



Ficha técnica

El potencial terapéutico de la ayahuasca

Los primeros estudios sobre los beneficios terapéuticos de la ayahuasca comenzaron en la década de 1980. Estas investigaciones plantean varias utilidades psicoterapéuticas relacionadas tanto con los efectos farmacológicos como con la experiencia subjetiva.

¿Qué es la ayahuasca?



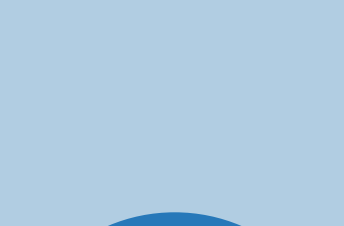
Información

- » **La ayahuasca es una decocción o preparado en frío de la liana amazónica *Banisteriopsis caapi*.** El término «ayahuasca» proviene de una palabra quechua comúnmente traducida como «la liana de los muertos» o «la sogla de los muertos». Los diversos pueblos amazónicos emplean docenas de nombres diferentes para la preparación y sus variaciones, las cuales están envueltas en una diversidad de prácticas y conocimientos tradicionales.
- » **La infusión se elabora combinando la liana con otras plantas medicinales amazónicas**, más comúnmente la *Psychotria viridis* (*chacruna*) o la *Diplopteryx cabrerana* (*challiponga* o *chagrapanga*). Estas plantas contienen la dimetiltriptamina (DMT) existente en la bebida, la cual se vuelve oralmente

activa gracias a la inhibición de la monoaminooxidasa (MAO) provocada por los alcaloides betacarbolínicos.

- » **Los pueblos amazónicos usan la ayahuasca como una medicina**, un canal de comunicación con el mundo natural, un vehículo para la adivinación y para facilitar rituales colectivos que fortalecen las relaciones sociales, entre otros. La ayahuasca constituye una parte central de muchas cosmologías indígenas y tradicionales, y resulta fundamental para su identidad cultural y sus esfuerzos de autodeterminación política. En las últimas décadas, la ayahuasca ha trascendido sus territorios históricos a través de personas de todo el mundo que se han interesado por sus beneficios terapéuticos y psicosociales.

¿Cómo puede la ayahuasca ser terapéutica o aumentar nuestro bienestar?



Efectos curativos

- » **La ayahuasca puede servir de apoyo o para el desarrollo personal**, el bienestar psicológico y emocional, y la armonía y cohesión sociales, así como catalizar experiencias espirituales o religiosas.
- » **Promueve el «descentramiento»**⁴ o la capacidad de percibir pensamientos y emociones como eventos transitorios de la mente, sin quedar atrapado en ellos.
- » **Promueve el mindfulness y la flexibilidad cognitiva**,⁵ permitiendo a las personas contemplar eventos, situaciones y relaciones desde perspectivas desapegadas.
- » **La ayahuasca produce efectos antidepresivos** en pacientes con diagnósticos clínicos. Estos efectos se mantuvieron durante 21 días después de la administración de una dosis única.⁶
- » **Varias formas de depuración, como el vómito**, constituyen efectos deseados que favorecen la limpieza física, emocional y energética.⁷
- » **La posibilidad de enfrentarse a contenido emocional o psicológico difícil** puede derivar en un proceso transformador y sanador.⁸
- » **Hay evidencia de resultados positivos en la terapia del duelo**, persistentes después de un año, incluidos algunos mecanismos de acción previamente no descritos en la literatura científica.⁹
- » **Sus posibles propiedades neuroprotectoras y neurogenerativas**^{10,11} podrían resultar útiles para el tratamiento de la demencia y una variedad de enfermedades neurodegenerativas.



Purga

- » **Los participantes generalmente no consideran las purgas**, las náuseas y los vómitos como reacciones adversas, sino como efectos positivos y deseables.¹²
- » **La purga se considera parte esencial del proceso terapéutico**. Para muchos pueblos indígenas, la purga es el efecto deseado más importante: les ayuda a mantenerse física, emocional y energéticamente limpios.²
- » Esta limpieza ayuda al cuerpo a deshacerse de los parásitos, **permitiendo procesar los estados emocionales** y liberar la mente de pensamientos neuróticos.

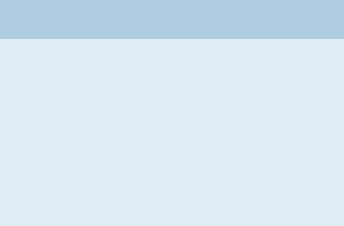
¿La ayahuasca mejora la salud mental?



Salud mental

- » **Las propiedades terapéuticas de la ayahuasca** probablemente se deban a una combinación de sus acciones psicoactivas y farmacológicas. La ayahuasca activa áreas cerebrales relacionadas con la memoria episódica y la percepción y el procesamiento de emociones y sensaciones.¹²
- » **Promueve el «descentramiento»**⁴ o la capacidad de percibir pensamientos y emociones como eventos transitorios de la mente, sin quedar atrapado en ellos, promoviendo el *mindfulness* y la flexibilidad cognitiva.⁵
- » **La mayoría de las personas que toman ayahuasca están perfectamente adaptadas** e integradas en su entorno social, laboral y familiar, utilizando la ayahuasca para su crecimiento personal y espiritual.¹³

¿Qué dice la investigación sobre la depresión?



Evidencia

- » **Un estudio reciente en pacientes con depresión mayor encontró en la ayahuasca efectos antidepresivos**, los cuales se mantuvieron durante 21 días después de una dosis única.⁶
- » **Los efectos terapéuticos se correlacionan con cambios cerebrales** medidos a través de técnicas de neuroimagen, demostrando el cambio terapéutico de manera objetiva.⁶
- » La investigación clínica también ha corroborado que el uso de ayahuasca produce una **disminución de la ideación suicida**.¹⁴
- » **Los niveles de cortisol (hidrocortisona)** después del tratamiento con ayahuasca se muestran similares a los detectados en sujetos normales, lo que sugiere un marcador biológico para mitigar la depresión y la ideación suicida.¹⁵

¿Qué otras utilidades podría tener?

- » **La ayahuasca ha arrojado resultados positivos respecto a la gestión del duelo** en personas que han sufrido la pérdida de un ser querido. Un estudio reciente documenta efectos beneficiosos duraderos, incluso después de un año de seguimiento.⁹
- » La ayahuasca se asocia con resultados positivos en **pacientes con trastornos de la alimentación**, según estudios preliminares.¹⁶
- » La ayahuasca podría usarse para tratar el **trastorno de estrés postraumático (TEPT)**, según varios autores.¹⁷
- » La ayahuasca podría resultar útil en el tratamiento del **trastorno límite de la personalidad**¹⁸ y una variedad de «enfermedades de la civilización».¹⁹

¿Puede la ayahuasca ayudar con la salud cerebral?

- » Se ha demostrado que la ayahuasca **mejora la sintomatología de algunas afecciones físicas graves**, como la esclerosis lateral amiotrófica (ELA),²⁰ aunque se necesita mucha más evidencia al respecto.
- » Asimismo, se descubrió que **la harmina, la harmalina y la tetrahidroharmina** (los tres constituyentes principales de la *Banisteriopsis caapi*) estimulan (*in vitro*) la neurogénesis en adultos, mientras que la harmina mostró proliferación de progenitores neurales humanos.²¹
- » **La DMT promueve la neurogénesis**, y se ha detectado un efecto neuroprotector tanto en cultivos celulares²² como en animales.²³

¿Puede una experiencia psicológica difícil terminar siendo positiva?



Experiencias difíciles

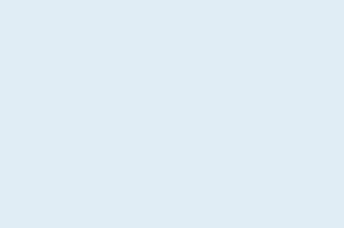
- » **Las experiencias psicológicas y terapéuticas a largo plazo**,²⁴ no derivando necesariamente en consecuencias negativas sostenidas en el tiempo, excepto en casos excepcionales.
- » **Las experiencias difíciles pueden ayudar al participante a confrontar contenido inconsciente**, traumas reprimidos, recuerdos dolorosos, defectos de personalidad o de carácter, así como ideas y creencias culturales, sociales o religiosas obsoletas.
- » En muchas tradiciones amazónicas, **las experiencias difíciles se interpretan como «pruebas»** administradas por las propias plantas, examinando el progreso de los iniciados en su camino de aprendizaje.
- » Si bien estos procesos pueden resultar muy transformadores, es esencial trabajar con **facilitadores y proveedores responsables y cualificados**.

Referencias

1. *Riba et al.*, 1999; *Riba et al.*, 2001; *Riba, 2003*; *Riba y Barbanjo*, 2005; *dos Santos*, 2011; *dos Santos et al.*, 2012.
2. *Luna*, 1986, 2011.
3. *GómeZ-Sousa et al.*, 2021.
4. *Franquesa et al.*, 2018; *Soler et al.*, 2016.
5. *Murphy-Beiner y Soar*, 2020; *Sampedro et al.*, 2017; *Soler et al.*, 2018.
6. *Osório et al.*, 2015; *Sanches et al.*, 2016; *Palhano-Fontes et al.*, 2017.
7. *González et al.*, 2019; *González et al.*, 2020.
8. *Dakic et al.*, 2016.
9. *Berthoux et al.*, 2019.
10. *Morales-García et al.*, 2020.
11. *Grob et al.*, 1994; *Doering-Silveira et al.*, 2005; *Berlowitz et al.*, 2019; *Fernández et al.*, 2015; *Loizaga-Velder y Verres*, 2014; *Thomas et al.*, 2013; *Talin y Sanabria*, 2017; *Apud y Romani*, 2017.
12. *Riba et al.*, 2006; de *Araujo et al.*, 2011.
13. *Bousso et al.*, 2012; *Bousso et al.*, 2015; *Soler et al.*, 2016; *Palhano-Fontes*, 2015.
14. *Palhano-Fontes et al.*, 2017; *Zelfman et al.*, 2019.
15. *Galvão et al.*, 2018.
16. *Lafrance et al.*, 2017; *Renelli et al.*, 2018.
17. *Nielson y Megler*, 2013.
18. *Dominguez-Clavé et al.*, 2019.
19. *Frecska et al.*, 2016.
20. *Dakic et al.*, 2016; *Morales-García et al.*, 2017.
21. *Djamshidian et al.*, 2015; *Fisher et al.*, 2018.
22. *Berthoux et al.*, 2019.
23. *Morales-García et al.*, 2020.

Recursos

- » Para acceder a las referencias de llamada y obtener información detallada sobre los temas destacados en esta hoja informativa, visite la última edición del Informe Técnico sobre Ayahuasca.
- » Para obtener información general sobre la ayahuasca, su historia de uso y su estatus legal en varios países, visite: <https://www.iceers.org/es/ayahuasca/>.



Referencias y recursos

1. *Apud, I. y Romani, O.* (2017). Medicine, religion and ayahuasca in Catalonia: Considering ayahuasca networks from a medical anthropology perspective. *International Journal of Drug Policy*, 39, 28-36.
2. *Berlowitz, I., Walt, H., Ghassarian, C., Mendive, F., y Martin-Soelch, C.* (2019). Short-term treatment effects of a substance use disorder therapy involving traditional Amazonian medicine. *Journal of Psychoactive Drugs*, 51(4), 323-334.
3. *Berthoux, C., Barre, A., Bockaert, J., Marin, P., y Bécamel, C.* (2019). Sustained activation of postsynaptic 5-HT2A receptors gates plasticity at prefrontal cortex synapses. *Cerebral Cortex*, 29(4), 1659-1669.
4. *Bousso, J. C., Fátregas, J. M., Antonijon, R. M., Rodriguez-Fornells, A., y Riba, J.* (2013). Acute effects of ayahuasca on neuropsychological performance: Differences in executive function between ayahuasca and ayahuasca users. *Psychopharmacology*, 230(3), 415-424.
5. *Bousso, J. C., y Riba, J.* (2015). Ayahuasca and the treatment of drug addiction. En: *Labate, B. C., y Cavnar, C.* (Eds.). *The Therapeutic Use of Ayahuasca*. Berlin: Springer.
6. *Callaway, J. C.* (2005). Various alkaloid profiles in decoctions of *Banisteriopsis caapi*. *Journal of Psychoactive Drugs*, 37(2), 151-155.
7. *Dakic, V., Maciel, R. M., Drummond, H., Nascimento, J. M., Trindade, P., y Rehen, S. K.* (2016). Harmine stimulates proliferation of human neural progenitors. *PeerJ*, 4, e22727.
8. *de Araujo, D. B., Ribeiro, S., Cecchi, G. A., Carvalho, F. M., Sanchez, T. A., Pinto, J. P., de Martins, B. S., Crippa, J. A., Hallak, J. E., Santos, A. C.* (2011). Seeing with the eyes shut: Neural basis of enhanced imagery following ayahuasca ingestion. *Human Brain Mapping*, 33(11), 2550-2560.
9. *Djamshidian, A., Bernschneider-Reif, S., Poewe, W., y Lees, A. J.* (2015). Banisteriopsis caapi, a forgotten potential therapy for Parkinson's disease? *Movement Disorders Clinical Practice*, 3(1), 19-26.
10. *Doering-Silveira, E., Grob, C. S., Dobkin de Rios, M., Lopez, E., Alonso, L. K., Tacla, C., y da Silveira, D. X.* (2005). Report on psychoactive drug use among adolescents using ayahuasca within a religious context. *Journal of Psychoactive Drugs*, 37(2), 141-144.
11. *Dominguez-Clavé, E., Soler, J., Pascual, J. C., Elices, M., Franquesa, A., Valle, M., Alvarez, E., y Riba, J.* (2019). Ayahuasca improves emotion dysregulation in a community sample and in individuals with borderline-like traits. *Psychopharmacology (Berl)*, 236(2), 573-580.
12. *dos Santos, R. G.* (2011). *Ayahuasca: Physiological and subjective effects, comparison with d-amphetamine, and repeated doses assessment*. Tesis doctoral, Universidad Autónoma, Barcelona. Disponible en: <https://www.tdx.cat/handle/10803/83579>.
13. *dos Santos, R. G.* y *Strassman, R.* (2011). Ayahuasca and psychosis. In: *dos Santos, R. G.* (Ed.). *The Ethnopharmacology of Ayahuasca*. Trivandrum: Transworld Research Network. Disponible en: https://www.trnres.com/ebook/uploads/content/rafael/T_140497708%20Rafael.pdf.
14. *Fisher, R., Lincoln, L., Jackson, M. J., Abbate, V., Jenner, P., Hider, R., Lees, A., y Rose, S.* (2018). The effect of Banisteriopsis caapi (B. caapi) on the motor deficits in the MPTP-treated common marmoset model of Parkinson's disease. *Phytotherapy Research*, 33(11), 678-687.
15. *Franquesa, A., Sainz-Cort, A., Gandy, S., Soler, J., Alcázar-Córcoles, M. Á., y Bousso, J. C.* (2018). Psychological variables implied in the therapeutic effect of ayahuasca: A contextual approach. *Psychiatry Research*, 264, 334-339.
16. *Freška, E., Bokor, P., y Winkelmann, M.* (2016). The therapeutic potential of ayahuasca: Possible effects against various diseases of civilization. *Frontiers in Pharmacology*, 7, 35.
17. *Galvão, A. C. M., de Almeida, R. N., Silva, E. A. D. S., Freire, F. A. M., Palhano-Fontes, F., Onias, H., Arcoverde, E., Maia-de-Oliveira, J. P., de Araujo, D. B., Lobão-Souares, B., y Galvão-Coelho, N. L.* (2018). Cortisol modulation by ayahuasca in patients with treatment resistant depression and healthy controls. *Frontiers in Psychiatry*, 9, 185.
18. *Gómez-Sousa, M., Jiménez-Garrido, D. F., Ona, G., dos Santos, R. G., Hallak, J. E. C., Alcázar-Córcoles, M. Á., y Bousso, J. C.* (2021). Acute psychotomimetic adverse reactions in first-time ritual ayahuasca users: A prospective case series. *Journal of Clinical Psychopharmacology*, 41(2), 163-171.
19. *González, D., Carrillo, J., Pérez, I., Fariña, M., Feilding, A., Ojols, J. E., y Bousso, J. C.* (2020). Therapeutic potential of ayahuasca in grief: A prospective, observational study. *Psychopharmacology (Berl)*, 237(4), 1171-1182.
20. *Grob, C. S., McKenna, D. J., Callaway, J. C., Brito, G. S., Neves, E. S., Oberlander, G., Saide, O. L., Labigalini, E., Tacla, C., Miranda, C. T., Strassman, R. J., y Boone, K. B.* (1976). Human psychotomimetic effects of the hallucinogenic plant hallucinogen used in ritual context in Brazil. *Journal of Nervous and Mental Disease*, 164(2), 86-94.
21. *Lafrance, A., Loizaga-Velder, A., Fletcher, J., Renelli, M., Files, N., y Tupper, K. W.* (2017). Nourishing the spirit: Exploratory research on ayahuasca experiences along the continuum of recovery from eating disorders. *Journal of Psychoactive Drugs*, 49(5), 427-435.
22. *Loizaga-Velder, A., y Verres, R.* (2014). Therapeutic effects of ritual ayahuasca use in the treatment of substance dependence: Qualitative results. *Journal of Psychoactive Drugs*, 46(1), 63-72.
23. *Luna, L. E.* (1986). Vegetalismo shamanism among the mestizo population of the Peruvian Amazon. *Studies in Comparative Ethnology*, #27. Estocolmo: Almqvist and Wiksell International.
24. *Luna, L. E.* (2011). Indigenist and mestizo use of ayahuasca: An overview. En: *dos Santos, R. G.* (Ed.). *The Ethnopharmacology of Ayahuasca*. Trivandrum: Transworld Research Network. Disponible en: https://www.trnres.com/ebook/uploads/rafael/T_129983495%20Rafael.pdf.
25. *Morales-García, J. A., de la Fuente Revenga, M., Alonso-Gil, S., Rodríguez-Franco, M. I., Feilding, A., Perez-Castillo, A., y Riba, J.* (2017). The alkaloids of *Banisteriopsis caapi*, the plant source of the Amazonian hallucinogenic ayahuasca, stimulate adult neurogenesis *in vitro*. *Scientific Reports*, 7(1), 5309.
26. *Morales-García, J. A., Calleja-Conde, J., Lopez-Moreno, J. A., Alonso-Gil, S., Sainz-Cristobal, M., Riba, J., y Pérez-Castillo, A.* (2020). N,N-Dimethyltryptamine compound found in the hallucinogenic tea ayahuasca regulates adult neurogenesis *in vitro* and *in vivo*. *Translational Psychiatry*, 10(1), 331.
27. *Murphy-Beiner, A., y Soar, K.* (2020). Ayahuasca's 'afterglow': Improved mindfulness and cognitive flexibility in ayahuasca drinkers. *Psychopharmacology (Berl)*, 237(4), 1161-1169.
28. *Nielson, J. L., y Megler, J. D.* (2015). Ayahuasca as a candidate therapy for PTSD. En: *Labate, B. C., y Cavnar, C.* (Eds.). *The Therapeutic Use of Ayahuasca*. Berlin: Springer.
29. *Osório, F. L., Sanches, R. F., Macedo, L. R., dos Santos, R. G., Maia-de-Oliveira, J. P., Wichert-Ana, L., Araujo, D. B., Riba, J., Crippa, J. A., y Hallak, J. E.* (2015). Antidepressant effects of a single dose of ayahuasca in patients with recurrent depression: A preliminary report. *Revista Brasileira de Psiquiatria*, 37(1), 13-20.
30. *Palhano-Fontes, F., Andrade, K. T., Tofoli, L. F., Santos, A. C., Crippa, J. A., Hallak, J. E., Ribeiro, S., y de Araujo, D. B.* (2015). The psychedelic state induced by ayahuasca modulates the activity and connectivity of the default mode network. *PLoS One*, 10(2), e0118143.
31. *Palhano-Fontes, F., Barreto, D., Onias, H., Andrade, K. C., Novaes, M. M., Pessoa, J. A., Mota-Rolim, S. A., Osório, F. L., Sanches, R., dos Santos, R. G., Tofoli, L. F., de Oliveira Silveira, G., Yonamine, M., Riba, J., Santos, F. R., Silva-Junior, A. A., Aichieri, J. C., Galvão-Coelho, N. L., Lobão-Souares, B., Hallak, J. E. C., Arcoverde, E., Maia-de-Oliveira, J. P., y Araujo, D. B.* (2019). Rapid antidepressant effects of the psychedelic ayahuasca in treatment-resistant depression: A randomized placebo-controlled trial. *Psychological Medicine*, 49(4), 655-663.
32. *Renelli, M., Fletcher, J., Tupper, K. W., Files, N., Lafrance, A.* (2018). An exploratory study of experiences with conventional eating disorder treatment and ceremonial ayahuasca for the healing of eating disorders. *Eating and Weight Disorders*, 25(2), 437-444.
33. *Riba, J.* (2003). *Human pharmacology of ayahuasca*. Tesis doctoral, Universidad Autónoma, Barcelona. Disponible en: <https://www.tdx.cat/handle/10803/5378>.
34. *Riba, J., y Barbanjo, M. J.* (2005). Bringing ayahuasca to the clinical research laboratory. *Journal of Psychoactive Drugs*, 37(2), 219-230.
35. *Riba, J., y Barbanjo, M. J.* (2006). Ayahuasca. En: *Peris, J. C., Zurián, J. C., Martínez, G., Callaway, G. R.* (Eds.). *Tratado SET de Transtornos Adictivos*. Madrid: Ed. Médica Panamericana.
36. *Riba, J., Rodríguez-Fornells, A., Urbano, G., Morte, A., Antonijon, R., Montero, M., Gallay, J. C., y Barbanjo, M. J.* (2001). Subjective effects and tolerability of the South American psychoactive beverage ayahuasca in healthy volunteers. *Psychopharmacology*, 154(1), 85-95.
37. *Riba, J., Valle, M., Urbano, G., Wtita, M., Morte, A., y Barbanjo, M. J.* (2003). Human pharmacology of ayahuasca: Subjective and cardiovascular effects, monoamine metabolite excretion, and pharmacokinetics. *Journal of Pharmacology and Experimental Therapeutics*, 306(1), 73-83.
38. *Riba, J., Romero, S., Grasa, E., Mena, E., Carrió, I., y Barbanjo, M. J.* (2006). Increased frontal and paralimbic activation following ayahuasca: the pan-Amazonian inebriant. *Psychopharmacology*, 186(1), 93-98.
39. *Sampedro, F., de la Fuente Revenga, M., Valle, M., Roberto, N., Dominguez-Clavé, E., Elices, M., Luna, L. E., Crippa, J. A., Hallak, J. E. C., de Araujo, D. B., Friedlander, P., Barker, S. A., Alvarez, E., Soler, J., Pascual, J. C., Feilding, A., y Riba, J.* (2017). Assessing the psychedelic 'after-glow' in ayahuasca users: Post-acute neurometabolic and functional connectivity changes are associated with enhanced mindfulness capacities. *International Journal of Neuropsychopharmacology*, 20(9), 698-711.
40. *Sánchez-Avilés, C., y Bousso, J. C.* (2015). Ayahuasca: From the Amazon to the Global Village. *Drug Policy Briefing*, 43. Transnational Institute / ICERS Foundation.
41. *Soler, J., Elices, M., Franquesa, A., Barker, S., Friedlander, P., Feilding, A., Pascual, J. C., y Riba, J.* (2016). Exploring the therapeutic potential of ayahuasca: Acute intake increases mindfulness-related capacities. *Psychopharmacology (Berl)*, 233(5), 823-829.
42. *Soler, J., Elices, M., Dominguez-Clavé, E., Pascual, J. C., Feilding, A., Navarro-Gil, M., García-Campayo, J., y Riba, J.* (2018). Four weekly ayahuasca sessions lead to increases in 'acceptance' capacities: A comparison study with a standard 8-week mindfulness training program. *Frontiers in Pharmacology*, 9, 224.
43. *Talin, P., y Sanabria, E.* (2017). Ayahuasca's entwined efficacy: An ethnographic study of ritual healing from 'addiction'. *International Journal of Drug Policy*, 44, 23-30.
44. *Thomas, G., Lucas, P., Caplier, N. R., Tupper, K. W., y Martin, G.* (2013). Ayahuasca-assisted therapy for addiction: Results from a preliminary observational study in Canada. *Current Drug Abuse Reviews*, 6(1), 30-42.
45. *Zelfman, R. J., Palhano-Fontes, F., Hallak, J., Arcoverde, E., Maia-de-Oliveira, J. P., y Araujo, D. B.* (2019). The impact of ayahuasca on suicidality: Results from a randomized controlled trial. *Frontiers in Pharmacology*, 10, 1325.