

La ayahuasca ayuda a superar los procesos de duelo

Un nuevo estudio científico evidencia el potencial de la «liana de los muertos» para aceptar y sobrellevar la muerte de nuestros seres queridos

Según un estudio publicado recientemente en la revista *Psychopharmacology*, la ayahuasca podría facilitar la integración y adaptación en los procesos de duelo por la pérdida de un ser querido, aliviando los síntomas de ansiedad y depresión. Asimismo, estos beneficios perduran a lo largo de un año tras haber participado en las ceremonias.

La fundación ICEERS, en colaboración con la Beckley Foundation, ha liderado una investigación sobre el potencial de la ayahuasca en los procesos de duelo que involucran la pérdida de un ser querido. Los resultados, publicados el 14 de enero de este año en la revista *Psychopharmacology*, abren un nuevo campo de investigación en la búsqueda de un tratamiento efectivo para aliviar el duelo prolongado.

«Hemos podido constatar que la ayahuasca facilita la aceptación de la muerte de un ser querido», asegura la doctora Débora González, investigadora principal del estudio.

Los participantes de este estudio, titulado «Potencial terapéutico de la ayahuasca en el duelo: un estudio prospectivo, observacional», asistieron a varias ceremonias de medicina tradicional amazónica en el Temple of the Way of Light, un centro de retiro situado en la zona de Iquitos (Perú), en el corazón de la selva amazónica. El 92% de los pacientes relató haber sentido un alivio de los síntomas de duelo, apuntando beneficios en el plano espiritual y en sus relaciones sociales, así como en su salud física y psicológica. No en vano, la ayahuasca puede evocar una experiencia de carácter espiritual que amplía la concepción materialista desde la cual abordamos la vida y la muerte en occidente.

En un estudio previo, publicado en *Omega - Journal of Death and Dying*, y liderado también por la fundación ICEERS, un tercio de los dolientes que habían tomado ayahuasca reportaron experiencias de reencuentro con la «presencia», el «alma» o la «esencia» de su ser querido. «La posibilidad de reencontrarte con un ser querido que ha fallecido y despedirte de él, o resolver los asuntos que quedaron pendientes, tiene un impacto terapéutico en los dolientes que difícilmente puede alcanzarse con las técnicas empleadas actualmente desde la psicoterapia convencional. Este tipo de experiencias suele transformar la visión previa que albergaban sobre la vida y la muerte», añade la doctora González.

El duelo constituye un proceso natural que se produce en el ser humano ante el fallecimiento de un familiar o amigo cercano. Sin embargo, cuando se prolonga en el tiempo puede derivar en un proceso patológico. De hecho, la Organización Mundial de la Salud (OMS) acaba de incluir el Duelo Prolongado como un nuevo diagnóstico en la última versión de la Clasificación Internacional de Enfermedades (CIE-11). El duelo prolongado afecta al 9,8% de las personas que han perdido a un ser querido. El impacto familiar, social y ocupacional de este diagnóstico se muestra equiparable al de la depresión o el estrés postraumático. Los medicamentos por sí solos no resultan efectivos para reducirlo y la psicoterapia no alcanza la efectividad que ha demostrado en el tratamiento de otros problemas clínicos. Dado que el duelo por la pérdida de un ser querido constituye un periodo de tránsito vital prácticamente universal, urge encontrar nuevos paradigmas terapéuticos para abordar la relación con la muerte en nuestra cultura.