



¿Para qué y como se utilizan estas plantas?

El potencial terapéutico de estas plantas radica en sus efectos neurofisiológicos, como por ejemplo la eliminación del síndrome de abstinencia o los efectos antidepresivos, y el efecto de modificación de la conciencia que provocan. Dicho efecto permite un acceso al material inconsciente cuya vivencia, reestructuración y elaboración puede resultar terapéutica para la persona. La preparación y la integración son factores clave en este proceso.

¿Cómo lo hace y para qué?

¿Qué efectos tienen estas plantas?

La ayahuasca y la iboga son plantas que se han utilizado en contextos tradicionales desde la antigüedad con finalidades curativas, de integración social y religiosas. Sus efectos sobre la conciencia han sido conocidos y ampliamente practicados por las culturas nativas, considerándolos los responsables de las propiedades curativas de estas plantas.

Tanto la ayahuasca como la iboga inducen en la persona que las toma una intensa experiencia interna que puede provocar, entre otras, reacciones como el recuerdo de elementos biográficos (traumas ocurridos durante la infancia, etc...), el contacto con emociones reprimidas, experiencias perinatales y transpersonales (aquellas que van más allá de la propia biografía). Puedes leer más sobre los efectos en [Interesado en tomar Ayahuasca](#) o [Interesado en tomar Iboga](#).

¿Por qué estos efectos pueden ser terapéuticos?

El papel de las experiencias con ayahuasca o iboga puede entenderse como un "acelerador del proceso terapéutico". Mediante estas plantas accedemos a contenidos inconscientes que de otra manera podrían tardar mucho tiempo en emerger a la conciencia. Trabajar con este material representa una oportunidad para reestructurar aquellos patrones disfuncionales o que provoquen sufrimiento.

Estas experiencias en sí mismas pueden resultar terapéuticas para quien las vive, pero a su vez, dada la intensidad que pueden alcanzar, se hace necesario que se enmarquen en un proceso terapéutico más amplio para maximizar su

potencial sanador. No se deben esperar resultados positivos duraderos por el simple hecho de tener una experiencia con estas plantas, es el proceso terapéutico el que permitirá una mejoría consistente en la condición de la persona interesada. En este sentido el proceso comprende tres fases: preparación, experiencia con la planta e integración.

Será la combinación de estas tres fases la que determine cuán terapéutico será el proceso. Por eso hay que prestar especial atención al contexto en el que se va a llevar a cabo el proceso terapéutico, esto incluye: la motivación de la persona interesada, el centro en donde se realizan las experiencias y sobre todo, los profesionales responsables, sean chamanes, curanderos, terapeutas o psicólogos.

Como con cualquier terapia, no existen curas milagrosas. La ayahuasca y la iboga tienen unos beneficios y unos riesgos potenciales que hay que tener presentes. Se puede leer más en el texto [Interesado en tomar Ayahuasca e Interesado en tomar Iboga](#).

Mi Familiar va a hacer una Sesión

Ante la noticia de que un familiar o un amigo quiere tener una experiencia con estas plantas hay que mostrar, ante todo, una actitud de escucha. Si prestamos atención con una actitud abierta a lo que nos cuenta la persona podremos entender sus motivaciones, deseos, reflexiones y expectativas. Esto también nos permitirá valorar la información que la persona posee y en caso necesario, ofrecerle información más extensa o proceder a obtener nosotros mismos más información.

En el caso de no conocer estas plantas es normal que surja una cierta ansiedad acerca de los posibles efectos. El conocimiento que tenemos de estos materiales botánicos está lleno de mitos y datos poco objetivos, por lo que es buena idea informarse leyendo en páginas especializadas acerca de ellas. La información nos dará una visión mucho más amplia del fenómeno. Puede que sigamos sin estar de acuerdo en la idoneidad de este tipo de terapia o trabajo de crecimiento personal y así se lo podemos comunicar, pero con información podremos entender lo que pueda resultar útil para la otra persona. Aun en este caso, es bueno dar a saber al interesado que, tome la decisión que tome, vamos a apoyarle.

Para la persona que ha decidido tomar ayahuasca o iboga es importante saber que tiene el apoyo de sus familiares y seres queridos. Muchas personas solamente se plantean el uso de estas plantas como último recurso, cuando ya han probado muchas otras terapias sin obtener el resultado deseado. Especialmente en el caso de la iboga. Si un familiar nos plantea la posibilidad de utilizar dichas plantas, probablemente ya ha llevado a cabo un proceso de reflexión interna importante, ha valorado los pros y los contras riesgos/beneficios y lo considera adecuado ya sea para su propio enriquecimiento personal o para superar algún problema real o percibido como tal. Una actitud positiva y que dé apoyo por parte de la familia puede ser una ayuda inestimable para el proceso de preparación de la experiencia.

Recomendarlo a un Familiar o Amigo

En ocasiones podemos tener la sensación de que una sesión de ayahuasca o iboga puede ser útil para un ser querido de nuestro entorno y plantearnos la posibilidad de ofrecérselo. En tal caso, debemos analizar si esta situación responde realmente a una necesidad de la persona o a un interés propio. No hay que asumir que algo que ha funcionado para nosotros, o para un conocido, va a ser útil para otra persona. Esto es especialmente cierto con el uso de plantas que modifican la conciencia, como la ayahuasca y la iboga, en donde los resultados son a veces imprevisibles.

La decisión de tomar plantas de este tipo siempre ha de ser tomada por la propia persona. No es útil ni ético presionar a alguien de que inicie un proceso personal que implique estados no ordinarios de conciencia.

Aún así, si realmente creemos que el uso de ayahuasca o iboga podría ser útil para alguna persona de nuestro entorno, primero debemos asegurarnos de que disponemos de suficiente cantidad de información de calidad y hay que proporcionar a la persona la posibilidad de que acceda a información objetiva, que analice los posibles beneficios y los riesgos potenciales para que pueda formarse su propia opinión. Podemos relatar a la persona nuestra experiencia personal, contar cómo ha sido para nosotros o para personas que conocemos, pero no conviene animar excesivamente ni prometer beneficios que puedan no ocurrir.

La ayahuasca y la iboga tienen sus indicaciones y contraindicaciones terapéuticas y pueden reportar mejorías notables en muchas personas. Aún así, no solamente se trata del problema y la forma de terapia, si no también del contexto. Por ejemplo, para personas que hayan sufrido un trauma va a seguir teniendo atención profesional durante las semanas siguientes o va a tener que irse a casa el mismo día.

¿Cómo Apoyarle?

El papel de los familiares y de las personas de confianza de la persona que ha tomado ayahuasca o iboga es crucial para el buen desarrollo del proceso terapéutico. En ocasiones las experiencias vividas bajo los efectos de estas plantas pueden ser abrumadoras y sobrepasar las expectativas de la persona. Además, en muchas ocasiones no resulta sencillo contar lo que ha ocurrido.

El papel de la familia y las personas cercanas debe ser el de favorecer el proceso de integración. Es decir, permitir que tras la experiencia con la planta, la persona disponga de un entorno seguro, que proporcione apoyo y cariño, en el cual la persona pueda permitir que las piezas, como de un puzzle, se vayan colocando en su sitio.

Cabe resaltar que no se trata de entender ni analizar lo que ha ocurrido durante la experiencia, más bien se trata de escuchar el relato de la persona con atención y empatía. Relatar la experiencia a alguien que escucha sin juzgar y con respeto puede ser de gran valor para la persona, aunque el interlocutor tenga poco o nada que decir. No suele ser de ayuda dar órdenes, consejos precipitados ni interpretaciones que reduzcan la importancia de lo ocurrido.

En muchas ocasiones todo lo necesario para dar apoyo a una persona que está en proceso de integración es un entorno seguro, espacio y tiempo.

Algunos momentos del procesos de integración pueden ser delicados, la persona puede estar sensible y sintiendo emociones todavía intensas. Todo esto es normal y va a favor de que la persona pueda integrar los cambios que quiere hacer en su vida. La familia puede ayudar en estos periodos más sensibles mediante cosas sencillas, como facilitar el día a día de la persona, asegurando que la persona se cuida lo suficiente (buena comida, buena hidratación...)

Elegir un Lugar

Si se ha tomado la decisión de implicarse en un proceso terapéutico en el que se utilicen ayahuasca o iboga, el siguiente paso es decidir dónde y con quién.

Dada la inmensa cantidad de centros que ofrecen terapias con ayahuasca e iboga es de vital importancia informarse bien acerca de:

- ✓ Tipo de servicios que incluyen: ¿proporcionan algún tipo de apoyo además de la sesión con la planta? ¿tienen en cuenta la preparación y la integración? ¿durante cuánto tiempo? ¿hacen algún tipo de entrevista inicial? ¿y algún tipo de seguimiento?
- ✓ Personal del centro: ¿son profesionales? ¿qué formación y experiencia tienen? ¿parecen personas de fiar?
- ✓ Formato de las sesiones: ¿cómo lo hacen? ¿cuántas personas participan en la sesión? ¿pertenecen a algún grupo religioso? ¿cómo se llevan a cabo las sesiones? ¿quién las dirige? ¿qué comportamientos se pueden esperar durante las sesiones de los terapeutas u otros participantes?
- ✓ Qué tipo de información dan: ¿prometen resultados específicos? ¿informan acerca de los riesgos? ¿avisan de las contraindicaciones?
- ✓ Experiencia de otros participantes.

El sentido común siempre es un buen consejero. Si no tenemos confianza en el centro o la persona que lleva la sesión, lo mejor es postergar la toma y buscar a alguien que nos inspire mayor confianza. Un determinado centro o persona, por muy reconocido y afamado que sea, puede no ser el más indicado para nosotros o nuestro familiar.

RENUNCIA DE RESPONSABILIDAD

ICEERS se responsabiliza de que la información presentada en este sitio web sea fidedigna en el momento de su publicación. Sin embargo, con el avance del tiempo surge nueva información científica y médica que puede hacer que la información presentada aquí pierda vigencia. Con el tiempo también pueden cambiar tanto las leyes como su aplicación. Además, las leyes y normas legales con respecto al uso de sustancias discutidas en este sitio web varían en función de las diferentes jurisdicciones de cada país. Se le recomienda al lector consultar cuidadosamente las fuentes apropiadas para estar al tanto de la información vigente en temas científicos, médicos y legales. El material de este sitio web no pretende ni debe ser utilizado en reemplazo de una consulta personal con médicos y abogados.

La información ofrecida en este sitio web tiene un uso exclusivamente informativo y no debe ser utilizada para diagnosticar una enfermedad, condición médica o para prescribir tratamiento alguno. La información contenida en este sitio web no pretende fomentar el uso de plantas etnobotánicas. ICEERS previene específicamente respecto al uso de materiales etnobotánicos fiscalizados sin una guía profesional, sin una adecuada monitorización o sin una adecuada evaluación personal respecto al daño o al riesgo potencial que puede ocasionar su uso. **ICEERS rechaza específicamente toda responsabilidad legal respecto a cualquier accidente, lesión o daño que se pueda sufrir como consecuencia directa o indirecta del uso o aplicación de cualquiera de los contenidos aparecidos de este sitio web.**