità di assunzione, ai dosaggi e ai mix tra sostanze	170
Sostanze sconsigliate	Pareri negativi in merito a specifiche sostanze.	56
Approvvigionamento	Consigli riguardanti forme di autoproduzione e le modalità di conservazione	51

⁵ Nel periodo successivo a quello preso in considerazione dallo studio, gli amministratori della chat hanno inserito per alcune domande ricorrenti dei bot (messaggi automatici di risposta) che riguardano le informazioni generali sulle singole sostanze, i dosaggi e i mix di sostanze.

Cura e trattamento	Consigli e opinioni in merito ad astinenza, dipendenza, depressione, rapporti con i servi sanitari	41
Riduzione del danno	Consigli specifici sulla riduzione del danno	27
Legali	Consigli su come affrontare le possibili conseguenze legali dell'uso di sostanze	15

4.2.1 Pratiche di consumo

- *Modalità di assunzione*

Le modalità di assunzione rappresentano la categoria di consigli con maggior numero di citazioni nella chat nel periodo preso in esame. Le sostanze nominate in queste conversazioni – che a volte diventano oggetto di vere e proprie discussioni - sono molteplici.

Molteplici sono anche le modalità di assunzione che vengono consigliate e illustrate o al contrario sconsigliate e criticate per ciascuna sostanza (Tabella 4), dato che ciascuna modalità influenza gli effetti nei termini di velocità dell'insorgenza, qualità, durata, intensità...

I consigli sulle modalità di assunzione sono formulati rispetto a due finalità principali:

- godere al meglio degli effetti della sostanza;
- ridurre al minimo i rischi per la propria salute.

La maggior parte degli interventi dei membri della chat, in questo caso, consiste in resoconti più o meno dettagliati delle proprie passate esperienze personali di assunzione, oltre che in informazioni raccolte online. Questi diversi punti di vista e opinioni su uno stesso argomento si intrecciano dando vita a un'interazione dialogica e polifonica. Si arriva spesso a una sintesi rispetto a quale sia la modalità assunzione da preferire, una sintesi che è dunque conclusione di un processo collettivo di costruzione di conoscenza.

Tab. 4 Modalità di assunzione citate per diverse sostanze (in ordine per numero decrescente di citazioni)

Sostanze	Modalità di assunzione citate
DMT (ayahuaska o change)	- Fumata - Sniffata - Inalata con tabacco da naso
Oppio	- Fumato - Assunzione per via rettale - Bevuto in un infuso - Ingerito
Farmaci (benzidamina, benzodiazepine)	- Ingeriti (in gocce, pasticche, blotter, cristalli) - Sniffati
Cannabis	- Fumata
NPS (2CB, MDPV)	- Sniffata - Ingerita - Fumata
Cocaina	- Sniffata
Crack	- Fumato
Funghi	- Ingeriti

Speed o amfetamine in generale	- Ingerite - Sniffate
CBD	- Fumata
MDMA	- Ingerita

La **DMT** è la sostanza che presenta più citazioni e quindi più discussione. In particolare, gli utenti della chat discutono maggiormente su come fumarla (changa). I consigli prendono la forma, in questo caso, di vere e proprie istruzioni tecniche su come fumare la sostanza: quali materiali sono necessari (bottiglie, lampadine, retine di metallo, cartine, alcol...), quali strumenti (ad es. le pipette), la temperatura per far sì che la sostanza non si rovini, quale qualità di tabacco o di miscela di erbe privilegiare (che brucino a temperature basse o siano molto umide), quali sono i passaggi da compiere e i movimenti per inalare in maniera migliore il fumo... Fumare la DMT con una pipetta o come una canna dopo aver autoprodotta la *changa*⁶ (anche sull'autoproduzione della changa vengono fornite istruzioni dettagliate), vengono considerate le due modalità più semplici per fumare DMT e con le quali è possibile avere esperienze, a livello di effetti, realmente soddisfacenti. Le altre modalità di assunzione meno rappresentate nel discorso sono: fumare un "changa juice" nella sigaretta elettronica, inalare la DMT con del tabacco da naso alla maniera tradizionale amazzonica, sniffare la DMT quando è nel formato di piccole "pallette".

L'**oppio**, secondo per numero di citazioni, offre un esempio di come una discussione sui modi di assunzione possa tematizzare insieme la riduzione del danno e la fruizione degli effetti ricercati. Le modalità di assunzione dell'oppio più discusse tra gli utenti della chat sono: fumarlo, ingerirlo, berlo diluito con succo di limone o infuso e assumerlo per via rettale. Tra queste quella che viene ritenuta più rischiosa per la salute, in quanto meno igienica, è l'assunzione per via rettale: infatti, secondo molti utenti della chat è la modalità attraverso cui è più semplice prendere l'epatite, dato che non si può sapere come e da chi sia stato raccolto l'oppio, né che viaggio abbia fatto prima di arrivare nelle mani del consumatore. Questa modalità viene quindi sconsigliata, mentre le altre modalità vengono considerate più sicure e anche più adatte a godere al meglio degli effetti. Viene anche discussa l'assunzione in contemporanea di speed e oppio: in questo caso assumere oppio viene consigliato per compensare i possibili *side effects* della speed, rendendo l'assunzione più piacevole.

Per quanto riguarda i **farmaci**, ci si confronta su modalità di assunzione che si discostano da quelle suggerite dal foglietto illustrativo e che non derivano direttamente dalle indicazioni di un medico. Un esempio è quello del Valium: ci si confronta sulle possibilità di assumerlo tramite blotter o estraendo dei cristalli, invece di assumerlo in gocce o diluito in acqua come di consueto. La discussione sulla modalità di assunzione di un farmaco al di fuori dalla sua normale posologia può evidenziare i rischi che questo comporta, portando gli utenti della chat a disincentivarne l'assunzione. Un esempio riguarda l'assunzione di ansiolitici in pasticca, triturati e poi sniffati: alcuni utenti sconsigliano questa modalità evidenziando come questa possa, da un lato, causare effetti troppo forti e non piacevoli, dall'altro non avere effetto alcuno, dato che alcuni farmaci sono appositamente studiati per non produrre nessun effetto se sniffati, al fine di scoraggiare questo tipo di assunzione. Alcuni interventi si riferiscono anche a come e quando assumere la melatonina per migliorare il sonno.

Nella chat vengono dati consigli anche riguardo la modalità di assunzione di alcune **sostanze comuni**, ma con potenziali proprietà psicoattive, che alcuni hanno deciso di sperimentare durante il periodo di quarantena. Esempio è il caso della noce moscata, sulla quale ci si confronta per capire come assumerla per avere effetti allucinogeni: si consiglia di assumerla in polvere, o direttamente dalle noci, in un infuso. Altri membri della chat ne sconsigliano l'assunzione per via di forti malesseri finisci, come forte vomito, che potrebbe provocare. Si scambiano consigli anche su quali possono

⁶ Changa (o xanga) è un termine generico per riferirsi a una miscela da fumo che contiene DMT, infuso su un MAOI (inibitori delle monoamino ossidasi), contenente erbe come la ruta siriana o banisteriopsis caapi.

essere i mix di erbe erboristiche o aromatiche migliori per sostituire o mischiare con il tabacco per diminuirne il consumo, o da usare per assumere insieme a cannabis, CBD o DMT.

Le discussioni sulla **cannabis**, che si intrecciano con quelle sul CBD, si concentrano su uno scambio di opinioni in merito all'uso del vaporizzatore, messo a confronto con i modi "classici" di combustione (bong, chillum, canne). Passare al vaporizzatore per gli utenti della chat è conveniente per vari motivi:

- il risparmio economico, sia perché non è più necessario tabacco o cartine, ma anche perché con la vaporizzazione la resa della sostanza è maggiore rispetto alla combustione e quindi è necessaria meno quantità di cannabis per raggiungere gli effetti desiderati;
- gli effetti più intensi che la vaporizzazione permette di raggiungere;
- l'affrancamento dall'uso del tabacco (per alcuni è stato un incentivo nel riuscire gradualmente a smettere di fumare sigarette).

Rispetto alla **speed** (nome gergale per indicare l'anfetamina, è in genere una miscela di caffeina, anfetamina e altre sostanze psicoattive e non), il dibattito si divide tra chi preferisce "pipparla" e chi invece ingerirla, evidenziando i pro e i contro di entrambe le opzioni. Per alcuni sniffarla è la scelta migliore perché permette di avere un picco di intensità dell'effetto subito dopo l'assunzione, mentre ingerirla significa dover aspettare troppo per avere i primi effetti e in più rischiare che gli effetti siano troppo prolungati nel tempo. Per altri questa modalità di assunzione è più pericolosa perché espone maggiormente la persona al rischio di contrarre infezioni e provoca pesanti danni alle mucose nasali. Per questo, il consiglio è di ingerirla, modalità più sicura che garantirebbe anche una durata degli effetti più prolungata e costante nel tempo. C'è poi un dibattito sul fatto che si debba o meno "mangiare" la speed quando ancora bagnata o quando già secca: da una parte un utente della chat racconta di aver sempre ricevuto come consiglio dagli operatori della riduzione del danno di ingerire la speed bagnata, inserita in una cartina, mentre altri controbattono che la speed può essere ingerita solo quando è asciutta, mentre altri ancora suggeriscono di scaldarla con l'accendino prima dell'assunzione⁷.

Le opinioni che riguardano le modalità di assunzione delle **NPS** sono più incerte: alcuni testimoniano la difficoltà nel reperire informazioni autorevoli su quale sia la modalità di assunzione più sicura, altri cercano di dare dei consigli premettendo di non aver mai sperimentato la sostanza, ma condividendo materiale informativo trovato online, altri cercano di paragonare una determinata NPS con una sostanza analoga "tradizionale", le cui modalità di assunzione siano più consolidate. Questo accade in particolare per il confronto tra 2CB e LSD, o PCP e ketamina, che sono oggetto di conversazioni che terminano con affermazioni che ribadiscono quanto il confronto collettivo sia stato utile a prendere una decisione sentendosi più sicuri.

Cocaina, funghi, amfetamine, CBD e MD sono le sostanze con meno citazioni, riducibili a veloci scambi di battute, consigli rispetto alla modalità di assunzione che non si discostano da quelle più note per ciascuna sostanza, come evidente dalla Tabella 6. In questo caso un'indicazione sulla riduzione del danno emerge in un confronto sulla cocaina: quando si sniffa bisogna usare sempre e solo il proprio "pippotto", senza scambiarselo mai.

● *Dosaggio*

Informazioni, consigli e opinioni sui dosaggi vengono scambiati con una maggior partecipazione e interesse a seconda della sostanza presa in esame. Ciò appare chiaramente guardando alla tabella 7, riportata di seguito.

⁷ L'intervento degli operatori in questa conversazione è descritto nel paragrafo "Modalità di assunzione" del cap. 4.3.1 p. 29

Coerentemente con quanto detto a proposito delle domande sulle modalità di assunzione, **i farmaci** sono il tipo di sostanza su cui nella chat si sono scambiati più consigli in merito al dosaggio. In questo caso si ragiona sul dosaggio necessario per raggiungere gli effetti desiderati, che sono diversi da quelli terapeutici. Tra i farmaci, la codeina e i suoi derivati come la diidrocodeina estratti da farmaci antidolorifici o antitussivi – sono le la sostanza più discussa. Ad esempio, come dosaggio per una prima assunzione un utente consiglia di assumere 4 g di paracetamolo e quindi 8 compresse di Codamol© o Tachidol©, cioè 240 mg di codeina. Per capire la relazione tra dosaggio ed effetto ricercato gli utenti della chat si rifanno ai valori riportati nelle tabelle di equianalgesia tra oppiacei, uno strumento della farmacologia che permette di capire le equivalenze tra i dosaggi di differenti sostanze: in un caso si ricerca l'equivalenza tra codeina e morfina: 240 mg di codeina risultano equivalenti a 24 mg di morfina, dato che la relazione tra le due sostanze è 100mg/10mg. Il dosaggio non è dunque lasciato al caso, ma calcolato secondo le istruzioni riportate sui bugiardini e illustrate da membri della chat che hanno conoscenze specifiche o più esperienza.

È diffusa anche la consapevolezza che al di là del rigore che si può avere nel dosare la sostanza, la relazione tra dosaggio e effetto ricercato è soggettiva, cambia cioè per ciascuna persona, e quindi ognuno deve trovare la dose giusta per sé attraverso la sperimentazione.

Quindi, agire sul dosaggio è importante per evitare i possibili rischi che l'assunzione di codeina può comportare, per questo sono numerose le raccomandazioni che vengono fatte soprattutto alle persone che la assumono per la prima volta. Si consiglia di tenere basso il dosaggio nelle prime assunzioni per arrivare gradualmente all'“effetto tetto” che secondo un altro utente è di 200 mg al giorno, da non superare. Un'altra raccomandazione è quella di prestare attenzione agli altri principi attivi presenti in un farmaco, e agli effetti nocivi che potrebbero avere sulla propria salute. Questo è chiaro nel caso di un membro della chat che vuole assumere la diidrocodeina attraverso un farmaco in cui è presente anche un principio attivo anticonvulsivo: il consiglio ricevuto è di non esagerare con il “ridosaggio” – aumento della dose rispetto alla posologia del farmaco – proprio per la presenza di questo anticonvulsivo⁸.

All'interno della chat ci si interroga anche su come dosare alcuni **psicofarmaci** in modo tale da vivere un effetto di euforia senza finire per addormentarsi. A scopo di disincentivarne l'uso, vengono anche riportate alcune esperienze negative che mettono in risalto i rischi dell'uso di psicofarmaci a scopo non terapeutico. Ad esempio, un utente della chat racconta alla chat di come aver assunto 3 gocce di antipsicotico in più al di fuori della dose consigliata (13 invece che 10) lo abbia fatto stare male per quasi 12 ore. In questo caso gli altri utenti della chat intervengono spiegando il perché si sono verificati gli effetti indesiderati riportati e sconsigliando vivamente di usare questo farmaco “a scopo ricreativo”.

Il tema del dosaggio emerge come fondamentale anche in relazione alle **NPS**, sulle quali nemmeno i membri della chat hanno molte conoscenze. Confrontarsi con altri è quindi un primo passo per tutelarsi e vivere al meglio l'esperienza. Come prima raccomandazione gli utenti della chat consigliano di testare sempre le sostanze sconosciute con il drug-checking prima di assumerle, per essere sicuri su che cosa si è acquistato. Inoltre si consiglia sempre di accertarsi su quanto la sostanza “è caricata”, cioè la percentuale di sostanza contenuta nella pasticca, nel cristallo, o nel blotter in questione. Queste sono informazioni chiave per procedere con un giusto dosaggio, che si consiglia di calcolare non a occhio, ma con strumenti adeguati come una bilancia centesimale. Diversamente, c'è il rischio di sovradosare e incorrere in *side effects* non previsti, come testimonia il racconto di un'utente della chat sulla sua unica esperienza con il MDPV, invitando tutti a usare sempre la bilancia. Un'altra raccomandazione è quella di procedere con prime assunzioni graduali e con dosaggi bassi.

Una discussione significativa è quella che riguarda il dosaggio di un ormone, la **melatonina**. Infatti, alcune persone non sono interessate solo alla valenza terapeutica della melatonina, che agisce

⁸ In realtà l'informazione fornita non è imprecisa: alte dosi di Cardiazol Paracodina© possono provocare convulsioni.

migliorando il ciclo sonno-veglia e contro l'insonnia, ma anche alla sua proprietà, a certi dosaggi, di "indurre dei sogni lucidi" – ovvero sogni dove chi dorme è cosciente essere in un sogno - rendendo così anche il sogno un terreno di esplorazione e sperimentazione. Si discute, quindi, su quali siano le dosi giuste per raggiungere questo stato onirico: il dosaggio da preferire è per la maggior parte degli utenti della chat, tra i 4 e i 5 mg e bisogna arrivare ad assumerlo gradualmente, prestando attenzione al fatto che dosi eccessive di melatonina possono arrecare danni alla salute.

Per quanto riguarda le **sostanze psichedeliche** la maggioranza delle interazioni in chat sono consigli sul dosaggio da preferire per la prima assunzione: per i funghi, ad esempio, la dose consigliata è di 1 g o 1,5 g, mentre la proporzione tra changa e DMT è 100 mg per 30 mg. Ci si confronta anche rispetto a come evitare di raggiungere la soglia di tolleranza con l'LSD, della psilocibina e delle triptamine simili (come 4-OH-MET, 4-OH-MiPT...) e le fenilettilammine (NBOMe, DOx, 2C-x, mescalina...) – attraverso il controllo di dosaggio e frequenza. A questo proposito il consiglio è quello di utilizzare una funzione interattiva del sito codepen.io che permette di calcolare il rapporto tra dosaggio e frequenza per regolare l'assunzione, evitando così di raggiungere la soglia della tolleranza.

Il tema del dosaggio anima anche discussioni brevi e meno partecipate, che riguardano sia sostanze più "nuove" e meno conosciute, che quelle più comuni. Esempi del primo caso sono una conversazione su quali siano i dosaggi della ketamina e dell'MDMA nella pratica del *microdosing* a scopo terapeutico, o consigli su come dosare i cannabinoidi sintetici, in particolare il FAB 144, in quanto sostanze dosi dipendenti, l'effetto derivante dall'assunzione di queste sostanze si manifesta, infatti, in misura proporzionale alla dose di sostanza assunta. Nel secondo caso troviamo le dosi consigliate per l'ingestione dell'oppio e i suggerimenti su come dosare il bicarbonato nel procedimento per il lavaggio della cocaina.

- *Mix tra sostanze*

Gli utenti della chat si confrontano su quali siano i mix consigliabili o sconsigliabili, e quindi sicuri o non sicuri per la salute, ma anche capaci di far vivere un'esperienza di assunzione positiva o meno.

Nella Tabella 8 sono elencati tutti i mix citati nel periodo preso in esame. Come si può notare, i farmaci sono il tipo di sostanze più presente in questo elenco, protagonisti della metà dei mix individuati.

Tab. 5 Elenco dei mix tra sostanze di cui si discute

Mix tra sostanze citati

Ketamina e oppiacei

Ketamina e 2CB

Oppio e sedative

Oppio e speed

Benzodiazepine e alcol

Codeina e CBD

Psicofarmaci (antipsicotico) e psichedelici

Benzodiazepine e stimolanti

Funghi e limone

Nelle discussioni ci si confronta su quali possono essere i farmaci più adatti per diminuire o interrompere effetti indesiderati provocati dalle sostanze, ad esempio per “spegnere un trip”. Un altro esempio è la discussione sul Naloxone dove vengono illustrate le modalità di utilizzo di questo farmaco salvavita e si rassicura sul fatto che non presenta nessuna interazione nociva con nessuna sostanza, anche se nel caso di dipendenza da oppioidi può indurre una crisi di astinenza.

L’interesse per i mix tra farmaci e sostanze riguarda anche un possibile uso calmante, come nel caso del mix tra codeina e CBD, visto come combinazione positiva per via del forte effetto rilassante che produce.

Per quanto riguarda l’oppio, seconda sostanza più citata nei mix, alcuni utenti della chat sconsigliano vivamente di mischiarlo con sostanze come farmaci sedativi o la ketamina: entrambi vengono descritti come due delle combinazioni più pericolose per la salute, oltre che potenzialmente letali.

Il confronto sulle combinazioni tra sostanze è anche finalizzato a scoprire come potenziare gli effetti ricercati nell’assunzione di una determinata sostanza, come nel caso dei funghi allucinogeni. Qui si discute della tecnica della Lemon-tek, che velocizza la conversione della psilocibina in psilocina grazie all’acido citrico del succo di limone, e ci si scambia informazioni su quali altre sostanze, come cacao, passiflora, iperico e rhodiola, possono condurre allo stesso risultato.

4.2.2 Sostanze sconsigliate

C’è poi uno scambio di consigli che riguarda le sostanze in generale, senza riferimento alle pratiche di assunzione. È interessante notare come la maggioranza di queste conversazioni si esprima in una valutazione nella maggior parte dei casi negativa, che porta alcuni utenti della chat a sconsigliarne, più o meno assertivamente, l’assunzione. Queste valutazioni negative vengono presentate con il supporto di aneddoti derivanti dalla propria esperienza personale o di altre persone, e riguardano il grado di pericolosità della sostanza.

Emblematico è il caso degli **oppiacei**, vivamente sconsigliati per i rischi associati (dipendenza, assuefazione e astinenza). Inoltre, è noto il rischio di overdose e per scongiurarlo, se proprio si vogliono usare gli oppiacei, il consiglio è di avere sempre con sé il Naloxone. Un secondo esempio riguarda le **NPS**: un’opinione diffusa è che si debba fare molta attenzione a quelle sostanze note anche come RC (research chemicals) perché, alla stregua delle sostanze “tradizionali”, possono essere tagliate con sostanze sconosciute ed essere quindi tossiche per l’organismo.

Sull’uso non terapeutico dei **farmaci** le valutazioni sono molto negative da parte di più utenti della chat: secondo un utente della chat molti nel momento della quarantena hanno utilizzato a scopo ricreativo i farmaci sperimentando modalità di assunzione alternative, mettendo così in pericolo la propria salute. Ad esempio, l’assunzione orale di farmaci come il Tantum Rosa che riporta nel foglietto illustrativo l’indicazione: “NON INGERIRE”, viene giudicata “da pazzi”. Oltretutto, secondo un membro della chat, lo stato allucinatorio che si può ottenere - effetto collaterale di un uso “*off label*”⁹ di un determinato farmaco - non è in nessun senso paragonabile agli effetti allucinogeni indotti dalle sostanze illegali. Allo stesso modo viene fortemente consigliato di non usare le benzodiazepine a scopo ricreativo. Una utente della chat che ha avuto un’esperienza di assunzione negativa sia con oppiacei sintetici che benzodiazepine, dato che gli effetti non si sono palesati in nessuno dei due casi, viene messa in guardia sul fatto che la sua è una condizione comune a chi fa un uso “diverted” (deviato) di questi farmaci: non sentire sopraggiungere gli effetti ricercati porterebbe

⁹ Alcuni utenti della chat usano questo termine quale sinonimo di “diverted use” per indicare cioè l’uso di un farmaco in modalità e per scopi diversi da quelli prescritti da un medico. Con *off-label* invece si intende un uso “fuori da quanto previsto dal foglietto illustrativo” ma pur sempre indicato dal medico.

una persona a continuare ad assumere il farmaco, aumentando la dose, ritrovandosi a vivere un “delirio di sobrietà” in cui è molto “sballato”, ma non se ne rende conto.

Un utente della chat ci tiene a sottolineare quanto anche sostanze “meno pesanti” come la cannabis possono rovinare la vita a qualcuno: per questo bisognerebbe essere coscienti della soggettività di ciascuna esperienza e dei rischi che porta con sé e del fatto che non tutte le sostanze sono adatte a tutti.

C’è poi chi esprime la propria preferenza tra classi di sostanze: ad esempio per un membro della chat l’LSD è una sostanza migliore dei funghi allucinogeni e la consiglia vivamente come prima esperienza con un allucinogeno.

Il possibile valore terapeutico delle sostanze psicoattive è un argomento che suscita un’accesa e lunga discussione. Lo scontro è tra due fazioni: la prima attribuisce un potere terapeutico a sostanze come l’MDMA, la ketamina e psilocibina, mentre la seconda crede che non ci si debba “improvvisare psichiatri”, tracciando una linea di demarcazione netta tra sostanze psicoattive illegali e psicofarmaci. I primi condividono nella chat esperienze personali sostenendo di avere ottenuto benefici maggiori con l’uso di droghe (quali ad esempio di MDMA) che con i trattamenti farmacologici prescritti dal proprio psichiatra. Vengono riportati anche dati reperiti con ricerche online sulle sperimentazioni laboratoriali dell’uso terapeutico del microdosing di alcuni allucinogeni, empatogeni e dissociativi. La seconda fazione invece non porta a supporto della sua posizione - espressa tra l’altro in maniera molto assertiva, al limite dell’aggressività – racconti di esperienze vissute in prima persona o fonti altre: la tesi sostenuta è quella che nessuna droga può risolvere problemi psichiatrici.

4.2.3 Autoproduzione e conservazione

I temi dell’autoproduzione e della conservazione delle sostanze animano diversi scambi di opinioni e consigli all’interno della chat. Queste conversazioni si concentrano principalmente su alcune specifiche sostanze, elencate nella Tabella 6, tra le quali prevalgono i funghi allucinogeni.

Tab. 6 Sostanze oggetto di consigli sull’autoproduzione e conservazione delle sostanze.

Sostanze	N. citazioni
Funghi	10
Cannabis	9
LSD	9
Farmaci	8
DMT	7
Cocaina	3

Una prima discussione significativa sull’autoproduzione di **funghi** è quella su quale metodo di coltivazione sia da preferire per chi è alla prima esperienza di autoproduzione. Da una parte c’è chi crede che non abbia senso acquistare i kit per la coltivazione che sono commercializzati sul web, perché attraverso una coltivazione totalmente *home-made* è possibile avere rese maggiori a parità di spesa; dall’altra abbiamo invece c’è chi vede nel kit uno strumento valido per chi si avvicina alla coltivazione dei funghi per la prima volta, è necessario però valutare con attenzione a quale sito rivolgersi per l’acquisto per ragioni di sicurezza e qualità del prodotto. Ad esempio, emerge il dubbio se acquistare dei box che contengono le spore già innestate nel terriccio sia ancora legale in Italia. In

ogni caso viene sottolineato come, data la delicatezza dell'operazione, sia necessario affidarsi alla guida di una persona più esperta, o ricercare gruppi Telegram o forum online dedicati all'argomento. Nella chat sono presenti anche scambi di consigli su come riuscire a valutare se la propria coltivazione di funghi stia procedendo bene e in sicurezza. Si danno ad esempio istruzioni su come riconoscere se una muffa può essere nociva o meno, o su come raccogliere i funghi già pronti senza arrecare danni al substrato. Alcuni utenti della chat condividono nella chat anche alcune foto delle loro coltivazioni. Sono poi consigliate diverse tecniche di essiccazione e quindi conservazione dei funghi: con sale, con silice, con buste già preparate acquistabile on-line, in un luogo secco e buio senza l'uso di nient'altro, conservandoli nel frigo dopo averli essiccati.

Il farmaco più discusso in tema di autoproduzione è la **codeina** e l'oggetto più frequente di confronto è come fare a estrarla da altri farmaci. Le tecniche consigliate sono varie e molto differenti tra loro come ad esempio lavando i farmaci con l'ammoniaca (come si fa con la cocaina), facendo un'estrazione in due fasi, o dissolvendo la pillola e rimuovendo gli eccipienti con un processo di filtrazione per poi usare un solvente polare a PH basico (per rimuovere la base coniugata all'acido salicilico). Un utente della chat sottolinea l'importanza di prestare attenzione al paracetamolo. Infatti, su You-Tube è possibile trovare molti video che parlano di come estrarre la codeina da farmaci che presentano alte concentrazioni di codeina, ma anche alte concentrazioni di paracetamolo, che è una sostanza fortemente tossica per il fegato. Secondo questo utente con le "estrazioni fai da te" è possibile rimanga molto paracetamolo nella soluzione ottenuta, che se ingerito può comportare gravi rischi per la salute, tra cui anche l'overdose.

Sull'**LSD** si apre, invece, un confronto su quale sia il metodo migliore per conservarlo nel tempo, in modo che non si alteri o perda il suo portato allucinogeno. Sono due le strategie che vengono consigliate dagli utenti della chat: la prima è proteggere il blotter da luce, umidità e aria, ad esempio all'interno di un libro; la seconda è chiudere i blotter all'interno di contenitore ermetico da riporre poi in freezer¹⁰.

Le conversazioni sulla **cannabis** sono quasi tutte centrate sui metodi e le ricette per cucinare dolci alla cannabis. La discussione più rilevante, in quanto più lunga e con più prese di parola, è quella su come ricavare del burro chiarificato alla cannabis. Ad esempio, un membro della chat fornisce istruzioni puntuali su come eseguire la sua ricetta, condividendo anche immagini che illustrano ogni passaggio, come in un qualsiasi blog di cucina.

Un altro tema è l'estrazione della **DMT** che secondo qualcuno sarebbe l'unico modo sicuro per procurarsela in quanto l'acquisto dei singoli ingredienti è legale.

Nella chat si trovano anche scambi di consigli sul lavaggio della cocaina con il bicarbonato: viene spiegato come dosare il bicarbonato, che temperature utilizzare, quali sono i movimenti da compiere e la loro successione, i tempi...

4.2.4 Trattamento

Le conversazioni che hanno come oggetto la cura di sé e il trattamento delle dipendenze includono diversi argomenti, ordinati per numero di citazioni in Tabella 7.

¹⁰ Cfr l'intervento degli operatori in questa conversazione al paragrafo 4.3.1. "Conservazione a autoproduzione" p. 29

Tab. 7 Temi di conversazione che riguardano la cura e il trattamento

Temi	Definizione	N. citazioni
Astinenza	Consigli su come prevenire/ affrontare gli stati di astinenza	16
Dipendenza	Consigli su come prevenire/affrontare problemi di dipendenza	12
Cura	Consigli su come affrontare situazioni di sofferenza psicologica	7

I consigli su come contrastare i sintomi dell'**astinenza** si riferiscono a vissuti di astinenza legati a tre sostanze: la cocaina, l'oppio e l'eroina. Per l'astinenza da cocaina viene consigliata l'assunzione di farmaci stimolanti (Modafinil©, Ritalin©), anticonvulsivanti (Topamax©), antiepilettici (Neurontin©, Sabril©), miorilassanti (Baclofen©). Inoltre, viene consigliato a chi si trova in astinenza di non riprodurre comportamenti che in genere associa all'assunzione di cocaina, per evitare di incorrere in una situazione di "craving". Per quanto riguarda l'astinenza da oppio si consiglia di l'assunzione di farmaci da prescrizione (vengono citati Subutex©, Suboxone©, benzodiazepine, Catapresan©) o che, secondo gli utenti della chat, non richiedono la ricetta (Tachidol, perché conterrebbe una concentrazione rilevante di codeina¹¹, e il Loperamide©, farmaco oppioide che si consiglia di non sovradosare per non incorrere in un blocco intestinale). Anche il kratom viene citato come valida alternativa a queste prime due opzioni. Sull'astinenza da eroina i consigli sono sovrapponibili a quelli riguardo l'astinenza da oppio, sia per quanto riguarda il rivolgersi a un altro oppiaceo, che rispetto ai farmaci citati.

Rispetto ai consigli su come gestire, o evitare, una **dipendenza** da sostanze la maggior parte delle citazioni si riferiscono al crack. Le indicazioni che vengono date, in questo caso sono: ridurre gradualmente l'utilizzo, fino ad arrivare a una "fumata" ogni due settimane, ed evitare situazioni e comportamenti che possano indurre uno stato di "craving". Vengono poi forniti consigli generali da seguire indipendentemente dalla singola sostanza come cercare di modificare la propria attitudine di pensiero e cercare di mantenersi occupati nella propria quotidianità, così da evitare di pensare sempre alle sostanze.

Le citazioni che esprimono solidarietà e cura per coloro che possono trovarsi in condizione di difficoltà, si concentrano sul trattamento farmacologico per la **depressione**. Le reazioni suscitate dal racconto di un utente della chat sulla propria esperienza con una terapia a base di antidepressivi palesano posizioni antitetiche su questo tema: mentre alcuni sostengono la necessità di rivolgersi a uno psichiatra, altri mettono in dubbio l'efficacia di una terapia farmacologica e quindi sconsigliano di affidarsi in maniera cieca a un medico, che sarebbe incapace di conoscere realmente lo stato emotivo di una persona. Il consiglio è dunque quello di intraprendere un autonomo percorso di consapevolezza al di fuori di qualsiasi intervento medicalizzante. Queste due posizioni finiscono con lo scontrarsi, spingendo l'amministratore della chat a intervenire per sanare il diverbio invitando gli utenti della chat a portare avanti un confronto rispettoso in merito all'argomento, che non sfoci in insulti o tentativi di prevaricazione.

4.2.5 Riduzione del danno

Un esempio di conversazione che non incontra opinioni unanimi tra gli utenti è quella sui "**trip stopper**", cioè sostanze in grado di interrompere o ridurre i sintomi di un trip che sta avendo effetti

¹¹ L'informazione non è corretta in quanto il farmaco è vendibile solo dietro prescrizione

indesiderati. Anche in questo caso emergono due posizioni discordanti: la prima raccomanda di avere sempre sottomano dei trip stopper (vitamina C o ansiolitici) durante l'assunzione di psichedelici, mentre la seconda ritiene che i trip stopper non abbiano una reale efficacia, ma solo un effetto placebo. Per chi sostiene quest'ultima posizione nessuna sostanza può davvero far "scendere" un trip, per questo quello che si deve fare per evitare di vivere un bad trip è esercitarsi per aumentare la propria consapevolezza, in modo da essere in grado di allontanare i pensieri negativi che possono insorgere durante l'assunzione¹².

Altri esempi sono la raccomandazione di avere accanto a sé un "sitter" (una persona che si possa prendere cura dell'assuntore in cui ce ne sia bisogno) e di considerare attentamente il setting durante una prima assunzione di DMT. È anche consigliato di prestare attenzione all'**idratazione** e assumere degli integratori antiossidanti quando si usa l'MDMA.

È interessante notare come si consigli di rivolgersi sempre, prima di un'assunzione di una research chemical (RC) sconosciuta, al gruppo Telegram RCItalia, per indagare possibili effetti indesiderati e come contrastarli.

- *Conseguenze legali*

Le possibili **conseguenze legali** del consumo di sostanze sono oggetto di diverse discussioni. Una conversazione riguarda ad esempio il come comportarsi con le forze dell'ordine nel momento in cui si viene fermati in possesso di alcuni blotter di 1-p-LSD, una RC che un utente della chat non riesce a sapere se sia o meno tabellata in Italia. In questo caso all'interno della chat vengono forniti pareri differenti e incerti, che non arrivano a una sintesi: da una parte il consiglio è quello di richiedere l'analisi della sostanza sequestrata, dato che le varianti di queste molecole in commercio cambiano continuamente, dall'altra, alcuni ritengono che la denuncia sia inevitabile, anche nel caso di analisi dei blotter. Nelle discussioni emerge in ogni caso una generale mancanza di fiducia nei confronti delle forze dell'ordine, che non sarebbero disposte né ad ascoltare né a tutelare le persone che usano sostanze.

- *Riflessioni sulla riduzione del danno*

Coerentemente con il mandato esplicito della chat, vi sono diverse discussioni sul significato e le modalità con cui praticare la riduzione del danno, a volte nate proprio dal regolamento, postato dagli amministratori ogni volta che un utente si unisce alla chat, sugli obiettivi, i valori e i metodi di confronto accettati e condivisi dalla community.

La chat è una piattaforma informale all'interno della quale tutti sono liberi di esprimersi, partendo dall'assunto che nessuno è "nato imparato" o è custode della verità e che il confronto critico è il modo migliore per crescere collettivamente.

Un obiettivo primario della chat è quindi "costruire la conoscenza" sulla riduzione del danno a partire dalla discussione collettiva e dal confronto con professionisti. Per questo gli amministratori cercano costantemente di entrare in contatto e invitare a intervenire esperti della riduzione del danno, associazioni, medici, che abbiano voglia di mettersi a disposizione all'interno della chat, come nel caso del progetto Neuttravel.

Un secondo obiettivo è quello di essere un gruppo di supporto, che possa aiutare e stare vicino, seppure a distanza, a chi ha bisogno. L'idea che motiva l'attività di supporto è che i modelli di prevenzione preconfezionati non siano efficaci perché non tengono conto dell'individualità della persona e della particolarità di ciascun singolo caso. Per questo all'interno della chat è necessario

¹² Si veda il paragrafo "Interventi spontanei degli operatori" al cap. 4.3.2. pp. 29 per il chiarimento sul tema fornito dagli operatori del servizio.

essere rispettosi gli uni con gli altri, per darsi il tempo di conoscersi, anche se solo in maniera telematica, in modo tale da capire che tipi di consigli e di supporto darsi a vicenda, in linea con le esigenze di ciascuno. Per questo si richiede di non tenere atteggiamenti giudicanti, ma cercare di essere empatici e comprensivi.

L'identità specifica della chat oggetto di analisi emerge da una conversazione in cui i membri fanno il confronto con altri gruppi Telegram impegnati nella riduzione del danno. Un esempio è fornito da una conversazione avviata da un membro della chat che, rivolto alla chat RCItalia per sapere quali farmaci assumere per ridurre i sintomi dell'astinenza, ha ricevuto come risposta il regolamento del gruppo in cui si vieta di consigliare farmaci all'interno della chat. Di fronte alla reazione indignata dell'utente della chat, un amministratore ha avanzato l'ipotesi che questa risposta nasca dall'obiettivo di evitare eventuali problemi legali, sottolineando come, al contrario, la priorità della chat analizzata sia prima di tutto aiutare le persone.

Un tema che anima una discussione molto lunga e partecipata riguarda l'opportunità o meno di promuovere un corso di **formazione sulla riduzione del danno** aperto a tutti e tutte. Ancora una volta si vengono a scontrare punti di vista opposti: c'è chi ritiene che il tema della riduzione del danno non si presti a essere insegnato, dato che solo chi ha avuto esperienza diretta con le sostanze può sapere "come non stare male", e c'è chi sostiene invece che ci siano molte nozioni utili da divulgare sebbene teoriche, ad esempio i rischi legati alle NPS, le combinazioni tra sostanze pericolose, come usare i reagenti per testare le sostanze in autonomia, nonché le nozioni base di primo soccorso per essere pronti a intervenire in situazioni di emergenza.

Ci sono visioni differenti anche sull'utilità di impiegare figure di **pari** nell'ambito della riduzione del danno: per alcuni ha senso che abbiano spazio e intervengano solo persone che si sono laureate in medicina, infermieristica o giurisprudenza, mentre per altri anche le persone che non hanno una qualifica accademica, ma esperienza diretta e una preparazione ad hoc, sono estremamente utili e da valorizzare.

Vi è poi una riflessione su quale sia l'approccio migliore per parlare con le persone di riduzione del danno. Secondo una utente della chat è necessario capire quanto una persona è "predisposta" ad ascoltare le informazioni: a volte "sbattere in faccia" delle informazioni sull'uso consapevole delle sostanze può essere solo controproducente, perché può essere interpretato come intrusivo e portare la persona ad allontanarsi e chiudersi. Anche rispetto a quale sia il **target** più interessato alla riduzione del danno si confrontano posizioni opposte: per alcuni i meno interessati e ricettivi in tema di pratiche di assunzione consapevole sarebbero le persone che assumono occasionalmente sostanze a scopo ricreativo, mentre chi è dipendente da sostanze sarebbe molto interessato al tema; per altri è esattamente il contrario.

Per molti la sfida più difficile è riuscire a coniugare la vita lavorativa con l'abitudine a fare festa e l'uso di sostanze. Al di là del settore lavorativo specifico, quasi tutti si sentono completamente a proprio agio e se stessi solo durante i fine settimana. Raggiungere un equilibrio tra questi diversi stili di vita che caratterizzano i diversi momenti della settimana è condizione fondamentale per tutelarsi dai possibili rischi derivanti dall'uso di sostanze.

Da alcuni la riduzione del danno viene definita come un diritto per cui lottare e una causa da perpetrare, per questo nella chat vengono condivisi materiali dei servizi di riduzione del danno e informazioni sull'esistenza o meno di servizi simili al progetto Neuttravel in altre regioni italiane.

La stima e la fiducia generalizzata per questi servizi è testimoniata anche dall'invito a partecipare alla ricerca on-line sull'impatto del lockdown e l'uso di sostanze promossa da Kosmicare, Neuttravel ed Energy Control.

IN SINTESI

In cosa consistono gli scambi tra gli utenti della chat?

- I consigli scambiati dagli utenti della chat sono formulati rispetto a due finalità principali: godere al meglio degli effetti della sostanza riducendo al minimo i rischi per la propria salute.
- La maggior parte degli interventi degli utenti della chat consiste in resoconti piuttosto dettagliati delle proprie passate esperienze personali di assunzione, oltre che in informazioni raccolte online, anche a carattere scientifico.
- È possibile affermare che la community è a tutti gli effetti un gruppo di auto-mutuo-aiuto finalizzato alla riduzione del danno per almeno due ragioni, sintetizzate nei seguenti punti.
- La chat si dimostra essere una comunità solidale e attenta alle richieste ai bisogni di ciascuno dei suoi membri, dove le richieste di aiuto (ad es. su come prevenire o affrontare una condizione di astinenza, di dipendenza o l'insorgere di uno stato depressivo) vengono sempre accolte senza giudizio.
- Gli scambi non sono orientati a incentivare l'uso di sostanze ma piuttosto a farne un uso più consapevole e mirato attraverso la promozione di pratiche protettive. In questo senso l'uso di certe sostanze (es. oppiacei o farmaci) così come le pratiche di assunzione e di autoproduzione ritenute pericolose, vengono chiaramente disincentivate.
- Consigli e informazioni veicolati tra pari risultano sostanzialmente coerenti con quelli ufficiali della RDD. I temi sui quali c'è maggiore dibattito perché esistono posizioni contrastanti, sono gli stessi sui cui anche le evidenze scientifiche sono insufficienti e contraddittorie (rapporto tra uso di sostanze psichedeliche e salute mentale; uso terapeutico di alcuni psichedelici).

4.3 Le interazioni con gli operatori del progetto Neuttravel

Allo scopo di avere una comprensione approfondita delle interazioni tra gli operatori del progetto Neuttravel e gli utenti della chat, sono state analizzate, separatamente:

- le conversazioni generate dalle domande poste direttamente dai membri della chat agli operatori e le loro risposte;
- le conversazioni generate dagli stimoli condivisi dagli operatori nella chat, inserendosi nelle discussioni tra gli utenti senza essere direttamente interpellati.

In seguito, ci si è concentrati in modo particolare su come gli utenti accolgono gli interventi degli operatori e sulle loro opinioni in merito al progetto Neuttravel nel suo insieme.

4.3.1 Domande poste agli operatori e le risposte

Le domande poste direttamente dagli utenti della chat agli operatori di Neuttravel nel periodo considerato (in questo caso dal 23 marzo al 31 maggio 2020) riguardano diversi temi descritti in tabella 12.

Tab. 8 Domande poste agli operatori per numero di citazioni

Oggetto della domanda	N. citazioni
Progetto Neuttravel: cos'è, chi sono gli operatori, come è possibile collaborare con il progetto, altri servizi analoghi	21
Drug checking: servizio specifico offerto da Neuttravel, modalità di drug checking <i>home made</i> o promosse da altre istituzioni, anche internazionali	14
Esperienza del lockdown	10
Rischi per la salute	7
Dipendenze e trattamento: come evitare di sviluppare una dipendenza	4
Richieste di materiale informativo sulla riduzione del danno	4
Effetti che possono dare determinate sostanze	3
Conservazione e autoproduzione di sostanze	3
Modalità di assunzione delle sostanze	2
Dosaggio delle sostanze	1

- *Il progetto NTV e gli operatori pari*

Avendo preso in esame proprio il periodo di tempo in cui gli operatori del servizio Neuttravel hanno fatto ingresso nella chat (marzo 2020), non stupisce che proprio il progetto Neuttravel sia oggetto della maggior parte delle domande. Alcune domande vertono ad esempio su chi siano gli **operatori “peer”** e come sia possibile collaborare con il progetto, indicando un certo desiderio di partecipazione e attivazione nel settore della **riduzione del danno**. Interesse confermato anche dalle richieste di materiale informativo sulla riduzione del danno (un utente della chat cerca materiale di studio “sulle sostanze” per prepararsi a collaborare con un servizio di riduzione del danno; uno studente universitario chiede indicazioni bibliografiche per un progetto di ricerca sulle dipendenze che deve svolgere) e da quelle che riguardano l’esistenza di servizi analoghi sul territorio o in altre Regioni.

In risposta alle diverse domande sul loro ruolo e sugli obiettivi del Progetto Neuttravel, gli operatori che intervengono online si presentano come operatori pari, definiti come persone che facendo parte di un determinato ambiente/gruppo hanno deciso di diventare operatori sociali rispetto a quello stesso ambiente/gruppo. Spiegano anche che alla base di questo tipo di intervento c’è l’idea che l’aver vissuto le stesse esperienze delle persone che si vogliono raggiungere e coinvolgere, sia una risorsa sia dal punto di vista conoscitivo che relazionale, che permette di arrivare a un livello di comprensione più profondo rispetto a chi non ha vissuto esperienze simili, ma le ha solo studiate o incontrate in quanto professionista. Ovviamente, per diventare operatore pari non basta aver vissuto certe esperienze, ma bisogna anche studiare, seguendo un apposito percorso formativo e, per alcuni, professionalizzante. Ad esempio, all’interno di Neuttravel ogni operatore ha un background formativo differente individuale (chi è educatore/trice, chi psicologo/a, chi assistente sociale...) e uno collettivo e condiviso sulla riduzione del danno. A chi fosse interessato ad avere informazioni sul volontariato o su altre forme di collaborazione, oltre che su altri servizi di riduzione del danno presenti sul territorio italiano, gli operatori consigliano di scrivere al loro indirizzo di posta elettronica, stabilendo così un

contatto più personale che possa sfociare in concrete opportunità di collaborazione. Dato che le formazioni e gli interventi sul campo sono sospesi per via dell'emergenza sanitaria gli operatori invitano a seguire le pagine social del progetto Neuttravel per rimanere aggiornati.

- *Il drug-checking*

Il drug-checking è il secondo argomento su cui viene posto il maggior numero di domande agli operatori: gli utenti della chat sono principalmente interessati agli aspetti tecnici dell'analisi chimica delle sostanze e quindi agli strumenti, ai metodi e ai risultati. Ad esempio, un utente della chat chiede quale sia la tecnica di drug-checking utilizzata da Neuttravel, un altro se lo spettrometro, lo strumento utilizzato, possa dare dei risultati quantitativi oltre che qualitativi sulle sostanze; un altro ancora se sia possibile testare con un test colorimetrico un campione che presenta al suo interno contemporaneamente due sostanze. Ci sono poi alcune domande specifiche su come testare sostanze nuove come la RC 3-FEA e 2-FEA e come distinguerle dalle amfetamine con i test colorimetrici. Non mancano le domande in merito ai possibili rischi legali correlati al drug-checking: un membro della chat chiede se sia illegale presentarsi con i propri reagenti per testare le sostanze durante una festa, un altro se sia illegale rivolgersi a un servizio estero come Energy Control. Chi già conosceva e si affidava al servizio di drug-checking di Neuttravel prima della pandemia si domanda invece come ovviare alla sua mancanza durante il lockdown e chiede agli operatori un parere sull'affidabilità dei test acquistabili online, nonché sul tipo di informazione fornita (se questa si limiti a individuare i principi attivi contenuti nella sostanza o riguardi anche la qualità).

In merito al drug-checking gli operatori spiegano quali sono i metodi e gli apparecchi utilizzati nel loro servizio: i test colorimetrici e lo spettrometro Raman portatile durante gli interventi sul campo, mentre i campioni raccolti vengono inviati in laboratorio per essere testati con il gas-massa. Lo spettrometro viene utilizzato solo per le polveri e per i cristalli, mentre il colorimetrico per i blotter, con un reagente specifico per ogni sostanza da analizzare. Rispondendo alla domanda sulle possibilità di raccogliere tramite lo spettrometro dati quantitativi sulla sostanza, gli operatori spiegano che sul campo lo spettrometro è capace solo di riconoscere le sostanze maggiormente presenti nel campione analizzato, confrontandone lo spettro con gli spettri archiviati nella memoria interna del dispositivo. Non è quindi capace di fornire dei dati quantitativi di per sé, ma potrebbe farlo tramite un software, un'opzione che il servizio sta prendendo in considerazione. Rispetto, invece, a come condurre un test colorimetrico su una sostanza che si ipotizza essere il composto di due sostanze, gli operatori consigliano di compiere due test ognuno con un reagente diverso. Non ritengono però sia un metodo sicuro, dato che se una delle due sostanze è presente nel campione in percentuale molto bassa potrebbe comunque non reagire, inoltre i risultati ottenuti richiedono una "interpretazione visiva" che di fatto non può sempre essere esatta. Per questo consigliano all'utente della chat di consultare sul sito dancesafe.org una tabella che incrocia tipo di sostanza, reagente e colore ottenuto. Un uso informato e strategico dei reagenti può permettere di distinguere tra sostanze come nel caso dell'uso del reagente *marquis* per distinguere tra amfetamine e 2FEA o 3FEA: le amfetamine reagiscono al *marquis* mentre la 2FEA e 3FEA no: si può dunque capire per esclusione quale dei due tipi di sostanze si è acquistato.

A chi ha l'esigenza di testare le proprie sostanze durante il lockdown gli operatori rispondono delineando due opzioni percorribili: comprare via internet dei kit, o singoli reagenti, per fare dei test colorimetrici, oppure rivolgersi al servizio di Energy Control. Nel primo caso i siti internet consigliati sono: eztestkits.com, bunkpolice.com, reagent-test.uk e shop.sin.org.pl. Come supporto per il drug checking *homemade* gli operatori segnalano le app TripApp, Knowdrugs e Sinlab. Nel secondo caso gli operatori condividono il link al sito del progetto (energycontrol-international.org) e rassicurano gli utenti della chat sul fatto che è possibile usufruire del servizio di drug checking anche tramite dark-net. Spiegano poi che i risultati potrebbero subire dei ritardi per via delle difficoltà che il laboratorio sta vivendo per via delle limitazioni imposte dal lockdown.

Per chi è interessato a documentarsi sulle **NPS**, in modo tale da riuscire anche a testare le sostanze in maniera più efficace, gli operatori consigliano la monografia *Smart drugs* curata dall'Istituto Superiore di Sanità. Sugeriscono poi di consultare le pagine Facebook e Instagram del progetto Neuttravel, dove si impegnano a pubblicare molte notizie e contenuti riguardanti il drug-checking, oltre che il sito baonps.coopalice.net, dove è possibile consultare i risultati del drug-checking di Neuttravel e di altri servizi di riduzione del danno italiani e europei.

Gli operatori chiariscono anche che presentarsi a un festa con i propri reagenti per testare le sostanze di chiunque sia interessato non è illegale, dato che in Italia è legale possedere reagenti. Invitano però l'utente della chat a non maneggiare mai personalmente le sostanze da testare, dato che se lo facesse sarebbe passibile del reato di detenzione e/o cessione di sostanze.

- *L'esperienza del lockdown*

Data l'eccezionalità del periodo considerato, non stupisce trovare anche domande sulla pandemia e il lockdown. Il fatto che alcuni utenti della chat abbiano interpellato gli operatori e le operatrici del progetto Neuttravel anche su temi che vanno al di là dell'ambito di competenza per cui sono nella chat (ad es. quali siano le modalità di trasmissione del virus o quale sia l'efficacia delle misure di distanziamento) evidenzia come sia loro riconosciuto un certo grado di autorevolezza.

- *I rischi per la salute*

Le domande sui rischi legati al consumo di droghe riguardano alcune sostanze in particolare, come nel caso di una domanda sul rapporto tra assunzione di cannabis e attacchi di panico. Le domande sugli effetti ricercati si concentrano invece sugli psichedelici: un utente della chat chiede se sia possibile, assumendo un mix di mescalina e DMT, che i colori durante gli stati allucinatori siano molto più vividi e differenti rispetto a come li percepiamo normalmente.

Gli operatori spiegano perché il **mix** tra DMT e mescalina può essere pericoloso: gli psichedelici agiscono aumentando le connessioni neurali, processo che porta ad avere percezioni distorte e allucinazioni. Nel momento in cui si assumono due sostanze psichedeliche in contemporanea questo processo si intensifica dando vita a esperienze molto forti, sconsigliabili a chi non è esperto di psichedelici. In ogni caso gli operatori consigliano di consultare il sito web tripsit.me sulla combinazione tra sostanze per essere sicuri di non assumere mix dannosi per la salute, ma anche per ottenere effetti desiderati, tenendo fede al loro ruolo di pari. Ad esempio, gli operatori sconsigliano il mix tra MAOI e LSD, che la tabella [tripsit](http://tripsit.me) indica basso rischio/eliminazione dell'effetto, perché inefficace.

Un altro esempio di domanda legata ai rischi che può comportare l'assunzione di psichedelici è quali siano le misure da attuare per **evitare e/o gestire l'esperienza di bad-trip**. In particolare, un utente della chat chiede agli operatori cosa può accadere alla persona che venga portata in pronto soccorso in questo stato. A preoccupare l'utente della chat è la possibilità che vengano somministrati farmaci antipsicotici - che farebbero "scendere" il trip repentinamente, invece che farmaci ansiolitici (benzodiazepine) che agirebbero in maniera graduale - oltre che la possibilità di subire senza consenso un Trattamento Sanitario Obbligatorio (TSO), esperienza vissuta con grande sofferenza da parte di suoi conoscenti. Gli operatori sottolineano, in primo luogo, che un momento difficile durante un trip può essere destabilizzante anche per chi ha maturato una lunga esperienza con gli psichedelici. In secondo luogo, suggeriscono di adottare alcune misure per evitarne l'insorgenza: prepararsi psicologicamente con anticipo, informandosi sugli effetti che dà la sostanza e chiarendo a sé stessi quali siano le aspettative che ripongono nell'assunzione; prestare attenzione alla scelta del setting più adatto per sé e non essere soli. In terzo luogo, gli operatori chiariscono che non essendo dei medici non possono rispondere con certezza ma ipotizzano che vengano somministrati farmaci ansiolitici e antipsicotici e non forme alternative al trattamento farmacologico come il trip-sitting.

C'è poi chi chiede informazioni sulle implicazioni a livello di salute psicologica del'HPPD, *Hallucinogen-Perceiving Perception Disorder*, un disturbo cronico della percezione che può colpire chi fa uso di allucinogeni. Gli operatori chiariscono come la depressione sia appunto uno dei sintomi legati alla sindrome citata.

L'intervento degli operatori, in merito ai rischi, consiste anche nello stabilire quali problemi possano essere imputati alle sostanze e quali no e nello spiegare l'importanza dell'interazione tra le variabili drug/set/ setting nell'evoluzione dell'esperienza psicoattiva di ciascuno. All'utente della chat che invitava gli operatori a spiegare quali sono i motivi che portano certe persone ad avere esperienze negative con la cannabis (ad es. paranoie, ansia, attacchi di panico), gli operatori rispondono sottolineando come queste derivino sempre da una specifica configurazione di questi tre elementi, oltre che dalla molteplicità di variabili che rendono unico ciascun momento del ciclo di vita e che influenzano sempre in modo inedito il nostro rapporto con una determinata sostanza, e rendono soggettivi effetti e rischi.

- *Dipendenze e trattamento*

Vi sono anche delle domande sulle possibili forme di trattamento della dipendenza da eroina, e in particolare quali farmaci, ma anche su quali rimedi naturali siano consigliati dagli operatori.

In risposta a queste domande, gli operatori chiariscono il fatto che sono i servizi sanitari (in particolare i SerD) a gestire la terapia sostitutiva con il metadone o la buprenorfina e che la scelta sulla terapia migliore la si debba fare con un medico, prendendo in considerazione le condizioni specifiche della persona e il suo percorso. Gli operatori sottolineano dunque i confini del loro ambito di competenza, ribadendo che, non essendo medici, non possono consigliare nessun piano terapeutico o "nessuna terapia alternativa", ma solo condividere le informazioni che hanno raccolto sull'argomento. Invitano quindi chi ritiene di avere bisogno di diagnosi o trattamento a rivolgersi a uno specialista.

- *Richiesta di informazioni sulla riduzione del danno*

Le domande che invece chiamano in causa le competenze specifiche degli operatori, riguardano, oltre il drug-checking, i rischi, gli effetti e la conservazione delle sostanze e la ricerca scientifica. Gli utenti della chat si dimostrano interessati ad esempio alla ricerca promossa da Kosmicare, Energy Control e Neutravel sul rapporto tra lockdown e uso di sostanze. Alcuni chiedono come e se sia ancora possibile partecipare, se gli operatori possono anticipare alcuni dei risultati - soprattutto rispetto ai cambiamenti nel rapporto tra persone che usano sostanze e *dealers* - e se e quando divideranno il report dei risultati. Un altro ambito di ricerca che desta interesse è quello oggetto della MAPS, la *Multidisciplinary Association for Psychedelic Studies*, che ad esempio sta conducendo trial clinici sull'uso dell'MDMA in terapia. La presenza di questo tipo di domanda - così come la disponibilità accordata per il presente studio - rende evidente uno spiccato interesse e un certo livello di fiducia nei confronti dell'informazione scientifica.

- *Conservazione e autoproduzione*

Le domande sulla conservazione riguardano principalmente l'LSD e la preoccupazione principale è come fare in modo che non "evapori" e quindi perda il suo portato psicoattivo. Ma c'è anche una domanda che riguarda un kit per la coltivazione dei funghi arrivato già contaminato da strane muffe.

Sulla **conservazione** delle sostanze, nel periodo osservato, i consigli degli operatori si riferiscono a due sostanze specifiche l'LSD e il DMT. Nel primo caso viene consigliato di preferire un luogo buio e poco ventilato: un contenitore ermetico all'interno del frigorifero o le pagine di un libro, dopo aver riposto il blotter nella stagnola. Gli operatori consigliano anche di portare sempre i guanti mentre si maneggia un blotter, dato che è possibile assorbire l'LSD anche attraverso il contatto cutaneo. Nel

secondo caso le raccomandazioni sono simili: il DMT deve essere asciutto e riposto in un posto privo di umidità e buio, onde evitare la possibile creazione di muffe.

- *Modalità di assunzione*

Sulle modalità di assunzione gli operatori di Neuttravel vengono chiamati espressamente a dirimere una discussione citata nel capitolo precedente, ovvero se sia più sicuro assumere la speed bagnata o secca.

Secondo l'operatore che interviene, nel caso si decida di ingerirla bisogna avvolgerla in una cartina, riducendone l'impatto sulle pareti dello stomaco. Nel caso, invece, la si voglia sniffare è necessario irrorare le mucose nasali con della soluzione salina, sia prima che dopo l'assunzione. In entrambi i casi, se si è in possesso di speed ancora bagnata è necessario farla asciugare prima di assumerla: per fare ciò è sufficiente stenderla più volte su una superficie asciutta. Ingerire la speed permette di avere un effetto più intenso e con una durata maggiore, ma può comportare anche una serie di *side effects* come la difficoltà di urinare.

- *Dosaggi*

Il tema del dosaggio, infine, è rappresentato con una sola domanda nel periodo osservato: viene chiesto se gli operatori possono indicare un dosaggio di MDMA che possa “andare bene per tutti”.

In risposta gli operatori ribadiscono la necessità di tenere conto delle variabili soggettive, oltre che della qualità della sostanza o dallo stato d'animo in cui ci si trova nel momento in cui si vuole consumare e dell'ambiente. A causa della soggettività di queste variabili, gli operatori affermano che non è possibile individuare dosaggi unici o livelli di purezza che siano sicuri o raccomandabili per tutti (indipendentemente da genere, peso...). Tenuto conto di ciò, suggeriscono di consultare il sito tipsit.me, che promuove la riduzione del danno, dove è possibile consultare una tabella che incrocia dosaggio ed effetto ricercato di diverse sostanze.

4.3.2 Interventi spontanei degli operatori

In questo paragrafo analizziamo gli “stimoli” immessi dagli operatori nella chat, ovvero quell'insieme di contenuti, consigli, opinioni, domande e materiale informativo che gli operatori condividono all'interno della chat quando non direttamente interpellati dagli utenti della chat, ma inserendosi all'interno del fluire della discussione. Gli operatori interagiscono all'interno delle conversazioni aperte dai suoi membri in maniera armonica e rispettosa, cercando di non prevaricare, ma di valorizzare il dialogo tra i diversi punti di vista emergenti, in linea con il loro ruolo di operatori pari.

L'oggetto degli interventi spontanei degli operatori del progetto Neuttravel (NTV) nella chat sotto osservazione può toccare diversi temi, come illustrato nella seguente tabella.

Tab. 9 Stimoli condivisi dagli operatori

Oggetto degli interventi spontanei degli operatori	N. citazioni
Progetto Neuttravel	27
Rischi	26
Sostanze	19

Materiale informativo	17
Riduzione del danno	17
Drug-checking	15
Impatto del lockdown	14
Autoproduzione	13
Modalità di assunzione	12
Effetti	7
Dosaggio	5
Astinenza	3
Altri servizi di riduzione del danno	2

Come già accennato, dato che l'analisi ha preso in considerazione proprio il periodo in cui il servizio è entrato nella chat dopo essere stato introdotto dall'amministratore, non stupisce che la maggior parte dei contributi spontanei condivisi dagli operatori riguardi proprio **il progetto NTV**, i suoi obiettivi, il suo modo di operare (soprattutto quello in chat), gli eventi e le ricerche promosse o sostenute (tra le quali il presente studio).

Per presentarsi ai membri della chat gli operatori condividono un documento intitolato "Operatori NTV e Filosofia di net-reach on Telegram" in cui spiegano chi sono, le motivazioni che li hanno spinti a sperimentare questo tipo di intervento online e la metodologia applicata. Questo documento viene ri-condiviso più volte con il passare delle settimane, ogni qual volta un utente della chat sollevi dei dubbi sulla loro identità e sul loro lavoro.

Nell'interazione con gli utenti della chat, gli operatori ricordano spesso come il loro territorio di competenza sia quello piemontese e motivano la loro presenza online e nella chat come risposta alla sospensione dei loro interventi sul campo durante il lockdown. Esprimono però una grande voglia di ritornare sul campo e incontrare di nuovo gli utenti della chat dal vivo.

Ogni settimana gli operatori condividono i link degli appuntamenti online organizzati sulle pagine social di Neuttravel: la merenda con Neuttravel, in cui ogni settimana si affronta un tema diverso (alcol, drug checking, cocaina...), Safer Monday, i quiz e lo sportello di counseling.

Da alcune conversazioni emergono in modo particolare la **disponibilità** e la **vicinanza** degli operatori pari nei confronti degli utenti della chat: un'operatrice ad esempio definisce la sua attività in chat un piacere personale oltre che un dovere in veste di operatrice; un'altra operatrice al momento di disconnettersi, invita chiunque ne abbia ancora bisogno a scriverle in privato o nella chat; un altro ancora raccoglie l'invito ricevuto dagli utenti della chat a ricercare tecniche di rilassamento "senza sostanze", dichiarandosi felice di poter scoprire cose nuove e di poter stare loro vicino nel difficile momento della quarantena.

È interessante anche notare come nella chat gli operatori riportino anche la loro visione sulla presenza discontinua e a macchia di leopardo di servizi di riduzione del danno sul territorio italiano sottolineando l'importanza della visione politica e della presenza di dirigenti sanitari "illuminati". Ci sono regioni in cui la RDD non è implementata nemmeno in minima parte e regioni in cui la differenza tra i singoli comuni è enorme.

L'**impatto del lockdown** sulla quotidianità e sul rapporto con le sostanze degli utenti della chat è un tema su cui gli operatori cercano un confronto costante nelle ore in cui sono presenti in chat. Gli operatori condividono con i membri della chat le difficoltà della quarantena, vissute anche da loro in prima persona: l'isolamento sociale, la difficoltà di riuscire a strutturare una quotidianità, lo smart-

working... Cercano, quindi, di condividere materiale e consigli su strategie di *self help* per mitigare l'isolamento sociale, o sull'uso della scrittura come forma di autoterapia e gestione delle emozioni negative.

Gli operatori di NTV, pur consapevoli delle difficoltà del momento, assumono quindi una posizione decisamente critica nei confronti dell'**uso *diverted* dei farmaci** (oppioidi, benzodiazepine e psicofarmaci) e sottolineano come questo implichi dei rischi difficilmente quantificabili, non ultimi quello della dipendenza fisica o psicologica. Al di là di queste raccomandazioni generali gli operatori intervengono in merito a alcuni farmaci specifici citati dagli utenti della chat: ne esplicitano i ***side effects***, invitano a verificare le possibili interazioni con altri farmaci o sostanze, ne sconsigliano l'uso al di fuori di un monitoraggio medico. Ad esempio, nel caso del farmaco Aricodil Tosse, gli operatori riportano il testo del bugiardino riguardante gli effetti collaterali e condividono il link della tabella sulle combinazioni tra sostanze del sito tipsit.me, invitando l'utente della chat interessato a consultarla prima dell'assunzione.

Gli operatori intervengono inoltre per chiarire lo stato di illegalità o di **legalità** di alcune sostanze e NPS, fornendo consigli e avvertenze soprattutto a chi vuole fare acquisti online. Gli operatori chiariscono ad esempio che non ci sono impedimenti legali rispetto al comprare on-line materiale per il consumo di sostanze, ma ce ne sono per l'acquisto di altri materiali come i kit per la coltivazione domestica dei funghi. Ribadiscono quindi l'importanza di reperire le dovute informazioni prima di fare qualunque acquisto.

Oltre a esprimersi sui rischi legali connessi all'acquisto di **NPS**, ci sono casi in cui gli operatori non conoscono in maniera approfondita i possibili effetti collaterali e a lungo termine di una sostanza specifica, in compenso interrogano direttamente gli utenti della chat che ne hanno fatto esperienza per raccogliere informazioni utili, altrimenti non reperibili. Ad esempio, in un confronto sui cannabinoidi sintetici, un operatore chiede a un utente della chat che afferma di farne uso da quasi un anno, se gli effetti nel tempo siano variati in negativo. L'operatore spiega infatti di avere parlato con altri consumatori che ritengono di avere registrato un peggioramento degli effetti nel tempo e che definiscono i cannabinoidi sintetici come sostanze "scivolose e instabili", difficili "da godere" per tempo prolungato.

Un altro operatore suggerisce una serie di erbe erboristiche da usare come ***smoking blend*** e alternativa al consumo di cannabis durante la quarantena: loto blu, passiflora, damiana, valeriana. Avverte gli utenti della chat sull'importanza di informarsi in maniera approfondita sul principio attivo di ciascuna rimedio erboristico che si decide di consumare. Talvolta gli operatori basano i consigli anche sulle esperienze personali: un operatore suggerisce ad esempio di provare la **CBD** come alternativa alla cannabis, che nella sua esperienza si è dimostrata l'alternativa più soddisfacente.

Gli operatori commentano anche alcune esperienze negative avute con la **cannabis** spiegando come evitare possibili effetti indesiderati. Secondo gli operatori effetti quali tachicardia, abbassamento di pressione, stati di ansia, sarebbero dovuti a un'alta concentrazione di THC nella cannabis in commercio nel periodo del lockdown (18-19%). Per evitarli si dovrebbe trovare un prodotto che presenti un maggior equilibrio tra livelli di CBD e THC.

A partire da un articolo di giornale condiviso dagli utenti della chat, gli operatori prendono parola in merito all'ipotetico aumento dei consumi di **alcol** (in quanto unica sostanza rimasta costantemente accessibile) nella popolazione italiana durante la quarantena e colgono l'occasione per esplicitare i rischi legati a questo presunto aumento nei consumi: da un lato quelli legati direttamente all'alcol, come la disidratazione e il suo effetto depressivo sul sistema nervoso, dall'altra quelli relativi ai possibili mix con altre sostanze e farmaci, che troppo spesso vengono sottostimati.

Nell'affrontare la tematica dell'**astinenza forzata** imposta dal lockdown gli operatori invitano gli utenti della chat a mettere in atto delle strategie di adattamento, che si basino sulle risorse di resilienza presenti nel profondo di ognuno. Comprendono bene quanto non poter accedere alle sostanze che si

è abituati ad usare solitamente abbia un impatto molto forte nella gestione della quotidianità, incidendo, ad esempio, sul ciclo sonno-veglia. Per questo sono molto interessati a confrontarsi con un utente della chat che afferma di essere contento di aver colto nella quarantena il pretesto per smettere di consumare cannabis.

Cercano poi di condividere informazioni autorevoli in merito alle sostanze alternative per il trattamento delle dipendenze, alle quali gli utenti della chat guardano con interesse. Ad esempio, un operatore si inserisce in una conversazione sull'**iboga** illustrando gli usi tradizionali di questa sostanza nel culto bwiti - una religione dell'Africa centro-occidentale praticata dai popoli Babongo e Mitsogo del Gabon - e condividendo un articolo sull'argomento Giorgio Samorini (samorini.it), ricercatore indipendente. Specifica poi come l'uso di iboga determini un reset dei sistemi neurotrasmettitoriali: per questa ragione dopo l'assunzione è necessario diminuire i dosaggi di qualsiasi altra sostanza che si vuole utilizzare per scongiurare il rischio di overdose. Lo stesso operatore condivide anche alcuni articoli scientifici che illustrano l'uso dell'iboga nel trattamento delle dipendenze.

Gli operatori rinforzano il rispetto delle misure di sicurezza anche sul tema Covid, esortando ad esempio a continuare a indossare i dispositivi di protezione individuale e non abbandonare le pratiche di autoregolazione e riduzione del danno adottate nei mesi della quarantena neanche in "fase due", cioè dopo il lockdown stretto. La fase due è anche l'occasione per gli operatori per indagare le percezioni degli utenti della chat in merito a potenziali cambiamenti nella qualità delle sostanze sul mercato e interrogarli sul loro livello di consumo. Al termine del confronto gli operatori notano come spesso i resoconti sul rapporto con le sostanze in quarantena si dividano tra chi aumentato i consumi e chi invece li ha diminuiti.

Sulla **riduzione del danno** come tema a sé, gli operatori condividono nella chat diverse sollecitazioni e consigli: alcuni riguardano pratiche di *safer use* (uso più sicuro) facilmente riproducibili da tutti e utili per diversi tipi di sostanze (come l'attenzione per l'idratazione, l'alimentazione e l'assunzione di integratori), mentre altri riguardano tecniche specifiche per determinate sostanze.

È importante sottolineare che lo scambio è sempre biunivoco: gli operatori chiedono a più riprese agli utenti della chat di raccontare loro quali tecniche di autoregolazione e riduzione del danno hanno sviluppato, nonché quelle che stanno mettendo in pratica durante la quarantena. Allo stesso modo si complimentano e ringraziano le persone che decidono di condividere la loro esperienza di autoregolazione e le proprie "tecniche di gestione della sostanza", perché permettono così di riflettere insieme su quali siano i fattori che permettono un uso di sostanze non distruttivo e compatibile con le altre sfere di vita.

Uno dei principi veicolati dagli operatori, è che, in tema di riduzione del danno, bisogna essere coscienti del fatto che nessuno ha "la soluzione in tasca": bisogna procedere insieme collettivamente e con tatto, o meglio "con le pinze". Gli operatori esortano costantemente gli utenti della chat a fare attenzione nel fare "esperimenti casalinghi" con le sostanze senza essere adeguatamente informati, in quanto sempre potenzialmente pericolosi per la salute e ancora di più nella crisi sanitaria in atto. In questo senso sconsigliano di assumere sostanze se il set e il setting non sono adeguati: ad esempio, un operatore sconsiglia a un utente della chat di assumere l'MDMA da solo a casa durante il lockdown.

Un altro messaggio chiave spesso ripetuto è l'importanza di rivolgersi immediatamente a un medico al sopraggiungere, durante l'assunzione di una sostanza, di gravi sintomi fisici (dalla reazione allergica ai sintomi cardio-respiratori) o psicologici (attacchi di panico, dissociazione, crisi maniacali). In relazione a questi ultimi, gli operatori si inseriscono nel dibattito che vede molti utenti della chat sfiduciati nella psichiatria, invitandoli a riflettere sul fatto che la psichiatria stessa è costituita da una molteplicità di approcci e scuole differenti, così come gli psichiatri sono differenti

tra loro: informandosi e documentandosi è dunque possibile trovare il lo psichiatra che meglio corrisponda alle proprie esigenze e alla propria visione.

Molti degli stimoli lanciati dagli operatori riguardano il **drug-checking**: invitano a più riprese ad analizzare sempre le sostanze e a non smettere di farlo durante la quarantena, per quanto possibile. In questo senso, consigliano l'uso di kit monouso acquistabili online. Un altro modo di sollecitare l'attenzione degli utenti della chat sul tema è quello di intervenire nelle discussioni sulla qualità di una sostanza per chiedere agli interessati se l'abbiano fatta testare. Il drug-checking viene consigliato anche a chi la sostanza non l'ha acquistata, ma autoprodotta. Ad esempio, un operatore invita gli utenti della chat a testare sempre la DMT ottenuta dopo l'estrazione fatta in casa.

Sull'**autoproduzione** gli stimoli di Neutavel si concentrano su due questioni: le estrazioni e la coltivazione di funghi allucinogeni. Nel primo caso, in linea a quanto detto finora, l'invito è quello di evitare estrazioni casalinghe, soprattutto da farmaci. In particolare, vengono ricordati i rischi a cui espone il consumo di codeina - il farmaco maggiormente citato in relazione alle estrazioni "fai da te" - che, sebbene considerato un oppioide debole, con l'uso prolungato può portare a problemi di tolleranza e dipendenza. Nel secondo caso le raccomandazioni espresse dagli operatori riguardano il prestare attenzione a non contaminare la coltivazione di funghi con muffe nocive: ricordano dunque che è necessario l'utilizzo dei guanti nel momento in cui si maneggiano i funghi, così come è importante prestare attenzione alla luminosità e all'umidità del luogo.

Rispetto alle **modalità di assunzione** la maggioranza delle citazioni riguarda gli psichedelici. Gli operatori criticano chi vorrebbe aumentare la potenza e la velocità di assorbimento dell'LSD con altre sostanze o integratori, sottolineando come sia invece molto più conveniente far sì che il corpo si abitui gradualmente alla sostanza, così da poter avere anche un maggior controllo dell'esperienza allucinogena.

Gli operatori intervengono anche per chiarire gli **effetti attesi** in seguito all'assunzione di alcune sostanze. Ad esempio, spiegano come nel momento in cui si assume il 2CB ci si debba aspettare un effetto sia empatogeno che psichedelico. Un altro esempio è la descrizione della progressione degli effetti durante l'assunzione della DMT: i primi effetti compaiono fin dai primi "tiri", si avverte una sorta di svenimento e una sensazione di stordimento che precede il "salto" al mondo psichedelico, da cui il ritorno è graduale e tranquillo. Sottolineano poi come l'opzione migliore sia assumere la DMT la prima volta non sia "freebase", ma in formato changa, che tra l'altro pare essere molto accessibile nelle feste. L'operatrice chiarisce, infatti, come il mercato della DMT non sia "da strada", ma si basi sull'autoproduzione. Gli operatori intervengono anche in merito agli effetti terapeutici dell'MDMA e alle forme di automedicazione che alcuni utenti della chat hanno sperimentato con questa sostanza. Sottolineano come questi effetti siano di due tipi: da una parte c'è l'effetto palliativo determinato a livello neurobiologico dalla sostanza, dall'altra l'insieme dei processi cognitivi e psicologici che vengono innescati nell'esperienza del trattamento, in particolare se guidato da persone competenti all'interno di una seduta

Rispetto al **dosaggio** delle sostanze gli operatori intervengono principalmente sul dosaggio dei funghi allucinogeni per ribadire che non esiste un "dosaggio standard" che vada bene per tutti e tutte.

Tab. 10 Principali messaggi di riduzione del danno espressi dagli operatori di NTV nella chat

- Testare sempre una sostanza con il drug-checking prima di assumerla
 - Tenere sempre in considerazione, prima di qualsiasi assunzione, la relazione drug-set- setting
 - Prestare attenzione all'alimentazione e all'idratazione prima, nel mentre e dopo l'assunzione di una sostanza
 - Verificare sempre, attraverso app e siti internet sulla riduzione del danno, i possibili rischi per la salute dei mix di sostanze
 - Considerare i rischi che comporta il "fare esperimenti casalinghi" con "sostanze alternative"
 - Non fare un uso "diverted" (deviato) dei farmaci
 - Se si è interessati a uscire da una dipendenza è necessario rivolgersi a personale medico specialistico
 - Rivolgersi a un medico specialista in caso di dipendenza o in presenza di effetti indesiderati gravi
 - Prestare molta attenzione quando si decide di acquistare sostanze on-line
-

4.3.3 Feedback e opinioni degli utenti della chat sul progetto Neuttravel

I feedback che gli utenti della chat esprimono alle risposte e stimoli dati da NTV sono nel complesso positivi: a conclusione della loro interazione, gli operatori e le operatrici vengono sempre ringraziati. Alcuni utenti specificano nel ringraziamento quale tratto dell'interazione con gli operatori li ha particolarmente colpiti:

- la gentilezza degli operatori e delle operatrici;
- la disponibilità degli operatori e delle operatrici;
- la chiarezza nell'esprimersi e nello spiegare temi complessi, una capacità che conferma l'autorevolezza degli operatori nel dirimere ad esempio discussioni che nascono tra gli utenti della chat su temi specifici, o nel riformulare e riprendere temi già trattati in precedenza con parole e suggerimenti nuovi;
- la precisione con cui vengono dati consigli e istruzioni specifiche, come nel caso dei suggerimenti su come modulare la respirazione durante una "fumata" di DMT;
- l'apertura, cioè l'essere pronti a condividere le proprie esperienze passate, senza cercare di eludere nessuna domanda;
- la fiducia accordata dagli operatori e dalle operatrici nei confronti degli utenti della chat e della loro capacità di autoregolazione.

Gli operatori vengono anche ringraziati per il solo fatto di aver voluto partecipare a queste conversazioni telematiche, che per alcuni rappresentano un antidoto al distanziamento e all'isolamento dettato dalla quarantena, un modo per tenersi compagnia e sentirsi vicini anche se a distanza.

Vi sono anche molte le reazioni di sorpresa e interesse che dimostrano come alcuni dei materiali o delle informazioni condivisi dagli operatori fossero sconosciuti agli utenti della chat e la curiosità di questi ultimi nei confronti degli stimoli ricevuti. Ci sono poi persone che dopo il confronto con gli operatori si dicono pronte ad accogliere i consigli ricevuti e quindi a modificare in qualche misura il loro rapporto con le sostanze, in una prospettiva di maggior tutela per la propria salute.

Altri affermano di sentire una mancanza molto forte del servizio di drug-checking e aspettare con ansia il momento in cui potranno incontrare di nuovo gli operatori dal vivo e in un contesto di festa.

Vengono fatti anche i complimenti per l'attività che il servizio porta avanti su Facebook, che permette a molti di tenersi aggiornati e seguire iniziative on-line da tutta Italia, soprattutto durante la pandemia.

Alcuni utenti della chat, invece, approfittano dell'epilogo della loro interazione con gli operatori per invitarli a fare qualcosa che ritengono importante. Ad esempio, un membro della chat invita gli operatori e le operatrici a pensare di organizzare una formazione sulla riduzione del danno, sostenendo che già solo all'interno della chat le adesioni sarebbero altissime. C'è anche chi invita gli operatori a essere presenti, quando il lockdown sarà finito, a sempre più eventi, laddove il servizio Neuttravel è ritenuto essenziale.

Anche i giudizi e le opinioni espressi nella chat sul progetto Neuttravel sono tutti positivi.

Il progetto Neuttravel era conosciuto e considerato come una fonte autorevole di informazione già prima da prima dell'arrivo in chat degli operatori e delle operatrici (23 marzo 2020). Infatti gli utenti della chat, condividevano nel gruppo contenuti relativi a Neuttravel fin da inizio marzo. Ad esempio, un utente della chat condivide la pagina della casa editrice Eris Edizioni dedicata all'ultima pubblicazione a cura del progetto *Sostanza psicoattive. Vademecum per un uso consapevole*, consigliandone la lettura. Un altro membro condivide delle info-grafiche dal titolo "Suggerimenti per la riduzione del danno #COVID19" prodotte da ItaNPUD, ma condivise da Neuttravel sui propri canali social. Un altro ancora segnala il servizio di counseling online promosso da Neuttravel fin dall'inizio della pandemia.

A seguito della condivisione di questo materiale informativo nel gruppo, alcuni utenti della chat decidono di raccontare la propria esperienza con gli operatori del servizio in situazioni di festa o durante alcune formazioni a cui hanno assistito, esperienze sempre molto positive. Emblematico è il caso di un utente della chat che racconta come un duplice incontro con gli operatori abbia avuto un importante significato nella sua vita. Entrare in contatto con il progetto Neuttravel per la prima volta durante una formazione tenuta da una delle operatrici sul suo posto di lavoro, lo aveva portato a riflettere sulla mancanza di un equilibrio "sano" nella sua vita, in cui avvertiva una dicotomia tra la sua vita lavorativa e la sua vita da "raver". Poco tempo dopo questa formazione, avendo perso il lavoro ed entrato in un periodo di profonda tristezza, si ritrovò a una festa di Capodanno con l'intenzione di "sfasciarsi per toccare il fondo". Alla festa però incontrò per la seconda volta gli operatori del progetto che erano presenti con il loro banchetto e i servizi di riduzione del danno: parlare con loro lo fece stare meglio e abbandonare il proposito di "sfasciarsi". Nei mesi successivi trovò un nuovo lavoro, una compagna di vita e riuscì a trovare un equilibrio tra lavoro e frequentazione dei rave. L'utente della chat è dunque riconoscente con gli operatori e operatrici di Neuttravel per l'ascolto e la disponibilità che gli hanno dato. Un altro membro racconta del suo primo e positivo incontro con una delle operatrici del progetto durante un rave illegale e parla della riduzione del danno come di una "salvezza".

Nel momento in cui l'amministratore annuncia l'entrata nella chat degli operatori, condividendo anche il loro documento di presentazione e spiegando i termini della loro presenza, i membri della chat reagiscono in maniera estremamente favorevole.

Da quel momento si nota come alcuni utenti della chat abbiano iniziato a seguire gli eventi on-line organizzati da Neuttravel sulle loro piattaforme social, come testimoniato dalle valutazioni entusiastiche sulle "Merende con Neuttravel" da parte di un utente della chat.

Un altro dato rilevante è il fatto che, quando gli operatori non sono connessi, gli utenti della chat ripetano i consigli, le indicazioni e le raccomandazioni date in precedenza dagli stessi operatori. Ad esempio, qualcuno suggerisce di fumare la DMT con la changa secondo le istruzioni date dagli operatori, usando espressamente l'espressione "come diceva Neuttravel".

Questo testimonia sia come l’impatto della presenza degli operatori della chat non si fermi alle ore in cui sono connessi, ma sia più ampio, sia quanta stima e fiducia venga accordata dagli utenti della chat agli operatori, che vengono identificati come figure autorevoli e affidabili.

4.3.4 Fonti informative

Sia gli utenti della chat che gli operatori di NTV citano o condividono nel gruppo diverse fonti informative a sostegno delle proprie argomentazioni, come stimolo alla riflessione e come supporto per la messa in pratica di un’efficace riduzione del danno. Analizzeremo rispettivamente le fonti condivise tra gli utenti e le fonti condivise nella community dagli operatori di NTV.

- *Le fonti condivise dagli utenti della chat*

Le fonti utilizzate e veicolate dagli utenti nella chat sono di diverso tipo: gli utenti usano principalmente fonti web, cioè siti internet e in misura minore alcune applicazioni (Tab. 11)

Tab.11 Tipi di fonti informative usate dagli utenti della chat per il numero di citazioni.

Tipo di fonte	N. citazioni
Fonti generiche (siti internet e applicazioni)	121
Articoli e monografie scientifiche	24
Altre persone	6
Istituzionali (siti web, report, monografie)	2

Nella Tabella 12 sono elencati i **siti web** citati nel periodo di tempo preso in analisi, suddivisi in diverse aree tematiche a seconda del contenuto, mentre le applicazioni consigliate da utilizzare come supporto per la riduzione del danno sono Knowdrus e TripApp.

Tab.12 Siti internet citati dagli utenti della chat

Tipo di sito internet	Siti internet citati
“Negozzi” on-line	- visionecurativa.it - wholecelium.com - zamnesia.net
Blog e Forum	- benessereblog.it - bluelight.org - forum.psiconauti.it - sroomery.org
Riduzione del danno	- codepen.io/Miyayk/full/amPPzA - danno.ch - neutravel.net - psyconautwiki.org - tripsit.me

Siti di informazione: giornali, riviste, radio.	- ansa.it - asscarenews.it - dolcevitaonline.it - doubleblindmag.com - exagger.it - ilmessaggero.it - radiondadurto.org - redattoresociale.it - torinooggi.it - torinotoday.it - vice.com
Siti istituzionali	- emcdda.europa.eu
Social networks	- Facebook - Reddit - You-tube
Altro	- erisedizioni.org - freelistenonline.com - mypernaltrainer.it - psycotipo.it - samorini.it - surveymonkey.co.uk - thedisinforgapshics.com

Gli utenti della chat si riferiscono anche a **fonti scientifiche** riconosciute, in particolare ad articoli scientifici che vengono citati a supporto di argomenti specifici. Un utente della chat ad esempio ha condiviso una breve bibliografia sul trattamento dei sintomi di astinenza da eccitanti con lo scopo di validare i consigli farmacologici postati precedentemente.

Oltre agli articoli accademici vengono citate anche alcune monografie scientifiche di carattere divulgativo, incentrate principalmente sugli psichedelici e il loro uso sperimentale e terapeutico in contesti clinici.

Le fonti di informazione meno rappresentate sono l'esperienza di terzi estranei alla chat e i canali di informazione istituzionali.

Nel primo caso si tratta di report di consigli o esperienze raccontate da amici, familiari o conoscenti; nel secondo gli unici due riferimenti riscontrati nella chat sono: un report sulle NPS curato dall'Istituto Superiore di Sanità (Pichini, S., Pacifici, R. (a c. di), *Smart drugs. Terza edizione*, Istituto Superiore di Sanità, Roma, 2011) e il sito dell'EMCDDA (l'Osservatorio europeo delle droghe e delle tossicodipendenze www.emcdda.europa.eu).

- *Le fonti informative degli operatori*

La maggioranza delle fonti informative utilizzate dagli operatori di NTV nella chat è rappresentata da siti internet (Tabella 13), mentre libri e pubblicazioni accademiche (Tabella 14) sono rappresentati in misura minore.

Tab. 13 Siti internet condivisi dagli operatori, suddivisi per tipo

Tipo di sito web	Siti citati
“Negozzi” on-line	- leafly.com - royalqueenseeds.it
Approfondimenti culturali sulle sostanze	- fantasticfungi.com - samorini.it
Articoli accademici digitalizzati	- ncbi.nlm.nih.gov - onlinelibrary.wiley.com - sciencedirect.com
Drug checking	- baonps.coopalice.net - bunkpolice.com - dancesafe.org - energycontrol.org - eztestkits.com - knowdrugs.app - reagent-test.uk - shop.sin.org.pl - tripapp.org
Riduzione del danno	- danno.ch - droga.net - drugs.com - fuoriluogo.it - isomerdesign.com - sostanze.info - wiki.tripsit.me
Siti di informazione: giornali, riviste	- borderline24.com - dagospia.com - ilfattoquotidiano.it - ilmanifesto.it - ilpost.it - linkiesta.it - rivistacontrasti.it - theguadian.com - vice.com
Social Network	- Facebook - Instagram - Reddit - You-Tube
Altro	- adelphi.it - erisedizioni.org - libera.it - Wikipedia - worldlaboratories.org

Tab. 14 Monografie citate dagli operatori

Riferimenti bibliografici

- Sacks, O., *Allucinazioni (Hallucinations, 2012)*, traduzione di Isabella C. Blum, Adelphi, Milano, 2013.
- Re, T. (a c. di), *Terapie stupefacenti*, Reality Book, 2018.
- Sissa, G., *Il piacere e il male. Sesso, droga e filosofia*, Feltrinelli, Milano 1999.
- Arnao, G., *Cannabis uso e abuso*, Stampa alternativa, Viterbo, 2005.
- Weil, A., - Rosen, W., *Dal cioccolato alla morfina. Tutto quello che dovete sapere sulle sostanze che alterano la mente*, Arcana, Roma, 2007.

IN SINTESI

Quale rapporto si instaura in chat tra utenti della chat e operatori pari?

- La presenza degli operatori del progetto Neutavel all'interno della community viene riconosciuta dalla totalità degli utenti della chat come utile e opportuna, un'opportunità per consolidare le proprie conoscenze in merito alla riduzione del danno, o apprenderne di nuove, in particolare in merito al drug-checking.
- Gli utenti della chat percepiscono gli operatori come professionisti affidabili e autorevoli e al tempo empatici e non giudicanti; coloro che non conoscevano gli operatori da prima che entrassero nella chat, si dimostrano interessati a conoscerli e sapere qualcosa di più del progetto, in particolare su cosa sia un operatore-peer.
- Gli utenti della chat si rivolgono agli operatori sottoponendogli precisi quesiti su differenti tematiche relative alla riduzione del danno o chiedendogli di intervenire durante una discussione per dirimere possibili dubbi.
- Gli utenti della chat accolgono positivamente e con grande interesse gli “stimoli” (post, video...) condivisi dagli operatori nella chat inserendosi spontaneamente all'interno del fluire della discussione: questo suggerisce come operatori siano capaci di interagire all'interno delle conversazioni spontanee in maniera armonica e rispettosa, cercando di non prevaricare, ma di valorizzare il dialogo tra i diversi punti di vista emergenti, in linea con il loro ruolo.
- L'impatto della presenza degli operatori nella chat trascende gli orari in cui sono direttamente connessi: infatti, quando gli operatori non sono connessi, gli utenti della chat ri-condividono i consigli, le indicazioni e le raccomandazioni date in precedenza dagli stessi operatori.

4.4 L'impatto del lockdown sulle abitudini di consumo degli utenti della chat

L'impatto del lockdown sulle abitudini di consumo è un tema incontrato a più riprese nelle pagine precedenti. Questo capitolo ha l'obiettivo di approfondire come gli utenti della chat parlano del loro uso di sostanze durante la quarantena e in che termini definiscono gli effetti del lockdown sulle loro abitudini.

Un primo dato significativo riguarda l'interesse degli utenti della chat nel conoscere e sperimentare “**sostanze alternative**”, presenti solitamente in casa (nell'armadietto dei medicinali, nella dispensa in cucina...) o facilmente acquistabili on-line, con cui raggiungere stati alterati di coscienza.

Tra queste sostanze sostitutive delle droghe illegali, divenute meno accessibili, i farmaci sono quelli preferiti a giudicare dalla netta prevalenza di citazioni rilevate nel periodo analizzato (1° Marzo 2020 – 31 Maggio 2020), come esplicitato nella tabella sottostante.

Tab. 15 Sostanze alternative citate nella chat

“Sostanze alternative”	N. citazioni
Farmaci (oppioidi, benzodiazepine, psicofarmaci)	303
Erbe erboristiche, spezie, rimedi naturali	119
NPS (Research chemicals, DMT...)	107

Le persone che decidono di ricorrere a questo tipo di sostanze sono spinte da differenti motivazioni, che rispecchiano gli effetti ricercati, prima del lockdown, nelle droghe illegali:

- la ricerca di effetti “ludici” e ricreativi;
- la necessità di gestire i sintomi dell’astinenza, causata dalla mancata accessibilità di sostanze che si è abituati a utilizzare, o dalle quali si afferma di essere dipendenti;
- la volontà cogliere l’opportunità del momento per limitare, o gradualmente abbandonare, l’uso di altre sostanze psicoattive;
- trovare in queste sostanze un sostegno per riuscire a mantenere dei livelli di prestazione soddisfacenti, nello studio o nel lavoro;
- la ricerca di un’azione calmante e rilassante, per dormire meglio o far fronte alla solitudine.

Nel primo caso troviamo persone che si rivolgono alla chat chiedendo consigli su quali sostanze di uso comune possono essere utilizzate per “sballarsi in casa”, o per sperimentare stati alterati di coscienza. Ad esempio, alcuni cercano informazioni su come assumere la noce moscata, sostanza che si presume capace di determinare allucinazioni. Altri provano a ottenere stati di percezione alterata usando farmaci a loro disposizione, come nel caso di un utente che afferma di voler assumere per via orale la benzidamina (principio attivo del Tantum Rosa granulato) per raggiungere stati allucinatori ed euforici. È rilevante anche lo scambio di informazioni in merito alla DMT, sostanza che alcuni utenti della chat intendono sperimentare per la prima volta e quindi si confrontano su come estrarre la sostanza e su quali siano le modalità di assunzione più efficaci e sicure, oltre che sui possibili effetti psichedelici.

Un esempio del secondo caso, invece, è quello di un utente della chat che racconta di essere stato costretto, per riuscire a dormire, ad assumere dei farmaci antipsicotici trovati nell’armadietto dei medicinali dei genitori con cui convive. L’utente riporta di essere in preda dei sintomi da astinenza dalle sostanze di cui si ritiene dipendente (soprattutto MDMA e ketamina). Dal suo punto di vista, il suo consumo di farmaci antipsicotici, è stata una scelta dettata dal bisogno non di ricercare lo “sballo”, ma di “collassare” nel letto, facendo sì che si placasse il pensiero costante e ossessivo delle sostanze. Altri utenti della chat cercano informazioni nella chat su quali farmaci da banco - facilmente acquistabili anche senza la prescrizione medica - possano essere utili per contrastare i sintomi dell’astinenza da eroina, oppio e cocaina. Altri ancora si informano su quali rimedi naturali per la gestione della dipendenza siano legali in Italia (ad es. kratom o iboga) e se possono essere acquistati online.

Nel terzo caso troviamo principalmente chi ricerca sostanze alternative alla cannabis o tabacco: CBD, smoking blend, erbe erboristiche che si possono fumare o assumere in infusi. Un utente della chat racconta di essere riuscito a smettere di fumare cannabis nel momento in cui si è trovato chiuso in casa senza scorte e ha deciso di passare al consumo di CBD. Le prime giornate e settimane sono state difficili, ma a un mese di distanza è orgoglioso del risultato ottenuto con questa strategia di autoregolazione.

A ricercare un effetto prestazionale è ad esempio uno studente universitario che chiede agli altri membri della community quale prodotto di uso comune potrebbe aiutarlo a raggiungere la concentrazione per lo studio: è dall’inizio della quarantena, infatti, che non riesce a studiare in maniera produttiva.

C’è infine chi, al contrario, in questo tipo di sostanze ricerca un aiuto per rilassarsi, riuscire a dormire, gestire lo sconforto conseguente alla reclusione forzata. Un utente della chat, ad esempio, consiglia la combinazione codeina-CBD, da assumere la sera prima di dormire, per riuscire a riposare al meglio durante la notte. Altri utenti della chat, invece discutono in merito ai benefici della melatonina, capace di regolare il ciclo sonno-veglia.

In risposta a queste conversazioni relative all'uso di "sostanze alternative" la maggioranza degli utenti della chat, i suoi amministratori e gli operatori del Progetto Neutravel esprimono delle raccomandazioni piuttosto omogenee e condivise:

- documentarsi bene prima di qualsiasi "esperimento casalingo" con le sostanze;
- evitare, o comunque prestare molta attenzione, l'uso *diverted* dei farmaci, in particolare in riferimento alle estrazioni *home made* da farmaci (ad es. della codeina);
- tenere in considerazione la relazione tra *set* e *setting* prima di decidere di assumere una sostanza;
- prestare attenzione ai mix tra sostanze potenzialmente pericolosi;
- contattare immediatamente un medico in caso di effetti collaterali gravi.

La consapevolezza che queste sperimentazioni comportino dei seri rischi per la salute, rischi che è meglio evitare soprattutto durante la grave crisi sanitaria in atto, è dunque diffusa in maniera uniforme nella community. La sperimentazione con "sostanze alternative" viene quindi recepita come una pratica a cui è necessario rivolgersi in maniera responsabile, secondo i principi condivisi della riduzione del danno.

Oltre a chi si rivolge alle "sostanze alternative" troviamo chi decide di assumere le sostanze che già utilizzava prima del lockdown con **modalità di assunzione** e motivazioni di consumo differenti da quelle abituali.

Un esempio è quello di un utente della chat che afferma di voler sperimentare durante la quarantena il *microdosing* di MDMA, ricercando i potenziali effetti benefici di questa pratica di assunzione a livello di regolazione dell'umore per il contrasto dei sintomi della depressione.

Molti utenti della chat che hanno a disposizione delle quantità limitate di sostanze decidono di ricorrere a pratiche di autoregolazione, con l'obiettivo di contingentare i propri consumi. In questo senso l'autoregolazione si basa su una riduzione dei dosaggi e della frequenza di assunzione, nonché sull'elezione di momenti particolari in cui consumare, come nel caso di un utente della chat, abituato a un consumo quotidiano di cannabis, che afferma di voler conservare le ultime quattro canne rimastagli per la Pasqua o i weekend.

Un'altra opzione emersa dalle conversazioni degli utenti della chat durante il lockdown è quella dell'**autoproduzione** di sostanze, in particolare la coltivazione di sostanze "naturali", come i funghi allucinogeni, e l'estrazione di sostanze, come nei casi già citati della DMT e della codeina. Sono svariati, infatti, i *thread* che partono dalle domande su quali siano opzioni migliori per delle coltivazioni di funghi allucinogeni *home made* (ad es. i kit con le spore già innestate), in che modo monitorare che la crescita dei funghi proceda nel migliore dei modi (ad es. come evitare la contaminazione da muffa), come essiccare i funghi dopo averli colti. Allo stesso modo si scambiano istruzioni dettagliate e su come realizzare le estrazioni sia di DMT che di codeina, anche se relativamente a quest'ultima viene costantemente ripetuto l'alto grado di rischio che comporta. È ipotizzabile che il rivolgersi a queste pratiche di autoproduzione, facilmente percorribili anche durante la quarantena, sia stata una risposta alle difficoltà di approvvigionamento di sostanze vissute dagli utenti della chat.

Queste difficoltà sono testimoniate nella community da alcuni veloci scambi di battute sullo stato del mercato delle sostanze: molti affermano di avere registrato un forte aumento dei prezzi oltre che un drastico calo nella qualità delle sostanze disponibili. Alcuni utenti della chat hanno maturato la scelta di diminuire o abbandonare il consumo delle sostanze che utilizzavano abitualmente proprio per via dei dubbi sulla qualità delle sostanze in commercio, oltre che per i costi spesso insostenibili.

Per chi comunque acquista o autoproduce in quarantena, l'invito, espresso sia dagli amministratori della chat che dagli operatori di Neutravel, è quello di testare sempre con il drug checking le sostanze. Dato che il servizio di drug checking del Progetto Neutravel è al momento sospeso, gli operatori

suggeriscono di ricorrere all'acquisto on-line di kit per un'analisi colorimetrica delle sostanze fai da te, o di rivolgersi al servizio internazionale di drug checking promosso da Energy Control.

IN SINTESI

In che termini viene discusso nella chat l'impatto del lockdown sui consumi?

- Secondo i dati analizzati, la situazione di lockdown ha spinto gli utenti della chat a: 1) sperimentare sostanze presenti in casa (farmaci o alimenti) quali alternative; 2) cimentarsi con l'autoproduzione di sostanze attraverso coltivazione (canapa, funghi) o estrazione chimica (codeina, DMT); 3) aumentare il consumo di CBD per compensare la mancanza di cannabis; 4) sperimentare modi di assunzione inediti con sostanze già utilizzate prima della quarantena (es. microdosing di MDMA); 5) contingentare le proprie riserve di sostanze per farle durare più a lungo; 6) sperimentare la propria capacità di diminuire o fare a meno delle sostanze;
- In risposta a queste esperienze e alle relative richieste di informazioni, amministratori della chat e operatori pari esprimono delle raccomandazioni piuttosto omogenee e condivise:
 - documentarsi bene prima di qualsiasi "esperimento casalingo" con le sostanze;
 - evitare, o comunque prestare molta attenzione, all'uso *diverted* dei farmaci;
 - considerare bene *set e setting* prima di decidere di assumere una sostanza;
 - prestare attenzione ai mix tra sostanze potenzialmente pericolosi;
 - contattare immediatamente un medico in caso di effetti collaterali gravi;
 - testare sia le sostanze autoprodotte che acquistate prima dell'assunzione.

5. RISULTATI DELLE INTERVISTE FACE-TO-FACE

5.1 I consumi nel setting degli eventi musicali

5.1.1 I valori dei contesti musicali

I giovani intervistati frequentano vari tipi di eventi musicali che si differenziano in base al contesto, descritto dagli stessi sulla base di due caratteristiche principali: genere musicale e *location*. I tipi di contesto più citati sono: i free party (rave party, TAZ...), i club, i centri sociali e i festival musicali, sia legali che illegali (teknival).

Tra gli intervistati c'è chi afferma di essere un frequentatore assiduo di un unico contesto e chi, invece, è abituato a frequentarne diversi a seconda della serata, delle preferenze del gruppo di amici e della disponibilità economica. Pur essendo diversi i contesti e i livelli di frequentazione, sono due i motivi principali che accomunano gli intervistati spingendoli a frequentare gli eventi musicali: la passione per musica "in sé e per sé" e il tipo particolare di socialità che si crea in questi ambienti.

La scelta della serata si basa in primis sul **genere di musica** e sull'artista o la crew di dj che suonerà. Sono diversi i generi citati (elettronica, hard-style, jazz, psy-trance¹³, punk, punk hard-core, rap,

¹³ Include anche il genere Goa sebbene alcuni intervistati lo citino separatamente

reggae, rock-metal, sperimentale, techno, tekno, trash) ma al di là di rispecchiare i gusti personali, la serata deve offrire la possibilità di assistere a una performance musicale di qualità: non si tratta di un semplice “andare a ballare”, ma di andare ad ascoltare e godere della musica.

Sono un po' un soggetto perché non vado a ballare per andare a ballare, mi piace molto ballare, ma ci vado se so che ha montato qualche crew che rispetto e so che lo fanno per un motivo valido, o per degli artisti, quindi proprio per la musica in sé e per sé. (Int. 18_M21)

La musica è, inoltre, l'elemento che genera e definisce l'atmosfera, o *vibe* (lett. vibrazione), dell'evento, non solo riunendo un pubblico di persone appassionate, ma anche alimentando forme di scambio tra partecipanti, sia a livello verbale che sensoriale, ad esempio attraverso il ballo o il “pogo”, che alimenta un comune sentire, uno stato di empatia che assume un ruolo centrale per chi ama frequentare gli eventi musicali.

L'ambiente fondamentalmente è una cosa che mi affascina molto, proprio tutto il contorno che c'è, come le persone si relazionano alla musica, l'interesse che c'è nel conoscere l'artista, magari confrontarsi su cosa piace o non piace, esperienze già passate, ma in generale la cosa che mi affascina parecchio è la passione per la musica in determinati contesti. (Int. 21_M24)

In un genere di festa più elettronica, c'hai più l'impronta riferita alla pista da ballo, quindi cioè, la situazione che si crea quando ci sono più persone che ballano sotto cassa, cioè è più una sorta di unione ehm... che unisce appunto tra la musica e quello che stai vivendo tu e le persone che ti stanno a fianco. (Int. 26_M25)

La musica e il ballo permettono, quindi, di esperire un tipo di **socialità** basata sulla condivisione delle emozioni e del piacere.

La socialità in particolare. Mi piace la musica elettronica, mi piace ballarla, mi piace assumere sostanze stupefacenti, ma sono cose che potrei tranquillamente fare a casa con un paio di cuffie. Invece il momento per cui mi lego ai free party sono le persone che incontro, in particolare vedere i sentimenti espressi dalla gente mi scalda il cuore, mi dà ragione di vivere. (Int. 3_M32)

Il tipo di socialità che caratterizza gli eventi musicali è anche ciò che distingue questo contesto dalle norme sociali del vivere quotidiano, in quanto caratterizzato **dall'inclusione e dalla sospensione del giudizio morale**: una sorta di “microsocietà” basata sul rispetto, l'accoglienza e lo scambio reciproco dell'esperienza di benessere.

Quindi sì quelli che ricerco e che mi piacciono sono posti aperti, inclusivi, in cui possano mischiarsi tutte le persone, in modo diverso, in modo equo e più tranquillo e con più presa bene possibile. (Int. 9_M24)

È una sorta di microsocietà quella che c'è all'interno di un club. Ci dovrebbe essere condivisione della qualsiasi, stai condividendo uno spazio, un'esperienza. Si va lì tutti quanti per lo stesso motivo, che è ascoltare musica, prima che di sfasciarsi o comunque fare altro. Proprio per la condivisione dell'ambiente e lo star bene insieme. (Int. 20_F26)

Durante l'evento è diffuso tra i partecipanti un **senso di libertà inedito**, che permette a ciascuno di essere chi preferisce essere e di fare quello che preferisce fare. A infrangersi non sono solo le costrizioni delle norme sociali che vigono nella vita ordinaria, ma anche i limiti spazio-temporali normalmente percepiti, secondo quella che viene descritta come un'alterazione psico-sensoriale determinata dal contesto stesso, ancor prima che dalle sostanze.

E... poi sì, il senso di libertà che non per forza deve essere dato dall'alterazione psico-fisica ma anche da un contesto che può catalizzare quel processo ma non essere quel processo [...]

Perdi il senso del tempo, perdi il senso dello spazio, non perché [...] necessariamente ti sballi, ma perché ti perdi. Cioè, possono capitare volte che passo dodici ore a ballare, a parlare con pochissima gente o che sotto cassa non ci arrivo neanche e magari trovi il corso d'acqua o trovi il punto bello in mezzo alla natura, conosci persone, può succedere qualsiasi cosa. È questo il bello... (Int. 23_F26)

5.1.2 Il ruolo delle sostanze

L'uso di sostanze è ampiamente diffuso e trasversale a tutti i contesti musicali frequentati dagli intervistati. Tuttavia, come più volte sottolineato dagli stessi partecipanti, il ruolo delle sostanze durante la serata è **subordinato alla volontà di vivere al meglio l'esperienza musicale e sociale**. Non si decide di andare a un evento musicale per sballarsi con le droghe, ma queste sono uno strumento che permette di esaltare lo stato di benessere, di divertimento e di piacere veicolato dall'ascolto della musica e dalla condivisione dell'esperienza con il proprio gruppo di amici. Le sostanze dunque non sono indispensabili, ma poiché hanno questo effetto e sono disponibili, non c'è ragione per non usarle.

Allora diciamo che giocano un ruolo onnipresente, perché almeno di sottofondo la possibilità di poterle prendere c'è. (Intervista27_F25)

Questo per farti capire che non è solo un vado a ballare generico, ma è anche un vado ad ascoltare con anche insieme l'utilizzo delle droghe perché non c'è motivo di farlo senza. (Int. 12_M32)

Da un lato, l'uso di sostanze permette di vivere l'esperienza musicale in maniera più profonda e di raggiungere questa connessione sensoriale con la ritmica più in fretta - obiettivo perfettamente in linea con la concezione capitalistica del tempo come risorsa scarsa.

A me sono piaciuti tanto gli allucinogeni perché la ritmica e la tekno che c'è alla festa sono per me una forma di catarsi, una reazione chimica che ci mette sei ore a farsi ci metti un po' di questa polverina e ci metti sei minuti, hai risparmiato molto tempo. (Int. 24_M26)

Dall'altro lato, assumere sostanze aiuta a entrare in sintonia con i partecipanti all'evento, amici o sconosciuti. Le sostanze permettono infatti di percepire in maniera più intensa sia le proprie emozioni che quelle vissute dagli altri, generando un senso di condivisione profonda durante l'evento. Le sostanze aiutano quindi ad aprirsi, a entrare in relazione con gli altri in maniera empatica, a rispondere a un bisogno di socialità che gli intervistati ritengono difficile da soddisfare nella vita quotidiana.

A me piace esserci nel momento che vivo e voglio viverlo con la maggior intensità possibile [...] la socialità è vedere le persone che partecipano alla festa che vivono emozioni intense e mi piace sentirmi partecipe di queste emozioni, mi piace vivere questo momento intensamente. (Int. 3_M32)

Perché batte più veloce il cuore, nel senso, provi delle cose che senza non proveresti e quindi a volte [...] non è una questione che se non faccio non mi diverto, è che lo faccio perché a volte ne sento proprio il bisogno [...] la motivazione è sentire quella scossa nel cuore. (Int. 8_M18)

Beh, chiacchieravo tantissimo, molto di più con le persone. Anche la sensazione di potenza che ti dà, ti senti forte, figo, simpatico, sei anche felice. Non pensi a niente. È un senso proprio di leggerezza in quel momento là. (Int. 16_F19)

In linea con il ruolo che le sostanze assumono nel contesto degli eventi musicali, il consumo è spesso condiviso con gli amici con cui si è deciso di andare alla serata, per far sì che l'esperienza non sia individuale, ma collettiva, e favorisca la complicità e il divertimento nel gruppo.

Solitamente quando prendiamo una sostanza io e miei amici la prendiamo insieme così che l'esperienza sia un'esperienza di gruppo e non individuale, in modo tale che siamo tutti sulla stessa sintonia ed essendo tutti sulla stessa sintonia, comunque fai una bellissima serata secondo me. (Int. 7_M25)

Tra di noi c'è sempre stata questa cosa molto carina che si è sempre un po' deciso insieme quando prendere l'MD, per una forte intenzione di essere allo stesso livello nello stesso momento. Perché comunque non è né per me né per gli altri non è solo prendere la droga e basta, ma è tutto quello che comporta di figo. Quindi il feeling aumentato con le persone con cui sei. (Int. 12_F32)

La maggioranza degli intervistati organizza l'assunzione di sostanze in base alle **fasi** che compongono la serata (pre-serata, serata e fine-serata), scegliendo per ognuna le categorie di sostanze che meglio rispondano agli effetti desiderati. Durante il **pre-serata** si predilige l'uso di sostanze cosiddette *starter*, che stimolano l'attivazione e la voglia di ballare, entrando così nel *mood* dell'evento. Quelle più citate sono cannabis, alcol, speed o cocaina, assunte durante cene o aperitivi condivisi con il gruppo di amici con cui si andrà poi a ballare, ma anche durante il percorso per raggiungere il luogo dell'evento.

Non si cena, ma comunque si fa aperitivo poi magari si fa a casa una riga. Ci prepariamo, ci facciamo la doccia. Ne facciamo un'altra prima di partire, così ci facciamo compagnia per il viaggio. (Int. 5_F20)

... ci si trova, che ne so, intorno alle 10 e si beve qualcosa e poi [...] Tendenzialmente io assumo amfetamine come speed, perché personalmente è quella che mi dà un po' più di scossa sia per ballare che per la stanchezza. (Int. 6_M35)

Alcuni arrivano all'evento con la sostanza già dosata e suddivisa tra i membri del gruppo, e insieme decidono il momento in cui assumerla; altri invece decidono di condividere l'assunzione, ma ognuno assume il tipo e le quantità di sostanza che preferisce. La sostanza di consumo più citata dagli intervistati nella serata vera e propria è l'MDMA, seguita da speed, cocaina, ecstasy, ketamina, alcol e cannabis. Sono in pochi invece a citare le NPS - quali 2HB, 2CB, 3MMC, 3-Meo-PCB -, psichedelici (LSD, funghi allucinogeni, DMT, LSA) o oppioidi (eroina, oppio).

Diversi intervistati raccontano di assumere mix tra queste sostanze durante lo svolgimento della serata, spesso al fine di compensare gli effetti differenti, come ad esempio quello eccitante della speed con l'empatogeno dell'MD.

Capita molto spesso che anche all'interno di una serata si usassero 6 sostanze diverse. Alla fine, il mischiare vuoi o non vuoi era molto semplice da fare. Invece la mia sostanza preferita proprio all'interno della serata, visto che penso sia il focus principale, MD e speed, per bilanciare entrambi gli effetti. (Int. 20_F26)

Al **termine della serata**, e durante il post, si preferisce assumere delle sostanze – o mix tra sostanze – che favoriscano il rilassamento e la calma, per uscire gradualmente dall'eccitazione della serata, sopportare la delusione di un evento che si chiude e riuscire poi ad addormentarsi. Le sostanze maggiormente utilizzate in questa fase sono: cannabis, oppio, ketamina e alcune categorie di farmaci (oppioidi, come Tramadolo e Subutex, e benzodiazepine),

Poi la serata prosegue così, altre righe di anfetamina, poi verso la fine della serata a me piace quando si arriva verso la fine... panico, proprio la sensazione di "oddio, sta per finire che cazzo facciamo?" Fumo erba perché mi dà... insieme all'MD o se c'è insieme alla ketamina - prima no perché senno mi tira giù e non è quello che voglio - verso la fine della serata mi piace perché comincio ad amplificare quello che già ho e vado un po' alla ricerca. Tendenzialmente mi vengono delle piccole allucinazioni e quindi è quello che cerco che può

essere tramite l'uso di erba o delle piccole righe di ketamina. E poi si accendono le luci ed è un infarto, che brutto, che schifo, siamo in Italia, classiche cose. (Intervista12_F32)

...e sì magari poi quando si tornava a casa magari se c'era dell'oppio o comunque dell'erba. (Int. 20_F26)

È necessario sottolineare come per molti intervistati il consumo di alcol e cannabis rimanga costante per l'intero svolgimento della serata. Questo consumo viene visto come un consumo "sottotraccia", una "base" su cui si innesta il consumo di altri tipi di sostanza. Essendo percepito come un consumo fortemente normalizzato e quindi poco rilevante, spesso non veniva citato dagli intervistati in sede di intervista se non a seguito di una diretta sollecitazione dell'intervistatrice.

Fumare e bere li tengo come base, perdonami effettivamente l'ho dato per scontato. Fumare e bere lo faccio comunque, avendoci anche una tolleranza sedimentata su entrambi da qualche anno. (Int. 18_M21)

Infine, è bene sottolineare che lo stile di consumo adottato dagli intervistati durante la serata è sempre **frutto di una scelta**, da valutare in relazione al contesto, in cui ci si può sentire più o meno a proprio agio (*setting*), e al proprio stato emotivo (*set*) (Zinberg, 1984). È piuttosto diffusa infatti la consapevolezza che gli effetti delle sostanze sono complessi e non sempre quelli desiderati, se *set* e *setting* non sono quelli giusti. In questi casi, qualcuno preferisce fare a meno di assumere sostanze.

Se la situazione è già complessa se sento di non riuscire a gestirla non lo faccio, se invece la situazione ha bisogno di un livello di complessità in più allora molto volentieri, però con la consapevolezza che sarà una cosa per cui dovrò fare degli sforzi per starci dentro, per gestirla. (Int. 27_F25)

Io mi diverto molto anche senza [droghe]. Ho fatto intere serate in cui non ho preso niente, anche solo fumando una canna, e dove ballavo tutta contenta. Io lo vedo anche gioco. Non lo vedo: "sono depressa prendo una pasta e mi tiro su", se sono depressa non vado nemmeno a ballare. Se mi prendo una pasta scavo una buca, perché comunque tutte le sostanze amplificano. (Int. 15_F19)

5.1.3 Esperienze negative, pratiche di riduzione del danno e supporto tra pari

La maggioranza degli intervistati afferma di adottare nelle serate uno stile di consumo improntato al divertimento, ma consapevole e attento a ridurre i rischi. Infatti, è particolarmente diffusa la consapevolezza del fatto che assumere delle sostanze significa anche esporsi a una serie di rischi capaci di compromettere non solo la fruizione dell'evento, ma la propria salute psico-fisica. Non si ricerca lo "sballo" fine a sé stesso, ma lo stare bene insieme e nel rispetto reciproco, si vuole raggiungere un certo livello di alterazione psicosensoriale, ma senza perdere il controllo, cioè "una perdita di controllo controllata" (Measham, 2002; 2004).

... non si va alla serata per sballarsi, ma si va alla serata e lo si fa responsabilmente. Forse per qualcuno non c'è niente di responsabile, ma il fine non è sballarsi, ma il divertimento, senza mettere in pericolo sé o gli altri. (Int. 20_F26)

Ovviamente, cerco di fare tutto in base al mio peso corporeo e anche delle esperienze precedenti quello che non mi piace assolutamente è perdere il controllo in qualche modo per quanto io possa bere o mi possa prendere dell'MD io non posso perdere il controllo. (Int. 21_M24)

Per limitare l'incidenza di possibili effetti indesiderati determinati dall'uso di sostanze psicoattive gli intervistati adottano quindi diverse **pratiche di autoregolazione**. Le più citate sono: nutrirsi in maniera adeguata prima, durante e dopo la serata; assumere specifici integratori; ricordarsi di bere acqua per contrastare il rischio di disidratazione; ricordarsi di urinare; calcolare i dosaggi adeguati

per ogni sostanza che si decida di assumere; auto-monitorare la frequenza di assunzione cercando di limitarla; conoscere ed evitare i mix tra sostanze dannosi per la salute psico-fisica; prendersi dei momenti di riposo dal ballo quando si avverte di aver raggiunto il limite della stanchezza o dell'eccitazione (ad esempio se si avverte la tachicardia); evitare di scambiarsi i "pippotti" per inalare le sostanze, utilizzandone uno personale; prestare attenzione ai ri-dosaggi delle sostanze durante la serata.

L'ho sempre fatto con cognizione. Anche solo portandosi del magnesio, del potassio o della frutta se qualcuno lo aveva, acqua, tanta acqua perché quando prendi sostanze è sempre quella che vuoi... (Int. 19_M25)

Cioè ad esempio le banconote, [evitare] di utilizzare [per pippare] le banconote, oppure di utilizzare casomai gli scontrini, di fare in sette e casomai dallo stesso, oppure a livello di tempi sapersi gestire, durare fino alle sette [...] puoi arrivarci in maniera molto più tranquilla utilizzando anche molto meno di sostanze perché [dipende] appunto anche le tempistiche che utilizzi. No? Anche sulla coca, cioè, molti dei miei amici con cui passavamo le serate a darci la mezz'ora di tempo per cose del genere, diciamo. Son un po' di strategie. (Int. 26_M25)

Nonostante le strategie di riduzione dei rischi e dei danni siano piuttosto diffuse tra i partecipanti agli eventi musicali, non sono rari gli episodi di malessere fisico (svenimenti, vomito) e psicologico (tachicardia, panico...) riportati. Questi sono riferiti soprattutto al **consumo di alcol** o al **mix alcol-cannabis** che al consumo di altre sostanze, ritenute spesso più "pesanti" come l'MDMA o la cocaina.

Gli intervistati raccontano, infatti, di aver spesso sottovalutato, o di sottovalutare tutt'oggi, quanto possa fare stare male bere alcol e fumare cannabis contemporaneamente, in quanto l'uso di queste sostanze è molto più diffuso e normalizzato nei contesti del divertimento rispetto a quello di altre sostanze.

Sì, tante volte, ma mai niente di terribile e mai con droghe pesanti. Sono stato male per il bere, per il bere e fumare insieme. Non ho brutti ricordi con l'MD, con la coca o altro [...] È più un evitare di mischiare cose che ho capito per esperienza che non mi fanno stare bene poi: se fumo e bevo è più un casino e non è molto divertente. (Int. 11_M35)

Benché gli intervistati si reputino in generale consumatori piuttosto attenti e consapevoli – nonostante abbiano vissuto in prima persona esperienze negative con le sostanze – ritengono anche che i contesti musicali siano spesso caratterizzati da livelli di consumo massivo e inconsapevole. Questo tipo di comportamento viene attribuito soprattutto ai frequentatori più giovani, che sarebbero non solo meno consapevoli dei rischi, ma anche più esposti ad essi per la minor esperienza personale. In particolare, ad essere avvertito come pericolosa è l'**assunzione combinata** di sostanze diverse.

Questa cosa è stra-dannosa e mi dispiace un sacco perché vedo un sacco di disinformazione. I ragazzi comunque sono poco consapevoli di quello che fanno. Non solo i ragazzi in realtà, perché mi è capitato a questa festa una donna che aveva circa 33 anni che [...] mi fa: "Sto facendo una riga di MD, amfetamine, speed e ketamina". Allora io le dico, bell'abbinamento di merda! E questa qui la stava dando a dei ragazzi che avranno avuto 20 anni e un mix del genere, soprattutto se non avevano mai assunto queste sostanze, li avrebbe mandati fuori sicuro. [...] Fatto sta che a fine serata c'era una ragazza che stava con lei che stava stracollassata e stava stra-male. (Int. 17_M23)

Se la disinformazione, l'inconsapevolezza e l'inesperienza sono ritenuti i fattori di rischio più rilevanti in relazione all'uso di sostanze nella serata, la risposta più frequente per contrastarli sono le **pratiche spontanee di auto-mutuo-aiuto** finalizzate al controllo e alla cura reciproci. La maggior parte delle situazioni di malessere raccontate dagli intervistati (bad trip da psichedelici, k-hole da ketamina...) sono state superate grazie all'aiuto e all'iniziativa di amici o persone sconosciute, ma solidali. Sono frequenti anche gli episodi in cui sono stati loro stessi a soccorrere chi stava male. Uno

degli aspetti più rilevanti dell'aiuto, secondo gli intervistati, è il sostegno fornito a livello emotivo e psicologico. Spesso infatti i momenti di malessere non necessitano di un soccorso professionale, ma è sufficiente sentirsi rassicurati dalla presenza positiva di una persona esperta per esperienza che si prende cura.

Ho cominciato a stare un po' meglio [...] quando una persona comunque sconosciuta è venuta a parlarmi e il gancio empatico ed emotivo è stato importante. Mi ha detto: ci sono già passato e comunque capisco cosa vuol dire che un acido sfugge di mano. Con un contatto fisico molto tenue mi ha tranquillizzato come per dire, noi siamo qua, respira, stai tranquillo. È stato totalmente gratis, lui di sicuro ci ha impiegato delle energie, che gli sia venuto in maniera più o meno spontanea o fluida... (Int. 24_M26)

Però non mi è mai successo proprio da ambulanza. Perché magari è solo gente proprio tanto fusa che ha bisogno un attimo di sedersi e io ci parlo, li faccio parlare. Così anche se hanno gli occhi chiusi hanno un riferimento, vicino a me. Se li vedo che riescono parlare gli faccio parlare: come ti chiami? Se invece sono amici miei, che tanto la maggior parte delle volte sono amici miei, non chiedo cosa hanno preso, ma cerco di infondergli un po' di presa bene, di positività. (Int. 15_F19)

Assumere le sostanze in maniera condivisa, con un amico o un gruppo di amici, viene avvertita da molti come una maniera in più per tutelarsi, soprattutto davanti al rischio di ritrovarsi a vivere un momento di difficoltà trovandosi isolati. Si sceglie, quindi di condividere lo stato di alterazione, "il viaggio", con qualcuno di cui ci si fida e che si reputa capace di rendersi conto se si sta male e di prestare soccorso.

Credo che il grosso dell'aiuto e del supporto lo si faccia sugli altri e gli altri lo facciano su di te. Personalmente essere con qualcuno che sai che ha già fatto queste cose e le sta facendo con te, essere entrambi attenti ai bisogni l'uno dell'altro è molto meglio che essere da soli e stare attenti ai propri bisogni, perché i propri bisogni vengono un po' confusi magari, mentre invece i bisogni degli altri se uno ha occhio sono invece abbastanza chiari. Se una persona barcolla sai come trattarla, se una persona è agitata sai come trattarla, se una persona è molesta sai come trattarla. (Int. 19_M25)

Starsi vicino e monitorarsi l'un l'altro sono ritenute pratiche importanti non solo per ridurre i rischi legati al consumo di sostanze, ma anche per evitare di essere vittima di alcuni **episodi spiacevoli** (furti, risse, molestie di genere...) che possono verificarsi nel corso della serata

Sì, rimanere tendenzialmente attivi a controllarsi nella cerchia di amici. Il cellulare cercare di imboscarlo, o comunque cercare di non tenerlo troppo fruibile, di non portarlo no perché ce lo portiamo sempre, però per dire non portare il portafoglio con tutti i documenti. (Int. 6_M35)

5.1.4 L'acquisto delle sostanze

Un altro rischio percepito come rilevante è legato alla **scarsa qualità delle sostanze psicoattive**. Per questo l'atto dell'acquisto delle droghe da usare in una serata diventa per gli intervistati un momento strategico per attuare la riduzione del danno. A fronte dei "pacchi" subiti in passato (sostanze di dubbia qualità o diverse da quelle attese), la maggioranza degli intervistati ritiene che acquistare direttamente in serata sia rischioso. Si ritiene quindi preferibile organizzarsi per tempo, rivolgendosi a contatti consolidati e ad amici, e ricorrere all'acquisto in serata solo quale *extrema ratio*, meglio se si conosce la persona che vende in serata.

Quasi mai in serata perché bisogna cercare di tenersi più al sicuro possibile perché ci sono un sacco di merde che si trovano in giro [...] Quindi tipicamente mi organizzo prima, se non è possibile la prendo in serata, ma con una persona con cui mi sono già sentito o che conosco

e so che ha una determinata affidabilità: se non c'è quella persona lì io non faccio niente per dire. (Int. 21_M24)

Sì, diciamo che arrivare preparati sotto l'aspetto alcolico, del bere in generale o anche magari sotto l'aspetto stupefacente quello sì [...] arrivare in serata per fare l'acquisto dalla persona sbagliata è una cosa che ho fatto ho avuto dei riscontri negativi e ho deciso che non l'avrei più fatto. (Int. 4_M35)

L'acquisto tramite contatti ritenuti affidabili, e spesso amicali, viene preferito anche per riuscire a vivere il proprio rapporto con le sostanze non come una necessità incontrollabile, ma all'interno di un regime di autoregolazione e di un contesto comune di passione per la musica. Infatti, spesso chi vende le sostanze è egli stesso un frequentatore dei contesti musicali.

Ho amici da cui so che posso andare, tranquilli. Per me questo è fondamentale perché appena sgravo un attimo [con le sostanze] ... questo ad esempio succede sempre con la cocaina e per questo non mi interessa, perché la gente ne ha sempre bisogno e quindi deve andare a prenderla in strada oppure in situazioni abbastanza di merda. Mentre invece ad esempio i contatti che ho io siamo cari amici, vado lì, suoniamo qualcosa insieme, oppure vado a cena e poi mi vende quello che mi deve vendere. (Int. 9_M24)

C'è anche chi, stanco di doversi confrontare con la scarsa qualità degli acquisti in serata, ha preferito rivolgersi ai laboratori online che producono *research chemicals*, prodotti che vengono valutati e referenziati dalle community virtuali di consumatori, offrendo così una maggiore sicurezza all'acquirente.

*Al [nome del locale] mi hanno rifilato un pacco devastante perché mi hanno fatto vedere la busta, e era ottima, poi l'hanno scambiata e in quella che mi hanno dato c'era della caffeina dentro. Quindi su queste cose si è perso un po' di fiducia. Poi è spuntata fuori tutta la questione dei *research chemicals*, che è tutto un discorso a parte, ed è diventato più facile su quello avere cose attendibili. (Int. 2_M23)*

Al contrario, ci sono intervistati che ritengono che l'acquisto in serata di certe sostanze specifiche sia più sicuro nel contesto dei rave party che al di fuori, sia in riferimento alla qualità che al rapporto con il venditore. Si tratta di sostanze che ritengono difficili da reperire di qualità (psichedelici) o di cui ritengono sia più facile valutare la qualità sul momento rispetto ad altre (speed, ketamina).

Ho iniziato a comprare ai rave, perché trovo roba migliore, soprattutto all'estero dove vengono i camion... [...] Poi quando sto lì sì, se c'è gente che mi piace di cui mi fido e sostanze di cui posso capire la bontà più o meno a occhio tipo la speed e la ketamina. Poi ovvio non è un'analisi chiaramente certa, però è molto più sicuro farsi una riga di ketamina piuttosto che prendere una pasticca di cui non si conosce la provenienza. (Intervista14_M23)

...può essere carino e stimolante dire vado a un festival o un teknival e vedo cosa trovo. A volte riservarti la sorpresa può portarti a trovare delle buone cose: funghi, mescalina, semi...cercare la sostanza lì, ma anche perché può essere più carino. Un po' la difficoltà di reperire in città, un po' sai che lì il mercato è tranquillo. Non trovi persone che ti rispondono o trattano male. (Int. 24_M26)

Acquistare in serata è inoltre ritenuta una strategia efficace per eludere i possibili controlli delle Forze dell'ordine durante il tragitto per raggiungere determinati contesti musicali come ad esempio i free party o i festival.

Raramente viaggiavamo con sostanze stupefacenti, quando lo facciamo cerchiamo di farlo con davvero poca roba perché è stupido farsi dare spaccio per due canne che tanto non lo fanno, ma se ti trovano con qualcosa di più può essere rischioso. (Int. 19_M25)

5.1.5 Contesti musicali a confronto

Nei paragrafi precedenti sono stati analizzati gli elementi che, nelle narrazioni degli intervistati, accomunano il loro rapporto con i differenti contesti musicali; in questo cercheremo di far emergere i caratteri che invece li contraddistinguono e li differenziano.

Una prima grande distinzione che tracciano gli intervistati è quella tra contesti musicali legali – i club e i festival ufficiali e quelli illegali – free party, concerti e serate nei centri sociali, teknival. Alcuni intervistati preferiscono frequentare i free party o le serate organizzate dai centri sociali perché desiderano prendere parte a eventi totalmente autogestiti, autonomi dalle logiche del mercato e dal controllo istituzionale. Per queste persone è quindi determinante trovare una corrispondenza tra il contesto musicale che si frequenta e il proprio sistema valoriale o credo politico.

Sono sempre andata alla ricerca di posti che mi rispecchiassero anche a livello di principi a livello politico e quindi anche a livello musicale. (Int. 13_F19)

Ad attrarre molti dei frequentatori dei **free party** è proprio il valore politico dell'evento: l'organizzazione è totalmente autogestita, partecipata e dal basso; la *location* viene scelta e occupata con una precisa volontà di denuncia e di riappropriazione di spazi che normalmente ospitano attività produttive o le ha ospitate in passato.

Cerco posti che abbiano una ragione storica per essere occupati, sempre a titolo di denuncia. [...] Il xxxxxx che abbiamo fatto l'anno scorso l'abbiamo fatto in un ex pollaio che era pieno di amianto, dove negli anni precedenti ci avevano fatto sparire anche diverse macerie, dalla costruzione di altre palazzine. Comunque questo è il trend. (Int. 18_M21)

A parte il concetto di TAZ, io vengo da una città che è stata massacrata dalla crisi economica riguardo al tessile. Già solo io esco di casa e vedo 500.000 palazzoni giganteschi lasciati a morire lì. Quindi un rave party entra dentro un capannone simile e gli ridà vita e entro un giorno crea una situazione che quelli del XXX (nome di un festival dance) ci mette magari due mesi a crearla. Ed è così facile, ed è così semplice che noi diciamo: "E' stato, guardate, è una cazzata farlo, facciamolo insieme!", o meglio "Lasciatecelo fare!". (Int. 7_M25)

Un discorso simile è valido per gli eventi che si svolgono nei **centri sociali**, dei quali gli intervistati apprezzano il poter assumere un ruolo attivo, ben diverso dalla mera fruizione che secondo loro caratterizza i club o i locali pubblici, contribuendo all'organizzazione e alla gestione dell'evento. Ad attrarre è anche il senso di intimità e quindi di libertà che viene garantita e l'accoglienza messa in atto dagli organizzatori, che cercano di mettere a proprio agio chi partecipa all'evento.

Nei CSA ho cominciato a farmi le prime serate dove c'era un buonissimo ambiente, il solito ambiente dei centri sociali, e in più il fatto dell'autogestione: mi sentivo anche io partecipe alle serate, non era come il Bunker che entravo pagavo e facevo la serata. Qua magari stavi il giorno dopo a pulire o facevi dei turni all'entrata o al bar e così via. (Int. 14_M23)

Che cosa mi piaceva, tornando alla domanda, probabilmente il senso di libertà e anche una certa onestà da parte delle persone perché comunque l'accoglienza era tanta, ho fatto anche un paio di serate al XXX [centro sociale] e lì soprattutto trovo che le persone avessero un grande focus sul mettere tutti a proprio agio, quando possibile, soprattutto in una serata in cui si balla, si beve e si usano sostanze. (Int. 19_M25)

L'autogestione appare però essere soggetto a interpretazioni contrastanti in relazione alla percezione del rischio nell'ambito degli eventi musicali. Tra gli intervistati, coloro che frequentano principalmente i concerti autorizzati, ritengono che un contesto totalmente autogestito, e privo quindi di una qualunque forma di controllo istituzionalizzato, come quello dei free party, possa essere più a rischio rispetto ai *legal party*, dove la presenza dei buttafuori evita che si verifichino situazioni che possono mettere in pericolo i frequentatori all'interno del locale.

Nei legal ormai ci sono un sacco di buttafuori quindi è difficile che succeda qualcosa all'interno del locale [...] Nelle cose illegali si ho visto delle situazioni un po' rischiose. Ad esempio, sono finito sabato sera alla Colletta che c'era una specie di rave. Sono andata là con la coperta per berci un paio di birre, abbiamo visto una festa e ci siamo finiti e là era una situazione abbastanza spinta. Appena siamo arrivati c'era una persona che non stava benissimo e non c'era molto interesse nel vedere se qualcuno stava bene o stava male, purtroppo. (Int. 6_M35)

Al contrario, le persone che frequentano più assiduamente i free party o i centri sociali, si sentono più al sicuro in questi tipi di contesti proprio perché la riduzione del danno viene vissuta come una delle pratiche che caratterizzano l'autogestione dell'evento. In particolare, ritengono che in questi tipi di contesto musicale la solidarietà e le pratiche di auto-mutuo-aiuto siano più forti e diffuse.

Però di solito almeno in un ambiente come quello dei CSA una cosa del genere viene gestita anche dalle persone che sono lì attorno: quelli che sono lì di sicuro non vogliono che uno stia male e comunque se sei lì mediamente conosci qualcuno, difficilmente sei lì da solo, quindi anche quelli che sono più provati, o più distrutti, o è più tempo che fanno uso di sostanze pesanti e quindi è più difficile averci un rapporto, trovo che sono sempre abbastanza aiutati. (Int. 19_M25)

Un'ulteriore differenza che emerge tra i contesti musicali riguarda gli stili di consumo. Benché, come si è detto nei paragrafi precedenti, le motivazioni che spingono i partecipanti ad assumere sostanze psicoattive durante lo svolgimento della serata siano simili nei differenti contesti oggetto della nostra riflessione, gli intervistati riscontrano delle differenze legate ai tipi di consumo che sono socialmente accettati nei contesti specifici.

Ad esempio, lo stile di consumo adottato dai frequentatori delle serate nei **centri sociali** dipende dal posizionamento ideologico del singolo centro sociale rispetto al consumo di sostanze. Nei centri sociali in cui c'è una visione più critica nei confronti delle droghe rispetto ad altri che si dichiarano "anti-pro", il consumo di alcol e cannabis, definite dagli intervistati "droghe leggere", è accettato mentre quello di sostanze "pesanti" (sostanze sintetiche, cocaina...) non è ben visto. In questo caso gli intervistati si adeguano alle regole informali condivise.

In alcuni centri sociali che ho frequentato di più e che frequento non ho mai assunto sostanze [...] per una questione che, essendo un posto di cui mi prendo cura, voglio fare attenzione a tutte le cose che mi circondano. Poi in realtà... a volte ci sono anche delle regole riguardo alle sostanze e allo spaccio che può entrare dentro, cosa che trovo giusta... prevalentemente ho sempre bevuto. (Int. 13_F19)

A influenzare lo stile di consumo dei partecipanti a una serata è anche il **genere musicale** che la caratterizza. Gli intervistati, infatti, scelgono di assumere le sostanze che ritengono possano amplificare la sintonia con il genere musicale: ad esempio, se si sta assistendo a un concerto di musica punk o reggae si preferiscono la cannabis e alcol; mentre se ci si trova a una serata di musica elettronica (techno, tekno) si preferiscono sostanze sintetiche come ecstasy, anfetamina o ketamina.

Mi è capitato: una volta ho preso il 2CB al XXX (centro sociale). Anche perchè di solito mi drogo solo con la musica elettronica, quindi se c'è punk, reggae e così via, chiaramente fumo qualche canna ok, ma nulla di che. (Int. 14_M23)

La musica fa da controparte, diciamo, nel senso che la musica un po' più spinta, core, più veloce ti richiede anche, sei spinto almeno ad assumere droghe che ti accelerano, quindi ecstasy, amfetamine, eccetera, eccetera, o come linea se dovessi riprenderti., no? Se invece è una situazione un po' più tranquilla da house, già più bassi di BPM casomai opti per non so, la ketamina mi viene in mente. (Int. 26_M25)

Io fumo e quasi anche tutti i miei amici fumano, per questo per queste serate ci organizzavamo per avere dietro della marijuana, pensavamo fosse una sostanza adatta. Le serate punk poi avevamo dietro tanta acqua, della birra sostanzialmente, della marijuana e quasi mai delle droghe pesanti, perché non pensavamo fosse assolutamente il contesto. (Int. 19_M25)

Gli intervistati ritengono che lo stile di consumo nei festival sia spesso più massivo e meno consapevole rispetto a quello portato avanti nei free party o nei club. Ritengono infatti che il carattere stagionale dei festival attragga persone meno abituate a consumare sostanze in maniera regolare, e quindi anche meno coscienti dei rischi a esse collegate. In particolare, notano che il pubblico di questi grandi eventi è composto anche da persone giovani che proprio in questo contesto decidono di fare le loro prime esperienze di assunzione. Alcuni intervistati non si sentono rappresentati da questo tipo di rapporto consumistico con le sostanze e preferiscono non frequentare questo tipo di eventi.

Mentre invece le volte che sono finito dentro o il Kappa Future Festival non è proprio il mio ambiente [...] Però era uno schifo, non volevo guardarmi intorno anche se anche io ero fatto, perché era pieno di tamarri che gridavano e si picchiavano, ci sono stati accoltellamenti, c'erano ragazzi che stavano male perché c'erano 35° ed erano strafatti di ketamina . Cose che io non voglio vedere, io non voglio essere circondato da questo. (Int. 9_M24)

5.2 Esperienze e opinioni sul progetto Neuttravel

Coerentemente con la strategia di reclutamento adottata, la maggioranza degli intervistati risulta conoscere gli interventi messi in campo dal servizio Neuttravel (NTV) nei contesti musicali, così come quelli organizzati online: diversi tra gli intervistati hanno deciso di partecipare a questa ricerca proprio dopo aver visto l'annuncio pubblicato da NTV sulle proprie pagine social o sul gruppo Telegram di riduzione del danno dove gli operatori del servizio svolgono un'attività di *net-reach*.

Le citazioni seguenti rappresentano bene il diffuso apprezzamento che c'è nei confronti del servizio e in generale verso le iniziative di riduzione del danno. È interessante notare come la presente ricerca sia stata interpretata nella stessa cornice: uno strumento di partecipazione dal basso che può aiutare anche altre persone, e in generale i servizi, a conoscere meglio i bisogni delle persone che usano sostanze.

Ogni volta che vedo che c'è qualcosa legato alla prevenzione, alla RDD e quant'altro, sono interessato perché secondo me è, appunto, una cosa molto furba. Sul canale Telegram, di non mi ricordo più dove, si parlava appunto di questa intervista da poter fare e mi sono detto perché no? Visto che non c'è niente da perdere, anzi tutto da guadagnare per tutti quanti in una cosa del genere. (Int. 4_M35)

[Sono arrivato] trovando su Telegram gruppi di riduzione del danno RDD e conoscendo già NTV e apprezzando l'operato. Mi sono detto: "perché non partecipare?" Poi apprezzo la ricerca scientifica anche sociologica... (Int. 2_M23)

Chi lo conosce, ritiene l'intervento di NTV essenziale **nei contesti del divertimento** e desidererebbe che fosse ancora più potenziato ed esteso in modo particolare a tutti gli eventi musicali.

[Gli operatori] sono fondamentali. Fintanto che ci saranno i rave dovranno esserci anche loro. Non ci dovrebbe essere festa senza il servizio come NTV. (Int.1_M30)

[Per me] il fatto che loro vengano e possano dire "noi facciamo questo: aiutiamo le persone e ci interessa che si divertano in modo sicuro", è quello che serve. È giusto che ci sia e dovrebbe essere ancora più presente! (Int. 19_M25)

Secondo alcuni intervistati, inoltre, il servizio dovrebbe essere adattato alle caratteristiche specifiche di ciascun contesto. Ad esempio, nei concerti punk dove le sostanze maggiormente consumate sono

cannabis e alcol, il drug-checking sarebbe meno utile e attrattivo che in una serata di musica elettronica o in un festival, dove il pubblico consuma un'ampia varietà di sostanze.

Il drug-checking ovviamente se c'è meglio, ma per dire una serata punk ha molta meno utilità che a una serata di elettronica. (Int 19_M25)

Mi viene in mente un grande festival più di massa in cui confluiscono più persone più per la popolarità degli artisti che per altro, lì l'assunzione di droga c'è e forse con meno attenzione sul consumo proprio. Lì bisognerebbe proprio controllare che sostanze girano se vanno bene perché poi la gente che sta male c'è sempre. (Int. 27_F25)

L'apprezzamento per il servizio NTV emerge in particolare dal confronto con altre iniziative analoghe di riduzione del danno promosse da realtà autorganizzate e promosse da collettivi antiproibizionisti (ad es. InfoShock e Lab57) che intervengono anche nel territorio piemontese. Il fatto che l'equipe di Neutavel sia composta non solo da operatori pari, ma anche da **professionisti** viene riconosciuto come un valore aggiunto del servizio, che ne garantisce l'affidabilità. Gli operatori vengono percepiti come professionalmente affidabili, attrezzati e molto disponibili.

Penso che sugli enti che operano in Piemonte Neutavel sia il migliore, cioè, perché è il più serio secondo me, perché non è formato, secondo me, con tutto il rispetto, boh persone che magari di 'ste cose non ne capiscono nulla, come potrebbero essere altri enti che vengono a operare alle feste, che non faccio nomi. Secondo me Neutavel, anche solo la cosa che ha gli infermieri sul posto, comunque ti porta solo come hanno fatto alla festa ottobre, ti portano il gazebo con il fungo riscaldante, cioè, comunque qualcosa che a una festa serve. E comunque se vai lì in qualsiasi orario durante il loro turno, cioè, la gente ci sta dentro, se ci parli ti capisce, cioè, sono sempre pronti a intervenire, boh, gli altri enti... snì. Non sono così, cioè, magari sono presenti le prime ore poi boh, si perdono. (Int. 29_M22)

Degli operatori, gli intervistati apprezzano in modo particolare l'atteggiamento che contraddistingue l'approccio della riduzione del danno. Le esperienze di interazione con gli operatori, infatti, sono descritte sempre come positive perché caratterizzate dalla mancanza di giudizio, dall'accoglienza e dal prendersi cura. Chi conosce il servizio parla della riduzione del danno come un approccio anche personale e come unica strada percorribile per fare un'informazione efficace.

...e niente questa attitudine che hanno è qualcosa in cui mi riconosco dato che sono io il primo a cercare di fare riduzione del danno su me stesso, per quanto possibile. (Int. 2_M23)

[L'interazione] è bellissima anche perché ti fanno sentire... non ti danno l'idea di essere giudicato [...] Vedere che anche in festa il supporto che danno, anche solo con l'acqua, piuttosto che se ti senti male, "vieni qua a rilassarti un attimo", sei seguito da qualcuno che ti fa da sitter in caso di viaggi è bad trip: è una cosa bellissima. Il lato umano che c'è da quella parte è stupendo. (Int. 4_M35)

Sono delle persone che in generale stimo perché la riduzione del danno è l'unica via [...] se si vuole fare dell'informazione rispetto a una cosa che è culturale e quotidiana. (Int. 10_M28)

Gli intervistati si rivolgono allo stand di NTV spinti da vari motivi: chiedere a un professionista informazioni sulle sostanze e sui rischi a esse collegate (cosa ritenuta non facile in altri servizi sanitari); utilizzare il servizio di drug checking (di cui parleremo in maniera approfondita nel successivo paragrafo); ottenere beni utili per la propria salute (acqua, materiali per l'assunzione sicura di sostanze, preservativi...); utilizzare l'area *chill-out*. C'è anche chi sta allo stand semplicemente a socializzare con gli operatori.

Devo dire che rispetto a questo le serate e progetti come NTV, esperienze dal basso diciamo, mi sono state un pochettino d'aiuto, da ragazzino l'8enne non è che vai dal tuo medico di base a chiedergli se è il caso di bersi una birra con la ketamina, non lo fai. (Int. 10_M28)

Sì, sì, andavo a prendere i cicles [gomme da masticare] mentre ero di passaggio e poi andavo a prendere i botticini di acqua salina per il naso. (Int. 12_F32)

Eh, sì quelli in festa un sacco di volte danno l'acqua. Se non ho niente da fare sto lì e chiacchiero con loro. (Int. 15_F19)

Ci si rivolge allo stand anche per chiedere aiuto, per sé o per altri, nelle situazioni di malessere e difficoltà. Dalle narrazioni relative alla richiesta di aiuto, gli intervistati risultano avere una forte fiducia negli operatori di NTV, e di ritenerlo un canale privilegiato rispetto ad altri servizi di soccorso (come il 118) proprio per il tipo di relazione, orizzontale e priva di giudizio.

Sì, certo assolutamente, è confortevole andare da loro più dell'ambulanza. Se avessi un problema andrei più volentieri da loro che dall'ambulanza. È proprio un approccio diverso, è proprio un fattore di giudizio: sono lì proprio per accompagnarti, non per aspettarti al varco. (Int. 12_F32)

Se quindi gli apro gli occhi e vedo che li ha a spillo lo porto subito dal NTV di situazione e gli dico valutate voi, ma io un Narcan glielo sparerei. (Int. 7_M25)

Nel tempo gli operatori di NTV sono quindi riusciti a catturare la stima la fiducia da parte dei frequentatori, a conquistarsi un ruolo riconosciuto e apprezzato nei contesti degli eventi musicali, capace di rafforzarsi ed estendersi in forme di collaborazione nate dal basso, grazie proprio alle interazioni positive. Ad esempio, spesso sono gli stessi organizzatori di eventi che invitano Neuttravel a operare nelle loro serate, così come sono diverse le persone che hanno deciso di collaborare con Neuttravel allestendo stand di riduzione del danno gestiti da volontari in eventi musicali in cui il servizio non può intervenire, ad esempio, fuori dai confini del Piemonte.

Si credo siano venuti anche un paio di volte alle serate che organizzavamo noi, li chiamavamo apposta. (Int. 10_M28)

Si NTV li ho letti più online, poi li ho trovati all'alta felicità e ad altri festival del Piemonte. Li ho incontrati per farmi dare il materiale per il mio ultimo stand che ho fatto e mi hanno detto sentiamoli perché stavano andando bene gli ultimi stand di RDD che avevo fatto. (Int. 14_M23)

5.2.1 Esperienze e opinioni sul drug checking

Nella prospettiva degli intervistati, poiché le sostanze sono ampiamente accessibili e il consumo diffuso, il controllo della qualità dovrebbe essere garantito, in una **prospettiva di salute pubblica**. Il ragionamento sottostante è che, se non si riesce di fatto a evitare l'uso di droghe illegali, allora si dovrebbe garantire la sicurezza del consumatore.

Dovrebbe essere capillare. Come il prosciutto viene analizzato per evitare che sia sofisticato, allo stesso modo tutte le cose che assumiamo dovrebbero essere controllate e certificate. Ovviamente, essendo illegali, certe sostanze non possono essere certificate, ma è evidente che un controllo sarebbe dovuto. (Int. 3_M32)

Obbligherei tutti a utilizzarlo. (Int. 18_M21)

La pratica del drug-checking secondo qualcuno è anche una misura di "igiene pubblica", che può contribuire a diffondere una cultura della sicurezza tra gli stessi consumatori.

Io penso ci sia un problema di igiene con le droghe e il DC è l'unica cosa che la società può darti però in un clima igienicamente scorretto [...] Il fatto che una ragazza pensa che un ragazzo sia un figo perché usa la sostanza alla cazzo di cane si potrebbe andare incontro dopo una o due generazioni diffondendo il concetto di DC, in cui la ragazza dice al ragazzo tu mi piaci, ma non hai analizzato 'sta polvere, e allora il ragazzo non è più un figo. Come

quando andare in motorino senza casco era una cosa da fighi, ora è molto passata questa percezione. Dovrebbe non esserci più la percezione che se ti distruggi con le droghe e vivi nel caos più totale sei un figo. (Int. 24_M26)

Questa visione è confermata anche dalle opinioni degli intervistati – circa la metà - che hanno affermato di non aver mai fatto analizzare o analizzato nessuna sostanza o perché non conoscevano la pratica del drug testing o perché non ha mai avuto l'occasione di incontrare il servizio (sebbene, lo ricordiamo, incluso nei LEA della Regione Piemonte), ma che sarebbero interessati a farlo.

Perché credo che sia una cosa super utile, senza prese in giro. Non vedo perché una persona che vuole assumere sostanze non può chiedere a un esperto che cosa ci sia in quello che compra. (Int. 6_M35)

L'altra metà di intervistati che riporta di aver utilizzato il DC nei contesti musicali, lo ha fatto tra le 2 e le 10 volte: solo tre persone lo hanno utilizzato più di 30 volte. Gli intervistati che sono soliti fare analizzare le sostanze, si rivolgono al servizio promosso da Neuttravel ma anche ad altri servizi autogestiti e operanti anche sul territorio piemontese (InfoShock e Lab57). Sono pochi i casi di intervistati che testano le sostanze da soli, con test colorimetrici acquistabili on-line, o che si rivolgono alcuni giorni prima dell'evento musicale a servizi di drug checking on-line offerti da organizzazioni internazionali, quale ad esempio Energy Control.

C'è un mio amico che da Amazon si fa spedire i reagenti, quindi ogni tanto l'ho fatto e sempre ottimi risultati. (Int. 8_M18)

[Gli RC] li mandiamo all'Energy Control perché alle volte ci è capitato che non fossero effettivamente quelli dichiarati o ci fossero dei contaminanti, cioè, nel senso, ho l'idea che se una sostanza finisce nelle tabelle questi grandi laboratori on line la diluiscano nelle altre sostanze non tabellate e poi la vendano. E quindi capita di avere tracce di un RC con Mbome, 2CB insomma con tutti i tabellati. (Int. 14_M23)

Le **sostanze** che risultano più spesso oggetto di test nelle narrazioni degli intervistati sono l'LSD, la cocaina, l'MD e i research chemical (RC). Ciò che si vuole è avere la conferma della qualità della sostanza, oltre conoscere il livello di purezza e quindi di concentrazione del principio attivo.

LSD, il cartone che è sempre piuttosto anonimo e non sai mai. Poi molto limitatamente le analisi che svolgono ti fanno dare un'indicazione qualitativa: ti fanno dire qual è la purezza delle sostanze e allora ci porto sostanze come la cocaina che costano parecchio e quindi sono molto interessato a sapere se hanno una buona concentrazione del principio attivo che mi interessa. (Int. 3_M32)

Chi si è rivolto, e continua a rivolgersi, al servizio di drug checking di Neuttravel racconta di aver avuto con gli operatori e le operatrici un'interazione efficace, priva di giudizio e rassicurante. Benché possa accadere che l'affluenza allo stand sia molto alta, gli operatori e le operatrici accolgono gli utenti con attenzione, coinvolgendoli nel processo del test e spiegandone nei dettagli le fasi. In base all'esito del test forniscono delle informazioni mirate sulla corretta modalità di assunzione della sostanza e invitano la persona a rivolgersi a loro in caso di bisogno. Gli intervistati apprezzano molto la competenza e la professionalità delle operatrici e degli operatori, qualità che li portano a vedere nel servizio di drug checking una risorsa per vivere al meglio l'esperienza di assunzione durante la serata.

L'interazione è stata sempre molto rapida e rassicurante nel senso che vai lì e senza dover spiegare niente dici: "ho dell'MD da controllare", loro molto rapidamente ti fanno questo test con i reagenti, ti fanno vedere le gradazioni dei reagenti e ti spiegano brevemente che cosa vogliono dire, ti fanno vedere il colore che è venuto a te e ti dicono questo colore è associato a questa sostanza, bella, e poi ti dicono fallo responsabilmente se hai problemi torna qua che c'è sempre l'area chill-out per decomprimere. Le interazioni quindi sempre

molto scarse perché c'è casino e tanta gente che passa, non è che ci si ferma a parlare e tutto, però sempre tutte molto corrette e rassicuranti. Hai l'impressione che ci siano persone che sanno quello che fanno e questo ti dà una sicurezza in più, perché comunque con le sostanze è importante essere sicuri di quello che si sta facendo prima dell'assunzione. Farlo ti dà proprio una qualità diversa dell'esperienza. Sono molto contenta che ci sia il banchetto NTV alle feste. (Int. 27_F25)

I risultati del drug-checking possono confermare o disattendere le aspettative degli utenti del servizio sia in senso positivo (la qualità della sostanza è buona o è migliore di quanto ci si aspettasse) o negativo (la qualità della sostanza è cattiva o peggiore di quanto ci si aspettava, o si tratta di una sostanza diversa). In base all'**esito positivo o negativo del test** gli intervistati decidono se assumere o meno la sostanza analizzata. Nel caso il test confermi le aspettative rispetto alla qualità della sostanza, la si può consumare con maggiore tranquillità e, se la purezza della sostanza è molto alta, gli operatori e le operatrici invitano la persona a prestare molta attenzione al dosaggio per contrastare l'insorgere di possibili effetti collaterali¹⁴.

Avevamo una coca che pensavamo fosse pacca. E niente abbiamo scoperto che il colore era normale perché era boliviana, una delle più buone che ci fossero mai capitate fra le mani. (Int. 5_F25)

Mi è sempre andata bene. È successo tutte le tre volte con l'MD perché comunque, boh, se si può controllare perché no? Mi è sempre capitato di aver avuto MD di ottima qualità e tramite il DC hanno rilevato la purezza della sostanza e mi hanno addirittura detto vacci piano perché è molto pura quindi non esagerare ecc. (Int. 27_F25)

Nel caso, invece, il risultato del test dimostri la scarsa qualità della sostanza, disattendendo le aspettative dell'acquirente, alcuni decidono di non assumere la sostanza e buttarla via.

Sì, diverse volte [mi è capitato]. Se è mia butto e se è degli altri... diciamo che non mi importa troppo dei soldi anche perché, tolta la cocaina, l'LSD e l'MD non costano tanto. Quindi se trovo roba che non mi soddisfa butto e basta. (Int. 14_M23)

Per alcuni la scelta se assumere o no la droga acquistata dipende dal tipo di sostanza da taglio riscontrata nel campione analizzato: se il tipo di taglio viene riconosciuto come non nocivo per la salute spesso si decide lo stesso di assumere la sostanza, se invece può rappresentare un rischio per la salute si decide di non assumerla. Gli intervistati sono generalmente concordi nel ritenere i tagli con oppiacei pericolosi¹⁵.

Allora facciamo i due casi: quello in cui non ho più consumato e quello in cui ho consumato lo stesso. Il caso uno è quello del 3MEOPCP che aveva una piccola parte di taglio, che era probabilmente aspirina perché aveva anche reagito. Quello però era un taglio che non aveva grosse controindicazioni, il 3MEOPCP lo potevo sia pippare che mangiare, e mangiato non mi avrebbe dato problemi, allora l'ho mangiato. Mentre un'altra volta mi presi della ketamina, e meno male che sono andata a farla analizzare prima di prenderla, perché era tagliata con degli oppioidi e non ho avuto il coraggio. (Int. 18_M21)

In alcuni casi gli intervistati riportano di essere tornati da chi aveva venduto loro una sostanza di scarsa qualità per chiedergli un rimborso.

Allora, se era positiva, va boh, sì. Se era negativa ovviamente ho preso quello che avevo preso e l'ho riportato da chi me l'aveva dato e gli faccio: "Boh, guarda", con tanto di risultato,

¹⁴ Il riferimento è probabilmente a un servizio diverso da Neutavel che non fornisce dati sulla purezza e qualità delle sostanze sul campo.

¹⁵ In realtà i servizi di drug-checking italiani hanno riscontrato raramente questo tipo di taglio

quindi non è che ti sto venendo a prendere per il culo [...] gli ho chiesto indietro i soldi. (Int. 29_M22)

Il servizio è ritenuto fondamentale soprattutto nei contesti del divertimento notturno, un mezzo necessario ed efficace per contrastare i rischi legati alla qualità delle sostanze e che aiuta gli stessi consumatori ad aiutarsi gli uni gli altri.

Ecco quello secondo me è particolarmente fondamentale in certi contesti. Anche a me è capitato di assumere delle sostanze e avere più paranoie sul fatto che potesse essere tagliata o contenere qualcosa di strano piuttosto che per la sostanza in sé. Avevo paura che ci fosse qualcosa di strano dentro perché effettivamente uno non sa mai che cosa ci possa essere dentro. (Int. 13_F19)

Mi affido molto a NTV quando trovo questo servizio nelle varie feste, che qualunque cosa io abbia, se c'è, mi fermo subito e gli chiedo di farmela analizzare, chiedo un riscontro, mi informo anche sulle varie tabelle che mettono sui pericoli, sulle interazioni delle varie pastiglie, anche perché se vedo uno vicino a me che la prende e sta male, se so che quello magari è fatto male so anche come dargli supporto e aiuto o quant'altro. (Int. 4_M35)

E' la cosa più furba che potessi vedere legato al mondo della festa. 10.000 volte un servizio del genere piuttosto che il bar aperto. (Int. 4_M35)

Alcuni credono che sarebbe necessario aprire un servizio di **drug checking cittadino**, accessibile quotidianamente e da chiunque in maniera anonima, per permettere di usufruire del drug checking a chiunque sia interessato a farlo, anche al di fuori del contesto della serata.

Sì, dovrebbe essere più alla portata di tutti. Anche non legato alla festa, piuttosto sapere che io se sono un consumatore di cocaina che non va alle feste, ma devo avere la possibilità di sapere che se vado in via Sant'Anselmo 4 c'è la sede di NTV in cui posso andare lì in maniera anonima e avere la conferma di cosa sto prendendo, come lo sto usando, che rischi sto correndo. Quello legato a una liberalizzazione sarebbe la strada migliore per evitare tante cose negative che ci sono in giro. (Int4_M35)

Per altri questo tipo di servizio dovrebbe anche essere presente in strada, dove il tasso di consumo di sostanze altamente pericolose per la loro qualità (eroina, cocaina...) è più alto, o essere incluso all'interno dei servizi già esistenti come i Drop-in, in quanto servizio potenzialmente "salvavita".

Ad esempio, in un Drop-in è una cazzata che non si faccia il DC. È allucinante perché magari io prendo una sostanza che sia l'eroina, la cocaina, l'MD o un cartone però se tu volessi prenderlo in un contesto che non sia quello del divertimento, come a casa con amici o nel bosco, ci dovrebbe essere un servizio che uno, tutela la privacy del consumatore e due, che fa quella roba lì. Perché se la gente crepa o finisce in ospedale è perché ci sono ancora sostanze che vengono vendute per altre sostanze. (Int. 7_M25)

Io lo farei di più non tanto in festa, ma in strada. Perché vendono un sacco... proprio sulla bamba, sulla roba, perché vendono un sacco di roba tagliata. (Int 14_M23)

Quello non sarebbe soltanto utile in quel caso lì, penso potrebbe essere un salvavita. Soprattutto per l'uso e abuso di certi tipi di sostanze. Potrebbe essere un servizio per evitare morti. Anzi sarebbe maggiormente indicato averlo in zone sensibili della città dove il consumo è quotidiano. (Int. 10_M28)

L'unica preoccupazione espressa da alcuni degli intervistati in merito al servizio di drug checking cittadino è quella di rischiare di incorrere in azioni repressive da parte delle forze dell'ordine. Ci si chiede se davvero si potrebbe essere tutelati nel recarsi nella frequentazione del servizio.

...metti che stai rientrando dal drug checking, che è una cosa illegale drogarsi e ti viene anche solo la pattuglia della polizia e ti aspetta lì per farti una perquisizione o ti vede il tuo capo del lavoro. (Int. 23_F26)

5.3 Le carriere di consumo

È noto che le abitudini di consumo variano nel corso del tempo (Zinberg, 1984), tuttavia l'approccio di ricerca quantitativo prevalente tende a focalizzarsi sulle differenze di consumo sulla base di classi di età, genere e posizione sociale, piuttosto che cercare di comprenderle in relazione alle esperienze di vita. I significati dei cambiamenti di consumo nel corso di vita e le differenti forme di apprendimento e di aggiustamento che questi sottendono finiscono così per essere trascurati. Il concetto di "carriera" (Becker, 1963; Elder, 1985) adottato come riferimento teorico e strategia analitica in questo studio valorizza, al contrario, il significato che i consumatori attribuiscono, sia ai loro comportamenti che ai cambiamenti intervenuti nell'arco della loro esperienza con le sostanze, permettendo così di comprendere l'uso di sostanze come una serie di fasi, utili per una più efficace programmazione di interventi di prevenzione e riduzione del danno. Infatti, sebbene le "carriere di consumo" di sostanze psicoattive illegali siano tutte diverse e influenzate da fattori e storie di vita individuali, in linea generale le traiettorie narrate dagli intervistati possono essere descritte facendo riferimento ad alcune fasi ricorrenti, pur nelle diversità delle esperienze individuali: socializzazione, sperimentazione e consumo controllato. Dopo avere sintetizzato queste tre fasi principali, analizzeremo le rappresentazioni di fattori di rischio e di protezioni riferite al corso di vita.

5.3.1 Socializzazione

Per la maggior parte degli intervistati, maschi e femmine, il primo incontro con le sostanze psicoattive è avvenuto con le bevande alcoliche, seguito a breve distanza di tempo dall'incontro con la cannabis¹⁶. Nella maggior parte dei casi entrambe le sostanze, alcol e cannabis – iniziano a essere consumate nei primi anni delle scuole superiori, intorno ai 15 anni, anche se ci sono dei casi in cui il primo contatto è avvenuto già durante l'ultimo anno delle scuole medie. Mentre nel caso delle bevande alcoliche, l'uso tra pari avviene in genere dopo una prima socializzazione in famiglia, l'incontro con la prima canna è **tra amici** e si ammanta di maggiore curiosità e significato trasgressivo.

Direi una prima volta intorno alla prima superiore. Però in quegli anni lì un uso molto sporadico, veramente casuale perché non sapevo né dove trovarlo, né tanto bene...si capitava molto casualmente sia per il bere che per il fumare. (Int. 11_M35)

La prima volta è stata che ero a casa di questo mio amico e lui aveva dell'hashish e io non sapevo nemmeno cosa fosse. Io comunque incuriosito da questa cosa mi informai un botto su cosa fosse, nel senso che spaventai un botto questo amico mio, oddio questo qua si droga. Poi ho scoperto che in verità era una cosa abbastanza tranquilla e gli ho chiesto se me lo faceva provare. (Int. 17_M23)

Va sottolineato però che anche il primo consumo di cannabis si inserisce generalmente in una **cornice di "normalizzazione"** (Measham e Shiner, 2009; Parker e Aldridge, 2002), rintracciabile in almeno due elementi emersi dalle narrazioni: la percezione diffusa che tutti intorno ne facessero uso e l'incertezza sulla posizione di illegalità o legalità della sostanza. Alcuni infatti nel raccontare le

¹⁶ Solo in un caso (Int. 21_M_24) la cannabis precede l'alcol, in un altro il primo contatto con una sostanza illegale avviene con l'eroina (Int. 10_M_28), che gli viene offerta da un ragazzo più grande, ma resta un fatto episodico.

proprie esperienze con le sostanze illegali dimenticano di annoverare il consumo di cannabis in quanto dato per scontato e dimenticando che seppure diffuso è illegale.

D: Quand'è che hai consumato le prime sostanze illegali? Quanti anni avevi se te lo ricordi?

R: Mah, sui vent'anni, più o meno, sì.

D: E con che cosa?

R: Con le amfetamine, sì.

D: E la cannabis non l'avevi fumata prima?

R: A no! Scusami, quella non te l'ho detto, quella è boh, da quindici-sedici anni.

(Int. 26_M25)

In genere in una prima fase il consumo è occasionale, e dipende dall'accessibilità della sostanza, poi il consumo diventa quotidiano e più significativo in termini di quantità. Questo passaggio **dal consumo saltuario al consumo ordinario**, ha un tempo variabile che può andare da pochi mesi a qualche anno, ma nella maggior parte dei casi è breve, in quanto gli effetti percepiti sono generalmente positivi, funzionali al divertimento, allo stare insieme e al benessere. Le canne diventano così facilmente una componente costante delle abitudini di consumo, che dura per anni e persiste ancora al momento dell'intervista.

Ho iniziato a fumare le canne a fine liceo e da lì non ho mai smesso un consumo quotidiano di cannabinoidi senza esagerare: la cannetta la sera o se sono in compagnia anche di più.
(Int. 27_F25)

Le canne ho iniziato a fumarle tipo a sedici anni, boh, col mio gruppo di amici con cui giravo nel paesino dove abitavo. Cioè, la mia prima canna di fumo l'ho fumata tipo al parco, dove tutti si fumavano le canne e io non ho mai fumato, passa un mio amico e 'toh, vuoi fumare?' e mi son fumato 'sta canna e, boh, mi è piaciuto da subito, e boh, con le canne boh, ci ho preso subito il giro diciamo, mi piaceva farmi le canne, tuttora piace farmi le canne.
(Int. 29_M22)

Se i primissimi consumi sono in genere collegati alla ricerca del divertimento, va sottolineato che anche l'effetto ansiolitico e antidepressivo assumono un ruolo centrale nello sviluppo delle carriere di consumo di cannabis così come di alcolici. Sono gli intervistati stessi a evidenziare la rilevanza del malessere psicologico e il rischio che il consumo spinto dal desiderio di superarlo possa sfociare in "abuso".

Io ero vittima di bullismo. Sono stata vittima di bullismo fin dalla IV elementare fino alla II media. Bullismo a scuola e mio padre che me le dava a casa. [...] Io quel giorno avevo gli occhi rosso fuoco e sono tornata a casa salendo la salita di casa gracchiando, facendo la rana, è stato divertentissimo. Arrivata a casa non sentivo mio padre che urlava, non sentivo mia madre che urlava, non sentivo nulla. Da lì poi è andata, mi è piaciuta talmente tanto quella sensazione lì di tranquillità che non ho più smesso. (Int. 5_F20)

...quando ero ragazzino, io sono nato in provincia, l'alcol è stata una sostanza di cui ho abusato, così come delle canne, senza mezzi termini, quando ero adolescente. Perché purtroppo c'era poco da fare e attraverso le canne e l'alcol cercavo una via di fuga [...] Bevevo proprio per stonarmi perché quello che avevo intorno a me non mi piaceva. [...] Le canne rappresentavano la via di fuga ideale, così come il consumo dell'alcol. Non riuscivo a esternare il mio malessere interiore e quindi assumevo queste sostanze per non pensarci o per fuggire. Così ho iniziato sia a fumare che a bere. (Int. 6_M35)

Anche il consumo dettato da motivi ricreativi, non problematici, può avere effetti negativi, come evidenzia una ragazza di 19 anni che attribuisce l'esperienza di bocciatura a una fase di socializzazione con alcol e cannabis descritta a posteriori come eccessiva e poco consapevole, immatura.

In terza media già fumavo le sigarette... poi ti bevi la birra, la Corona di 4 gradi, che non è nemmeno una birra. Poi in prima superiore ho cominciato a farmi un sacco di cannoni. In prima superiore andavo a scuola qui e fumavo tante, tante canne, a scuola, fuori scuola. [...]. E quindi magari uscivamo da scuola e ci ubriacavamo, ma in maniera stupida come fai a 14 anni. [...] fumavamo tante canne e bevevo tanto alcol però in maniera divertente, presa bene, perché comunque sei una pischella e poi vai a scuola e senti tutto il tempo di non avere pensieri perché hai 14 anni e puoi andare a scuola fuso, ma sì, chi se ne frega, e invece poi manco per il cazzo, mi hanno bocciato. (Int. 15_F19)

La socializzazione con le sostanze psicoattive illegali avviene dunque generalmente con la cannabis seguendo una traiettoria incrementale che, raggiunto un certo livello, diviene costante e integrato nella vita quotidiana. C'è però anche chi ha descritto un rapporto meno lineare con questa sostanza, per via di effetti collaterali indesiderati che il consumo può provocare in certi individui.

[alle scuole superiori] L'ho usata per tre anni ma ho avuto un sacco di episodi in cui svenivo, in cui mi pigliavo stra-male, andavo in paranoia, panico, così, e quindi insomma ho smesso. (Int. 28_F24)

5.3.2 Sperimentazione

Nella maggior parte dei casi, dopo la fase di socializzazione con le sostanze psicoattive più diffuse, inizia una fase che gli stessi intervistati descrivono principalmente in termini di “sperimentazione”. A volte, ma non sempre, questa fase prende avvio nel contesto degli eventi musicali, per qualcuno la scoperta della **scena musicale** elettronica è concomitante alla scoperta di alcune sostanze.

Poi dopo due anni che mi facevo le canne ho iniziato ad andare in festa, [...] un altro mio amico mi ha chiesto se volevo farmi una raglia di ketch, poi da lì m'è salita, boh, è stata una cosa graduale, boh, infatti la ketch [ketamina] è stata la prima droga che mi è piaciuta in generale, poi boh, con l'andare del tempo ho provato l'MD, cioè, la coca, le pastiglie, di qua e di là e... dai diciannove ai vent'anni, boh, lì mi rendo conto che proprio mi sono fatto un anno a drogarmi senza un senso. (Int. 29_M22)

Poi sono stato in festival europei come lo Szigest, cose, compagnie e diciamo che ho approcciato lentamente al mondo degli stupefacenti più impegnativi. [...] capisco che effettivamente voglio provare tutte le droghe che esistono sulla faccia della terra, perché è una cosa stupenda a parte la cocaina e l'eroina, tutto il resto mi piacerebbe provarla. (Int. 9_M24)

Da lì ho iniziato ad accompagnare il mio interesse per la musica elettronica con quello per l'MDMA. (Int. 6_M35)

L'obiettivo, più volte ribadito, che caratterizza questa tipica fase nella traiettoria dei consumi, è quello di “provare” diverse sostanze, per **sperimentarne i diversi effetti**. Al di là delle differenze individuali - alcuni hanno sperimentato un numero limitato di sostanze, altri sostengono che sarebbe impossibile elencare tutte quelle che hanno assunto - è una fase dominata da un approccio con le sostanze caratterizzato principalmente dalla curiosità. Per gli intervistati più giovani si tratta di una fase ancora in corso, mentre qualcuno la vede come fase conclusa, e ne parla come di un “picco” di consumo. Le sostanze più citate sono l'MDMA, la speed, la ketamina e la cocaina, ma c'è anche chi ha fatto uso di oppiacei. In questa fase spesso si fa uso di sostanze che appartengono a categorie diverse di droghe (stimolanti, dissociativi, allucinogeni...), proprio perché si vogliono sperimentare i diversi effetti.

Ho fatto 'sta curva più alta perché fondamentalmente è stata tutta una fame di curiosità, per cui ok, voglio conoscere tutto e subito, senza paura, senza... sì, con l'essermi istruita, però senza

farmi troppe domande, pormi troppi perché. [...] Tutte quelle di cui ti ho detto anche che non ho fatto uso, ovviamente le ho provate. Poi non ne ho fatto uso, mi è capitato proprio raramente, così le ho provate. (Int. 23_F26)

Con il mio ex e quindi nel corso degli anni abbiamo provato varie cose: dagli psichedelici, agli oppiacei. Abbiamo preso l'oppio e poi anche alcuni eccitanti, abbiamo preso l'MD insieme, la cocaina, la speed, la ketamina. (Int. 27_F25)

Prima di iniziare l'università avevo provato tutte le sostanze che ho provato fino a ora, eccezione fatta per l'MD. Le ho provate tutte per una volta sola eccezion fatta per erba e alcol ovviamente e LSD, che facevo con più frequenza e la cocaina che ho avuto proprio due settimane turbolente (...) Prima dell'università ho provato anche la morfina e l'oppio. La chimica mi ha sempre appassionato. (Int. 14_M23)

In questa fase, che può precedere o corrispondere con gli anni dell'esperienza universitaria, ci si avvicina anche a sostanze che prima si consideravano meno desiderabili, come cocaina ed eroina: le barriere legate ai costi o alla reputazione di una sostanza cadono, superate dal desiderio di sperimentazione. Sebbene sia citata da pochi, anche l'eroina rientra nelle sperimentazioni. È interessante notare come, se permane una rappresentazione piuttosto negativa relativa all'eroina iniettata, quella fumata viene percepita come meno pericolosa.

Qua ho iniziato a usare di tutto, avevo appena o quasi fatto 18 anni. (...) Cartoni, alcol, coca, ketamina... ho voluto provare tutto. Ho provato anche la brown da fumare. L'unica cosa che non ho mai voluto provare sono state le siringhe o cose del genere perché ho sempre avuto il terrore degli aghi e poi perché sinceramente la cosa mi fa paura, A perché ho paura degli aghi e B perché ho paura che mi possa piacere, sinceramente. Non voglio neanche avere il rischio di questa cosa. (Int. 5_F20)

Ai 25 comincio a sperimentare tutta la parte di MDMA, speed, oppio, coca, che assolutamente non volevo provare – avevo un sacco di pregiudizi rispetto alla cocaina, non mi interessava, costo esorbitante. (Int. 6_M35)

Questa fase è caratterizzata anche da un certo grado di leggerezza, o indifferenza per i rischi, come gli stessi intervistati affermano a posteriori, ripensando al passato. È bene però sottolineare che sotto questo aspetto le esperienze sono varie: per alcuni infatti la fase di sperimentazione è stata graduale e più contenuta, sia per numero di sostanze sperimentate che per frequenza di consumo. Inoltre, se tra i motori principali della sperimentazione ci sono la curiosità e la voglia di divertirsi, non si deve sottovalutare il valore “terapeutico” e quello che potremmo definire “educativo”, in relazione alla conoscenza di sé (effetto introspettivo degli psichedelici), alla capacità di socializzare (effetto empatogeno e disinibente) e, più in generale, a un percorso di maturazione, che diversi intervistati attribuiscono alla scoperta di alcune sostanze.

MD è stata la prima cosa che ho fatto... nel senso io ero arrivato a Torino il mercoledì, il sabato ero al Bunker con un amico a provare l'MD per la prima volta. Quella è stata un'esperienza che mi ha cambiato la vita, nel senso che ero una persona molto, molto introversa e l'MD ha cambiato la mia socialità e da lì ho cominciato a girare per l'Italia, conoscere gente nuova. (Int. 14_M23)

[Assumere sostanze] ti fa scoprire, realizzare cose di te stesso che non conosci, vedere le cose da un differente punto di vista. Molti psichedelici sono molto introspettivi, e al di là del fatto che cambia la visione [...] Letteralmente ti fa vedere tante, tante cose che prima non vedevi perché offuscate. A me ha fatto un sacco bene, mi ha fatto realizzare tante cose. Per quanto riguarda la mia persona è stato sicuramente un aspetto positivo l'uso di certe sostanze, ha fatto bene alla mia persona. (Int. 17_M23)

La motivazione credo fosse sicuramente quella di stare insieme ad altre persone che vivevano la tua stessa esperienza e il fatto di potersi aprire. Perché dentro di me avevo superato la timidezza ed ero riuscito a fare molte conquiste nel mio percorso personale, però c'erano tante cose che dovevano uscire. Avevo ancora difficoltà ad aprirmi a dire a una persona che le volevo bene, piuttosto che delle cose che pensavo dentro [...] con le droghe è stato comunque un passaggio che mi ha aiutato. Credo che sia stata una grossa terapia quella della sperimentazione delle droghe. [...] per me è stata una terapia per davvero tanti anni. (Int. 6_M35)

La prima volta (con i funghi) nell'estate dei 15 anni e poi al compleanno dei 16 e sono state le prima due botte forti proprio. Mi sono divertito un sacco, sono state un sacco riflessive e mi hanno fatto maturare su un tot di cose. (Int. 8_M18)

È bene sottolineare che, anche in questa fase, i motivi di consumo sono diversificati e non includono solo fini ricreativi: a mano a mano che si scoprono le proprietà delle diverse sostanze, queste vengono utilizzate per scopi specifici. Il consumo di cannabis ad esempio risponde per molti al bisogno di rilassarsi e dormire, mentre le amfetamine – usate nei contesti di festa per reggere la serata - risultano funzionali anche allo studio.

Dal secondo anno di università un uso più frequente, anche più, sai, funzionale, perché poi io ho usato tanto la speed per studiare, e lì sì è diventato più frequente. (Int. 28_F24)

5.3.3 Consumo autoregolato o stabilizzazione

La fase di sperimentazione così come definita nel paragrafo precedente, nelle narrazioni corrisponde in genere al periodo massimo di consumo e tende a sfociare – in un lasso di tempo molto variabile a seconda delle esperienze individuali - in una fase in cui l'assunzione di sostanze è caratterizzata da una **maggiore “agency”** (o capacità di agire secondo le proprie scelte) del consumatore, che, sulla base dell'esperienza accumulata, è **più selettivo**, sia rispetto alle sostanze che ai contesti di consumo, e più autodeterminato, meno soggetto all'influenza degli altri. L'uso di sostanze diviene quindi un'esperienza più consapevole e mirata, che spesso corrisponde a una generale diminuzione delle dosi consumate e a un andamento più stabile.

Quando le scopri le cose tendi a provare il gioco più volte, poi man mano, pian piano ti accorgi di cosa significa e quindi casomai sei un po' più razionale nelle scelte, quindi le ritagli per determinati momenti, o comunque vari i periodi, o i dosaggi, che prima invece non facevi, cioè, quello che c'avevi e quello ripulivi, sostanzialmente. (Int. 26_M25)

Rispetto alle quantità esageravo più i primi tempi (...) però con il passato del tempo... è vero che ho assunto parecchie sostanze, però gli usi che ne faccio sono molto più limitati perché conosco ormai il down, conosco quanto il mio corpo è in grado di reggere quella sostanza, quanto il mio corpo è in grado di funzionare il resto della mia settimana: se devo farmi una serata però poi mi riprendo il giovedì, vuol dire che c'è qualcosa che non va perché altrimenti significa basare tutta la propria vita sostanzialmente attorno a quel weekend, che poi ti condiziona l'umore e la socialità. (Int. 20_F26)

La maggiore consapevolezza che contraddistingue questa fase – che per molti corrisponde allo stato attuale – è attribuita dagli intervistati a diversi fattori, in primis **l'aver sperimentato gli effetti negativi** delle sostanze o averli osservati sugli altri: oltre ai problemi di salute fisica e mentale, tra le conseguenze indesiderate citate ci sono anche lo spreco di tempo e di denaro, i problemi relazionali (questi ultimi riportati in relazione al consumo di cocaina) e la difficoltà a conciliare i postumi di una serata con gli impegni della vita quotidiana. Sotto questo punto di vista, gli intervistati citano spesso

sia gli impegni universitari che quelli lavorativi tra i motivi che hanno determinato un cambiamento dei consumi.

Tra di noi qualcuno è finito in galera, qualcuno, te lo dico con un francesismo, si è rincoglionito completamente. E allora lì inizi a vedere un pochettino questo aspetto e ti rendi conto che non si possono prendere certe cose alla leggera senza considerare il contesto e magari avere un occhio più attento per qualcuno che è accanto a noi e magari è più sensibile. (Int. 10_M28)

[la cocaina l'ho consumata] Fino all'estate scorsa. L'estate scorsa ci siamo resi conto che avevamo proprio esagerato: a) a livello economico; b) a livello che non serve un cazzo di niente tutto quello che stiamo facendo. E allora siamo andati un pochettino più alla ricerca di qualcosa che ci facesse stare bene e non ci facesse venire la voglia di abusare nel momento in cui discendeva l'effetto. Quindi, dall'anno scorso abbiamo cominciato il cartone di LSD, piuttosto che la goccia, ultimamente abbiamo scoperto i funghetti. (Int. 4_M35)

Dopo i 25 e i 26 anni ho iniziato un attimo a ridurre e a stabilizzare il consumo. Intorno ai 26 anni il corpo mi ha chiesto di diminuire un po' perché non riuscivo a fare le mie cose. [...] Ero affaticato anche a lavorare ad alzarmi il mattino, essere fresco, contare in fretta. Mi toglieva un po' di freschezza e il corpo mi ha chiesto di diminuire un attimo. (Int. 1_M30)

Questa fase è caratterizzata anche da un **cambiamento dei motivi** principali di consumo. La funzione ricreativa non scompare, ma diviene secondaria, mentre la conoscenza di sé, cioè la sperimentazione di stati alterati di coscienza quale percorso di introspezione e di crescita, assume maggiore importanza. Resta centrale dunque il significato sperimentale, ma in un'accezione diversa dalla sperimentazione incondizionata della fase precedente: il campo delle sostanze si stringe, l'assunzione è maggiormente informata, più consapevole, più attenta ai rischi.

Avevo già provato qualcosina prima (dei vent'anni) però non nel modo in cui sto vivendo adesso le sostanze. Prima era mero divertimento, adesso un po' anche per il lavoro che ho iniziato a fare, perché sono entrato proprio in quell'ambito lì, comunque educativo, sulle sostanze. Poi ho iniziato io a leggere un po' di robe. Un percorso più sperimentale e introspettivo diciamo così. Un po' più di ricerca che di divertimento. Comunque, divertente, non neghiamo i fatti, ci si diverte. (Int. 7_M25)

Verso questa età ho iniziato un consumo più consapevole di LSD ed MDMA, ma sempre sotto i livelli di guardia. Ero molto lontano dell'abuso. (...) Sono sempre stato molto interessato agli effetti delle sostanze anche scientificamente. Attitudine che mi ha salvato. Dal mio punto di vista mi sento consapevole di quello che faccio. Dopo i 20 uso sotto controllo di cannabis e consumo medio di altro. Sperimentazione, ma non problematica per me stesso: media, consapevole, ma consistente. (Int. 2_M23)

Coerentemente, questa fase è spesso caratterizzata anche da un **mutamento nelle sostanze consumate**. Diversi intervistati hanno deciso nel tempo di ridurre o eliminare i consumi di quelle droghe che ritenevano più nocive (è il caso ad esempio della cocaina e dell'eroina), alcuni hanno deciso di concentrarsi sugli psichedelici, più rispondenti alla finalità introspettiva ricercata, altri hanno deciso di limitare l'uso di droghe sintetiche quali MDMA e speed alle serate elettroniche. Il consumo di alcol e cannabis, come detto nel primo paragrafo, restano stabili per alcuni, per altri no. Anche in quest'ultimo caso, le variazioni possono essere di segno opposto, a seconda delle esperienze personali, positive o negative, con una determinata sostanza: una ragazza ha raccontato ad esempio di avere sostituito l'alcol con altre droghe in quanto il suo stile del bere le aveva procurato diversi incidenti stradali, mentre qualcuno crescendo ha diminuito il consumo di sostanze illegali e aumentato i consumi alcolici che definisce "di qualità".

Forse perché dall'altra parte ho aumentato il consumo delle sostanze (ketamina, speed, MD) che sono andate un po' a sostituire (l'alcol). E forse per via dell'ultimo incidente che ho avuto a maggio, sono quasi volata giù da una macchina e mi sono fatta tanto male, ho fatto un casino, litigato e quindi da lì ho detto basta mettamoci un po' di tranquillità e infatti da lì non ho avuto più sbronze da vomitare o star male e perdere coscienza. (Int. 13_F19)

Sicuramente dai 25 ai 30 ho cominciato anche a bere un po' di più e diciamo che negli ultimi anni sicuramente faccio un uso molto importante di alcol, bevo sempre di più vino, bevo quasi tutti i giorni, anche perché negli ultimi anni, sia per via di cazzi miei che per un qualcosa di più culturale, ho degli amici di Slow Food che hanno cominciato a bere vini naturali e quella roba lì, in questo momento è anche molto facile trovarli ed è anche molto bello assaggiarne tanti... Bevo tanto se riesco a bere bene bene, vino cattivo non ne bevo, semmai mi prendo una birra o cose così. Cannabis invece ne fumo... non so, mi farò una canna a settimana, nel senso che ho l'erba che ho fatto io due anni fa che sto ancora finendo per dire. Ho ridotto molto l'uso, sono stato anche fermato dalla polizia 3 anni fa, quindi anche quello mi ha un attimo... (Int. 22_M32)

Questa fase è dunque caratterizzata per alcuni dalla messa in atto di **strategie specifiche di autoregolazione**, tra cui le più importanti sono: eliminare le sostanze ritenute più nocive, stabilire a priori dosaggi e frequenze massime di consumo.

Adesso si sta cercando, da parte mia, anche se ho queste disponibilità di avere già una divisione prestabilita per sapere che questo è quello che mi serve per questa settimana, quello per la prossima. Ho comprato cinque grammi di cocaina e non tengo tutto insieme. Divido in cinque buste separate e so che quel grammo sarà per la settimana, per quella serata che vogliamo farci io e lei punto e basta. Gli altri quattro cerco di pensare di non averli neanche. È tosta, ma più o meno ce la si può riuscire a fare. (Int. 4_M35)

...non ho mai avuto una frequenza maggiore di così (4-5 mesi), non li (gli psichedelici) ho mai presi in periodi più ravvicinati. Di solito lascio passare un po' di mesi perché sennò sviluppi un'assuefazione che fa perdere un po' di intensità al tutto. (Int. 27_F25)

Per qualcuno invece la graduale stabilizzazione dei consumi non è tanto associata all'adozione di strategie specifiche di autoregolazione, ma avviene spontaneamente quale **esito della maturazione**. In questo senso il cambiamento verso un uso più regolato e consapevole di sostanze psicoattive si inserisce in un cambiamento naturale degli stili di consumo in generale.

Credo sia una cosa che sia semplicemente una cosa che viene un pochettino... non lo so. Per fare un'analogia efficace è come quando si impara a mangiare il giusto per se stessi. Io sono sempre stato un mangione, però adesso mangio con più regolarità di quanto facessi a 16 anni, credo siano dei processi naturali. (...) credo che il mio approccio stabilizzato nei confronti di questa cosa sia intervenuto nel momento stesso in cui ho iniziato a equiparare queste cose a un panino col salame. Dal momento stesso in cui non viene né totemizzata con come qualcosa che può liberarmi dall'oppressione del sistema, né demonizzata come qualcosa che per forza ti fa diventare un criminale problematico, diventa semplicemente una cosa che consumi e usi nella misura che ti interessa. (Int. 10_M28)

5.3.4 Fattori di rischio e fattori di protezione

Se è possibile individuare delle fasi ricorrenti e in certa misura comuni nelle carriere di consumo degli intervistati, è bene sottolineare la grande eterogeneità degli stili di consumo degli intervistati, con riferimento alle sostanze d'elezione, alle quantità consumate, ai motivi d'uso, agli effetti riportati e ai contesti d'uso. Motivi ed effetti variano anche a seconda dello stato psicologico, o *set*, in cui si

trova il consumatore. È proprio la complessità delle variabili in gioco che rende difficile l'individuazione di fattori di rischio e di protezione universali, che valgano per tutti. L'analisi delle carriere mette invece in evidenza come la maggior parte dei fattori, individuati dagli intervistati come fattori che hanno impattato sulle loro abitudini di consumo, possano operare in certi casi (per certe persone o in certi momenti di vita) come fattori di protezione o come fattori di rischio. Un dato noto nella ricerca, sia rispetto alle droghe che ad altri comportamenti che possono creare dipendenza, come il gioco d'azzardo (Beccaria e Rolando 2019; Rolando e Beccaria, 2018).

Ad esempio, per qualcuno gli **impegni scolastici**, e soprattutto universitari, impongono un freno ai consumi, dettato dalla necessità di mantenersi lucidi e impegnati nello studio. Altri invece hanno descritto quello universitario come un periodo incentivante i consumi, in quanto caratterizzato da un ampio margine di libertà, di tempo e dal controllo dei genitori. O ancora, come è stato già osservato, certe sostanze sono percepite come un aiuto a migliorare le performance di studio.

Durante la settimana mi veniva meno voglia di fare le cose. Però con le droghe pesanti non più di tanto: ci ho fatto anche caso perché comunque andando a scuola dovevo starci dentro per forza, dovevo studiare, dovevo concentrarmi... (Int. 16_F19)

Poi negli anni è diventato un po' più strutturato, negli anni dell'università. Intorno ai 21, 22 anni, trasferendomi in una città più grande avevo più facilità, più facilità a incontrare persone. (Int. 11_M35)

Pur risultando più concordi rispetto a quelle sulla scuola nell'identificarlo come un fattore protettivo, situato nel contesto di un processo di maturazione complessiva descritto nel paragrafo precedente, neanche le narrazioni sul **lavoro** sono prive di eccezioni, di casi in cui per qualche ragione il lavoro ha determinato un aumento dei consumi, legato ad esempio all'aumentata accessibilità.

Ma era già un periodo che sentivo che questa cosa forse un po' la stavo accusando. Forse perché credo a un certo punto aumenti il senso del dovere rispetto al lavoro, rispetto a una serie di cose. Quando tieni tanto al tuo lavoro, ritrovarti il lunedì con le scimmie che ti battono in testa capisci che... io l'ho vissuta in maniera molto estrema, mi sono venuti un paio di attacchi di panico. Dopo il Dekmantel ho passato una settimana di attacco di panico di fila e ho detto ok, basta. (Int. 12_F32).

Quando ho iniziato a lavorare il consumo è cambiato anche perché lavoravo in un growshop, quindi ero immerso 24h al giorno nell'argomento. Lavoravo, ne parlavo di più e fumavo di più, perché avevo più voglia e la qualità era migliore e incentivava molto. (Int. 1_M30)

Ho fatto il barista per un anno e questo ha fatto sì che non mi ammazzassi di canne però ha fatto sì che dessi una mano al mio alcolismo perché finivo di lavorare la sera e andavo a bere con tutti quelli degli altri bar. Poi ho iniziato a fare fisioterapia e fisioterapia è una facoltà in cui ti devi fare un culo quadro 5 giorni su 7 per cui devi starci dentro principalmente. Ha poco senso arrivare stanco e stonato. (Int. 22_M32)

Tra i fattori esterni, è emblematico il **ruolo degli amici**, che, se da un lato sono protagonisti dei racconti di socializzazione e di sperimentazione con le sostanze con un ruolo facilitante se non incentivante, nel corso dell'esperienza e nei contesti di consumo possono giocare un ruolo protettivo: per l'attività di mutuo aiuto descritta nei contesti del divertimento (cap. 5.1), come esempio negativo da non imitare e da cui prendere le distanze (già descritto nella fase di passaggio al consumo controllato) o come "compagni di auto-regolazione", quando c'è una presa di coscienza di gruppo.

La colpa è mia non è colpa degli altri...però la compagnia che ti circonda ti dà quelle cattive compagnie che ti portano: se sei insieme, ma si dai facciamoci una riga, facciamo questo, facciamo quello... (Int. 4_M35)

R: Non so se è dovuto al fatto che abbiamo assunto parecchie pastiglie e le droghe la erano parecchio forti, o semplicemente abbiamo fatto due giorni in cui abbiamo abusato, l'età.

Credo sia una somma di varie cose, però ognuno ha avuto ripercussioni diverse tanto che una persona a me vicina è stata molto male e ha smesso di assumere poi sostanze totalmente. E quindi quello è stato lo spartiacque principale.

D: Quindi è stato uno spartiacque condiviso con i tuoi amici?

R: Sì, sono passati molti molti mesi in cui c'è stata una totale elaborazione interiore, anche se poi dopo ci sono state varie complicazioni. Ci siamo anche un pochettino staccati perché chi ha avuto ripercussioni più gravi ha iniziato una terapia [...] Però è stato tutto un susseguirsi di eventi naturali che ci hanno portato a quasi smettere praticamente. (Int. 6_M35)

Io ho iniziato a smettere di fare uso di ketch dopo che questo nostro amico è mancato, da allora mi sono staccato ancora di più, dall'uso di quella sostanza lì. (Int. 29_M22)

Lo stesso effetto ambivalente può essere osservato a proposito delle **relazioni di coppia**. Rispetto all'influenza del partner, nel nostro campione sono state soprattutto le ragazze a sottolineare l'effetto incentivante che hanno subito nel corso della loro esperienza da parte di partner maschili, mentre solo un intervistato maschio ha raccontato di avere aumentato i consumi per emulazione di una partner femminile.

Ho avuto una relazione con questo ragazzo che faceva abbastanza uso di alcol e droghe e quindi da lì anche seguendo un po' le sue abitudini ho iniziato tutte le settimane a fare uso di cocaina o ketamina che fosse. Comunque, principalmente cocaina. E lì è stato il periodo almeno 16-17 anni ed è durato ancora 5 o 6 mesi dopo che era finita la relazione. (Int. 16_F19)

Ho conosciuto un'altra ragazza che mi ha fatto andare alla mia prima festa vera abbastanza grande [...] Scoprendo i rave ho recuperato un po' di rapporto con le sostanze, perché sono ambienti in cui si consuma molto e quindi ho deciso anche io di prendere confidenza. Ho riprovato dopo tanti, tanti anni la ketamina. (Int. 14_M23)

L'influenza di una relazione può essere anche indiretta: la fine di una storia d'amore compare spesso nelle carriere come un fattore di rischio in relazione a eventuali picchi di consumo. Questo è il tipico effetto dei c.d. "eventi spiazzanti", noti nella letteratura sulle droghe ma anche sugli altri comportamenti che possono indurre dipendenza, come "**momenti critici**" della vita in cui spesso tali comportamenti possono subire un incremento quale tentativo di fuga o strategia di fronteggiamento (Beccaria e Rolando, 2019).

Ero arrivato a uscire sei giorni a settimana, tutte le sere. Uscire dal mattino, andare a lavorare, andare via, ritornare al mattino dopo a lavorare direttamente. Un disordine completo nella mia vita. Per poter continuare a tenere. Questi ritmi giustamente devi continuare ad alimentare la macchina in qualche maniera. E quindi lì c'è stato l'abuso di coca. [...] Dopo che mi sono separato sono andato a vivere da solo e quello stare da solo portava a pensare tanto, e quel pensare tanto consumava l'energia alla grande. Uscire continuamente, stare sempre in mezzo alla gente era avere qualcosa che mi aiutava a staccare la mente dal pensiero fisso che era il fallimento che mi sentivo di portare sulle spalle. Quindi, è stato lì la causa che mi ha portato a tutto ciò. (Int. 4_M35)

Quando poi lui se ne è andato io mi sono trovata con un vizio e non essendo mai andata alle feste e ho recuperato tutte le feste (...) vai proprio a cercare rifugio in cose che sembra proprio siano gli unici modi in cui riesci a star bene, in cui riesci a farti capire. Anche se poi scopri che non è vero, non è assolutamente vero, anzi è ciò che ti porta sempre più affondo. Mi era addirittura passata la voglia di andare a ballare. (Int. 5_F20)

Ed è proprio il consumo dettato dal **desiderio di fuga**, dalla volontà di non pensare ai problemi, che secondo gli intervistati è il più a rischio, più pericoloso del consumo ricreativo o sperimentale, sia nel breve che nel lungo periodo. Emerge quindi chiaramente la consapevolezza, da parte degli intervistati, dell'importanza delle condizioni psicologiche del consumatore sugli effetti del consumo, che spiegano in larga parte la variabilità degli effetti delle sostanze sulle persone rendendo difficile l'individuazione di relazioni causali o di regole generalizzabili nelle traiettorie di consumo.

Non l'ho mai usata come rifugio e questa è stata forse la mia più grande fortuna più grande fortuna, era un'abitudine e un divertimento, ma non ho mai usato nessuna sostanza come fosse un rifugio per scappare da una situazione o per tranquillizzarmi. Per fortuna non è mai successo. (Int. 21_M24)

La sostanza [...] è un amplificatore, o la usano per compensare qualcosa e secondo me quello è l'errore più comune con le sostanze: usare una sostanza quando non stai bene. Questo è quello che ho visto in tante persone che comunque stavano male per altro e non per la droga in sé. La droga è una cosa che è venuta assolutamente dopo. (Int. 17_M23)

Tra gli **eventi spiazzanti** vi sono anche quelli direttamente legati all'uso stesso di sostanze. Come spiegato nel capitolo precedente, spesso sono gli episodi di malessere o il manifestarsi di effetti nocivi sulla salute, fisica e mentale, a spingere le persone che usano sostanze a limitarne i consumi o a interromperli. Tra gli effetti indesiderati che costituiscono eventi spiazzanti, disincentivando l'uso di sostanze, ci sono anche le esperienze di fermo e/o le sanzioni legali.

A 16 e mezzo, l'ho fumato [oppio] per due o tre settimane irregolarmente, poi per due o tre giorni di fila forte. Poi sono partito per le vacanze e sono stato quattro giorni in giro con una mia amica e sono stato malissimo, avevo proprio mal di stomaco, allora lì ho capito e allora sono tornato. Ho detto basta e non l'ho mai più fumato. (Int. 8_M18)

Ho ridotto molto l'uso [di cannabis]. Sono stato anche fermato dalla polizia tre anni fa, quindi anche quello mi ha un attimo...[calmato]. [...] quando ti fermano fai un colloquio con gli assistenti sociali, per tre anni la polizia sa che sei stato fermato per quello. Ora sono scaduti i tre anni e la mia fedina penale non è stata sporcata da questa vicenda anche se fanno le ricerche la cosa è scomparsa. [...] questo ha sicuramente fatto sì che io non girassi più con l'erba. (Int. 22_M32)

Infine, come vedremo nel prossimo paragrafo, secondo gli intervistati ci sono dei fattori di rischio intrinseci alle sostanze, attribuiti principalmente ad alcune droghe specifiche, ritenute più pericolose di altre per la loro capacità di indurre comportamenti tipici della dipendenza, come compulsione e assuefazione (tra le più citate eroina, cocaina e crack).

5.3.5 Rischi percepiti: definizioni di abuso e dipendenza

La totalità degli intervistati ritiene che l'utilizzo delle sostanze comporti l'esporsi a una serie di rischi per la propria salute psicofisica, oltre che per la propria vita sociale.

Gli intervistati individuano due tipi di rischio: quelli di breve periodo, legati alla singola assunzione (mancanza di consapevolezza, scarsa qualità delle sostanze e overdose), e quelli a lungo termine, come la possibilità di sviluppare una dipendenza o soffrire di gravi ripercussioni per la salute psicologica e fisica.

I rischi sono tanti e ci sono. Il primo rischio è un'assunzione sbagliata: o un eccesso, o perché qualcuno ti ha rifilato un pacco micidiale, possibile tra l'altro come cosa. O i rischi sono sul lungo andare come la depressione e cose di questo tipo. Poi ci sono i rischi di quelli che invece ci vanno sotto. (Int. 12_F32)

Tra i **rischi lungo termine** a essere particolarmente temuto è l'impatto che l'uso prolungato nel tempo di sostanze può avere sulla salute mentale. In particolare, gli intervistati hanno parlato del rischio che le sostanze possano slatentizzare delle psicosi, non solo le sostanze illegali e meno diffuse, ma anche la cannabis e l'alcol, i cui rischi secondo alcuni sono sottovalutati.

Per quanto io posso dire che le canne sono un po' sottovalutate rispetto ad alcuni loro effetti problematici. È vero che non fanno nulla e l'astinenza non esiste ed è solo una questione psicologica che tu la superi non hai nessun problema a smettere, però demotivazione, slatentizzazione di cose che sprona un po' la depressione... (Int. 2_M23)

Secondo me nell'uso non consapevole c'è, soprattutto se fatto a un'età più adulta, non so, forse in gergo medicale si direbbe che sviluppi delle psicosi, anche se minime e quello che vuoi, quando si dice che uno ci è rimasto sotto. (Int. 23_F26)

Sicuramente la salute, l'alcol che ho visto già su di me, ma su mio fratello di più, un cambio di personalità e del carattere completo che, secondo me, cambia dei meccanismi per cui la tua personalità proprio cambia. La cannabis secondo me ha dei rischi e soprattutto per persone che sono più ansiose come me, amplifica tutto. Dei rischi soprattutto per quanto riguarda i meccanismi che riguardano il carattere, la personalità e l'umore, per esempio appunto dopo il consumo di MD. Poi magari è anche suggestione, però un po' di sicuramente senso di tristezza pesante, tipo non riesco più a uscire di casa, non riesco più a fare niente per due settimane. (Int. 13_F19)

Per chi prende tanti stimolanti il rischio di psicosi. Li vedi che non dormono mai... ho visto parecchi amici che hanno avuto problemi con gli stimolanti e li vedi che non dormi mai, davvero spaventosi per certi versi. (Int. 17_M23)

Il secondo rischio più citato nelle interviste è quello di sviluppare una vera e propria dipendenza, vista come conseguenza di comportamenti di “**abuso**”, termine che in letteratura è ormai bandito perché ritenuto giudicante (Atayde et al., 2021), ma che gli intervistati usano frequentemente, specialmente, come è stato osservato, in riferimento alla loro fase di sperimentazione. Alcuni intervistati utilizzano questo termine per descrivere uno stile di consumo dominato dalla compulsione, non più legato alla volontà della persona di ottenere un effetto ricercato in quanto positivo, ma, al contrario, messo in atto nonostante gli effetti percepiti come negativi.

Abuso è quando inizia a usare una determinata sostanza... [quando] non lo sto più facendo per arrivare a un determinato obiettivo, lo faccio perché c'è, perché tanto che cazzo se ne frega. Magari sento già che sono arrivato al limite, ma lo faccio lo stesso perché è diventata una questione di principio. Magari ho il naso completamente tappato, ma c'è quella riga e la devo per forza fare. Quello diventa poi per me un abuso. Non lo stai più facendo per superare una situazione, ma lo stai facendo senza nessun beneficio, anzi solo più cose negative. (Int. 4_M35)

Mi rendo conto che molte persone che conosco hanno magari frainteso questo stato di assenza [di problemi]... hanno questo continuo desiderio di ritrovarsi nello stato in cui l'MD li ha lasciati. Di certo è una cosa che non possono fare e soprattutto ritrovare questo stato di lontananza dalle paure che hanno quotidianamente. Però non si può raggiungere ogni settimana [...]: alcuni [hanno problemi] di dipendenza e altri ne hanno fatto con tale frequenza che a un certo punto non saliva più, o se saliva c'erano solo gli aspetti negativi, down fortissimi e quant'altro. (Int. 14_M23)

Tra i rischi citati dagli intervistati non manca nemmeno quello più estremo, la morte, con il quale qualcuno ha dovuto confrontarsi attraverso l'esperienza di amici.

Prima di tutto l'esagerare troppo ti può portare solo in un punto, cioè, per le sostanze io ci ho perso, boh, un paio di amici li ho persi, ma proprio persi, che ora sono al cimitero. Boh, il troppo abuso di sostanze prima di tutto può portarti a quello. (Int 29_M22)

Più di un intervistato riconosce nella mancanza di altri impegni e interessi il campanello d'allarme, il fatto che consumare diventi l'attività centrale e predominante nella vita quotidiana. Al contrario, avere un lavoro e coltivare altri impegni ed interessi può costituire un fattore di protezione.

Se lavoro, e lavoro tutti i giorni, posso anche sfasciarmi di bamba o di eroina, posso anche assumerla tutti giorni però non mi sale una dipendenza [...] perché la prendo come una cosa da fare la sera dopo lavoro [...] Il problema per me, però in realtà è per tutti, è che se tu per tre giorni non fai niente ti svegli al mattino e devi occupare la giornata e quella è una roba che ti occupa la giornata. Perché non c'è solo l'assumere la sostanza fisicamente, ma bisogna anche andare a comprarla...è un circolo vizioso e questi due ti assorbono proprio la giornata. (Int. 15_F19)

Secondo alcuni il rischio di sviluppare una **dipendenza** – definita come una condizione in cui il rapporto con le sostanze non è più basato sulla ricerca del divertimento, ma dalla necessità e dal bisogno – è legato a un insieme di variabili che prescindono dal particolare tipo di sostanza, ma dipendono da motivi preesistenti che spingono le persone a usare le sostanze per motivi “sbagliati”, in particolare il desiderio di fuggire ai problemi. In questo senso, secondo loro, la pericolosità della cannabis o delle cosiddette “droghe da festa”, come ad esempio l'MD, non andrebbero sottovalutate.

Credo dipenda più dalla storia, dal vissuto di ognuno. Il crearsi problemi con le droghe e con le sostanze non dipende direttamente dalle sostanze, più che altro al vissuto di tutti noi. E lo vedo con qualunque sostanza. Non credo che ci sia una grande differenza tra droghe pesanti e leggere. [...]. Non credo che basti il fatto di fare uso di un determinato stupefacente per un periodo, anche in una maniera non opportuna per poi caderci a spirale. Deve esserci comunque un “supporto” [qualcosa in più] che evidentemente nel mio caso non c'era. Banalmente a me è sempre piaciuto molto studiare, avevo anche un sacco di altre faccende quindi la monomania non è mai stato un aspetto del mio carattere. In generale in tutte le questioni della vita.] (Int. 10_M28)

Dovevo avere ogni giorno un grammo di fumo e ogni giorno lo consumavo. Non so neanche io come facevo a trovare i soldi. Ho avuto, mi sento di dirlo, una dipendenza fortissima dalla cannabis durante l'ultimo anno di liceo che è durata fino all'ultimo anno di università. (Int. 21_M24)

Questa visione sottintende anche che la consapevolezza che la dipendenza possa innescarsi più facilmente dove ci sono dei **fattori preesistenti** favorevoli, delle situazioni di disagio personale che favoriscono un rapporto patologico con le sostanze, e, più in generale, una dipendenza da comportamenti disfunzionali. Sono infatti diversi gli intervistati che sottolineano la sostanziale analogia tra la condizione di dipendenza da sostanze con quella che è possibile sviluppare nelle relazioni interpersonali (dipendenza da una persona) o a livello comportamentale (dipendenza da un'abitudine), mostrando così di conoscere come i meccanismi di dipendenza non siano necessariamente legati alle proprietà chimiche delle sostanze.

Persone a me molto vicine che hanno iniziato a consumare stupefacente con questioni di disagio molto collegate. Quindi è un momento in cui apri gli occhi di più e cominci a vedere

anche in altre persone che frequentano altri luoghi l'aspetto di quel tuo amico che hai imparato a riconoscere: non essere più un aspetto di divertimento, ma un bisogno. (Int. 10_M28)

È davvero facilissimo cadere in una dipendenza. Ci sono dei campanelli d'allarme: il rinchiudersi in casa, il nascondersi anche con gli amici, manca quella socialità secondo cui, fatto in quel contesto, l'utilizzo di sostanze può anche essere divertente. (Int. 20_F26)

Quella che viene comunemente definita tossicità, cioè la dipendenza da qualcosa che non riguarda solo le sostanze, ma tutti gli ambiti dell'esistenza. E l'essere dipendenti da una sostanza o da una persona, piuttosto che da un comportamento, espone dei rischi non indifferenti ed è una cosa che va evitata a ogni costo [...] Non poter evitare di compiere un'azione, assumere una sostanza, di interagire con una persona. (Int. 3_M32)

Il non riuscire a fare a meno di una cosa per il tuo benessere. Qualcosa che secondo te ti fa stare bene, ti fa del bene per condurre la giornata. Anche perché le dipendenze possono essere anche da delle persone, quando non riesci a immaginare come staresti senza quella cosa. Senza quella cosa stai male, inizi a vedere tutto grigio tutto brutto. (Int. 5_F20)

Tuttavia, secondo altri intervistati il rischio di sviluppare una dipendenza dipende anche fortemente dal **tipo di sostanze** che si assume. La classica distinzione che emerge dalle narrazioni è quella tra droghe “pesanti” e “leggere” (che persiste nonostante gli episodi di malessere siano più frequentemente associati ai consumi di alcol e cannabis). Rifacendosi alla propria esperienza personale o quella di amici, gli intervistati individuano nella cocaina – in particolare se fumata (crack) - e l'eroina le sostanze che maggiormente espongono al rischio di dipendenza.

Comunque, anche lì la cocaina è la cosa con cui ho visto di più andarci sotto la gente o avere...è una dipendenza che io non capisco perché è questa cosa di sentirsi figli e potenti, che non è la cosa che cerco nelle droghe [...] Comunque quella [di sviluppare una dipendenza] è un po' una paura. (Int. 22_M32)

Il rischio maggiore è un'alienazione del proprio essere e il rimanerci veramente sotto, dipende anche dal tipo di sostanze che si usa. (Int. 20_F26)

Coerentemente con una visione tipica delle culture familiste o collettiviste (Rolando e Katainen, 2014) tra le conseguenze della dipendenza gli intervistati enfatizzano, oltre ai rischi individuali per la salute, i potenziali danni alle proprie **relazioni sociali e familiari**.

La perdita di tutto. Perdi tutto perché piano piano inizi a perdere la famiglia, inizia a perdere gli amici perché ti vai a concentrare solo su quella cosa e non te ne frega niente di come fare a ottenerla, al costo di rubare, al costo di usare i tuoi amici, al costo di fare qualsiasi cosa [...]. C'è stato un periodo in cui ho rubato in casa su dai miei. Rubavo perché non riuscivo a permettermi da fumare o cose del genere. (Int. 5_F20)

Può portarti a comportarti di merda, avere comportamenti che da sano non avresti mai avuto, come... come ho vissuto in prima persona io, che una persona che reputavamo un amico ci ha rubato tipo una cosa come cinque mila euro, per le sostanze appunto. Cioè, appunto, le sostanze possono portarti a perdere delle amicizie, boh. Il troppo abuso ti porta soltanto a cose brutte. Non ci guadagni niente. (Int. 29_M22)

5.4 L'Impatto del Covid-19

5.4.1 Gli stili di consumo durante il lockdown

L'avvento della pandemia Covid-19 e le relative misure di emergenza adottate dal governo, in particolare il primo lockdown del 2020 (dal 9 marzo al 4 maggio), in linea generale hanno modificato gli stili di consumo degli intervistati: la totalità degli intervistati riporta di aver vissuto la quarantena come un periodo di cambiamento rilevante nella propria relazione con le sostanze. Per alcuni questo cambiamento è risultato in una complessiva diminuzione dei consumi di sostanze psicoattive, per altri in un incremento. Nei paragrafi successivi analizzeremo nel dettaglio i fattori che hanno determinato questi cambiamenti di segno opposto nell'esperienza degli intervistati.

5.4.2 La diminuzione dei consumi

La maggioranza degli intervistati afferma di aver fortemente diminuito, se non totalmente azzerato, il consumo di sostanze psicoattive durante la quarantena. Questo dato è in linea con il trend di diminuzione registrato a livello europeo (EMCDDA, 2020), ma contrariamente a quanto ci si potrebbe aspettare, nelle narrazioni degli intervistati questa diminuzione non è stata imputata tanto a una riduzione dell'accessibilità, ma a diversi altri fattori più legati alla volontà degli stessi consumatori.

Per molti la riduzione dei consumi è stata la naturale conseguenza dell'**impossibilità di partecipare agli eventi musicali**, che ha determinato il venir meno delle principali motivazioni legate all'uso di sostanze in questo tipo di contesto, legate al desiderio di massimizzare il piacere dato dall'ascoltare musica insieme ad altre persone percepite come simili e vicine (cfr cap. 5.1.1). Per coloro per i quali l'uso di droghe aveva un valore prettamente sociale, il lockdown ha rappresentato la prima vera e propria interruzione dei consumi da quando hanno conosciuto le sostanze psicoattive illegali.

Si sì [ho diminuito], anche con più facilità perché non c'erano più le serate. Il fatto di non avere la serata in cui ti bevi quattro o cinque birre perché te le offrono e cose del genere... quindi da lì non ti viene neanche voglia di una striscia di cocaina. (Int. 4_M35)

Sui consumi diciamo che l'hanno quasi azzerati sostanzialmente [...] l'annesso e connesso viene di seguito, diciamo, però non è che mi manca quello in generale, mi mancano più, cioè, mi manca più la musica, diciamo. (Int. 25_M26)

Il primo caso vero in cui stavo senza fumare niente e senza bere niente, con semmai una birra ogni tanto la sera, è la quarantena. Perché non avevo nemmeno più lo stimolo [...] Perché l'ho sempre vissuta come un'attività sociale [...] Ho usato la marijuana da solo per un periodo però non mi lascia la stessa cosa che farlo con qualcuno, poterci parlare e poter stare assieme, quindi secondo me il motivo della diminuzione in quarantena è stato principalmente quello. (Int. 19_M25)

Come segnalato da ricerche precedenti (Fornero e Fineschi Piccinin, 2020) un altro fattore determinante per la riduzione dei consumi è stato la **condizione abitativa** in cui alcuni degli intervistati si sono ritrovati a vivere il periodo di quarantena: diversi intervistati, infatti, vivendo con parenti o con i propri genitori, hanno deciso o di interrompere l'uso, o di modificare il proprio stile di consumo rivolgendosi a sostanze legali e più accettate socialmente come l'alcol o la cannabis legale.

La prima quarantena me la sono fatta a casa con i miei genitori quindi lì proprio ho avuto un distacco totale dalle sostanze [...] Sì, alcol soprattutto, erba fumavo solo il CBD, quindi, cioè, proprio distacco totale da tutto. (Int. 29_M22)

L'alcol è stata la mia unica sostanza. Ho trovato un'ottima vineria vicino a casa che non conoscevo ed è stato l'unica cosa che ho assunto. (Int. 6_M35)

Per molti costretti a rinchiuersi nel contesto familiare, nella scelta di interrompere gli acquisti, ha giocato un ruolo determinante anche la paura di diventare veicoli di contagio per i parenti. Non solo la preoccupazione per la salute, ma anche quella per l'incertezza del futuro economico che la pandemia ha determinato, sono stati per alcuni un valido motivo per non consumare. Le riflessioni degli intervistati a questo proposito sottolineano l'importanza attribuita all'adeguatezza del "set", cioè alle condizioni psicologiche, nella decisione di usare sostanze psicoattive.

Nell'immediato diciamo che [il consumo di sostanze] era l'ultimo pensiero dato che ero molto preoccupato perché non avevo più un lavoro e una casa ed ero tornato da mia madre a 30 anni [...] Con mia madre ero spaventato a uscire e poi portarle a casa qualcosa. Era tutta una situazione così che ti toglieva anche il pensiero di fumare [cannabis]. (Int. 1_M30)

Quando sono tornato in Italia la preoccupazione era forte perché i miei vanno per i 70 anni e in più sono molto affezionato a mia nonna e quando sono tornato a casa, dopo due settimane in quarantena, sono andato a vivere con mia nonna in campagna perché gli serviva un aiuto con l'orto e gli animali in campagna. Mi sono detto non sgarriamo perché sono con nonna e sarebbe la prima a pagarne le conseguenze. (Int. 14_M23)

Sull'uso di sostanze ho fumato finché avevo del fumo, poi quando l'ho finito ho smesso e non ho cercato nemmeno dell'altro perché in quel momento andava anche bene essere lucido. Sull'alcol una birra al giorno da aperitivo e basta, non mi sono tirato grandi sbronze in solitaria, ecco. (Int. 11_M35)

Spinti dalle circostanze, alcuni hanno scelto di **vivere il periodo di quarantena come un'opportunità per ripensare il proprio consumo di sostanze**. Diminuire o sospendere il consumo di una sostanza è stato vissuto da queste persone come un atto volontario e un "esperimento" con sé stessi, un'occasione per mettere in discussione la propria relazione con le sostanze e per modificare al ribasso le abitudini di consumo quotidiane. Qualcuno ha anche sottolineato gli aspetti positivi di questo affrancamento dalle abitudini consolidate di consumo.

Quando mi sono abituato mi sono detto: adesso ne approfitto e smetto definitivamente col tabacco per sempre e a zero anche il livello di tolleranza del THC. Sono stato un mese un mese e mezzo senza. Ho fatto questo esperimento su me stesso ed è andato bene. E adesso almeno quando fumo è una cosa piacevole, non è più un'abitudine che mi affossa. (Int. 2_M23)

La quarantena per la maggior parte degli intervistati ha coinciso quindi con un periodo di **consumo ridotto e autoregolato**, basato sull'assunzione di sostanze selezionate (soprattutto alcol) in momenti e situazioni predeterminati e circoscritti: principalmente la sera per aperitivo o durante i pasti, oltre che nel weekend, per spezzare la monotonia della quotidianità ma senza ubriacarsi.

In quarantena niente, capitava la birra il sabato quando prendevamo la pizza per il pranzo di festa, però no, non mi sono ubriacato mai in quarantena forse una volta che avevamo preso una bottiglia di amaro mentre giocavamo a poker on-line con dei nostri amici, ma possiamo anche non considerarlo perché sono veramente casi sporadici. (Int. 21_M24)

L'alcol io in settimana ne consumo pochissimo, qualche birra ogni tanto, e nel weekend sì. Sì, una volta a settimana facevamo festa con un po' di alcol. O il venerdì o il sabato lo onoravamo tra noi 4 bevendo dei Gin Tonic e basta. (Int. 9_M24)

5.4.3 L'aumento dei consumi

Sono meno numerosi, nel nostro campione, gli intervistati che dicono di aver aumentato i propri consumi durante la quarantena. Per alcuni di questi il fattore che ha determinato l'incremento dei consumi è stato il **venir meno di una quotidianità strutturata**, che imponeva una separazione netta tra tempo di studio o lavoro e tempo libero. La gestione più flessibile degli impegni e il fatto di trovarsi a casa hanno dilatato i tempi in cui era possibile il consumo di sostanze psicoattive - prima limitato a momenti determinati della giornata (la sera), o della settimana (weekend). Ad esempio, alcune persone hanno iniziato a consumare alcol o cannabis durante la giornata, oppure, potendo dormire più a lungo al mattino, hanno iniziato a consumare alcolici ogni sera. In entrambi i casi questo tipo di consumo è stato motivato dagli intervistati dalla necessità di evadere da una condizione di sofferenza psicologica e l'inquietudine determinata dalla quarantena. Come è stato già notato (Fornero e Fineschi Piccinin, 2020) le motivazioni di consumo che prevalevano nella frequentazione dei contesti musicali (massimizzare il piacere di socializzare, di ascoltare musica e ballare) passano in secondo piano lasciando spazio a motivi più farmacologici quali "sfogare stress e ansia", "evadere dalla realtà", "aiutarsi a dormire".

In verità durante il lockdown ho consumato molto di più fumo e hashish o marijuana. Fumavo tutti i giorni tre canne al giorno poi magari la sera ti facevi la birretta. Quindi principalmente la marijuana o l'alcol anche perché non ho mai fatto uso di droghe durante il giorno, o così a caso [...] Però durante il lockdown poter fumare mi ha salvato perché effettivamente mi viene anche un po' di scimmia. Già sei chiuso in casa e hai voglia di fare cose, ti fai una canna o bevi una birra. (Int. 16_F19)

Durate i primi mesi del lockdown (...) avevo la possibilità di bere tutti i giorni, avevo le lezioni on line. E quindi non dovevo essere presente e sveglia, quindi potevo bere tutte le sere. E diciamo che lo prendevo un po' come uno stimolo a studiare perché mi mettevo lì e studiavo 6, 7 ore e ogni ora mi facevo un cocktail per rallegrarmi un po'. (Int. 13_F19)

Come già emerso dall'analisi della chat di Telegram, chi si è trovato in mancanza delle sostanze psicoattive che era solito utilizzare, ha deciso di **sperimentare "sostanze alternative"**, presenti in casa (farmaci oppioidi e oppiacei, benzodiazepine) o facilmente acquistabili on-line (ad esempio il cactus San Pedro, da cui è possibile ricavare/estrarre la mescalina). Il rivolgersi a questi tipi di sostanze sostitutive delle droghe illegali, divenute meno accessibili, ha risposto per alcuni al bisogno di contrastare i sintomi dell'astinenza o di riuscire ad affrontare uno stato di forte malessere psicologico provocato dalla quarantena e dalle notizie riguardanti l'evolversi della crisi pandemica, come già rilevato dallo studio dell'EMCDDA (2020). In questi casi l'assunzione di queste sostanze, e in particolare dei farmaci, ha rappresentato un'alternativa non desiderata ma percepita come necessaria, ed è stata vissuta da loro stessi come un "abuso" e con disagio, perché spesso celata ai conviventi.

Ho dovuto interrompere tutto, quindi niente marijuana, MD o altre sostanze. Mi sono rivolto altrove [...] Ho acquistato dei cactus, delle piante che sono legali però contengono delle sostanze psicotrope. In particolare, ho acquistato della mescalina con questo escamotage [...] Sì. Ho abusato anche di farmaci. Ho svuotato il cassetto dei medicinali da tutti gli oppiacei e oppioidi presenti [...] Il Tramadolo forse si chiama...la codeina anche solo lo sciroppo per

la tosse. Insomma, una serie di sostanze che avrei evitato anche. Ho anche usato benzodiazepine. Non l'avrei mai fatto, ma la situazione mi ha portato a quello [...] È stato un periodo di abuso indiscriminato, come necessità di avere questi conforti, di assumere queste sostanze. Altrimenti non avrei assunto questi comportamenti, non mi sarei scassato una scatola di farmaci contro il dolore e non mi sarei svuotato delle boccette intere di sciroppo per la tosse o di benzodiazepine. (Int. 3_M32)

Il lockdown è il periodo in cui ho iniziato a usare un po' di più il Subutex e il Contramal, che è stato un po' assurdo perché io ero nel monolocale con il mio ragazzo, mi nascondevo a farlo [...] conta che son successe un sacco di sfighe familiari, durante il lockdown, [...]tutta la famiglia che si è ammalata, mio padre che è stato male, è finito all'ospedale con il caschetto, [...]perciò insomma, credo che questo abbia un po' influito sul fatto che, insomma, mi sono un po' concessa 'ste cose, ecco. (Int. 28_F24)

Altre persone sono riuscite a organizzare delle occasioni di assunzione condivisa con amici e conoscenti anche durante la quarantena, eludendo i controlli delle forze dell'ordine. In particolare, alcuni intervistati raccontano di aver partecipato a **feste casalinghe** durante le quali si sono ritrovati a consumare maggiori quantità di sostanze o sostanze che non utilizzavano abitualmente, spinti da un cambiamento sostanziale delle motivazioni d'uso: se prima l'uso di sostanze era legato alla volontà di vivere al meglio gli eventi musicali, nel lockdown è diventato uno strumento per evadere dalla frustrazione di non avere altra possibilità di svago e di evasione.

Ci si spostava, si facevano feste in casa e anche lì, l'utilizzo delle sostanze è un po' cambiato: gira molta più cocaina, ovvietà dentro una casa, sì magari anche altre sostanze però le predilette erano cocaina e ketamina [...] La maggior parte è sempre gente un po' frustrata dal sistema capitalista in cui viviamo di lavoro da matti dal lunedì al venerdì e poi il fine settimana cosa fai, ti devasti per non pensare più alla vita, che non ti appartiene durante la settimana e quindi ci si devasta in questo modo. (Int. 20_F26)

5.4.4 L'approvvigionamento delle sostanze durante il lockdown

L'avvento del lockdown ha avuto un forte impatto anche sulle modalità in cui gli intervistati erano soliti procurarsi le sostanze, in quanto le sostanze erano generalmente meno o molto meno accessibili (Fornero e Fineschi Piccinin, 2020; EMCDDA, 2020): il divieto di lasciare la propria abitazione e l'elevata incidenza dei controlli delle forze dell'ordine hanno reso più complesso l'acquisto. I più previdenti, prima dell'entrata in vigore del lockdown nazionale, avevano già acquistato una "riserva" delle sostanze che erano soliti consumare: in questo modo sono riusciti a mantenere più o meno stabili i livelli di consumo durante i mesi della quarantena.

Quando ho capito un attimo che la situazione stava degenerando mi sono fatto rifornimento. Ho fumato meno, comunque, sono stati due mesi abbondanti, quindi ho fumato tipo due canne al giorno, alle volte tre alle volte una. (Int. 8_M18)

Non è cambiato molto. L'unica cosa è che è stato più difficile reperire tutto, perché a una certa... A me è andata bene perché avevo preso – di solito quando prendo la ganja e il fumo faccio un piccolo carichello, in modo che non devo andare poi di nuovo, anche perché abbassano i prezzi. (Int. 5_F20)

Altri non hanno avuto grosse difficoltà nell'approvvigionamento perché hanno continuato a rivolgersi ai loro contatti consolidati e fidati che vendono in spazi protetti, come le loro case. C'è anche chi afferma di aver acquistato sostanze di qualità migliore rispetto a prima della pandemia.

Si è trovato sempre tutto. Forse perché mi sono rapportato con delle persone che come ti dicevo non sono lo spacciatore di strada, l'ultima ruota del carro, che in questo periodo ha fatto più difficoltà ad approvvigionarsi oppure a smerciare. Andando un pochino più su nella catena non hanno avuto nessun tipo di stop. Anzi, credo di aver trovato dei prodotti migliori di prima. (Int. 4_M35)

In ogni caso, chi voleva acquistare sostanze ha trovato un escamotage per eludere i controlli, ad esempio utilizzando gli spostamenti concessi per lavoro per raggiungere il proprio spacciatore o arrischiando l'acquisto in strada nei pressi di casa, laddove la vendita non si è fermata.

Ovviamente non ce l'aspettavamo poi che durasse così tanto, quindi ok che uno dice mi preparo, c'è chi va a comprare il lievito e chi fa un altro tipo di spesa. Però, no, ho dovuto continuare a rifornirmi. Però facevo la consegna delle spese con un supermercato ventiquattro, in quel periodo, quindi tra una consegna della spesa e un'altra facevo in modo di incastrarci le spese ludiche. (Int. 23_F26)

Nella mia zona almeno è andato avanti tutto il giro...io non uscivo praticamente di casa sarò uscita 4 o 5 volte, anche in quelle occasioni ho preso, ma mi bastava poi per tutto il tempo. Invece, nella mia zona c'era gente che stava giù nel parco sotto casa mia tutti i giorni. (Int. 13_F19)

5.4.5 Il post-lockdown e i contesti musicali

Con l'avvento della "Fase 2", dal 4 maggio 2020, e il correlato ritiro di molte delle restrizioni che avevano segnato i mesi precedenti, la maggioranza degli intervistati è riuscita gradualmente a tornare a incontrare i propri amici e frequentare feste private o gli eventi musicali disponibili. La ripresa di una socialità "quasi normale" ha stimolato la voglia di assumere sostanze, soprattutto tra coloro che avevano diminuito radicalmente i propri consumi durante la quarantena. Sono diversi, ad esempio, i casi di studenti fuori sede che - riuscendo finalmente a rientrare nella propria città d'origine durante le vacanze estive - hanno frequentato eventi e serate, soprattutto nella settimana di Ferragosto.

Dopo la quarantena, quindi questa estate quando le norme sono state allentate, è capitato che mi ubriacassi anche relativamente spesso, tornando io al mio paese dove ho le mie amicizie storiche e sei in vacanza, poi c'è Ferragosto, San Lorenzo, gli eventi che si festeggiano, eccetera. (Int. 21_M24)

Per altri al contrario questo periodo ha coinciso con l'abbandono del contesto familiare per tornare al proprio domicilio abituale a Torino, dove, avendo meno paura di contagiare i propri coinquilini giovani, si sono concessi più serate e maggiori consumi di sostanze.

E questa è stata l'estate e a un certo punto posso dirti che me ne sono fregato di più: bene, ora non sto più da nonna e vivo per conto mio, perché ero tornato a Torino, e ti dico che ho sgarrato perché sono andato a delle feste e così via, non ho rispettato proprio il distanziamento. Andavo alle feste, ed è ovvio che non ballo con la mascherina, però mi sono detto: non vivo con i miei quindi va bene. (Int. 14_M23)

Poiché la maggior parte dei locali in cui si era soliti fare serata (club, discoteche, centri sociali) era chiusa o con una capienza contingentata, i contesti musicali che gli intervistati hanno frequentato maggiormente in questo periodo post-lockdown sono stati i free party. Secondo alcuni intervistati il numero di free party organizzati settimanalmente è aumentato in maniera decisiva rispetto al periodo precedente alla pandemia: essendo abituati a muoversi al di fuori dei confini della legalità, molti

organizzatori di free-party non hanno infatti avuto remore nell'infrangere le norme contro gli assembramenti per organizzare una festa.

È strano perché di feste ne stanno facendo molte più ora con il Covid che senza. Per questo sabato è tutto annullato [...] perché c'è stato il decreto nuovo. Ma prima, fra il venerdì e il sabato, mi arrivavano decine di info a sera, il che significa che stanno facendo molte più feste. (Int. 14_M23)

Abbastanza feste, anche perché dovevo recuperare i tre mesi di quarantena, comunque sì, dai, diciamo che abbastanza feste me le sono fatte. (Int. 29_M22)

Poi ultimamente, visto che sono chiusi tutti i posti e anche i centri sociali non si fa più iniziative, le ultime cose che ho fatto sono stati rave party, perché per ora c'è solo quello. (Int. 13_F19)

Tuttavia, alcuni frequentatori hanno preferito evitare i free party e i rave, o per paura delle possibili ripercussioni legali e repressive, o trattenuti da un senso di responsabilità per la collettività. Nel primo caso, la paura di incappare in controlli non ha impedito di organizzare serate tra meno persone, in luoghi periferici e più appartati.

Ora non c'è neanche troppo la possibilità, poi appunto a parte le feste che fanno in giro in questo periodo, che sia al parco Dora o alla Colletta - che onestamente non ci sono più neanche andata perché ci sono delle conseguenze legali abbastanza forti - un bel po' di ragazzi hanno preso denunce, quindi se devi andare a fare serata e divertirti e magari pigliare anche qualcosa, non hai voglia che lo sbirro arrivi: "buona sera documenti". Quindi cerchiamo di trovare luoghi anche diversi. Andiamo su in Valle a fare serata in qualche bar, cose così. Adesso è una situazione abbastanza triste a livello musicale. (Int. 16_F19)

No, perché non mi è mai sembrato tanto il caso. Avendo anche lavorato in ospedale... mettermi a andare a ficcare in un ambiente di festa o cose simili...avevo degli amici che mi avevano detto ci sono dei rave da quelle parti, ma no, ne avrei una gran voglia, ma mi sembra un po' una cagata. (Int. 22_M32)

Anche nella fase che ha seguito il lockdown più rigido, molti intervistati non hanno potuto ricominciare a frequentare i loro contesti musicali preferiti. Questo vale ad esempio per alcuni clubber che affermano di patire la mancanza di performance musicali dal vivo e del tipo di socialità accogliente ed empatica che le caratterizza (cfr cap. 5.1.1). In particolare, diversi hanno commentato criticamente la campagna di criminalizzazione che ha colpito gli eventi musicali, dipinti come focolai del contagio frequentati da persone incoscienti.

Su questo frangente devo dire non mi sono mancate le sostanze, mi è mancata molto la musica se non il volume: quella situazione di impatto. Infatti, non sono ancora riuscito a ritrovarla [...] Quella sensazione che ti smuove. (Int. 6_M35)

...per me personalmente è stata più la botta di, dell'annullamento della musica live, sostanzialmente, in tutto il paese e questa è una cosa, cioè tostissima, perché poi comunque, c'è tutto il lato del ballo, che secondo me questa cosa qua è bellissima e comunque muoversi, tenere il ritmo, cioè è una sensazione, come dicevo all'inizio, che mi manca proprio personalmente, nel senso che è un bel momento che a oggi viene totalmente alienato, viene bollato anche come, no... una roba di movida, di contagio, eccetera, eccetera, e invece è un momento di grande socialità e la musica è un grande collettore da questo punto di vista. (Int. 26_M25)

6. CONCLUSIONI

La mole di dati raccolti attraverso l'analisi della chat di Telegram e le interviste individuali offre una quantità di informazioni che vanno ben oltre gli obiettivi conoscitivi iniziali, che trovano risposta nei singoli capitoli di questo report. Nel complesso il quadro che emerge dalla ricerca offre un significativo contributo per una migliore comprensione delle “ragioni” dei giovani che usano sostanze, spesso rappresentati dai media mainstream, ma anche dai policy maker, come soggetti incuranti del rischio che mettono a repentaglio la loro salute. I due studi compresi in questo report sfatano innanzitutto queste false rappresentazioni e offrono informazioni utili per gli operatori impegnati nella riduzione del danno che vogliono confrontarsi con le forme più innovative di intervento, rappresentate dal drug-checking (Valente et al., 2019; Measham, 2020) e dal lavoro di outreach nei social network (Vale Pires et al., 2015; 2016).

Sebbene i risultati siano sostanzialmente concordi con quelli rilevati in altri paesi, prevalentemente anglosassoni, entrambi gli studi offrono il valore aggiunto di fare luce sui consumi nell'ambito della cultura specifica del nostro paese, ampiamente sotto-studiata e sottorappresentata nella letteratura scientifica internazionale, pur presentando delle caratteristiche specifiche, sintetizzabili come una minor diffusione di party drugs come MDMA e amfetamine rispetto ad esempio alla Gran Bretagna e all'Olanda (EMCDDA, 2019). Allo stesso modo offre agli operatori e ai decisori elementi utili per l'implementazione e la programmazione di interventi di riduzione del danno specifici nel contesto italiano.

La riduzione del danno (RDD), una combinazione di interventi che mirano a ridurre i rischi e le conseguenze indesiderate del consumo di sostanze, rappresenta oggi una strategia di salute pubblica sostenuta dalle Nazioni Unite e dall'Unione Europea ed è parte integrante delle politiche sulle droghe nella maggior parte dei paesi europei (Rhodes and Hedrich, 2019). Nata principalmente come mezzo per ridurre i rischi delle persone che usano eroina per via iniettiva, ad esempio attraverso i programmi di scambio siringhe, nel tempo, con la normalizzazione (Parker et al. 1998; Measham e Shiner, 2009) e diversificazione dei consumi, la RDD si è sviluppata anche verso un target di consumatori, c.d. “ricreativi”, socialmente integrati e più istruiti che, nonostante non rappresentino un problema maggiore di salute pubblica, tuttavia si trovano a fronteggiare dei rischi (Van Schipstal et al., 2016).

Vogliamo dunque concludere il lavoro che ha coinvolto due specifici target sotto osservazione – i membri di una chat di Telegram creata con l'esplicito obiettivo di ridurre i rischi e i danni attraverso il sostegno tra pari, e i giovani e giovani adulti che usano sostanze illegali e frequentano gli eventi musicali piemontesi – portando delle riflessioni teoriche e pratiche relative all'implementazione di strategie di RDD.

Nel complesso si può affermare che gli interventi messi in atto da Neutavel, sia online che nei contesti musicali, grazie a una piena adesione da parte degli operatori ai pilastri fondamentali della riduzione del danno – cioè il riconoscimento del sapere per esperienza e l'atteggiamento non giudicante – sono riusciti a superare il tradizionale divario tra professionisti e utilizzatori, alla ricerca di strade più efficaci di co-costruzione del sapere sulle droghe (Bancroft, 2017). Secondo il parere degli autori la chiave di questo successo è legata anche alla disponibilità degli operatori di riconoscere anche la dimensione del piacere, spesso negletta da ricercatori e professionisti della prevenzione, e non solo del rischio (Barratt et al., 2014; Pennay, 2012; Petrilli, 2020).

6.1 La riduzione del danno attraverso le chat-mobile

La letteratura sulle c.d. “harm-reduction peer-led online communities”, cioè sulle comunità virtuali che promuovono la riduzione del danno attraverso lo scambio di informazioni e consigli tra pari, o “dal basso”, si è concentrata sinora sui forum (Barratt et al., 2014; Moro & Racz, 2013; Van Shipstal et al. 2016; Van Hout & Hearn, 2015; Rolando & Beccaria, 2019; Davey et al., 2012), portando alla conclusione che questi siano ambienti di grande interesse per studiare un target difficilmente raggiungibile, avere informazioni aggiornate sugli stili di consumo e le sostanze in circolazione e sperimentare, da parte degli operatori, nuove forme di intervento online (Soussan e Kjellgren, 2014). Per quanto ci è dato di sapere, non esistono ancora invece studi già pubblicati su gruppi spontanei di riduzione del danno che si avvalgono delle applicazioni chat dei telefoni cellulari, o *mobile chat* (come Whatsapp e Telegram), nonostante sia stato osservato come queste app stiano soppiantando i marketplace quali mezzi privilegiati per lo scambio tra venditori e acquirenti di sostanze (Moyle et al. 2019).

I risultati dello studio presentato in questo report indicano una sostanziale omogeneità della chat analizzata con le caratteristiche, le dinamiche e i contenuti che caratterizzano i forum online, e che ne fanno una ‘pratica etica’ finalizzata a fornire informazioni e sostegno tra pari allo scopo di ‘usare bene le droghe’, cioè minimizzare i rischi e massimizzare i benefici del consumo (Boothroyd e Lewis, 2016; Moro & Racz, 2013).

Le “pratiche protettive” emerse dall’analisi della chat sono simili a quelle scambiate nei forum online e riguardano prevalentemente dosaggi e modalità di assunzione ritenute più sicure, le sostanze da evitare, le modalità di approvvigionamento e conservazione delle sostanze e il modo migliore per affrontare e superare eventuali effetti indesiderati, incluse le ripercussioni legali.

La chat oggetto di studio, a partire dal fatto che sono stati gli stessi amministratori a chiedere al servizio Neuttravel di partecipare e sulla base dell’analisi svolta, conferma la tesi secondo la quale la tradizionale divisione gerarchica tra sapere tecnico e sapere profano sta cedendo il passo a una maggiore condivisione e co-costruzione del sapere sulle droghe tra esperti e utilizzatori (Bancroft, 2017). Possiamo inoltre affermare che i contenuti veicolati dai membri della chat non costituiscono una forma di resistenza o di contrapposizione all’approccio di salute pubblica (Barratt et al., 2014), in quanto le informazioni e i suggerimenti scambiati sono generalmente corretti e allineati con le strategie di RDD veicolate dagli operatori. Tuttavia, un certo grado di resistenza alla medicalizzazione può essere rintracciato nei dubbi espressi da alcuni utenti della chat rispetto al trattamento farmacologico della dipendenza e dei problemi di salute mentale o rispetto alla gestione dei *bad-trip* nei dipartimenti di emergenza. Questa tendenza è peraltro in atto in tutta la popolazione e in riferimento a diversi ambiti della salute (Giannelli e Galesa, 2014). Anche in merito alla capacità delle sostanze psichedeliche di provocare o, al contrario, curare problemi di salute mentale – argomento sul quale vi sono opinioni a volte contrastanti - va ricordato che anche le evidenze scientifiche sono divergenti, probabilmente a causa della diversità delle caratteristiche delle sottopopolazioni oggetto di studi clinici ed epidemiologici (Johnstad, 2021).

Inoltre, nonostante i membri della chat parlino di effetti ricercati e positivi oltre che di quelli indesiderati e negativi, in linea con gli obiettivi dichiarati della chat, le discussioni sono orientate al promuovere la sicurezza e a fronteggiare i rischi – di cui gli utilizzatori risultano ben consapevoli – e non a promuovere l’uso di sostanze, come già osservato a proposito dei forum online (Soussan e Kjellgren, 2014).

L'analisi conferma infine l'importanza degli interventi negli ambienti online (net-reach), e in particolare nelle chat mobile, quale strategia complementare agli interventi di outreach nei contesti del divertimento (Vale Pires et al., 2015). Le chat rappresentano infatti un modo, per servizi come quello di Neuttravel, di raggiungere più consumatori e soprattutto più tipi di consumatori, anche quelli ad esempio che non frequentano i rave o gli eventi musicali, ma che non per questo non affrontano rischi legati all'uso di sostanze. Inoltre l'anonimato permesso dalle chat come quella di Telegram può abbassare la soglia di accesso al servizio, facilitando l'emersione di domande di informazioni e di aiuto. Le regole per il successo di un intervento net-reach (Vale Pires et al., 2015) sono le stesse di quelle degli interventi di outreach tradizionali, o di quelle già emerse rispetto agli interventi nelle chat room online (Hallett et al. 2011): le componenti fondamentali, sottolineate dagli stessi membri, sono l'approccio peer-to-peer e l'atteggiamento non giudicante, il riconoscimento da parte degli operatori che nessuna iniziativa di RDD è possibile se non a partire da quelle che sono le intenzioni e le esperienze vissute degli utilizzatori (Van Schipstal et al., 2016).

6.2 Il punto di vista dei frequentatori degli eventi musicali

Alcune ricerche hanno evidenziato che il target dei frequentatori della scena musicale consumano mediamente più sostanze illegali della popolazione generale (Van Havere et al. 2011; Hesse e Tutegens, 2012; Hanneman et al., 2016). Per questo, contesti quali i club, i rave e i festival musicali, sono considerati luoghi privilegiati per mettere in campo interventi di riduzione del danno. Spesso gli studi sono focalizzati su singoli contesti, quali i club (Petrilli, 2020) e i rave, ritenuti tra tutti quelli più a rischio, specialmente i rave "underground", termine utilizzato in contrapposizione a "mainstream" (Fernández-Calderón, 2013; 2014). Anche tra i nostri intervistati, nella maggior parte dei casi persone che frequentano più di un tipo di contesto, c'è chi ritiene i contesti illegali quelli in cui c'è un uso più a rischio di sostanze, ma chi frequenta assiduamente i free party o i centri sociali li ritiene al contrario i contesti musicali più improntati alla riduzione del danno e nei quali le pratiche di auto-mutuo-aiuto sono più diffuse, proprio per la maggiore esperienza dei partecipanti e la maggiore propensione all'autogestione. La partecipazione agli eventi illegali è quella che più evidentemente si inserisce in un discorso che è anche politico e rivendica il diritto delle persone a occupare spazi inutilizzati per sviluppare forme di socialità alternative a quelle dominanti nel quotidiano, caratterizzate dall'empatia, dall'apertura verso gli altri e dalla condivisione delle emozioni e del piacere.

Il policonsumo è il fenomeno più spesso indicato quale fattore di rischio tra i frequentatori di rave e di eventi di musica elettronica (Hunt et al. 2009). Anche tra i nostri intervistati il policonsumo è una pratica molto diffusa e normalizzata, tuttavia dalle loro narrazioni emerge una generale consapevolezza dei rischi che questa comporta, soprattutto quando l'assunzione di diverse sostanze è concomitante. Il mix di sostanze è tra i fattori percepiti di rischio più citati, rischi che cercano in qualche modo di prevenire e gestire. Nonostante l'allarme tra gli esperti e i ricercatori si sia focalizzato negli anni più recenti sulle NPS, il mix di sostanze che molti intervistati ritiene più pericoloso è quello tra le due sostanze in assoluto più usate e conosciute: l'alcol e la cannabis. Va specificato inoltre che spesso l'uso di sostanze diverse viene attuato proprio per controbilanciare gli effetti indesiderati delle singole sostanze (ad esempio nelle diverse fasi di una serata) e non semplicemente come mezzo per aumentare lo sballo. A differenza di quanto affermato in uno studio precedente (Fernández-Calderón, 2014), quindi, anche i policonsumatori adottano delle strategie di riduzione del danno, mentre la differenza tra un atteggiamento più o meno orientato alle pratiche protettive potrebbe dipendere più dall'esperienza (e quindi anche dall'età) che non dal fatto in sé di consumare più sostanze.

Inoltre l'analisi delle carriere di consumo ha messo in evidenza un aspetto importante che andrebbe maggiormente considerato, sia da parte degli operatori che dei ricercatori, e cioè che il policonsumo "scriteriato" è piuttosto diffuso nella fase sperimentale, ma tende a essere abbandonato nel corso degli anni, con l'ingresso in una fase più matura dell'esperienza con le sostanze, in cui le preferenze dei consumatori si concentrano di solito su determinate sostanze o categorie di sostanze. Una strategia generale di riduzione del danno che si può osservare nel corso di vita è quindi un progressivo abbandono da parte di molti consumatori di quelle sostanze che implicano effetti percepiti come più dannosi e disfunzionali e un uso più limitato delle altre. Tra le sostanze abbandonate, oltre all'eroina che è stata provata da pochi e nella maggior parte dei casi solo una volta, è la cocaina, ma anche ecstasy e speed, mentre alcol e cannabis tendono a permanere nel tempo.

Infine, è bene sottolineare che gran parte degli intervistati ritiene che le condizioni psicologiche in cui avviene il consumo, il cosiddetto *set* (Zinberg, 1984), sia molto più importante del tipo di sostanza in sé per predire possibili effetti avversi, sia nel breve termine (singola occasione di consumo) che nel lungo periodo, ad esempio rispetto al rischio di sviluppare una dipendenza. È una posizione basata sull'esperienza di molte persone (sottorappresentate tradizionalmente nella ricerca sulle droghe) che riescono a conciliare l'uso di sostanze con gli impegni e le responsabilità della vita quotidiana, senza sperimentare particolari effetti negativi, o perlomeno non tali da superare quelli ricercati. È una prospettiva anche teorica, che critica la rappresentazione dei consumatori come inconsapevoli e pronti al rischio, ma soggetti dotati di *agency* e in grado di riconoscere e gestire i rischi associati all'uso di sostanze (Petrilli, 2020; Hunt et al. 2009; Measham, 2004). Allo stesso tempo è una prospettiva che riconduce i problemi di dipendenza al contesto sociale (ad esempio la precarietà e l'ansia da prestazione che contraddistinguono gli stili di vita nella società dei consumi) e familiare, piuttosto che alle modificazioni dei circuiti neurali, posizione che sta trovando sempre nuovi assertori, anche tra i neuroscienziati (Lewis, 2018; Heather et al. 2017).

Coerentemente con questa posizione e con le ricerche precedenti, gli intervistati hanno descritto i loro consumi nel *setting* degli eventi musicali non come consumi sregolati, ma piuttosto inseriti in una cornice di "trasgressione autorizzata" (Griffin et al., 2016), di regolazione informale rivolta verso sé e gli altri. In questo senso il concetto di "perdita di controllo controllata" elaborato da Fiona Measham già vent'anni fa per descrivere i contesti di divertimento in Gran Bretagna (2002; 2004) risulta ancora attuale per cogliere il pieno significato dello sballo nei contesti musicali italiani. La ricerca di uno stato alterato di coscienza è senz'altro centrale nelle serate, ma è subordinato al piacere di godere della musica e della compagnia degli amici. Per questo i consumatori sono costantemente impegnati nel trovare il giusto mix e dosaggio di sostanze in grado di amplificare il piacere senza trascendere in problema. Per gli operatori si tratta di trovare un equilibrio tra veicolare messaggi di riduzione dei rischi senza negare l'aspetto del piacere (Fernández-Calderón, 2012; Petrilli, 2020), pena non riuscire a entrare in empatia con gli utilizzatori e, di conseguenza, perdere il contatto con loro.

In linea con alcuni studi precedenti, seppure focalizzati sul target specifico degli psiconauti (Ruane, 2018; Rolando e Beccaria, 2019; Pestana et al. 2020), abbiamo notato tra i nostri intervistati uno spiccato orientamento all'auto-mutuo-aiuto e alla loro disponibilità nel fornire volontariamente informazioni e sostegno ai loro pari che possono trovarsi in difficoltà a seguito dell'assunzione di sostanze, un aiuto che spesso consiste principalmente nel rassicurare e tranquillizzare le persone che stanno vivendo effetti indesiderati. Dalle nostre interviste emerge come la presenza degli operatori di Neuntravel nei contesti degli eventi musicali abbia anche il ruolo di incentivare questi comportamenti, in un'ottica di riconoscimento e collaborazione, creando così un effetto moltiplicatore.

6.3 Opinioni sul drug-checking

Diversi studi hanno evidenziato che il drug-checking è un servizio apprezzato e ritenuto dalla maggior parte dei frequentatori della scena musicale un valido strumento di riduzione del danno (Barratt et al. 2018; Sande e Sabic, 2016; Day et al., 2018). Nonostante le evidenze non siano ancora numerose (Valente et al., 2019), sulla base delle autodichiarazioni degli utenti del servizio, il ricevere un esito che non conferma le aspettative può portare gli utilizzatori a desistere dal consumo (Valente et al., 2019; Mema et al., 2018). Nell'opinione di circa la metà dei nostri intervistati che lo hanno utilizzato almeno una volta, il servizio è utile non solo a identificare sostanze da taglio pericolose (caso in cui si propende in genere per non consumare affatto) ma anche per valutare il grado di purezza di una sostanza, perché ciò permette un dosaggio sicuro.

In linea con le altre poche ricerche disponibili (Sande e Sabic, 2016; Measham, 2020), i nostri intervistati sono generalmente a favore dell'espansione del servizio anche al di fuori dei setting della scena musicale, perché la scarsa qualità delle sostanze in circolazione è ritenuto tra i principali fattori di rischio e gli acquisti che avvengono in strada sono considerati i meno sicuri.

È importante sottolineare che il tema del drug-checking nell'ambito degli eventi musicali è inquadrato dagli intervistati in un discorso "neoliberale" sulle droghe (Ruane, 2018) che afferma il diritto del cittadino a perseguire il piacere e allo stesso tempo il diritto di essere tutelato come consumatore. Le argomentazioni a favore di un servizio stabile cittadino lo vedrebbero invece come un importante complemento e una efficace evoluzione dei servizi drop-in.

6.4 L'impatto della pandemia e del lockdown sul consumo di sostanze

I dati sulle conseguenze del lockdown sulle abitudini di consumo, sia quelli relativi alla chat che quelli raccolti attraverso le interviste individuali, sono coerenti con gli studi specifici sul tema (Fornero e Fineschi Piccinin, 2020) ma, grazie all'impiego di metodi di analisi qualitativi, mettono maggiormente in evidenza la varietà delle reazioni messe in atto dai consumatori e le motivazioni percepite che le sottendono.

Il principale cambiamento riguarda ovviamente il setting di consumo, variabile che influenza l'esperienza e anche gli effetti percepiti delle sostanze. Parallelamente sono cambiati i motivi d'uso, altro fattore particolarmente importante per i nostri intervistati a determinare rischi a breve e lungo termine. Così come evidenziano altre fonti (Dietze e Peacock, 2020; Fornero e Fineschi Piccinin, 2020; EMCDDA, 2020), anche nelle narrazioni degli intervistati e degli utenti della chat, emerge come l'impossibilità di partecipare a eventi musicali abbia determinato un decremento del consumo delle cosiddette party drugs (MDMA, ketamina, LSD), dato coerente con il ruolo sostanzialmente complementare attribuito alle sostanze nei contesti musicali. I valori d'uso che prevalevano nei contesti musicali (aumentare il piacere legato alla musica, al ballare e allo stare insieme) sono stati spesso soppiantati da motivazioni che testimoniano una condivisa difficoltà nell'affrontare la quarantena: contrastare una condizione di ansia e di malessere psicologico, rilassarsi e convogliare il sonno, evadere dalla condizione presente. Sempre in relazione al setting, un fattore chiave che ha inciso sull'entità della modificazione dei consumi è stata la condizione abitativa: chi ha vissuto la quarantena convivendo con parenti o genitori ha sensibilmente variato i propri pattern di consumo, o interrompendo l'uso di sostanze psicoattive o sostituendo quelle illegali con sostanze legali e più accettate socialmente come l'alcol o la cannabis legale (CBD). Anche in questo caso, tuttavia, le survey suggeriscono che i consumi alcolici si sono ridotti, così come le forme più rischiose di consumo come il binge-drinking (Fornero e Fineschi Piccinin, 2020). Molti dei nostri intervistati

hanno spiegato questo dato raccontando di avere adattato i loro consumi a quelli familiari, durante i pasti, o di averli limitati a momenti particolari della settimana, come il weekend, evitando comunque di ubriacarsi.

Tuttavia, soprattutto per chi si è trovato in una situazione libera dal controllo parentale e anche dalla necessità di recarsi sui luoghi di studio o di lavoro, il venir meno di una quotidianità strutturata, che imponeva una netta separazione tra tempo impegnato e tempo libero, ha portato alcuni a concedersi l'utilizzo di sostanze psicoattive (principalmente cannabis e alcol) anche in momenti prima preclusi al consumo, ad esempio durante il giorno o nelle sere della settimana, per contrastare la noia e la preoccupazione per la situazione in corso o per migliorare le proprie prestazioni.

La difficoltà di accesso alle sostanze legata al divieto di lasciare la propria abitazione ha spinto poi alcuni consumatori alla ricerca di “sostanze alternative”, quali farmaci e spezie, o facilmente acquistabili on-line. Per lo stesso motivo, sono diverse le testimonianze di persone che si sono rivolte all'autoproduzione di sostanze psicoattive attraverso la coltivazione (funghi, cannabis) o l'estrazione di sostanze da farmaci o da altre sostanze legali (codeina, DMT). L'aumento dell'uso *diverted* dei farmaci, in linea con i dati evidenziati a livello europeo (EMCDDA, 2020) e oggetto di crescente preoccupazione a livello globale già da qualche anno (Hulme et al., 2018), emerge con particolare evidenza nella community di Telegram, dove costituisce un tema dominante delle domande postate nel periodo del lockdown.

I dati contenuti nel presente report offrono dunque un affondo sull'ampia varietà degli effetti del lockdown sull'uso di sostanze, evidenziando aspetti altrettanto importanti rispetto alle mere quantità consumate in una prospettiva di riduzione del danno. Se infatti i dati quantitativi mettono in evidenza un generale decremento dei consumi (EMCDDA, 2020), ciò non implica necessariamente un decremento generale dei rischi, che dipendono non solo dalla quantità ma anche dal tipo e dalla qualità delle sostanze e soprattutto, secondo gli intervistati, dai motivi e dai contesti di assunzione. Coerentemente con gli altri temi analizzati, questi dati offrono inoltre un'ulteriore conferma della capacità diffusa tra le persone che usano sostanze psicoattive di auto-regolare i propri consumi e di quanto sia importante per gli operatori della riduzione del danno avere accesso a luoghi privilegiati di confronto tra utilizzatori quali la chat di Telegram presa in esame, per sostenere e rinforzare l'orientamento alla RDD che è già presente nella maggior parte dei consumatori.

BIBLIOGRAFIA

- Atayde, A. M., Hauc, S. C., Bessette, L. G., Danckers, H., & Saitz, R. (2021). Changing the narrative: a call to end stigmatizing terminology related to substance use disorders. *Addiction Research and Theory*, early online <https://doi.org/10.1080/16066359.2021.1875215>
- Bancroft, A. (2017) Responsible use to responsible harm: illicit drug use and peer harm reduction in a darknet cryptomarket. *Health, Risk & Society*, 19(7-8), 336-350.
- Barbosa, S., & Milan, S. (2019). Do not harm in private chat apps: Ethical issues for research on and with WhatsApp. *Westminster Papers in Communication and Culture*, 14(1).
- Barratt, M. J., Matthew, A., & Lenton, L. (2014). “PMA Sounds Fun”: Negotiating Drug Discourses Online. *Substance Use & Misuse*, 49(8), 987-998.
- Beccaria, F., & Rolando, S. (2019). The role of critical moments in young offenders’ drug-using trajectories. *Drugs and Alcohol Today*.
- Becker H.S. 1963. *Outsiders: Studies in the Sociology of Deviance*. New York: Free Press
- Bennett, A. Woodward, I. and Taylor, J. (eds) (2014), *The festivalisation of culture: celebration, identity and politics*. London: Taylor & Francis.
- Boothroyd, D., & Lewis, S. (2016). Online Drug Scenes and Harm Reduction From Below as Phronesis. *Contemporary Drug Problems*, 43(3), 293–307.
- Brunt, T. (2017). *Drug checking as a harm reduction tool for recreational drug users: opportunities and challenges*. Lisbon: European Monitoring Centre for Drugs and Drug Addiction.
- Cruz, O.S. (2014). Nonproblematic Illegal Drug Use: Drug Use Management Strategies in a Portuguese Sample. *Journal of Drug Issues*, 45(2),133-150.
- Davey, Z., Schifano, F., Corazza, O., & Deluca, P. & on behalf of the Psychonaut Web Mapping Group (2012). e-Psychonauts: Conducting research in online drug forum communities. *Journal of Mental Health*, 21(4), 386-394.
- Elder Jr, G. H. (1985). *Life course dynamics: trajectories and transitions 1968-1980*. Ithaca: Cornell University Press.
- EMCDDA (2019). European Drug Report. <https://www.emcdda.europa.eu/publications/edr/trends-developments/2019>
- EMCDDA (2020), Trendspotter briefing: impact of COVID-19 on patterns of drug use and drug-related harms in Europe.
- Etikan, I., Musa, S. A., & Alkassim, R. S. 2016. Comparison of convenience sampling and purposive sampling. *American Journal of Theoretical and Applied Statistics*, 5(1), 1–4.
- Fernández-Calderón, F., Lozano-Rojas, O., Rojas-Tejada, A., Bilbao-Acedos, I., Vidal-Giné, C., Vergara-Moragues, E., & González-Saiz, F. (2014). Harm Reduction Behaviors Among Young Polysubstance Users at Raves. *Substance Abuse*, 35 (1), 45-50.

- Fernández-Calderón, F., Lozano-Rojas, O., Rojas-Tejada, A. (2013). Raves and drug use from an epidemiologic and psychosocial approach: A bibliographic systematic review. *Adicciones*, 25(3).
- Fernández-Calderón, F., Rojas, Ó. M. L., Acedos, I. B., Tejada, A. J. R., Giné, C. V., Moragues, E. V., & González-Saiz, F. (2012). Polysubstance use and associated effects at raves parties/Efectos asociados al policonsumo de drogas en fiestas rave. *Health and Addictions/Salud y Drogas*, 12(1), 35-36.
- Fornero, E., Fineschi Piccinin, I. (2020). Lockdown e uso di sostanze. Una ricerca esplorativa. *Medicina delle Dipendenze*, 39(10). https://www.fuoriluogo.it/wp-content/uploads/2020/11/Lockdown-e-uso-di-sostanze_Fornero-Fineschi.pdf
- Giannella, G., & Galesi, D. (2014). *La farmacologizzazione del quotidiano tra medicina scientifica e non convenzionale*. Roma: FrancoAngeli.
- Goulding, C. Shankar, A. Elliott, R. (2002). Working Weeks, Rave Weekends: Identity Fragmentation and the Emergence of New Communities. *Consumption, Markets and Culture*, 5(4), 261-284.
- Griffin, C., Bengry-Howell, A., Riley, S., Morey, Y. and Szmigin, I. (2016), ““We achieve the impossible””: Discourses of freedom and escape at music festivals and free parties. *Journal of Consumer Culture*, 18(4), 477-496.
- Hallett, J., Brown, G., Langdon, P., & Toussaint, N. (2011). Internet Outreach / A Guide for Health Promoters & Peer Educators. Curtin University, Western Australian Centre for Health Promotion Research (WACHPR).
- Hannemann, T-V., Piontek, D. and Gomes de Matos, E. (2016). Consumption patterns in German nightlife: a latent class analysis, IST and University of Hilgesheim, Germany, presented at the Annual Expert Meeting 2016, 19-20 September, Lisbon.
- Hearne, H., & Van Hout, M.C. (2016) Trip-Sitting” in the Black Hole: A Netnographic Study of Dissociation and Indigenous Harm Reduction, *Journal of Psychoactive Drugs*, 48(4), 233-242
- Heather, N., Best, D., Kawalek, A., Field, M., Lewis, M., Rotgers, F., ... & Heim, D. (2018). Challenging the brain disease model of addiction: European launch of the addiction theory network. *Addiction Research and Theory*, 26(4): 249-255.
- Hulme, S., Bright, D., & Nielsen, S. (2018). The source and diversion of pharmaceutical drugs for non-medical use: a systematic review and meta-analysis. *Drug and alcohol dependence*, 186, 242-256.
- Lewis, M. (2018). Brain change in addiction as learning, not disease. *New England Journal of Medicine*, 379(16), 1551-1560.
- Hesse, M., Tutenges, S. (2012), "Music and substance preferences among festival attendants", *Drugs and Alcohol Today*, Vol. 12 No. 2, pp. 82-88. <https://doi.org/10.1108/17459261211235100>
- Hunt, G., Evans, K., Moloney, M., & Bailey, N. (2009). Combining Different Substances in the Dance Scene: Enhancing Pleasure, Managing Risk and Timing Effects. *Journal of Drug Issues*, 34(3), 495–522.

- Measham, F. (2002). “Doing gender”—“doing drugs”: Conceptualizing the gendering of drugs cultures. *Contemporary drug problems*, 29(2), 335-373.
- Measham, F. (2004). Play space: Historical and socio-cultural reflections on drugs, licensed leisure locations, commercialisation and control. *International journal of drug policy*, 15(5-6), 337-345.
- Measham, F. (2020). City checking: Piloting the UK's first community-based drug safety testing (drug checking) service in 2 city centres. *British Journal of Clinical Pharmacology*, 86(3), 420-428.
- Measham, F., & Moore, K. (2009). Repertoires of distinction: Exploring patterns of weekend polydrug use within local leisure scenes across the English night time economy. *Criminology & Criminal Justice*, 9(4), 437-464.
- Measham, F., & Shiner, M. (2009). The legacy of ‘normalisation’: The role of classical and contemporary criminological theory in understanding young people's drug use. *International journal of drug policy*, 20(6), 502-508.
- Moore, K., Measham, F., Østergaard, J., et al. (2011) Emerging Drug Trends in Lancashire: Focusing on young adults’ alcohol and drug use. Phase Two Report.
- Móro, L., Rácz, J. Online drug user-led harm reduction in Hungary: a review of “Daath”. *Harm Reduct J* 10, 18 (2013). <https://doi.org/10.1186/1477-7517-10-18>
- Moyle, L., Childs, A., Coomber, R., Barratt, M. J. (2019). #Drugsforsale: An exploration of the use of social media and encrypted messaging apps to supply and access drugs. *International Journal of drug Policy*, 63: 101-110.
- Parker, H., Williams, L. & Aldridge, J. (2002). The Normalization of ‘Sensible’ Recreational Drug Use: Further Evidence from the North West England Longitudinal Study. *Sociology*, 36: 941–964.
- Parker, H. (1997). Adolescent drugs pathways in the 1990s. *Tackling drugs together: One year on*. London: Institute for the Study and Treatment of Delinquency.
- Pennay, A. (2012). Carnal Pleasures and Grotesque Bodies: Regulating the Body during a “Big Night Out” of Alcohol and Party Drug Use. *Contemporary Drugs Problems*, 39(3), 397-428.
- Pestana, J., Beccaria, F., & Petrilli, E. (2020). Psychedelic substance use in the Reddit psychonaut community. A qualitative study on motives and modalities. *Drugs and Alcohol Today*.
- Petrilli, E. (2020). *Notti tossiche: Socialità, droghe e musica elettronica per resistere attraverso il piacere*. Milano: Mimesis.
- Pickard, V., & Yang, G. (Eds.) (2017). *Media Activism in the Digital Age*. New York: Routledge.
- Rhodes, T., & Dagmar, H. (2010). Harm reduction and the mainstream. *EMCDDA MONOGRAPHS - Harm reduction: evidence, impacts and challenges*. Hedrich: Publications Office of the European Union.
- Rolando, S., & Beccaria, F. (2018). This place is like the jungle: discussions about psychoactive substances on a cryptomarket. *Drugs and Alcohol Today*, 18(4): 250-261.
- Rolando, S., & Beccaria, F. (2019). ‘Got to gamble, but I’ve got no money.’ A qualitative analysis of gambling careers in South Italy. *International Gambling Studies*, 19(1): 106-124.

- Rolando, S., & Beccaria, F. (2019). “The junkie abuses, the psychonaut learns”: a qualitative analysis of an online drug forum community. *Drugs and Alcohol Today*, 19(4): 282-294.
- Ruane, D. (2018). Field experiments: psychonauts’ efforts to reduce the harm of old and new drugs at music festivals, *Drugs: Education, Prevention and Policy*, 25(4), 337-344.
- Sande, M., Šabić, S. (2018). The importance of drug checking outside the context of nightlife in Slovenia. *Harm Reduct J*, 15(2).
- Soussan, C., Kjellgren, A. (2014) Harm reduction and knowledge exchange—a qualitative analysis of drug-related Internet discussion forums. *Harm Reduct J*, 11(25).
- Timmermans, S., & Tavory, I. (2012). Theory construction in qualitative research: From grounded theory to abductive analysis. *Sociological Theory*, 30(3), 167–186.
- Vale Pires, C., Borges, M., & Valente, H. (2015). Netreach work in Europe: responses to developments on the dark web and the use of new psychoactive substances. *Between street and screen. Traditions and innovations in the drugs field*, Lengerich: Pabst Publishers, 57-74.
- Vale Pires, C., Caudevilla Gálligo, F., & Valente, H. (2016). Netreach Work: Implementing Web-based Harm Reduction Interventions with Online Drug Users. *Adiktologie*, 2(16), 182-187.
- Valente, H., Martins, D., Carvalho, H., Pires, C. V., Carvalho, M. C., Pinto, M., & Barratt, M. J. (2019). Evaluation of a drug checking service at a large scale electronic music festival in Portugal. *International Journal of Drug Policy*, 73, 88-95.
- Van Havere, T., Vanderplasschen, W., Lammertyn, J., Broekaert, E., & Bellis, M. (2011). Drug use and nightlife: more than just dance music. *Substance abuse treatment, prevention, and policy*, 6(1), 18.
- Van Schipstal, I., Mishra, S., Berning, M., & Murray, H. (2016). Harm Reduction From Below: On Sharing and Caring in Drug Use. *Contemporary Drug Problems*, 43(3), 199–215.
- Wickham, M., & Woods, M. (2005). Reflecting on the strategic use of CAQDAS to manage and report on the qualitative research process. *The Qualitative Report*, 10(4), 687-702
- Zinberg, N. E. (1984). *Drug, set, and setting: The basis for controlled intoxicant use*. New Haven, Connecticut: Yale University Press.