infodrogas-vih

EDICIÓN 2025/26



Riesgos legales y penales por tenencia y consumo de drogas: ¿Qué debes saber?

El consumo y la tenencia de drogas en España están regulados por leyes que buscan proteger la salud pública.

Sin embargo, estas normas pueden ser confusas y, en muchos casos, generan situaciones de vulnerabilidad para las personas que consumen drogas, especialmente para hombres gais, bisexuales y otros hombres que tienen sexo con hombres (GBHSH) que practican *chemsex* y se desplazan por la ciudad llevando drogas.

En este folleto, te explicamos los riesgos legales, las sanciones y los límites de cantidades para autoconsumo.

(1) Fuente: Instituto Nacional de Toxicología y Ciencias Forenses (2021). Cuadro de dosis mínimas psicoactivas de las principales sustancias tóxicas objeto de tráfico de drogas, actualmente vigente.

Disponible en

Importante: Estas cantidades son orientativas y no garantizan que no tengas problemas legales si te detienen. Los tribunales también consideran otros factores, como si la sustancia estaba dividida en dosis, si había instrumentos para pesarla o si se encontraron grandes cantidades de dinero junto a ella.

01

¿Qué dice la ley sobre el consumo y la tenencia de drogas?

En España, el consumo de drogas no es un delito, ya que se respeta el derecho a la autonomía personal.
La mera tenencia de drogas por sí misma tampoco. Sin embargo, la tenencia y el consumo en espacios públicos pueden ser sancionados administrativamente. Además, **si se demuestra que las drogas están destinadas al tráfico de estupefacientes, la situación se convierte en un delito penal.**

02

Límites legales de cantidades para autoconsumo

Aunque no existe una lista oficial de cantidades máximas para autoconsumo, **los tribunales suelen basarse en criterios orientativos para distinguir entre tenencia para consumo propio y tenencia para tráfico.**
Estas cantidades se refieren a lo que una persona podría consumir en un período de 3 a 5 días, dependiendo de la sustancia.

Aquí te dejamos un resumen de cantidades de consumo diario estimado máximo para algunas sustancias (1):

SUSTANCIA	CANTIDAD
Metanfetamina	Hasta 60 miligramos (0,06 gramos) por día
Cocaína	Hasta 1,5 gramos por día.
Heroína	Hasta 600 miligramos (0,6 gramos) por día
MDMA (éxtasis)	Hasta 480 miligramos (0,48 gramos) por día
Marihuana	Hasta 15-20 gramos por día
Hachís	Hasta 5 gramos por día
Speed (anfetamina)	Hasta 180 miligramos (0,18 gramos) por día
LSD	Hasta 0,6 miligramos por día
GHB	Hasta 4,2 gramos por día

03

Sanciones administrativas por consumo en espacios públicos

La Ley Orgánica 4/2015 (conocida como "ley mordaza") establece **sanciones administrativas por el consumo o tenencia de drogas en lugares públicos.**

Estas sanciones incluyen:

- **Multas de 601 a 30.000 euros:** Dependiendo de la gravedad de la infracción.
- **Retirada de la sustancia:** Las drogas serán incautadas.
- **Sanciones alternativas para menores:** Si el infractor es menor de edad, la multa puede suspenderse si se somete a tratamiento o actividades de reeducación.

(2) Fuente: https://pnsd.sanidad.gob.es/gl/ciudadanos/legislacion/delitos/home.htm

04

Delitos y penas por tráfico de drogas

Si se demuestra que las drogas están destinadas al tráfico, las penas pueden ser severas.
Estas son las condenas según el tipo de sustancia y las circunstancias del caso **(2)**:

	Drogas de GRAVE DAÑO (cocaína, heroína, éxtasis, metanfetamina, etc.)		**Drogas de NO GRAVE DAÑO** (cannabis, hachís, etc.)	
	Prisión	**Multa**	**Prisión**	**Multa**
1. Penas generales (sin agravantes ni atenuantes)	De 3 a 6 años	Del valor de la droga al triple	De 1 a 3 años	Del valor de la droga al doble
2. Penas atenuadas (por escasa entidad del hecho o circunstancias personales)	De 1 año y medio a 3 años menos un día	De la mitad del valor de la droga a su valor	De 6 meses a 1 año menos un día	De la mitad del valor de la droga a su valor
3. Penas agravadas (por grandes cantidades, adulteración, venta a menores, etc.)	De 6 años y un día a 9 años	Del valor de la droga a cuatro veces su valor	De 3 años y un día a 4 años y medio	Del valor de la droga a cuatro veces su valor
4. Penas por pertenencia a una organización criminal	De 9 a 12 años	Del valor de la droga a cuatro veces su valor	De 4 años y medio a 10 años	Del valor de la droga a cuatro veces su valor
5. Por ser jefe, encargado o administrador de una organización criminal	De 12 a 18 años	De cuatro veces el valor de la droga a seis veces su valor	De 10 a 15 años	De cuatro veces el valor de la droga a seis veces su valor

05

¿Qué hacer si te detienen?

Si te detienen por tenencia o consumo de drogas, sigue estas recomendaciones:

- **Mantén la calma:** No discutas ni te resistas físicamente.
- **Ejerce tus derechos:** Tienes derecho a un abogado, a guardar silencio y a contactar con un familiar o persona de confianza.
- **No firmes nada sin consultar a tu abogado:** Asegúrate de entender cualquier documento antes de firmarlo.
- **Documenta todo:** Anota los nombres de los agentes, los detalles de la detención y cualquier comportamiento inapropiado.

06

Reducción de daños y autocuidado

Para minimizar los riesgos legales y de salud, es importante adoptar medidas de reducción de daños:

- **Trata de no llevar drogas contigo:** Si esto no es factible, procura llevar solo lo que vayas a consumir y evita cantidades que puedan interpretarse como destinadas al tráfico.
- **Consume en espacios privados:** El consumo en lugares públicos puede acarrear multas.
- **Infórmate:** Conoce tus derechos y las leyes para protegerte frente a posibles abusos.

07

Recursos y apoyo

Si tienes dudas o necesitas ayuda, estas organizaciones pueden brindarte asesoramiento:

Las asociaciones LGTBIQ+: Ofrecen apoyo legal y emocional a personas que han podido recibir un trato discriminatorio por su identidad sexual.

Las entidades que trabajan en drogas desde el enfoque de la reducción de riesgos y daños: Proporcionan información y herramientas para un consumo más seguro y responsable.

Abogados especializados: Busca profesionales con experiencia en derechos LGTBIQ+ y casos relacionados con drogas.

Conclusión

Conocer los límites legales y los riesgos asociados a la tenencia y consumo de drogas es fundamental para proteger tus derechos y evitar situaciones complicadas. La información es tu mejor herramienta para tomar decisiones informadas y reducir los daños asociados al consumo. Recuerda que no estás solo: existen recursos y organizaciones dispuestas a ayudarte.

Si estás preocupado por tu consumo de drogas, puedes buscar ayuda profesional. Un primer paso podría ser evaluar por ti mismo si tu consumo es problemático a través de un sencillo cuestionario *online* ofrecido por el servicio ChemSex Support de la organización Stop:

https://chemsex.info/me-estoy-pasando/

infodrogas-vih

Programa de reducción de riesgos y daños asociados al consumo de drogas en personas con el VIH o en riesgo de adquirirlo

¡AVISO IMPORTANTE!

Este material no está destinado al público general. Su contenido y/o ilustraciones podrían dañar la sensibilidad de algunas personas. Se recomienda que su distribución o acceso se restrinja SOLO a las personas a las que este contenido pueda resultarles útil para el manejo de la salud y/o a los profesionales que se ocupan de su atención y cuidados.

gtt grupo de trabajo sobre tratamientos del VIH
ENTIDAD DECLARADA DE UTILIDAD PÚBLICA
ONG DE DESARROLLO

Si necesitas más información, puedes contactar con nuestro servicio de atención:

Barcelona: 93 208 08 45 / 667 662 551
Madrid: 683 280 312
consultas@gtt-vih.org

Instagram: **gtt_vih**

Twitter: **@gTtVIH**

Facebook: **gtt.vih**

WhatsApp y Telegram: **667 662 551**

www.infodrogas-vih.org
www.gtt-vih.org

Las opiniones vertidas en este documento no son necesariamente las del Ministerio de Sanidad.

Financiado por:

MINISTERIO DE SANIDAD
SECRETARÍA DE ESTADO DE SANIDAD
DIRECCIÓN GENERAL DE SALUD PÚBLICA Y EQUIDAD EN SALUD
DIVISIÓN DE CONTROL DEVIH, ITS, HEPATITIS VIRALES Y TUBERCULOSIS

Generalitat de Catalunya