

La ayahuasca mejora la salud mental en usuarios primerizos

Un nuevo estudio científico muestra una drástica reducción de sintomatología psiquiátrica y una mejora en la calidad de vida en nuevos usuarios.

Barcelona — Según se desprende de un reciente estudio científico publicado en la prestigiosa revista *Scientific Reports*, del grupo de publicaciones Nature, **las personas experimentan una notable disminución de sintomatología psicológica tras su primera participación en experiencias con ayahuasca**. La investigación, realizada por el departamento de Ciencia e Innovación de la fundación ICEERS, evidencia una **reducción significativa y continuada en los niveles de depresión y ansiedad**, y una mejora notable en la calidad de vida seis meses después de su participación.

«Podimos demostrar una **notable mejora en la salud mental y la calidad de vida** después de una experiencia con ayahuasca», afirma el doctor José Carlos Bouso, investigador principal del estudio. «Considerando que **la depresión es uno de los problemas de salud más prominentes de nuestros tiempos**, estos hallazgos ilustran que esta decocción, que ha **sido utilizada por los indígenas para la curación durante generaciones, tiene algo que ofrecer a nuestro mundo moderno**».

En ese mismo trabajo, **se compararon las puntuaciones del grupo de principiantes antes de que tomaran ayahuasca con las de un grupo de usuarios con amplia experiencia**, con el fin de controlar si las mejoras se podían deber al uso de ayahuasca o a otras variables, encontrando unos **niveles de depresión menores en el grupo de usuarios regulares**. El hecho de que las personas que nunca habían tomado tuvieran niveles mayores de depresión que los usuarios regulares, unido a la mejoría en las puntuaciones de depresión tras tomar por primera vez, confirma **el potencial de la ayahuasca en la mejora de los trastornos del estado de ánimo**.

Entre las variables que se evaluaron en el estudio, dirigido por el doctor José Carlos Bouso, destacan **una entrevista psiquiátrica, escalas de depresión, de psicopatología, de flexibilidad psicológica, de personalidad, de salud general y de calidad de vida**. Estas pruebas se realizaron antes de la primera ceremonia, así como en dos ocasiones posteriores: después de un mes y tras un período de seis meses.

Investigaciones anteriores

Otros estudios observacionales realizados con participantes regulares de ceremonias de ayahuasca encontraron **efectos ansiolíticos y una ausencia de psicopatología o deterioro neuropsicológico** en los usuarios. Además, investigaciones adicionales reportaron **efectos antidepresivos en pacientes con depresión mayor resistente a tratamiento**. Asimismo, en un ensayo clínico controlado, publicado recientemente, también se encontraron efectos antidepresivos tras una única administración de ayahuasca.

En consecuencia, los resultados obtenidos en las investigaciones reflejan **el gran potencial que tienen las ceremonias de ayahuasca para mejorar el estado de ánimo y la calidad de vida de pacientes con trastornos psicológicos**, sin implicar graves riesgos para su salud.