

AYAHUASCA

Guía de Buenas Prácticas






Este documento es una recopilación de buenas prácticas en el contexto del uso de la ayahuasca. Puede ser de utilidad para las personas que organizan y conducen sesiones de ayahuasca, como guía para crear unos estándares de seguridad compartidos alrededor de su uso. También puede ser de utilidad para participantes en dichas sesiones, para que tengan mejor criterio para valorar la seguridad y responsabilidad ofrecidas en el contexto en el que tienen intención de tomar ayahuasca. Este documento está abierto a aportaciones y sugerencias de mejora (aya@iceers.org).

I. Antes de ofrecer sesiones




1. La persona o equipo a cargo de la sesión debería tener y cultivar una base adecuada de conocimiento teórico y práctico con relación a:
 - a) Conocimientos farmacológicos sobre la ayahuasca. ([Ciencia Ayahuasca](#))
 - b) Riesgos y contraindicaciones de la ayahuasca. ([Interesado en tomar Ayahuasca](#))
 - c) Información sobre las implicaciones legales relacionadas con la ayahuasca.
 - d) Conocimientos de primeros auxilios.
 - e) Conocimiento teórico sobre estados no ordinarios de consciencia y abordajes terapéuticos.
 - f) Amplia experiencia personal previa con ayahuasca.
 - g) Formar un equipo de personas colaboradoras.
 - h) Tener claro el propósito de la actuación y hacer una reflexión ética de qué métodos se van a utilizar para conseguir dicho objetivo.

II. Selección y preparación de los participantes

1. Enviar a todos los participantes un documento con información sobre la ayahuasca con suficiente antelación a la sesión para que estén debidamente informados y puedan prepararse de forma adecuada. Se debería incluir información sobre:
 - a) las propiedades de la ayahuasca, su composición, sus efectos y los riesgos potenciales
 - b) las implicaciones de tomar ayahuasca
 - c) las restricciones en la dieta antes y después de la sesión
 - d) las responsabilidades del personal y los participantes
 - e) el procedimiento y el funcionamiento de la sesión
 - f) el proceso en su totalidad

2. Mandar a los participantes cuestionarios de salud, para que los rellenen y los devuelvan, por ejemplo:
 - a) Cuestionario de Salud General (*ejemplo ficha médica adjuntada*)
 - b) Cuestionario de Salud psicológica (*p.ej. CAPE, SCL-90-R,...*)*
3. Realizar una entrevista individual con cada uno de los participantes:
 - a) Conocer a la persona, evaluar de manera cualitativa su estado actual y conocer la motivación para el uso de ayahuasca.
 - b) Si ya se conoce al participante y tiene experiencia previa, consultar sobre su estado general desde su última sesión.
4. Presentar el documento de consentimiento informado y explicar con claridad su función (*ejemplo consentimiento informado adjuntado*)
5. En base a la información recogida con los formularios y la entrevista decidir si es conveniente o no aceptar a cada participante. También se debería considerar lo siguiente:
 -  Aceptar solamente en la sesión a personas que entiendan el proceso personal que implica su participación.
 -  Aceptar solamente en la sesión a personas cuyo proceso personal no vaya a requerir más asistencia (temporal o de recursos) de la que el formato de la sesión permite.
 -  Puede ser necesario un proceso terapéutico adicional antes de la toma. En este caso se puede derivar a la persona a un profesional adecuado.
 -  En caso de no poder aceptar a una persona en la sesión se tratará de ofrecerle alternativas explicándole las razones por las cuales no se le acepta en la sesión.
 -  No aceptar a una persona en caso de dudas acerca de su idoneidad con relación a la participación en la sesión

Otras sugerencias para la fase previa:

-  **Padrinazgo/Madrinazgo:** Para personas que se inician en el consumo puede ser buena idea introducir/recomendar la figura del “padrino” o de la “madrina”. Es decir, solamente aceptar personas nuevas en el grupo si vienen acompañadas por una persona que ya tenga experiencia previa. Dicho padrino/madrina actúa como persona que está disponible en caso de emergencia, y se responsabiliza en la medida de sus posibilidades, en el seguimiento de neófito.
-  **Intencionalidad:** El proveedor debe animar a que el participante se prepare adecuadamente de cara a la sesión y ofrecerle pautas para ello. ([*interesado en tomar ayahuasca*](#))
-  **Vínculo:** Se recomienda establecer un vínculo personal de apoyo y confianza entre la persona que ofrece la sesión y el/la participante.

III. Antes de la Sesión

La persona o equipo a cargo de la sesión debería asegurarse de:

1. Conocer los ingredientes y la potencia de la ayahuasca. No se debería administrar jamás un preparado que no ha sido analizado o probado con antelación por la persona responsable.
2. Disponer de suficientes ayudantes/colaboradores para atender a todos los participantes. No se deberían llevar grupos grandes en solitario.

3. Escoger un entorno seguro, aislado de interferencias externas pero bien comunicado, con espacio suficiente y que sea acogedor. Asegurar la disponibilidad de agua potable, aseos y las comodidades necesarias.
4. Garantizar la seguridad y el bienestar físico de los participantes, preparando el entorno para satisfacer sus necesidades (por ejemplo retirar objetos peligrosos, hacer que el lugar sea acogedor, proporcionar colchonetas, pañuelos de papel, cubos, etc)
5. Disponer de un protocolo de actuación en caso de emergencia. Si se trabaja en equipo, que sea conocido por todos/as.

IV. Durante la Sesión

La persona o equipo a cargo de la sesión debería asegurarse de:

1. Ajustar la dosis del preparado en función de la edad, sexo, experiencia, estado de salud y necesidades de los participantes. Mejor quedarse corto que una dosis excesiva.
2. Garantizar la seguridad física de las personas. Esto incluye adecuar el entorno a las necesidades que puedan resultar una amenaza para la integridad física de los participantes si éstos se mueven durante la sesión (p.ej. proteger el espacio de cada participante, evitar que las personas deambulen de forma insegura, que manejen vehículos etc.)
3. Garantizar la seguridad emocional de los participantes. Esto incluye dar el apoyo emocional necesario en caso requerido, asegurar que no se producen interferencias e interacciones nocivas con otras personas (personal que atiende y participantes) y velar por el bienestar de los participantes.
4. No dejar jamás solos a los participantes, bajo ningún concepto.
5. Proteger la integridad, intimidad y seguridad de las personas del grupo y las interacciones entre ellas.
6. Ningún participante debería abandonar el lugar de la sesión antes de que ésta haya concluido.
7. Hacer un chequeo de cada participante individualmente antes de dar la sesión por terminada, para asegurar que se encuentra en un espacio emocional adecuado para cerrar la sesión.
8. Pedir la ayuda necesaria en caso de emergencia o de dificultad en el manejo de una situación. Saber delegar.
9. No negar la ayuda a nadie, ni aun a riesgo de incurrir en problemas legales. La seguridad es lo primero.

Otras sugerencias para maximizar beneficios durante la sesión:



Posición física: Recomendar a los participantes mantener la posición sentada en vez de acostada durante la sesión. Esto asegura que no hay peligro de asfixia con el propio vómito, ayuda a detectar desvanecimientos, etc.



En caso de problemas: En caso de que un participante se encuentre en dificultades, proceder con técnicas sencillas no farmacológicas (respiración focalizada, escucha activa, presencia, etc.)






Medicación: Disponer de alguien capacitado para prescribir medicación, aunque solamente como último recurso.

V. Después de la Sesión

La persona o equipo a cargo de la sesión debería:

1. Dar a los participantes suficiente tiempo para recuperarse antes de abandonar las instalaciones y asegurarse de que disponen de un espacio para hacerlo. Tradicionalmente, los participantes pueden regresar a sus camas o permanecer en el espacio ceremonial hasta la mañana
2. Asegurar que en las horas posteriores a la sesión hay alguien disponible para dar apoyo a quien pueda necesitarlo.
3. Proporcionar un espacio de integración, donde los participantes de forma individual o colectiva puedan utilizar distintos materiales (papel, pinturas, lápices de colores para dibujar, etc) en el proceso de integrar la experiencia.
4. Ofrecer a las personas participantes la posibilidad de compartir su experiencia con el resto del grupo o con alguien del equipo responsable.
5. Ser consciente de las intervenciones durante el grupo de compartir. Ayuda una actitud de escucha activa, sin juicios ni interpretaciones que puedan reducir la amplitud de la experiencia. Permitir que sea la propia persona quien llegue a sus conclusiones e interpretaciones.
6. Hacer un chequeo del estado de todas las personas participantes antes de que se marchen: físico y psicológico.
7. Ofrecer la posibilidad de apoyo más allá de la sesión. Proporcionar información de contacto, teléfono o correo electrónico, y estar abierto a mantener comunicación.
8. Ofrecer la posibilidad de acudir a otros profesionales cualificados si uno no tiene disponibilidad para ofrecer el nivel de apoyo requerido en el proceso de integración.
9. Volver a administrar el cuestionario, durante la semana siguiente. *(p.ej. SCL-90-R adjuntado)**

Otras sugerencias para la integración / seguimiento:

-  **Feedback:** Podría resultar útil tener disponible un cuestionario para que los participantes valoren la sesión, o pedir feedback en persona, con el objetivo de mejorar la asistencia.
-  **Generar Conocimiento:** Se puede recoger datos con cuestionarios validados para medir el impacto de la experiencia en la vida de las personas participantes a más largo plazo y monitorizar el proceso de integración. Se puede reenviar un cuestionario *(p.ej. SCL-90-R adjuntado)** a la semana y a los dos meses.
-  **Autocuidado:** Es importante ser consciente del propio papel de asistente y no dejarse llevar si los participantes desean darle a uno el crédito por sus experiencias profundas o considerarle su guía espiritual. Es indispensable dar apoyo, pero sabiendo que es la propia persona participante la que dirige su proceso, y es la responsable de su evolución y de sus propios descubrimientos y conexiones.

** Si quiere asesoramiento sobre estos cuestionarios que proponemos, o de otras herramientas de captación de datos, puede contactar con nosotros. (info@iceers.org)*

Consentimiento Informado

para participantes en sesiones de ayahuasca

El propósito de esta ficha de consentimiento es el de proveer a los participantes en esta sesión de ayahuasca de una clara explicación de la naturaleza de la misma, así como de su rol en ella como participantes.

Información relevante

La presente sesión de ayahuasca está a cargo de, y su equipo. El trabajo que se llevará a cabo en esta sesión está enfocado en el crecimiento personal y el trabajo terapéutico de los/las participantes mediante la ingesta de *ayahuasca*.

La ayahuasca es una decocción que contiene la liana amazónica *Banisteriopsis caapi*, que contiene betacarbolinas. Entre las principales plantas que se añade a la ayahuasca se encuentran las hojas del arbusto *Psychotria viridis* (Chacruna) y de la liana *Diplopterys cabrerana* (Chacropanga), que son plantas que contienen DMT, una sustancia prohibida a nivel internacional y que es la responsable de los principales efectos psicoactivos de la ayahuasca. En otras preparaciones tradicionales se emplean muchas otras plantas como tabaco, variedades de Brugmansia, Brunfelsia, y un largo etcétera. Durante siglos las comunidades indígenas de la cuenca Amazónica han utilizado la ayahuasca en sus ceremonias para salvaguardar la salud tanto del individuo, como la de la comunidad.

Hoy en día la ayahuasca es utilizada en muchos lugares del mundo con fines terapéuticos, religiosos/espirituales y de crecimiento personal, aunque no está reconocido oficialmente como método terapéutico o medicina en prácticamente ningún sitio el mundo. El uso religioso de ayahuasca por determinadas iglesias está legalmente protegido o regulado en Brasil, Holanda, Canadá y los EUA. Por otra parte, la ayahuasca está considerada Patrimonio Cultural de Perú. Jurídicamente, la ayahuasca no se encuentra fiscalizada internacionalmente, de acuerdo con el informe de 2010 de la Junta Internacional de Fiscalización de Estupefacientes (JIFE) de la ONU, a pesar de contener un alcaloide fiscalizado, la DMT, que es el responsable principal de los efectos. En algunos países la ayahuasca está fiscalizada explícitamente, como por ejemplo en Francia, los EUA y Canadá. La presencia de DMT en la ayahuasca hace que su legalidad pueda ser interpretada de diferentes maneras por las autoridades, existiendo varios casos judiciales, pendientes de resolución, relacionados con su importación y/o uso.

El trabajo con ayahuasca no es un sustituto de un tratamiento médico, psiquiátrico o psicoterapéutico, pero puede ser un complemento en un proceso terapéutico o de crecimiento personal. Si está realizando un tratamiento actualmente y tiene dudas sobre su participación en una sesión de ayahuasca, consulte con su médico o terapeuta.

Los efectos que produce la ayahuasca pueden incluir alteraciones en la forma de percibir la realidad, sensaciones de zumbidos en los oídos, visiones con motivos abstractos o imágenes nítidas claramente identificables, intensificación de las emociones, acceso a recuerdos que se creían olvidados, fenómenos paranormales, aparición de miedos o emociones difíciles que pueden ir acompañados de bloqueos en el cuerpo (dolores, tensiones, etc.), modificación de la forma habitual de pensar, introspección, experiencias transpersonales o perinatales, donde uno experimenta su propia muerte y renacimiento, o este proceso en forma simbólica o abstracta. En nivel físico puede experimentar náuseas, vómitos, escalofríos, hormigueo, mareo, diarrea, temblores, sudación, ataxia y, en raros casos, desmayo. Puede pasar, sobre todo en principiantes, no tener efectos visionarios. En este caso es importante aceptarlo y recordar que no significa que la ayahuasca está teniendo efecto en otros niveles. Con ojos cerrados la experiencia es más intensa que con ojos abiertos. Lo mejor que se puede hacer en los momentos difíciles es respirar lento y profundo, dejarse llevar por la música y tener confianza en el proceso que imprime la ayahuasca y en el responsable de la sesión. La experiencia con ayahuasca no es lineal, más bien se atraviesan diferentes fases, algunas más placenteras y otras más dificultosas. Clínicamente, también pueden aparecer síntomas como los que aparecen en las enfermedades mentales, principalmente suspicacia, paranoia y pensamientos de autoreferencia (“todo el mundo está pendiente de mí” o “esto o lo otro ocurre porque de alguna forma yo lo he motivado”). Estos efectos son normales en algún momento de la experiencia y suelen ser pasajeros. La aparición de estos efectos es prueba de que son experiencias que nos pasan a todos en algún momento u otro de la vida por las circunstancias que sean, y aunque pueden ser incómodos, debe lidiar con ellos. Y lo más importante de todo: no dude en pedir ayuda al responsable o su equipo cuando considere que lo necesita.

Aunque los estudios científicos demuestran que la ayahuasca es relativamente segura en contextos controlados en participantes que no tienen problemas físicos o psicológicos graves, existen algunos casos de eventos adversos. Estos pueden ser de carácter agudo, como un ataque de pánico o un episodio psicótico con despersonalización. También existen algunos casos, aun poco frecuentes, de carácter crónico, en forma de ansiedad, despersonalización, delirio o psicosis. El *setting* (contexto) y una preparación e integración adecuada son clave para reducir los riesgos lo máximo posible. Más info: <http://iceers.org/interested-taking-ayahuasca.php?lang=es>

Si usted accede a participar en esta sesión, se le pedirá responder preguntas en una entrevista y rellenar una ficha médica y unos cuestionarios como proceso de preselección. Después de la sesión y al cabo de una semana, dos meses, seis meses y un año se le pedirá rellenar de nuevo los cuestionarios como método de medición de avances psicológicos y físicos. Usted debe comprometerse a responder a las preguntas de forma honesta y facilitar cualquier información personal que el responsable de la sesión deba saber sobre su salud.

El responsable y equipo a cargo de la sesión mantendrá la confidencialidad sobre cualquier tipo de información personal. Esta información incluye su nombre, dirección, número de teléfono u otros datos que podrían identificar su identidad. El responsable de la sesión podrá compartir los datos obtenidos de los cuestionarios que usted rellene con otras instituciones con el único fin de realizar trabajos científicos sin revelar nunca su identidad - usando un código de referencia. Esto incluye información de su expediente médico e información recogida por medio de cuestionarios.

Si tiene alguna duda sobre la sesión, o su proceso de integración en los meses después, puede hacer preguntas en cualquier momento al responsable o su equipo. La participación es totalmente voluntaria y es libre de cancelar su participación si lo desea antes del comienzo de la sesión. Sin embargo, en todo momento se comprometerá a seguir las instrucciones del responsable y equipo a cargo de la sesión para un correcto control de su estado de salud. De igual manera, recordar que a criterio del responsable puede ser excluido de participación en la sesión por cualquier afectación de su salud, estado psicológico o físico, que pueda repercutirle de algún modo, o si usted no cumple los requerimientos para la participación.

El responsable conoce los ingredientes y la potencia de la ayahuasca y ajustará la dosis del preparado en función de su edad, sexo, experiencia, sensibilidad, estado de salud y necesidades.

El responsable y su equipo a cargo de la sesión se comprometen a proteger su seguridad física y emocional, su integridad e intimidad durante todo el proceso, y le facilitará todo el apoyo psicológico y físico que necesite durante la fase preparativa, la sesión y el periodo después. El responsable y su equipo dispone de un protocolo de actuación en caso de emergencia y se compromete a no negar a nadie la ayuda necesaria en este raro caso.

Declaración de Conformidad

Acepto las condiciones de participación en la sesión de ayahuasca, a cargo del responsable y su equipo. Elijo participar de manera totalmente voluntaria. Mi participación no ha sido incitada por el organizador de esta sesión y su equipo, ni de otra persona: la decisión de mi participación es mía y está basada en mi propia valoración de los efectos, criterios de exclusión, potenciales riesgos y beneficios de la ayahuasca, el enfoque de esta sesión y los compromisos de las personas a cargo de ella.

Me han indicado también que tendré que responder honestamente a todas las preguntas en la entrevista de preselección y en los cuestionarios que rellenaré antes y después de la sesión. Me comprometo a facilitar toda la información relevante sobre mi historial médico, estado de salud mental y físico, o cualquier otra información que pueda servir para la protección de mi salud durante el proceso.

Reconozco que la información que yo provea en el curso de este proceso es estrictamente confidencial y no será usada para ningún otro propósito fuera de los que están descritos anteriormente en este documento sin mi consentimiento.

La persona a cargo de la sesión me ha explicado en qué consistirá la sesión y cómo se desarrollará. He sido informado de que puedo hacer preguntas sobre la sesión en cualquier momento y que puedo retirarme del mismo cuando así lo decida, antes del comienzo de la toma de ayahuasca. Una vez empezado la sesión me comprometo no salir del lugar donde se realiza sin consentimiento del responsable, y seguir sus instrucciones en todo momento, desde la fase preparativa hasta la integración. Entiendo y acepto que, a criterio del responsable, puedo ser excluido de participación en la sesión.

Entiendo que una copia de esta ficha de consentimiento me será entregada.

Nombre del participante

Fecha

FIRMA:

Ficha médica

para participantes en sesiones de ayahuasca

Nombre/Iniciales: _____

Ciudad: _____

Teléfono: _____

E-mail: _____

Edad: _____

Sus datos son confidenciales

Información sobre la sesión

Las sesiones de ayahuasca van dirigidas a ser una experiencia de crecimiento personal y no deben ser consideradas un sustituto de la psicoterapia, más bien un trabajo complementario. El trabajo con ayahuasca puede implicar experiencias intensas acompañadas de liberaciones emocionales y físicas fuertes. No se recomienda para personas con problemas cardiovasculares, hipertensión grave, algunos diagnósticos de patologías psiquiátricas, fracturas o cirugías recientes, enfermedades infecciosas agudas, epilepsia o emergencias espirituales activas. No existen datos sobre la seguridad de la ayahuasca en mujeres embarazadas. Para más información sobre la ayahuasca, visita la siguiente web: www.iceers.org

Si tiene cualquier duda en cuanto a si debería participar en la sesión, resulta esencial que lo consulte con su médico o terapeuta, así como previamente con los organizadores de la sesión.

Información personal

Las respuestas a las siguientes preguntas tienen el propósito de ayudar a los facilitadores y se mantendrán en estricta confidencialidad. Por favor conteste todas las preguntas tan ampliamente como sea posible.

1. ¿Tiene un historial pasado, o ha sido diagnosticado de, o sufre actualmente de cualquiera de las siguientes dolencias?

	SI	NO
a) Enfermedad cardiovascular, incluido ataque al corazón	___	___
b) Presión arterial alta	___	___
c) Afección psiquiátrica diagnosticada	___	___
d) Operación quirúrgica reciente	___	___
e) Pasadas o actuales lesiones físicas, incluyendo fracturas o dislocaciones	___	___
f) Enfermedades infecciosas o contagiosas	___	___
g) Glaucoma	___	___
h) Desprendimiento de retina	___	___
i) Epilepsia	___	___
j) Osteoporosis	___	___
k) Asma (en caso afirmativo, traiga el inhalador a la sesión)	___	___

- | | | | |
|-----|--|-----|-----|
| 2. | ¿Está embarazada en este momento? | ___ | ___ |
| 3. | ¿Ha sido hospitalizado / a en los últimos 20 años por razones médicas? | ___ | ___ |
| 4. | ¿Ha sido hospitalizado /a alguna vez por motivos psiquiátricos? | ___ | ___ |
| 5. | ¿Hay personas en su familia con una historia de trastornos psiquiátricos? | ___ | ___ |
| 6. | ¿Está en terapia actualmente o implicado/a en algún tipo de grupo de apoyo? | ___ | ___ |
| 7. | ¿Está tomando algún tipo de medicación? Describalo en la parte de atrás | ___ | ___ |
| 8. | ¿Hay algo más sobre su estado físico o emocional que debamos tener en cuenta? | ___ | ___ |
| 9. | ¿Ha tomado ayahuasca con anterioridad? | ___ | ___ |
| | ¿Cuántas veces? _____ | | |
| 10. | ¿Ha experimentado efectos adversos o experiencias muy difíciles que no ha podido integrar con ayahuasca? | ___ | ___ |
| 11. | ¿Ha experimentado efectos adversos o experiencias muy difíciles que no ha podido integrar con otras sustancias psicoactivas? | ___ | ___ |

Información para un contacto de emergencia:

Nombre Teléfono

Si responde afirmativamente a cualquiera de las preguntas, es importante que lo explique o elabore más extensamente en la parte de atrás de este formulario médico o en otra hoja.

El organizador de la sesión debe recibir este formulario médico como parte de su registro. No podremos confirmar su participación hasta haber recibido dicho formulario.

Por favor lea y firme la siguiente declaración:

Yo confirmo que he leído y comprendido la información de este formulario médico. Doy fe de haber contestado completa y honestamente a todas las preguntas, y de que no he retenido ninguna información. Mi salud general, hasta donde yo se, es buena.

Nombre Fecha

FIRMA: