

PONTIFICIA UNIVERSIDAD CATÓLICA DEL ECUADOR

FACULTAD DE MEDICINA

CARRERA DE MEDICINA

**“PSICONÁUTICA Y TERAPÉUTICA: REPRESENTACIONES SOCIALES SOBRE EL USO
DE AYAHUASCA. ORGANIZACIÓN ‘AYAHUASCA EN ECUADOR’,
2021 – 2022. QUITO.”**

DISERTACIÓN PREVIA A LA OBTENCIÓN DEL TÍTULO DE MÉDICA CIRUJANA

AUTORA:

CAMILA VICTORIA RODRÍGUEZ RIVADENEIRA

DIRECTOR:

ALEXIS RIVAS TOLEDO, PhD

QUITO, ECUADOR

2023

DEDICATORIA

A mis padres. Nada de esto hubiera sido posible sin ustedes. Los amo eternamente.

Al espíritu de las plantas maestras, de los enteógenos y de los psikedélicos.

A los curanderos, chamanes, taitas, mamas, yageceros, terapeutas... y a todos quienes proveen sanación a través del poder de la naturaleza; sosteniendo, acompañando y enriqueciendo el proceso personal.

A los psiconautas y su incansable búsqueda.

Al Gran Espíritu, su infinita sabiduría y su plan perfecto.

A mi yo anciana. A mi yo niña.

AGRADECIMIENTOS

A mami y papi, por todo su amor, su apoyo incondicional, su paciencia y su apertura.

A mis abues, tíos y primos, por estar siempre conmigo y alentarme aun cuando estamos lejos.

A Sergito, Edu y Merce, por permitirme trabajar a su lado, por los saberes, la música preciosa y las palabras que le daban calor a mi corazón.

Al Dr. Alexis Rivas, por ser el mejor mentor y la guía más bonita; por creer en la magia de lo alternativo y defenderlo.

A los seres que fueron llamados a compartir la medicina del yagé, y su voluntad conmigo para participar de este sueño.

A mis amigos, que me sostienen y me inspiran.

A mis ancestros y espíritus, que son uno conmigo y me clarifican.

A mí, por la valentía y la compasión.

A todos los que me llevaron de la mano por este camino de luz. Los amo.

Pero sobre todo, a mami Ayahuasca, por sus enseñanzas y su compañía sempiterna; por los lugares a los que me ha conducido y las maravillas que me ha permitido experimentar.

A ella que está en el micelio, en el rocío y en el sol.

“No hay nada más psicodélico que la realidad.”

(Yanina Thomassiny,
en *'Sabiduría Psicodélica'*)



ÍNDICE DE CONTENIDO

Resumen.....	11
Abstract.....	13
Introducción.....	15
1. CAPÍTULO 1. MARCO TEÓRICO.....	17
1. Representaciones Sociales.....	17
1.1.1. Definición.....	17
1.1.2. Construcción.....	18
1.1.3. Sobre el Uso de Ayahuasca y la Autopercepción de Salud.....	18
2. Psiconáutica.....	21
1.2.1. Definición.....	21
1.2.2. Historia.....	21
1.2.3. Técnicas.....	22
1.2.4. Estados Alterados de Conciencia.....	22
1.2.5. Experiencia Psicodélica.....	25
3. Pluralismo Médico.....	29
1.3.1. Estrategia de la Organización Mundial de la Salud sobre Medicina Tradicional 2014 – 2023.....	32
4. Ayahuasca.....	34
1.4.1. Componentes y Preparación.....	36
1.4.2. Reseña Histórica.....	37
1.4.3. Uso Ritual.....	39
1.4.3.1. Mitología y Simbolismo.....	40
1.4.3.2. Componentes Ceremoniales.....	42
1.4.3.2.1. Guías.....	43
1.4.3.2.2. Herramientas de Sanación.....	45
1.4.3.2.3. Practicantes.....	47
1.4.4. Estado Legal.....	49
1.4.4.1. América del Sur.....	51
1.4.4.2. América Central.....	57
1.4.4.3. América del Norte.....	57
1.4.4.4. Europa.....	59
1.4.5. Farmacología.....	61
1.4.5.1. Farmacocinética.....	61
1.4.5.1.1. β -carbolinas.....	62
1.4.5.1.1.1. Harmina.....	62
1.4.5.1.1.2. Harmalina.....	63
1.4.5.1.1.3. Tetrahidroharmina.....	63
1.4.5.1.2. N,N-dimetiltriptamina.....	64
1.4.5.2. Farmacodinamia.....	65
1.4.5.2.1. β -carbolinas.....	65
1.4.5.2.1.1. Harmina.....	66
1.4.5.2.1.2. Harmalina.....	72
1.4.5.2.1.3. Tetrahidroharmina.....	74
1.4.5.2.2. N,N-dimetiltriptamina.....	74
1.4.5.3. Efectos.....	76
1.4.5.3.1. A Corto Plazo.....	76
1.4.5.3.2. A Largo Plazo.....	79
1.4.5.4. Toxicidad.....	80
1.4.5.5. Tolerancia y Dependencia.....	84
1.4.5.6. Interacciones.....	84
1.4.6. Terapéutica.....	85
1.4.6.1. Salud Física.....	85
1.4.6.2. Salud Mental.....	86
1.4.6.3. Salud Espiritual.....	91

2.	CAPÍTULO 2. METODOLOGÍA.....	95
1.	Pregunta de Investigación.....	95
2.	Objetivos.....	95
2.2.1.1.	Objetivo General.....	95
2.2.1.2.	Objetivos Específicos.....	95
3.	Hipótesis.....	95
4.	Tipo de Estudio: Conocimientos, Actitudes y Prácticas (CAP).....	96
5.	Universo y Selección de Informantes.....	97
2.5.1.	Perfil de Organización “Ayahuasca en Ecuador”.....	97
2.5.1.1.	Misión.....	97
2.5.1.2.	Visión.....	98
2.5.1.3.	Dirigentes de las Actividades.....	99
2.5.1.3.1.	Taita.....	99
2.5.1.3.2.	Guías.....	99
2.5.1.3.3.	Acompañante.....	100
2.5.1.3.4.	Facilitadora y Coordinadora.....	100
2.5.1.3.5.	Otros Colaboradores.....	101
2.5.1.4.	Convocatorias.....	101
2.5.1.5.	Perfil Legal.....	104
2.5.1.6.	Contactos.....	104
2.5.2.	Universo.....	105
2.5.3.	Criterios de Inclusión.....	109
2.5.4.	Criterios de Exclusión.....	109
6.	Instrumentos.....	110
2.6.1.	Momentos del Estudio.....	110
2.6.2.	Fase Cuantitativa: Cuestionarios.....	110
2.6.2.1.	Salud Física.....	110
2.6.2.2.	Salud Mental.....	112
2.6.2.3.	Salud Espiritual.....	113
2.6.2.4.	Experiencia Psiquedélica.....	115
2.6.2.5.	Operacionalización de Variables Cuantitativas.....	120
2.6.3.	Fase Cualitativa: Entrevista/Historia de Vida.....	120
2.6.3.1.	Operacionalización de Variables Cualitativas.....	121
7.	Procedimientos.....	121
2.7.1.	Recolección de Información.....	121
2.7.2.	Análisis de Datos.....	122
8.	Aspectos Bioéticos.....	122
9.	Limitantes.....	123
3.	CAPÍTULO 3. RESULTADOS.....	124
1.	Análisis Descriptivo de la Población.....	124
3.1.1.	Variables Sociodemográficas.....	124
2.	Análisis Cuantitativo.....	130
3.2.1.	Indicadores Cuantitativos.....	130
3.2.2.	Terapéutica.....	131
3.2.2.1.	Salud Física.....	131
3.2.2.2.	Salud Mental.....	138
3.2.2.3.	Salud Espiritual.....	142
3.2.2.4.	Experiencia Psiquedélica.....	149
3.	Análisis Cualitativo.....	153
3.3.1.	Perfil de los Informantes.....	154
3.3.2.	Indicadores Cualitativos.....	160
3.3.3.	Entrevistas e Historias de Vida.....	161
3.3.3.1.	“Salud es Avanzar”.....	161
3.3.3.2.	“No Trabaja Como Uno Quiere, Sino Como Nuestro Ser lo Necesita”.....	186
3.3.3.3.	“La Ayahuasca se Manifiesta de Diferentes Formas: Puede Estar en una Hierbaluisa o en una Ortiga”.....	198

3.3.3.4.	“Ya No Soportaba Estar en Este Cuerpo”.....	206
3.3.3.5.	“Todo me Parecía Hermoso e Insignificante”.....	218
3.3.3.6.	“Ahora Disfruto”.....	256
3.3.3.7.	“La Ayahuasca Sí Es Para Todos pero No Todos Son Para la Ayahuasca”.....	283
4.	Manejo Terapéutico de la Ayahuasca.....	298
3.4.1.	Evaluación Individual.....	300
3.4.1.1.	Evaluación de Salud Mental.....	300
3.4.1.2.	Valoración Médica.....	301
3.4.2.	Preparación Previa.....	301
3.4.2.1.	Física.....	302
3.4.2.2.	Mental.....	304
3.4.3.	Psiquedelia Activa.....	306
3.4.3.1.	Interno.....	308
3.4.3.2.	Entorno.....	308
3.4.3.3.	Matriz.....	330
3.4.4.	Integración Posterior.....	331
3.4.4.1.	Herramientas de Integración.....	333
3.4.5.	Círculo Trascendental.....	342
3.4.5.1.	Reapertura.....	342
3.4.5.2.	Cierre.....	346
4.	CAPÍTULO 4. CONCLUSIONES Y RECOMENDACIONES.....	348
1.	Conclusiones.....	348
2.	Recomendaciones.....	354
4.2.1.	Para Practicantes.....	354
4.2.2.	Para Guías Ceremoniales y Terapeutas Alternativos.....	355
4.2.3.	Para Psiconautas.....	355
4.2.4.	Para Líderes Religiosos.....	356
4.2.5.	Para Médicos y Psicólogos.....	356
4.2.6.	Para Estudiantes de Medicina y Psicología.....	357
4.2.7.	Para Interesados/Curiosos.....	357
4.2.8.	Para el Estado Ecuatoriano.....	358
4.2.9.	Para la Industria Farmacéutica.....	358
5.	ANEXOS.....	360
1.	Consentimiento Informado Para Cuestionarios y Entrevista.....	360
2.	Cuestionarios Pre – Toma de Ayahuasca.....	362
5.2.1.	Cuestionario SF – 36 Sobre Estado de Salud Física (Modificado).....	362
5.2.2.	Cuestionario DASS – 21 Sobre Estado de Salud Mental.....	364
5.2.3.	Cuestionario SQ Sobre Estado de Salud Espiritual.....	366
3.	Cuestionarios Post – Toma de Ayahuasca.....	368
5.3.1.	Escala de Calificación Para Estados Alternos de Conciencia en Cinco Dimensiones (Modificado).....	368
5.3.2.	Cuestionario SF – 36 Sobre Estado de Salud Física (Modificado).....	374
5.3.3.	Cuestionario DASS – 21 Sobre Estado de Salud Mental (Modificado).....	375
5.3.4.	Cuestionario SQ Sobre Estado de Salud Espiritual.....	377
4.	Guías.....	379
5.4.1.	Guía para Entrevista Semiestructurada.....	379
5.4.2.	Guía para Historia de Vida.....	380
6.	BIBLIOGRAFÍA.....	381

ÍNDICE DE TABLAS

Tabla 1. Nombres de las Dos Formas de Decocción más Frecuentes de Ayahuasca, con sus Componentes Herbolarios y sus Principios Activos.....	37
Tabla 2. Lista I de Sustancias Psicotrópicas Sujetas a Fiscalización Consignadas en la Ley Orgánica de Prevención Integral del Ecuador.....	52
Tabla 3. Cantidades de Posesión Permitida de Sustancias Estupefacientes y Psicotrópicas en Ecuador.....	54
Tabla 4. Efectos de la Harmina en el Organismo Humano y en Modelos Animales.....	67
Tabla 5. Rol de la Harmina en Patologías.....	69
Tabla 6. Efectos de la Harmalina en el Organismo Humano y en Modelos Animales.....	73
Tabla 7. Efectos de la N,N – dimetilriptamina en Receptores Cerebrales.....	75
Tabla 8. Efectos de la Ayahuasca en el Cerebro Humano.....	90
Tabla 9. Características de Informantes para la Entrevista.....	108
Tabla 10. Características de Informantes para la Historia de Vida.....	109
Tabla 11. Momentos del Estudio e Instrumentos.....	110
Tabla 12. Operacionalización de Variables Cuantitativas.....	120
Tabla 13. Operacionalización de Variables Cualitativas.....	121
Tabla 14. Variables Sociodemográficas.....	125
Tabla 15. Estado de Salud General Previo.....	131
Tabla 16. Estado de Salud Actual comparado con el de Hace un Año.....	132
Tabla 17. Función Física.....	132
Tabla 18. Desempeño Físico.....	133
Tabla 19. Función Social.....	133
Tabla 20. Dolor Corporal Previo.....	134
Tabla 21. Estado de Salud General Posterior.....	135
Tabla 22. Estado de Salud Posterior comparado con el del Día Previo.....	136
Tabla 23. Dolor Corporal Posterior.....	137
Tabla 24. Depresión, Ansiedad y Estrés Previos.....	138
Tabla 25. Salud Mental Previa.....	139
Tabla 26. Depresión, Ansiedad y Estrés Posteriores.....	140
Tabla 27. Salud Mental Posterior.....	140
Tabla 28. Grado de Espiritualidad Previo.....	142
Tabla 29. Grado de Espiritualidad Posterior.....	144
Tabla 30. Ceremonias de Ayahuasca Celebradas de Abril a Diciembre de 2022.....	153
Tabla 31. Perfil de los Informantes para Entrevistas.....	154
Tabla 32. Perfil de los Informantes para Historias de Vida.....	157
Tabla 33. Recomendaciones para Descontinuación del Uso de Antidepresivos antes de Ingerir Ayahuasca.....	303
Tabla 34. Estructura de una Ceremonia con ‘Ayahuasca en Ecuador’.....	310
Tabla 35. Características del Entorno Físico Proporcionado por ‘Ayahuasca en Ecuador’.....	311
Tabla 36. Efectos de la Ayahuasca a Corto, Mediano y Largo Plazo en el Individuo.....	350

ÍNDICE DE GRÁFICOS E IMÁGENES

GRÁFICOS

Gráfico 1. Construcción de Representaciones Sociales sobre el Uso de Ayahuasca en la Salud.....	19
Gráfico 2. Historia de la Investigación Médica con Psiquedélicos.....	28
Gráfico 3. Terapias Alternativas y Complementarias en Ecuador.....	31
Gráfico 4. El Círculo Trascendental.....	78
Gráfico 5. Dimensiones del 5D – ASC.....	116
Gráfico 6. Subescalas del 5D – ASC.....	117
Gráfico 7. La Experiencia Psicodélica según el 5D – ASC.....	118
Gráfico 8. Indicadores Cuantitativos.....	130
Gráfico 9. Salud Física Previa.....	134
Gráfico 10. Salud Física Posterior.....	137
Gráfico 11. Salud Mental Previa.....	139
Gráfico 12. Salud Mental Posterior.....	141
Gráfico 13. Salud Espiritual Previa.....	143
Gráfico 14. Salud Espiritual Posterior.....	145
Gráfico 15. Resumen Comparativo de Salud Física, Mental y Espiritual.....	146
Gráfico 16. Dimensiones de la Experiencia Psicodélica Producida por el Consumo de Ayahuasca. Parte I.....	149
Gráfico 17. Dimensiones de la Experiencia Psicodélica Producida por el Consumo de Ayahuasca. Parte II.....	150
Gráfico 18. Subescalas de la Experiencia Psicodélica Producida por el Consumo de Ayahuasca.....	151
Gráfico 19. Intensidad Subjetiva de los Efectos Psicodélicos Proporcionados por el Consumo de Ayahuasca.....	152
Gráfico 20. Indicadores Cualitativos.....	160
Gráfico 21. Concepto de Salud.....	161
Gráfico 22. Autopercepción de Salud.....	167
Gráfico 23. Antecedentes Patológicos y Uso de Fármacos.....	170
Gráfico 24. Hábitos de Vida Saludables y No Saludables.....	175
Gráfico 25. Visitas a Médicos Alópatas y Psicólogos.....	178
Gráfico 26. Práctica de Medicina Tradicional, Alternativa y Complementaria.....	182
Gráfico 27. Esquema de Giddens: Salud en Practicantes del Uso y Consumo de Ayahuasca.....	185
Gráfico 28. Motivación Para Acudir a una Ceremonia de Ayahuasca.....	186
Gráfico 29. Esquema de Giddens: Motivación Para Acudir a una Ceremonia de Ayahuasca.....	197
Gráfico 30. Antecedentes a la Toma de Ayahuasca.....	198
Gráfico 31. Esquema de Giddens: Antecedentes a la Toma de Ayahuasca.....	205
Gráfico 32. Sucesos Vitales.....	206
Gráfico 33. Relación con la Ayahuasca.....	212
Gráfico 34. Esquema de Giddens: Curso de Vida.....	217
Gráfico 35. Reacciones Corporales.....	218
Gráfico 36. Reacciones Mentales.....	230
Gráfico 37. Numinosidad, Misticismo y Espiritualidad.....	248
Gráfico 38. Reacciones Subagudas y a Mediano Plazo.....	249
Gráfico 39. Esquema de Giddens: Experiencia Psicodélica.....	255
Gráfico 40. Salud Física Tras la Toma de Ayahuasca.....	256
Gráfico 41. Salud Mental Tras la Toma de Ayahuasca.....	263
Gráfico 42. Salud Espiritual Tras la Toma de Ayahuasca.....	275
Gráfico 43. Cambios en las Relaciones Interpersonales.....	278
Gráfico 44. Esquema de Giddens: Cambios en la Salud Tras la Toma de Ayahuasca.....	282
Gráfico 45. Opinión sobre Uso Terapéutico de la Ayahuasca.....	283

Gráfico 46. Valoración Subjetiva de la Experiencia al Tomar Ayahuasca.....	294
Gráfico 47. Esquema de Giddens: Opinión Sobre Ayahuasca.....	297
Gráfico 48. Rutas de Integración Psiquedélica.....	332
Gráfico 49. Diagrama de Flujo de Decisión para Uso y Consumo de Ayahuasca.....	347

IMÁGENES

Imagen 1. Ejemplo de un Afiche Publicitario Promocionado por 'Ayahuasca en Ecuador'.....	102
Imagen 2. Ejemplo de un Documento Informativo Compartido por 'Ayahuasca en Ecuador'.....	103
Imagen 3. Ubicación de la Vivienda Privada en Tumbaco, Quito.....	105
Imagen 4. Ubicación de la Hostal "Aya Huma" en Peguche – Imbabura.....	106
Imagen 5. Ubicación de "Teos Experiences" en Quito.....	106
Imagen 6. Ubicación del Centro Terapéutico "El Templo de Artemisa" en Quito.....	107
Imagen 7. Ubicación de Villa "Victoria" en Patate – Tungurahua.....	107
Imagen 8. Tarot Osho usado por 'Ayahuasca en Ecuador'.....	305
Imagen 9. Círculo de Palabra previo a la Toma de Ayahuasca en Ceremonia.....	306
Imagen 10. Entorno del Centro Terapéutico "El Templo de Artemisa".....	313
Imagen 11. Entorno del Centro Holístico "Teos Experiences".....	313
Imagen 12. Entorno de la Sala 'Kuricancha' en el Hostal "Aya Huma".....	314
Imagen 13. Entorno de la Villa "Victoria".....	314
Imagen 14. Entorno de la Residencia Rural.....	315
Imagen 15. Guías Ceremoniales.....	319
Imagen 16. Ritual Previo a la Ingesta de Ayahuasca.....	321
Imagen 17. Altar en Ceremonia de Ayahuasca.....	322
Imagen 18. Fogata en Ceremonia de Ayahuasca.....	323
Imagen 19. Música en Ceremonia de Ayahuasca.....	327
Imagen 20. Arte Prehispánico en Ceremonia de Ayahuasca.....	328
Imagen 21. Algunas Herramientas de Sanación.....	329
Imagen 22. Pambamesa.....	334
Imagen 23. Paso de Plantas Medicinales en Limpia.....	337
Imagen 24. Soplo de Humo de Tabaco en Limpia.....	337
Imagen 25. Licor en Limpia.....	338
Imagen 26. Aplicación de Loción y Música en Limpia.....	338

RESUMEN

La ayahuasca es una decocción botánica psiquedélica que se prepara al mezclar hojas del arbusto chacruna (*Psychotria viridis*) o chaliponga (*Diplopterys cabrerana*) que contienen N,N-dimetiltriptamina con lianas selváticas de ayahuasca (*Banisteriopsis caapi*) que contienen inhibidores de la enzima monoamino oxidasa. Históricamente, era utilizada por curanderos para experimentar estados alternos de consciencia que les permitían diagnosticar y tratar patologías físicas, mentales y/o espirituales. Sin embargo, su uso y consumo se ha ido implementando gradualmente en entornos urbanos con fines salutogénicos. A este brebaje se le atribuye ser fisiológicamente seguro, sin riesgo sustancial de abuso o dependencia. En Ecuador, su uso cultural, religioso, ceremonial, psiconáutico y terapéutico se encuentra protegido como una terapia alternativa, tradicional y complementaria bajo acuerdo con el Ministerio de Salud Pública desde 2016.

En el presente estudio, se enmarca a la ayahuasca dentro del cosmos del pluralismo médico y con un enfoque hacia el modelo salutogénico, se buscan las representaciones sociales de practicantes que la usan y consumen con fines psiconáuticos y terapéuticos de forma ceremonial en un entorno urbano – mestizo dentro de la organización ‘Ayahuasca en Ecuador’ durante el período de abril a diciembre de 2022. Además, se propone una guía para el manejo terapéutico ideal de la ayahuasca a partir de los conocimientos recolectados.

Objetivo: Describir y analizar las representaciones sociales sobre el uso de ayahuasca en la salud de participantes de la organización ‘Ayahuasca en Ecuador’ durante el período de abril a diciembre de 2022 en Quito.

Metodología: Se realizó un estudio bimetódico con la participación de 128 adultos que acudían a ceremonias ayahuasqueras celebradas por la organización ‘Ayahuasca en Ecuador’, con autorización de consentimiento informado por escrito. En la fase cuantitativa, se implementaron cuestionarios previos a la ingesta de ayahuasca para medir la salud física, mental y espiritual de los participantes; después, se aplicaron cuestionarios posteriores a la ingesta para medir el cambio en su salud así como para describir los componentes de la experiencia psiquedélica vivida. En la fase cualitativa, se realizó un estudio etnográfico basado en entrevistas a 17 personas, logrando establecer características sobre su salud, motivación y antecedentes a la toma de ayahuasca, curso de vida, particularidades de su experiencia psiquedélica, cambios en su salud y opinión sobre la terapia basada en uso y consumo de ayahuasca. Finalmente, se propuso una guía protocolizada para el abordaje terapéutico de la ayahuasca, a través de los resultados obtenidos en el estudio y una búsqueda bibliográfica actualizada.

Resultados: Las personas que acuden a ceremonias con ayahuasca son mayoritariamente, hombres mestizos de entre 26 y 35 años, nacidos y residentes en Ecuador, que ingieren el brebaje de forma experimental y que no presentan antecedentes patológicos personales ni uso de fármacos; no acuden con médicos alopáticos ni psicólogos pero sí se encuentran más abiertos a probar formas de medicina tradicional, alternativa y complementaria. Sus motivantes para aproximarse al uso y consumo de ayahuasca son la búsqueda psiconáutica con consecuente apertura o mantenimiento de procesos salutogénicos y deseo de desarrollo personal. Al ingerir ayahuasca, el individuo vive una experiencia psiquedélica armoniosa con reacciones corporales (como náusea, vómito, alteraciones sensorio-perceptivas, dolor, etc.), mentales (como introspección, imaginación visual, despersonalización, desrealización, etc.) y espirituales (como encuentro con una fuerza superior, contacto con la divinidad, misticismo religioso, etc.). Tras esto, se mejora la auto-percepción de salud física, disminuyen los síntomas de depresión, ansiedad y estrés, y aumenta la espiritualidad en el individuo.

Conclusiones: La ayahuasca es una herramienta salutogénica integral que se vale de la psiconáutica como un paso inicial hacia el cambio positivo en la salud. Se presenta como una opción segura, con pocos efectos adversos, bajo costo para el individuo y la comunidad, que necesita de un corto plazo temporal para la obtención de resultados eficientes y que ofrece múltiples beneficios comprobables para el bienestar de sus usuarios y consumidores.

Palabras Clave: ayahuasca, representación social, psiconáutica, terapéutica, medicina alternativa, modelo salutogénico.

ABSTRACT

Ayahuasca is a psychedelic botanical decoction that is obtained by combining leaves of the chacruna (*Psychotria viridis*) or chariponga (*Diplopterys cabrerana*) bush that contain N, N-dimethyltryptamine with selvatic lianas of ayahuasca (*Banisteriopsis caapi*) that contain monoamine oxidase inhibitors. Historically, it was used by healers to experience altered states of consciousness that allowed them to diagnose and treat physical, mental and/or spiritual pathologies. However, its use and consumption has been gradually implemented in urban environments for salutogenic purposes. This concoction is attributed to be physiologically safe, presenting no substantial risk of abuse or dependence. In Ecuador, its cultural, religious, ceremonial, psychonautic and therapeutic use is protected as an alternative, traditional and complementary therapy under agreement with the Ministry of Public Health since 2016.

In this study, ayahuasca is framed within the cosmos of medical pluralism. Based on the salutogenic model, the author aims to explore the social representations of practitioners who use and consume ayahuasca for psychonautic and therapeutic purposes in a ceremonial context within an urban - mestizo environment created by the group 'Ayahuasca en Ecuador' during the months of April through December, 2022. Additionally, the author proposes a guidance for the ideal therapeutic management of ayahuasca based on the collected knowledge.

Aim: To describe and analyze the social representations concerning the use of ayahuasca in the health of participants that belong to the group 'Ayahuasca en Ecuador' during the time period that goes from April to December 2022 in Quito.

Methods: A bimethodical approach was conducted with the participation of 128 adults who attended ayahuasca ceremonies held by the group 'Ayahuasca en Ecuador', with authorization of written informed consent. In the quantitative phase, the author used questionnaires prior to the intake of ayahuasca to measure the physical, mental and spiritual health of the participants. After the intake of ayahuasca, the author reapplied the same questionnaires to measure the change in their health and added a new questionnaire in order to describe the dimensions of their psychedelic experience. In the qualitative phase, the author carried out an ethnographic study based on interviews to 17 people to establish characteristics about their health, motivation for drinking ayahuasca, course of life, particularities of their psychedelic experience, changes in their health and opinion about ayahuasca – assisted therapies. Finally, the author proposed a protocol for the therapeutic approach of ayahuasca based on the results obtained in the study and an up – to – date bibliographic research.

Results: People who attend ayahuasca ceremonies are mostly mestizo men with ages between 26 and 35 years, born and living in Ecuador, who ingest the concoction

experimentally and who don't present personal pathological history or use of pharmaceutical drugs. They don't visit allopathic doctors or psychologists but are more open to try forms of traditional, alternative, and complementary medicine. They are motivated for using and consuming ayahuasca because of a psychonautical search with consequent opening or maintenance of salutogenic processes as well as desire for personal development. By ingesting ayahuasca, the individual lives a harmonious psychedelic experience with bodily reactions (such as nausea, vomiting, sensory perceptual alterations, pain, etc.), mental reactions (such as introspection, visual imagery, depersonalization, derealization, etc.) and spiritual reactions (such as encounter with a superior force, contact with divinity, religious mysticism, etc.). After this experience, the individual acquires an improved self – perception of physical health, their symptoms of depression, anxiety and stress decrease, and their spirituality increases.

Conclusions: Ayahuasca is an all – encompassing salutogenic tool that employs psychonautics as an initial step towards positive health changes. It is presented as a safe option, with few adverse effects, low cost for the individual and the community, which needs a temporarily short term for obtaining efficient results and offers multiple verifiable benefits for the well – being of its users and consumers.

Keywords: ayahuasca, social representation, psychonautics, therapeutics, alternative medicine, salutogenic model.

INTRODUCCIÓN

Históricamente, los psiquedélicos han formado parte de la terapéutica occidental, sobre todo en las décadas de 1950 y 1960, antes de que en 1970 las investigaciones sobre sus efectos beneficiosos en la salud fueran detenidos por la ilegalización de estas sustancias en la mayoría de los países a nivel mundial (Luoma, 2020). Actualmente, hay un resurgimiento de las investigaciones que profundizan en su aplicación terapéutica, enmarcadas dentro del llamado *Renacimiento Psicodélico* (Gómez – Escolar, 2022) . Según dos Santos (2013), en las últimas décadas se ha observado un incremento de los usos ritualísticos, psiconáuticos y terapéuticos de la ayahuasca en varias partes del mundo. Este fenómeno cultural ha incrementado la necesidad de generar más información científica que aborde la farmacología y toxicología del consumo de ayahuasca, así como las representaciones sociales de las personas que la utilizan para promover su salud y expandir su consciencia.

La ayahuasca es una decocción que contiene N,N-dimetiltriptamina o DMT que es un agonista del receptor serotoninérgico 2A junto a alcaloides β – carbolinas como harmina, harmalina y tetrahydroharmina que actúan como inhibidores reversibles de la enzima monoamino oxidasa (MAO) y permiten la entrada y estancia prolongada del DMT en el sistema nervioso central, induciendo estados alternos de consciencia y provocando alteraciones en la percepción, la integración sensorial, la cognición y el estado afectivo (Uthaug, 2021). Los efectos agudos de la ayahuasca empiezan usualmente a los 15 a 30 minutos después de su ingestión, alcanzan su máximo a los 90 minutos y duran unas 2 a 6 horas dependiendo de la dosis ingerida (Kaasik & Kreegipuu, 2020).

La DMT contenida en el brebaje es considerada como un psiquedélico clásico y natural que se ha usado por años en contextos religiosos y médicos (Kjellgre, 2011); es considerada también como un enteógeno. En la actualidad, la ayahuasca es buscada por ciudadanos mestizos debido sus propiedades de iluminación, autoactualización, experiencias místicas y psicoterapia (Uthaug, 2020). Las investigaciones realizadas entre consumidores de ayahuasca durante las últimas décadas muestran que, entre ellos, existe una función cognitiva normal o mejorada, un bienestar aumentado, mayor espiritualidad y una reducción de la psicopatología, incluyendo síntomas de ansiedad y depresión. Esta sustancia no genera trastornos psiquiátricos o problemas neurocognitivos y presenta una buena tolerabilidad tanto de forma aguda como crónica (dos Santos, 2013).

Es así que mediante el presente estudio, se busca dejar un precedente investigativo en Ecuador y establecer la construcción de salud integral (física, mental y espiritual) en grupos de personas que acudan a ceremonias de ayahuasca, con el fin de se pueda considerar a la terapia psiquedélica basada en el uso y consumo de ayahuasca como una opción innovadora

frente a psicopatologías o como coadyuvante en tratamientos médicos dirigidos a la salud física, enmarcado en un contexto pluricultural y protegido bajo acuerdo del Ministerio de Salud Pública del Ecuador. Así, se justifica este estudio a través de la búsqueda de mayores y mejores alternativas terapéuticas para la sociedad ecuatoriana.

CAPÍTULO 1. MARCO TEÓRICO.

1. Representaciones Sociales

“Si bien es fácil captar la realidad de las representaciones sociales, es difícil captar el concepto.”

(Serge Moscovici, 1979)

1.1 Definición

Para Villarroel (2007) la representación social es una “formación cognoscitiva legítima que tiene una función precisa en la orientación de los comportamientos y de la comunicación entre los individuos y los grupos”, permitiendo así, que se articulen relaciones entre la persona y la sociedad. Al representar, se sustituye cognoscitivamente a un objeto (persona, cosa, evento, idea, etc.) imaginario, mítico o real, haciéndolo presente en la mente, reproduciéndolo y manteniéndolo disponible para ser reconstruido o retocado. Se define así:

El concepto y la teoría de las representaciones sociales se refieren a formas o modalidades de conocimiento social mediante las cuales las personas interpretamos y pensamos nuestra realidad cotidiana. De manera que las representaciones pueden ser: imágenes que condensan un conjunto de significados; sistemas de referencia que nos permiten interpretar lo que nos sucede, e incluso, dar un sentido a lo inesperado; categorías que sirven para clasificar las circunstancias, los fenómenos y a los individuos con quienes tenemos algo que ver; teorías que permiten establecer hechos sobre ellos (Villarroel, 2007).

Moscovici, a mediados del siglo XX, acuñó el término de “representaciones sociales” en su estudio sobre el psicoanálisis en la sociedad francesa, donde pretendía definir los problemas de la psicología social a partir de la representación social del individuo, es decir, explicar cómo el sentido común se construye a partir de sistemas científicos transmitidos en una sociedad o cultura, que pueden ser remodelados a través de intercambios entre individuos y grupos sociales (Villarroel, 2007).

Pérez (2003), plantea a la representación social como un sistema de conocimiento específico acompañado del sentido común que genera procesos y funciones enmarcadas socialmente, basándose en:

- Manera de aprender sobre sucesos cotidianos, medio ambiente y personas en el entorno.
- Conocimiento espontáneo opuesto al método científico, elaborado y compartido en comunidad, constituido a partir de experiencias e información recibida de la tradición,

la comunicación social y la educación; que construye una realidad y pretende entender y explicar hechos o ideas de la vida.

Así, una teoría científica puede transformarse y volverse una representación social cuando existe una necesidad colectiva de producir comportamientos socialmente compartidos, que permitan hacer familiar aquello que es extraño para integrarlo. Esto debido a que los conocimientos científicos no pueden ser aplicados directamente a la solución de problemas de la vida cotidiana sino que necesitan una reorganización para ser adaptados a la realidad en la cual se desenvuelven las personas.

Son, al mismo tiempo, producto y proceso de la apropiación de una realidad externa y de elaboración psicológica-social de la misma. La representación social es a la vez, un pensamiento constitutivo y constituyente (Pérez, 2003).

1.2 Construcción

Las representaciones sociales se forman a través de dos procesos: la objetivación y el anclaje. El primero, hace real algo conceptual, volviendo objetivables a los conceptos científicos:

Al objetivar un contenido científico la sociedad ya no se ubica respecto a ese contenido sino en relación con una serie de fenómenos trasplantados al campo de la observación inmediata de los sujetos sociales (Moscovici, 1979).

Para hacer concretas las ideas abstractas, las objetivamos filtrándolas con el fin de que el grupo social pueda apropiárselas y convertirlas en hechos de su realidad propia. Se convierte a lo extraño en familiar y concreto.

Por otro lado, el anclaje clasifica y pone nombre a las cosas, incorporando a lo antes desconocido a través del lenguaje colectivo, en la realidad. Este proceso, según Villareal (2007) “transforma una teoría científica o un conocimiento abstracto en un saber útil para todas las personas, en un modelo para las acciones.”

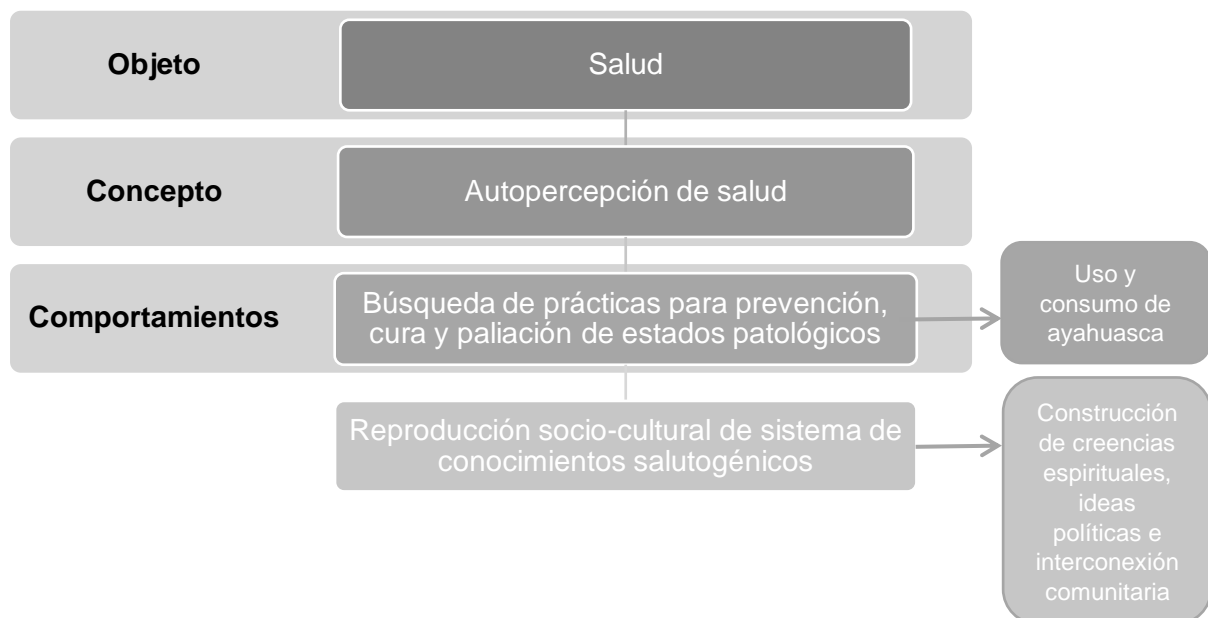
1.3 Sobre el Uso de Ayahuasca y la Autopercepción de Salud

Las representaciones sociales, como las dispone Moscovici en 1988, “se refieren a los contenidos del pensamiento cotidiano y la reserva de ideas que le dan coherencia a nuestras creencias religiosas, ideas políticas y las conexiones que creamos tan espontáneamente como respirar”; por lo que ofrecen un gran enfoque para enmarcar al presente estudio, que

se dirige en esencia hacia la búsqueda de las concepciones sobre salud propia que conducen ciertos comportamientos para su mejora, entre los cuales podría encontrarse el uso de ayahuasca, que a su vez, se encuentra profundamente conectado con creencias espirituales y ha sido usada durante miles de años con el propósito de sanación entre comunidades ancestrales e indígenas (convirtiéndolo en una realidad social construida a través de conocimientos científicos, ya sean obtenidos a través de un método investigativo formal o no).

Gráfico 1

Construcción de Representaciones Sociales sobre el Uso de Ayahuasca en la Salud



Elaborado por: Rodríguez (2023)

Con respecto a las funciones básicas de la representación, se considera que son la cognoscitiva (integración de lo novedoso), la de interpretación de la realidad, y la de orientación de conductas y relaciones sociales (Villarreal, 2007). Llevándolo hacia el plano de la autopercepción de salud, se la puede conceptualizar como un constructo de ideas sobre el bienestar individual, basado en un sistema social que dicta los parámetros en los cuales se puede considerar a una persona como saludable, llevando los conocimientos derivados de la ciencia hacia las ideas populares a partir de las cuales se generan conductas para mantener un adecuado estado físico, psicológico, espiritual y social.

Por otra parte, se puede relacionar a las características de la representación con ideas sobre el uso de ayahuasca y salud, así:

- *Representa un objeto* → la bebida ayahuasca y la salud personal objetivable o su autopercepción, entendidos posteriormente como conceptos vivientes en la mente del individuo.
- *Tiene naturaleza simbólica y significativa* → la toma de ayahuasca de forma ceremonial, que podría generar salud en el individuo.
- *Posee propiedades constructivas* → la posible terapéutica con ayahuasca y la construcción de salud a través de ella y su ritual asociado.
- *Está dotada de un carácter autónomo e innovador* → la ruptura del paradigma biomédico con terapéuticas complementarias como el uso y consumo de la ayahuasca.

De esta forma, se denota que los comportamientos alrededor del uso de ayahuasca y de la autopercepción de salud, son representaciones sociales derivadas de un proceso de construcción cognoscitiva y simbólica, que será registrado en el presente estudio.

2. Psiconáutica

“Estudiar la conciencia es transformarla.”

(Elliot Cohen)

2.1 Definición

El término “psiconáutica”, que proviene del griego *psychē* o "mente, alma, espíritu" y *naútēs* o "navegante, mariner", se refiere a una metodología explicativa que describe los efectos subjetivos de los estados alterados de conciencia provocados, típicamente, por sustancias que alteren la mente o estados introspectivos generados con la meditación (Blom, 2009). Así mismo, se suele utilizar el término para denominar investigaciones en las cuales el autor se involucra de forma voluntaria en un estado alterado de conciencia con el fin de generar experiencia para su estudio y de explorar la condición humana en estas circunstancias. El término también abarca cualquier actividad mediante la cual se induzcan estados alterados con fines espirituales, como el chamanismo y el uso de sustancias enteógenas (Newcombe, 2008).

Jan Dirk Blom ha descrito a la psiconáutica como:

La exploración de la psique por medio de técnicas tales como el sueño lúcido, sincronización de las ondas cerebrales, la privación sensorial, y el uso de alucinógenos o enteógenos (Blom, 2009).

2.2 Historia

Aquella persona que explora su mente y su existencia a través de estados alterados de conciencia inducidos de forma intencional es considerada un psiconauta. Esta denominación, según Ott (2001), fue inicialmente acuñada por Ernst Jünger (*“Psiconauten”*), un escritor alemán que en 1970 redacta un extenso ensayo en su diario de viajes hacia el espacio interior (o psicocosmos), sobre su propia experiencia con drogas y embriaguez a través de varias sustancias psicoactivas enteogénicas, estimulantes y opioides. Valiéndose de esto, Peter Carroll escribe en 1982, un libro sobre el uso de meditación, rituales y drogas para la navegación experimental de fenómenos psíquicos y de la conciencia, titulándolo “Psiconauta”.

A su vez, Jonathan Ott en 2001 hace el primer uso del término en un contexto académico, para describir su experiencia con la bufotenina contenida en secreciones glandulares del sapo *Buffo alvarius*; defiende que los llamados “bioensayos psiconáuticos” definidos como autoexperimentos con drogas psicotrópicas, son de gran valía para el avance farmacológico

y la fitoquímica de compuestos visionarios, aun cuando no sean realizados bajo protocolos investigativos formales.

2.3 Técnicas

Blom (2009), enlista algunos de los métodos que permiten el ingreso hacia estados psiconáuticos, entre los cuales resaltan:

- Drogas psicodélicas (dietilamida de ácido lisérgico, dimetilriptamina, psilocibina, mezcalina, ketamina, salvinorina, bufotenina, etc.)
- Interrupción de procesos fisiológicos (ayuno, falta de sueño, privación sensorial, hipoxia, etc.)
- Modificación de la respiración a través de técnicas dirigidas.
- Rituales, que pueden acompañarse de repetición prolongada de cánticos, rezos o mantras.
- Sueños lúcidos, enmarcados dentro de la onironáutica.
- Hipnosis.
- Meditación y danzas meditativas que inducen estados de trance.
- Biorretroalimentación con sonidos, luz o electricidad que cambian la actividad neuronal.

La psiconáutica basada en el consumo de sustancias que alteran la conciencia, debe distinguirse de la forma habitual en que se usan drogas recreativas. La primera sostiene objetivos terapéuticos que buscan facilitar el autoconocimiento y el crecimiento personal, empleando las sustancias en un entorno ritualístico, espiritual, investigativo o controlado de alguna manera. Al contrario, usar sustancias psicoactivas de forma recreativa se centra en la socialización y la búsqueda de placer. Así, la principal diferencia entre ambos conceptos radica en las intenciones del usuario y los resultados deseados.

Se dispone a la psiconáutica como base de este presente estudio, debido a que el primer paso para generar salud es la exploración de la mente y la concientización de la patogénesis y la salutogénesis individual; procesos que son ampliamente motivados por el uso enteogénico de la ayahuasca.

2.4 Estados Alterados de Conciencia

En el presente trabajo investigativo, se utiliza el término “alterado” debido a que es el más frecuentemente difundido en la literatura; sin embargo, se considera a este concepto

desde la raíz etimológica 'alter', significando "otro", y no desde su definición como un cambio tumultoso o deteriorado de la conciencia. Así, como aclaración inicial, un estado alterado de conciencia sería un estado alterno o distinto al de conciencia habitual, sin implicar un menor grado o un grado disfuncional de la misma.

Un estado alterado de conciencia es una condición marcadamente diferente al estado de vigilia cotidiano en que se encuentra un individuo despierto y alerta, que produce cambios temporales en su condición mental. Tradicionalmente, se define como un patrón general modificado de experiencia consciente, o como el sentimiento subjetivo y el reconocimiento explícito de que la propia experiencia de existencia ha cambiado. Sin embargo, Revonsuo (2009) plantea que no se produce una alteración de la conciencia como tal, sino que se genera una alteración en las relaciones que existen entre la información contenida en la conciencia y el mundo.

Entonces, un estado alterado de conciencia sería una circunstancia mental transitoria y reversible en la que los mecanismos neurocognitivos involucrados en la conciencia adquieren una mayor tendencia a producir distorsiones, tergiversaciones o falsas representaciones ejemplificados por alucinaciones, delirios o alteraciones de la memoria. Es aquel en el que un individuo claramente siente un cambio cualitativo en su patrón de funcionamiento mental, es decir, no siente solo un cambio cuantitativo (más o menos alerta, más o menos imágenes visuales, más nítidas, más aburrido, etc.), sino también alguna cualidad o cualidades de sus procesos mentales son diferentes.

Así, estos estados generalmente tergiversados podrían ser fisiológicos como el sueño, inducidas a través de sustancias psicodélicas o con prácticas como hipnosis, autosugestión, deporte, relajación, etc.; o producto de una patología, por ejemplo, trastornos metabólicos o hidroelectrolíticos, ataques epilépticos, trastornos psiquiátricos (episodios psicóticos), privación de sueño, ayuno, agotamiento, estados febriles, entre otros (Revonsuo, 2009).

La historia de la noción de conciencia dentro de este marco, empieza entendiéndose desde dos puntos diferentes:

- 1) *Conciencia Fenoménica Primaria* → es la mera presencia o el tener de experiencias subjetivas; consta de patrones o cualidades subjetivas de experiencia individuales de un sujeto diferentes a las de otro (llamadas *qualia*), que son sensaciones, percepciones, emociones, imagen corporal, imágenes mentales y reflexiones internas. Incluye contenidos fenoménicos inmediatos de la conciencia como tal.
- 2) *Conciencia Reflexiva* → depende de la conciencia fenoménica primaria, porque requiere que nos concentremos en algún contenido fenoménico particular y lo

seleccionemos como entrada para un procesamiento consciente posterior, como nombrar, categorizar, juzgar, evaluar o elegir el siguiente curso de acción. Están involucradas la atención selectiva y la memoria de trabajo.

Para las primeras definiciones, tanto la conciencia fenoménica primaria como la conciencia reflexiva debían estar involucradas para que algo cuente como un estado alterado de conciencia, presentando tres componentes explicativos:

- 1) En la conciencia fenoménica primaria debía haber un patrón cambiado de experiencia subjetiva.
- 2) En la conciencia reflexiva se debía emitir un juicio cognitivo donde se reconoce subjetivamente al patrón de experiencia como algo diferente de lo normal.

Según este esquema, la "normalidad" pasaría a ser la probabilidad estadística o la frecuencia de que se presente el estado/contenido consciente; consistirían en los tipos de patrones de experiencia fenoménica "promedio" o "típico" que dominan la experiencia la mayor parte del tiempo, diferentes para cada grupo social o cultura. Por su parte, los estados "alterados" serían patrones de experiencia subjetiva extremadamente infrecuentes, improbables, raros, excepcionales o atípicos. Dentro de esto, la experiencia debía sentirse como emocionalmente alterada y reconocerse cognitivamente como tal, ya sea mientras está ocurriendo o inmediatamente después.

- 3) Un estado alterado de conciencia debía ser objetivable a través de la neuroimagen si la evidencia psicológica no era capaz de satisfacer.

Sin embargo, Revonsuo debate que:

- 1) Sí se pueden experimentar contenidos excepcionales de conciencia en un estado no alterado, y viceversa. Por ejemplo, episodios oníricos con contenido mundano no contarían como un estado alterado de conciencia mientras que una experiencia perceptiva altamente inusual pero dada en una situación real sí contaría como tal.
- 2) El juicio subjetivo a través de la conciencia reflexiva no puede ser un requisito obligatorio ni suficiente para definir un estado alterado de conciencia, no es un criterio confiable porque este puede desarrollarse sin que el individuo tome noción de que lo está viviendo, aun cuando sea muy claro para los observadores externos. Por ejemplo, al soñar es muy poco frecuente que entendamos que estamos dentro de un estado alterado o cuando se produce un episodio psicótico en un individuo que no comprende que se encuentra dentro de un estado alterno patológico. Así mismo, la conciencia reflexiva puede confundir un estado normal con uno alterado; por ejemplo, cuando un

evento real sucede de forma inesperada, las personas tienden a pensar que es una alucinación o que no puede ser verdadero.

- 3) Un estado alterno no puede definirse solamente como una actividad neuronal alterada evidenciada en estudios de neuroimagen porque no se ha especificado qué tipo de patrones cambiados, ya sea a nivel psicológico o el nivel neurofisiológico cuentan como los constituyentes de un estado alterno y cuáles no.

Así entonces, Revonsuo (2009) concluye que el "estado de conciencia" incluye más allá de los patrones de la experiencia subjetiva: incluye el contexto no consciente en el que se producen los contenidos fenoménicos de la conciencia, o los mecanismos no conscientes de representación en el cerebro que median las relaciones de conciencia del mundo. De esta forma, una alteración incluiría una noción representacional y relacional. En definitiva, se generan las siguientes definiciones:

Estado normal de conciencia.- condición de los mecanismos de representación consciente en el cerebro, donde llevan información precisa desde el "mundo" a la conciencia. Aquí, la conciencia fenoménica primaria contiene patrones de experiencia subjetiva que representan el mundo y el organismo en formas que son funcionalmente puntuales.

Estado alterado de la conciencia.- desviación de la relación natural mundo-conciencia; de tal manera que el mundo y/o el yo tienden a ser tergiversados. El estado tergiversado resultante no es el estado funcional, original o permanente de la conciencia del organismo, sino causado por algún cambio externo o interno en la estructura biológica del organismo que altera las relaciones representacionales entre el mundo y la conciencia.

2.5 Experiencia Psicodélica

Una experiencia, viaje o vuelo psicodélico, es un estado alterado de conciencia provocado por el uso de alguna sustancia psicodélica, y suele manifestarse con alucinaciones, sinestesia y percepciones sensoriales intensas, entre otros fenómenos relacionales del mundo-conciencia. El término "psicodélico" (derivado de las palabras griegas ψυχή - psyché 'mente/alma' y δηλείν - dēleín 'manifestar') se refiere a algo que hace manifestarse a la conciencia; los psicodélicos son los manifestadores de la mente. El término fue acuñado por Humphry Osmond en 1953 para denominar a sustancias tradicionalmente conocidas como alucinógenas (Johnson, 2019). Sin embargo, el término "psiquedélico" presenta un uso más asertivo ya que evita connotaciones negativas frente al prefijo 'psico'; por lo cual, se utilizará indistintamente en el presente trabajo de investigación.

Según Johnson (2019), existen sustancias psiquedélicas clásicas, que son la dietilamida de ácido lisérgico (LSD-25), la psilocibina, la N,N-dimetiltriptamina (DMT) y la mescalina; sustancias entáctogenas, como la 3,4-metilendioximetanfetamina (MDMA) y la etilona; y sustancias disociativas, como la salvinorina y el óxido nitroso. El tipo de experiencia y su intensidad con cada sustancia es subjetiva, aunque pueden compartirse ciertas características en común. Ribeiro (2005) comenta que los resultados más destacables de las experiencias con estados alterados de conciencia psicodélicos son los fenómenos visuales, la numinosidad, la tranquilidad, la introspección y reacciones de distrés psicológico. Además, destaca la importancia del “set & setting” (interno y entorno), de la sugestión y los supuestos efectos únicos de la ayahuasca. Describe a las dimensiones de los estados alterados de conciencia como:

- *Fenómenos visuales* → experiencias visuales extraordinarias como luces caleidoscópicas, formas geométricas, túneles, animales y entes sobrenaturales.
- *Paz* → una sensación prominente de calma interna, silencio y armonía.
- *Numinosidad* → una mezcla de terror y fascinación, que resulta de la sensación de una presencia superior y poderosa.
- *Introspección* → elucidaciones sobre aspectos biográficos, existenciales y comportamentales; algunos acompañados de gran fascinación y profundidad, percibidos como si fueran recibidos “desde afuera”.
- *Alteraciones en la autoimagen corporal* → alteraciones como fusionarse con el entorno y separación del yo consciente con el cuerpo.
- *Reacciones de distrés* → aflicción abrumadora del individuo cuando tiene ideaciones de una “profecía” de una tragedia personal inminente, atribuida a un supuesto “yo superior”.

Así mismo, Timothy Leary en 1996, divide a la experiencia psicodélica en cinco niveles, con sus respectivas manifestaciones:

- 1 → potenciación visual y sonora, con percepción de colores más brillantes y sonidos más intensos. Se alcanza con microdosis o dosis bajas de psicodélicos clásicos.
- 2 → visualizaciones de objetos que parecen moverse y de formas geométricas aun con los ojos cerrados; pensamientos fugaces, cíclicos, confusos o de reminiscencia; cambios en la memoria a corto plazo; necesidad de profundizar en temáticas. Se alcanza con dosis baja de psicodélicos clásicos.
- 3 → efectos visuales marcados, apreciando curvado el alrededor, con patrones fractálicos o caleidoscópicos y alucinaciones; sinestesia, distorsión de la percepción

del tiempo y espacio; dificultad motriz. Se alcanza con dosis medias de psicodélicos clásicos y atípicos.

4 → efectos visuales intensos con transformación de objetos; disolución del ego con cambios en la percepción de la realidad y gran lucidez; distorsión del espacio y del tiempo; experiencias extracorpóreas y percepción extrasensorial. Se alcanza con dosis altas de cualquier psicodélico clásico.

5 → pérdida completa de la conexión visual con el entorno real y del ego; cese de función normal de los sentidos; pérdida inexplicable de la realidad con estados oníricos. Se desconocen más aspectos de esta fase ya que aquellos quienes la han alcanzado, refieren que es inexplicable. Se alcanza con dosis muy altas de cualquier psicodélico clásico, pero no es recomendable intentarlo por sus efectos de larga duración; se puede intentar con sustancias de corta duración como el DMT, el 5-MeO-DMT, la salvinorina y las dosis sub-anestésicas de ketamina.

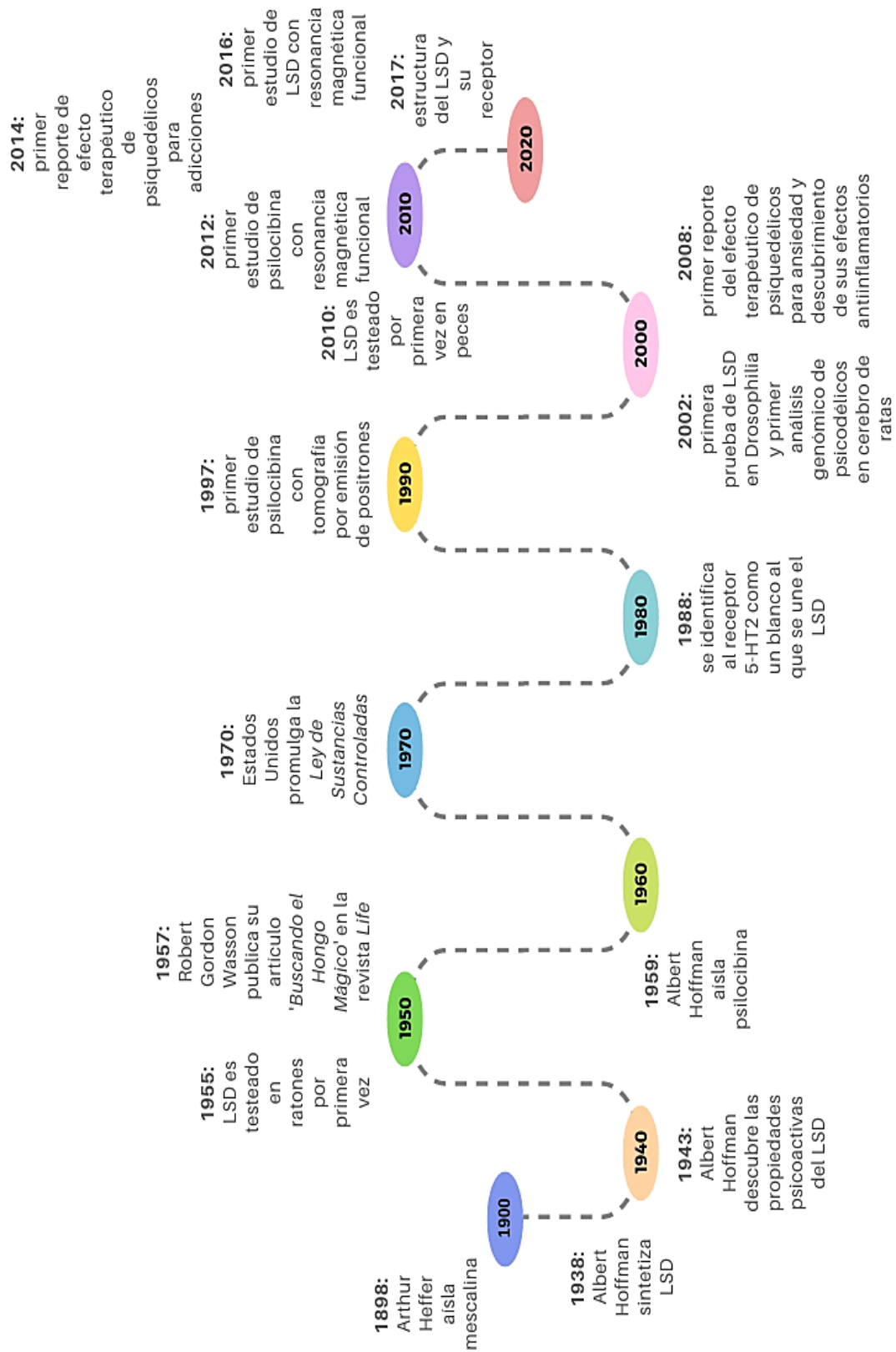
Ribeiro (2005) por su parte encuentra que la sugestionabilidad producida por la psicodelia es un aspecto clave de la experiencia. Relacionado con la ayahuasca, este autor explica que antes, durante y después de la toma del brebaje en ambientes ritualísticos, se genera una combinación de tres procesos de sugestionabilidad, que podrían ser un determinante clave de la presunta mejoría alcanzada con esta terapia alternativa:

(1) Las búsquedas existenciales y espirituales provocadas por el inventario de motivaciones/expectativas del individuo podrían reflejar sus deseos para cambiar sus relaciones con el mundo y con sí mismo; esto parece sugerirle que cambie de actitud acorde a estos deseos. (2) La excitación emocional y perceptiva experimentada en ambientes ritualísticos 'exóticos' podría satisfacer el deseo de trascender la vida diaria, actuando como pretexto para concretar cambios de comportamiento previamente anhelados. (3) La sugestionabilidad a la aceptación de contenidos rituales cargados de moral y optimismo durante el estado alterado de conciencia, también se extendería a los días posteriores a la experiencia (Ribeiro, 2005).

Antes de su ilegalización en los años 80's, se realizaron numerosas investigaciones en el campo médico, que sugerían que los psicodélicos podrían generar experiencias beneficiosas y terapéuticas. En la actualidad, se han retomado dichas investigaciones, con protocolos más rígidos y mayor control investigativo.

Gráfico 2

Historia de la Investigación Médica con Psiquedélicos



Elaborado por: Rodríguez (2023) con información de Kyzar (2017)

3. Pluralismo Médico

“Si reconocemos el poder de las sustancias enteogénicas para abrirnos a la verdad universal y la plena dimensión de la experiencia humana, y si aceptamos el papel del chamán como hierofante y psicopompo en este ámbito, tenemos que concluir que hoy en día en la sociedad occidental estamos privados de dos recursos claves para el crecimiento humano completo.”

(Rick Doblin, 2014)

La Organización Mundial de la Salud (OMS), tomando en cuenta que el proceso curativo es pluralista y multicultural, desarrolla el concepto de pluralismo médico para analizar concepciones y prácticas terapéuticas diferentes a la biomedicina instaurada clásicamente, y para mejorar políticas sanitarias locales (Kazianka, 2012). Leslie, en 1976, define al pluralismo médico como:

La idea, común en antropología médica, de diferentes modelos curativos (por ejemplo, biomedicina occidental y varias prácticas indígenas), estando simultáneamente disponibles para personas que sean parte de un grupo circunscrito bajo las mismas condiciones socioculturales. [...] La razón estructural por la cual el pluralismo médico es una característica prominente de sistemas de salud en el mundo es que la biomedicina, como Ayurveda y cualquier otro sistema terapéutico, falla en ayudar a muchos pacientes. Cada sistema genera descontento con sus limitaciones y obliga a la búsqueda de terapias alternativas. De forma similar, los conflictos morales disponen a la gente a que tenga interpretaciones diferentes de las enfermedades. (Leslie, 1976)

Janzen en 2002, diferencia tres tipos de pluralismo médico:

- 1) Un sistema asimétrico en el cual existe una medicina legal o institucionalizada y otra alternativa, no oficial y raramente “profesional”.
- 2) Un sistema simétrico, donde las diversas terapéuticas son reconocidas como iguales.
- 3) Un sistema donde se integran las ideas y las prácticas terapéuticas individuales, con el mismo valor.

Este concepto se contrapone al de *biomedicina*, que según Demon (2008) significa “la medicina desarrollada por los avances de la ciencia, que se originó y que se difundió desde el occidente y las formas tradicionales de la medicina.”

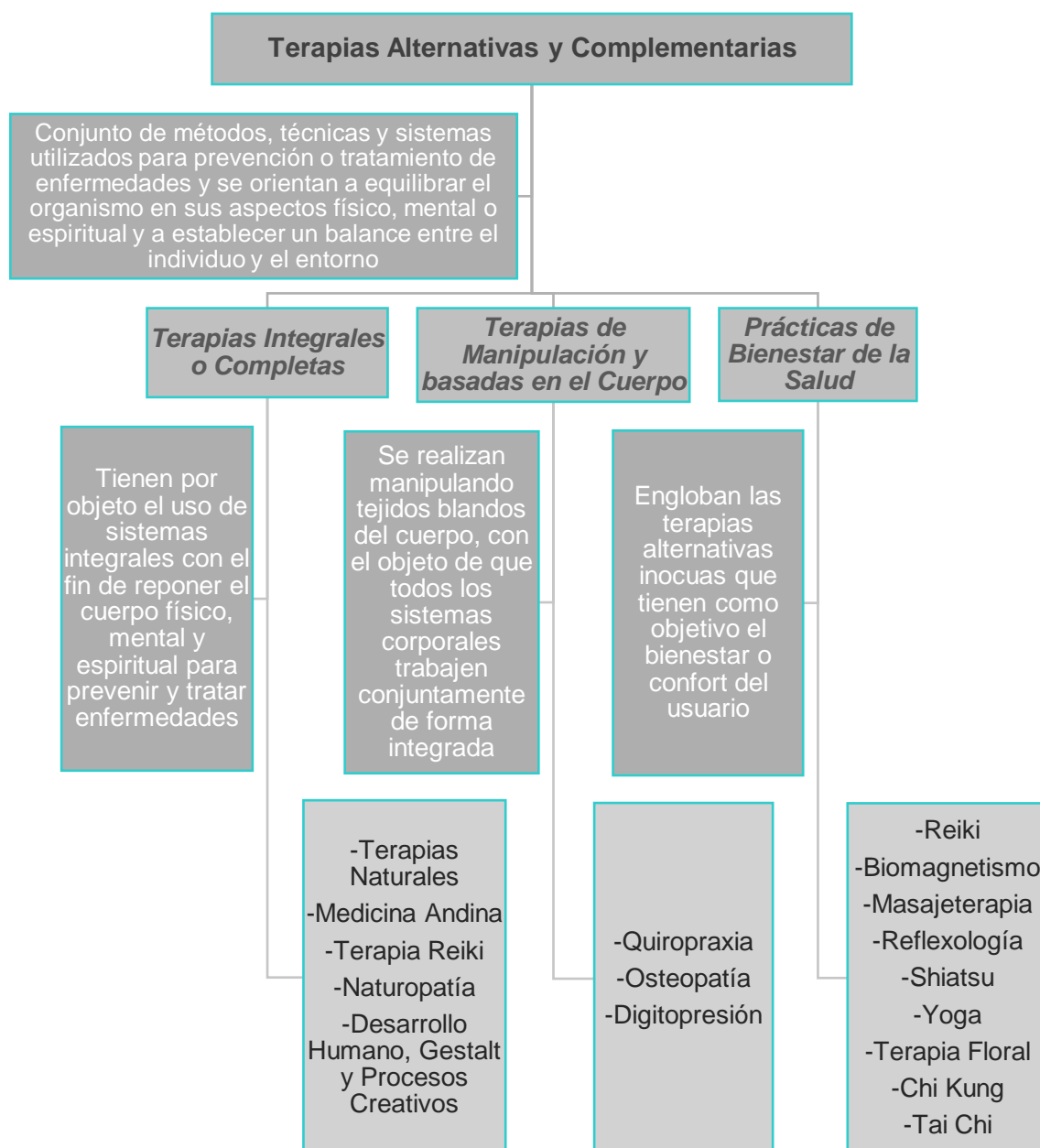
En Ecuador, al existir un acceso insuficiente a la biomedicina, se opta por terapias alternativas o medicina informal. Para Demon (2008), en la región se mantiene un sistema médico mixto debido a su competencia por la supervivencia:

La supervivencia de cualquier sistema médico está siendo determinada por su eficacia, o al menos, por su reputación de eficacia. La biomedicina es altamente eficaz en combatir enfermedades que supo diagnosticar y cuyos síntomas ha podido generalizar. La medicina tradicional suele mantener su influencia en la medida que sabe curar enfermedades que logran escapar a esta dinámica de las sistematizaciones científicas. Es interesante ver que, tanto campesinos de la sierra ecuatoriana, como mestizos de la ciudad de Quito, saben distinguir entre enfermedades que pueden ser solucionadas con la medicina científica y otras que sólo pueden ser remediadas por métodos tradicionales (Demon, 2008).

En 1998 se reconoce en la Constitución Ecuatoriana a la medicina de los pueblos nativos como tradición cultural valedera, proclamándose la intención de integrar la biomedicina con la práctica tradicional que había sido prohibida por unos 500 años. Actualmente, el pluralismo médico en Ecuador se engloba dentro de las Terapias Alternativas y Complementarias, fundamentadas en el Acuerdo Ministerial No. 00000037, publicado el 16 de mayo del 2016 en el Registro Oficial Nro. 755, donde se clasifican como:

Gráfico 3

Terapias Alternativas y Complementarias en Ecuador



Elaborado por: Rodríguez (2023) con información de Ministerio de Salud Pública del Ecuador (2016)

En el presente estudio, se enmarca a la ayahuasca dentro del cosmos del pluralismo médico como una terapia alternativa integral, siendo una medicina tradicional indígena milenaria que se ha exportado hacia grupos sociales que históricamente han basado su salud en la biomedicina.

3.1 Estrategia de la Organización Mundial de la Salud sobre Medicina Tradicional, 2014 – 2023

Según la OMS, la medicina tradicional es parte importante de los servicios sanitarios, siendo utilizada históricamente para prevenir y curar enfermedades, así como para mantener el buen estado de salud. En 2013, en respuesta a la resolución de la Asamblea Mundial de la Salud sobre medicina tradicional, se desarrolla la estrategia de la OMS sobre medicina tradicional 2014-2023, cuyo objetivo es apoyar a Estados Miembros a que:

- ✓ Se aproveche la contribución de la medicina tradicional complementaria en la salud, el bienestar y la atención sanitaria.
- ✓ Se promueva el uso eficaz y seguro de la medicina tradicional complementaria con reglamentación, investigación e incorporación de productos, personal y prácticas en sistemas sanitarios.
- ✓ Se integre a la medicina tradicional en sistemas sanitarios nacionales mediante el desarrollo de políticas y programas.
- ✓ Se mejore la asequibilidad y disponibilidad de la medicina tradicional.

De esta estrategia, se derivan a su vez algunos conceptos proclamados por la OMS:

Medicina Tradicional → es la suma total de los conocimientos, capacidades y prácticas basados en las teorías, creencias y experiencias propias de diferentes culturas, bien sean explicables o no, utilizadas para mantener la salud y prevenir, diagnosticar, mejorar o tratar enfermedades físicas y mentales.

Medicina Complementaria o Alternativa → amplio conjunto de prácticas de atención de salud que no forman parte de la tradición ni de la medicina convencional de un país dado ni están totalmente integradas en el sistema de salud predominante.

Según esta entidad, la medicina tradicional y complementaria (MTC) es utilizada por varias razones, entre las que se encuentra una baja disponibilidad y/o acceso a servicios de salud biomédicos, influencias culturales e históricas y uso como terapia complementaria a otras. Así mismo, se conoce que usuarios recurren a ella por algunos motivos, siendo el principal el padecimiento de trastornos crónicos a lo que se suma la posibilidad de reducir gastos en atención sanitaria.

La ayahuasca, considerada como una medicina tradicional y complementaria, se encuentra amparada bajo esta estrategia, que busca ayudar a los Estados Miembros a desarrollar políticas y planes de acción que refuercen el papel de este tipo de terapéuticas en el mantenimiento de la salud de las personas.

4. Ayahuasca

-CARPE NOCTEM-

*“Sin futuro, sin más pasado,
ni raíces, ni frutos, solo flores pasajeras.
Quédate quieto, quédate quieto, quédate quieto, quédate quieto
y la noche durará
silenciosa y oscura, no por un espacio de horas,
sino eternamente. Déjame olvidar
todo menos tu perfume, todas las noches menos ésta,
la pena, el llanto infructuoso, el dolor.
Acuéstate tranquilamente: este lánguido y suave arrebató
florecerá al borde del sueño y se extenderá
hasta que ya no haya nada más que tú y yo
abrazados en un silencio eterno. Pero como
el que, condenado a morir, por la mañana estará muerto,
sé, aunque la noche parezca eterna, que el cielo
pronto se iluminará ante el sol de la mañana.”*

(Aldous Huxley)

La ayahuasca es un brebaje milenario utilizado por tribus amazónicas y grupos sociales indígenas con fines curativos, adivinatorios y de expansión de conciencia. El componente visionario de la ayahuasca, la N,N-dimetiltriptamina (DMT) es considerada, junto a la psilocibina y la dietilamida de ácido lisérgico (LSD), como un psicodélico clásico. Según Kjellgre, A. & Soussan, C. (2011), junto a la ibogaina y el peyote, es un psicodélico natural que se ha usado por años en contextos religiosos y médicos. Al ser alucinógenos tradicionales, están mejor estudiados que nuevas sustancias sintéticas, como el 4-HO-MET (4-hidroxi-N-metil-N-etiltriptamina), y se les atribuye ser fisiológicamente seguras, sin riesgo sustancial de abuso o dependencia. Históricamente, han formado parte de la terapéutica occidental sobre todo en las décadas de 1950 y 1960, antes de que en 1970 las investigaciones sobre sus efectos beneficiosos en la salud fueran detenidos por la ilegalización de estas sustancias en la mayoría de los países a nivel mundial (Luoma, J. et al, 2020). Actualmente, hay un resurgimiento de las investigaciones que profundizan en la aplicación terapéutica de psicodélicos. Es así como existe un reciente interés en el uso de la ayahuasca debido a su potencial terapéutico.

En las últimas décadas, se ha observado un incremento de los usos ritualísticos y psiconáuticos de la ayahuasca y preparados análogos en varias partes del mundo. Este fenómeno cultural ha incrementado la necesidad de generar más información científica que aborde la farmacología y toxicología del consumo de ayahuasca (dos Santos, 2013).

La ayahuasca es considerada también como un enteógeno, que es un compuesto vegetal o animal usado para aumentar la espiritualidad de un individuo y fortalecer su sentido de bienestar. Etimológicamente proviene del latín *entheos* que significa "dios adentro" (Trichter, 2009). Según López (2003), el término *enteógeno* fue creado en 1979 y puede traducirse como "generar lo divino interior". Y como una anotación, es importante recordar la diferencia entre religiosidad y espiritualidad:

La espiritualidad no es lo mismo que la religiosidad, si esta última se define como la participación en creencias particulares, rituales y actividades de una religión tradicional. Así, es posible ser espiritual sin ser religioso (Trichter, 2009).

Es primordialmente conocida como *ayahuasca*, que en quechua se compone de "aya" (espíritu o muerto) y "waska" (soga o cuerda), pasando a ser la "soga de los espíritus" ya que permite que el espíritu del individuo salga sin que éste muera realmente. Según dos Santos (2010), este nombre es más utilizado en algunas zonas de Ecuador, Perú y Bolivia. Puede ser denominada también:

- *Yagé / Yajé* → palabra cofán utilizada por indígenas de los Andes y la Amazonía colombiana, ecuatoriana y zonas peruanas cercanas (Medellín, 2006).
- *Natem* → palabra utilizada por los shuar y achuar de Ecuador y Perú (Incayawar, 2009)
- *Caapi / Cipó* → palabra Ñe'engatú de la lengua tupí-guaraní proveniente de la costa de Brasil y la Amazonia colombiana; significa "hoja delgada" o "yerba" (Spruce, 1908).
- *Nishi Cobin* → palabra en idioma shipibo que significa "bebida de la sabiduría/de los sabios".
- *Nixi Pae* → palabra en idioma kaxinawá que significa "bebida fuerte" (Kensingler, 1976).
- *Uní* → palabra de la etnia yaminawa de Brasil. (Grob, 1996).
- *Shori* → palabra utilizada por los sharanahua de Perú (Siskind, 1973).
- *Hoasca* → palabra utilizada por el Centro Espírita Beneficente União do Vegetal, que es un grupo religioso brasileño usador de ayahuasca (Melo, 2016).
- *Daime* → palabra utilizada por el grupo religioso brasileño Santo Daime, quienes usan a la ayahuasca como su sacramento (Dawson, 2013).

4.1 Componentes y Preparación

La ayahuasca es una decocción botánica que se prepara al mezclar hojas del arbusto chacruna (*Psychotria viridis*) o chaliponga (*Diplopterys cabrerana*) con lianas selváticas de ayahuasca (*Banisteriopsis caapi*). Según dos Santos (2010), es utilizada por chamanes para experimentar estados alternos de consciencia que les permitan diagnosticar y tratar estados patológicos biofísicos, psicológicos y/o espirituales. Es ampliamente utilizada en países como Ecuador, Colombia, Perú y Brasil; sin embargo, su uso y consumo se ha ido implementando gradualmente en grupos urbanos no nativos de la selva Amazónica, sobre todo con un fin psicoterapéutico, enmarcado dentro del llamado “renacimiento psiquedélico”:

La expansión internacional del uso de ayahuasca está ocurriendo en un contexto donde la investigación y la terapéutica psicodélica serotoninérgica están ganando reconocimiento en el campo de la biomedicina, un fenómeno al que varios autores se refieren como ‘renacimiento psicodélico’. La psilocibina, la dietilamida de ácido lisérgico (LSD), la ibogaína y el MDM (3,4-metilenedioximetanfetamina), se están estudiando para el tratamiento de adicciones, depresión mayor, cefalea en racimos, trastorno obsesivo-compulsivo, trastorno por estrés postraumático, ansiedad y depresión asociada a enfermedades que amenazan la vida, y ansiedad social en individuos con autismo. Al mismo tiempo, la investigación psicodélica contemporánea ocurre en un momento particular en que la biomedicina está siendo cuestionada como fuente principal en la que se basan las decisiones de salud pública. Algunos autores sugieren que el campo de la psicofarmacología (enfocándose en drogas psiquiátricas y neurológicas) se encuentra en crisis, mientras otros claman que las drogas psicodélicas podrían ofrecer una solución para sobrellevar tal crisis (Ona, 2019).

Esta cocción contiene N,N-dimetiltriptamina o DMT, que es un agonista del receptor serotoninérgico 2A y se encuentra en las hojas de chacruna y chaliponga, junto a alcaloides β -carbolinas como harmina, harmalina y tetrahydroharmina, contenidos en la liana de ayahuasca. Estos alcaloides actúan como inhibidores reversibles de la enzima monoamino oxidasa (MAO), permitiendo la entrada y estancia prolongada del DMT en el sistema nervioso central, induciendo estados alterados de consciencia y provocando alteraciones en la percepción, la integración sensorial, la cognición y el estado afectivo (Uthaug, 2021). Así mismo, a esta mixtura pueden añadirse otros ingredientes botánicos psicoactivos como cafeína (*Illex guayusa*, *Paullinia yoco*), coca (*Erythroxylum coca*), nicotina (*Nicotiana spp.*), y escopolamina (*Brugmansia spp.*) (dos Santos, 2013); hay aproximadamente cincuenta plantas que pueden ser mezcladas con la ayahuasca, ya sea por pueblos indígenas o por

curanderos mestizos, según las propiedades y aplicaciones que se requieran, por ejemplo “ver”, “viajar”, “curar”, “perjudicar” o “dar fuerza” (Macrae, 1998).

Tabla 1

Nombres de las Dos Formas de Decocción más Frecuentes de Ayahuasca, con sus Componentes Herbolarios y sus Principios Activos

NOMBRE	COMPONENTES HERBOLARIOS	PRINCIPIOS ACTIVOS
Ayahuasca	B. caapi (ayahuasca, caapi, mariri, jagube)	Tetrahydroharmina, harmina y harmalina
	P. viridis (chacrana, chacrona, rainha)	N,N-dimetiltriptamina (DMT)
Yagé o Yajé	B. caapi (ayahuasca, caapi, mariri, jagube)	Tetrahydroharmina, harmina y harmalina
	D. cabrerana (chagropanga, chaliponga)	N,N-dimetiltriptamina (DMT)

Elaborado por: Rodríguez (2023) con información de Schenberg (2013)

Según Macrae (1998), la preparación es realizada personalmente por el shamán o ayahuasquero a partir de plantas recogida de la selva o cultivadas en tierras de su propiedad. Se recogen las hojas arbóreas de chacruna y las lianas de ayahuasca con ceremonialidad, cortando estas últimas en pedazos de treinta a cuarenta centímetros, para luego limpiarlos. Los ingredientes son transportados a un lugar reservado únicamente para su cocción; se colocan alternadamente en una gran olla de aluminio o de barro mientras el shamán va echando encima bocanadas de humo de tabaco. Seguidamente, se agrega de doce a quince litros de agua en la olla y se pone a hervir por seis a doce horas (a mayor tiempo, mayor potencia del viaje que producirá). Toda esta mezcla será reducida a solamente un litro de “medicina”, como es conocido el brebaje. Este litro a su vez, puede ser puesto a hervir hasta siete veces más, quedando reducido a medio litro o menos, siendo el producto final un líquido espeso de color y sabor terroso.

4.2 Reseña Histórica

Se han descubierto crónicas de viajeros con una antigüedad de casi dos siglos, que informan sobre el uso de yagé en tribus latinoamericanas que habitaban principalmente los bosques tropicales situados entre el río Caqueta (sur de Colombia) y el río Napo (norte de Ecuador). Chantre y Herrera (1901) recopila documentos jesuitas de entre los años 1637 y 1767, donde se describe, en uno de los primeros registros, a la toma de ayahuasca:

El adivino cuelga su cama en medio... y pone al lado un infernal brebaje, que llaman ayaguasca, de singular eficacia para privar de sentido. Hácese un cocimiento de vejucos o hierbas amargas, que con el mucho hervir ha de quedar muy espeso. Como es tan fuerte para trastornar el juicio en poca cantidad, la prevenida no es mucha, y cabe en dos pocitos pequeños. El hechicero bebe cada vez una pequeñísima poción, y sabe muy bien cuántas veces puede probar del cocimiento sin privarse de juicio para llevar con formalidad la función y regir el coro [...]. Dispuestas así las cosas, toma su asiento el adivino en medio de los hombres y a vista de todos echa en un vasito pequeño del cocimiento prevenido y bebe una o dos veces sin hablar palabra. A poco tiempo hace operación el ayaguasca, empieza a calentarse y da principio a una cantinela [...]. Repite muchas veces el embustero las mismas palabras [...], bebe esta otra vez y carga más la mano; transportado casi enteramente, empieza como loco y furioso a gritar, hablar sin concierto y hacer ademanes y visajes, hasta que cae redondo en la cama o tabladillo; todo lo que dice cuando está ya privado lo tienen por oráculo (Chantre y Herrera, 1901).

Según Musalem (2014), en Ecuador existen evidencias arqueológicas que indican un uso de ayahuasca desde hace más de 5000 años y que muestran al río Napo como un reservorio genético de las plantas utilizadas para cocinar el brebaje. Maging (1988) menciona brevemente a la ayahuasca como *ayahuessa*, para el mapa ecuatoriano que fue realizado entre los años 1734 y 1740. Maroni (1988) por su lado, realiza una breve descripción del uso de este brebaje, así como del consumo de floripondio:

Para adivinar, usan beber el zumo, unos de floripondio blanco, que por la figura llaman también Campana, otros de un bejuco que se llama vulgarmente Ayahuasca, ambos muy eficaces para privar de los sentidos, y aun de la vida, en cargando la mano. Deste usan también a veces para curarse de enfermedades habituales, principalmente de dolores de cabeza. Bébele, pues, el que quiere adivinar con ciertas ceremonias, y estando privado de los sentidos boca abajo, para que no le ahogue la fuerza de la hierba, se está así muchas horas y a veces aun los dos y tres días, hasta que haga su curso y se acabe la embriaguez. Pasada esta, hace refecion (sic) de lo que le representó la imaginativa, que sola y a ratos le debe quedar para delirar, y esto es lo que da por hecho y lo propala como oráculo (Maroni, 1988).

En el siglo XVIII, la ayahuasca fue adoptada por los colonos como resultado de su proximidad con los pueblos tribales durante el período colonial. La mezcla de contextos nativos con entornos no nativos resultó en la incorporación de la ayahuasca como un sacramento ritual psicoactivo en las ceremonias de varios movimientos religiosos diferentes en algunas regiones del actual Brasil (Doering-Silveira, 2005).

Desafortunadamente, los registros escritos sobre su uso histórico son pocos, probablemente por las escasas visitas que realizaban los europeos a estas zonas, por el secretismo con el que los indígenas manejaban sus prácticas y por el juicio católico impuesto por los misioneros de aquella época. A finales del siglo XX, los curas que llevaban el dominio político de los territorios donde ahora se asienta Colombia y Ecuador, consideraban al uso y consumo de ayahuasca como “una costumbre bárbara destinada a la supresión”, siendo catalogado como idolatría y por consecuencia, rechazándola. Así también, durante este siglo se consideraba como enfermos mentales a aquellos que dominaban el proceso de cultivo, preparación y consumo ritual del yagé. Años más tarde, aparece un real interés por entender las motivaciones detrás del uso indígena de la ayahuasca y recientemente, en la década de 1970 empieza su estudio sistemático (Musalem, 2014).

En Ecuador, la ayahuasca ha sido utilizada por años como catalizador de experiencias psicodélicas que promueven tanto la salud mental como física en contextos ritualísticos o ceremoniales, ofrecidos generalmente por pueblos indígenas de la selva y sierra ecuatoriana.

En el contexto indígena tradicional amazónico, más de setenta grupos utilizan el compuesto con fines religiosos, mágicos y médicos, entre los que se encuentran el combate de brujería, la cura de enfermedades culturalmente ligadas, el aprendizaje de conocimientos chamánicos-espirituales y médicos, entre otros (Apud, 2019).

Actualmente, existe gran novedad alrededor del yagé, siendo a veces considerado como parte del turismo de una región. Se le considera parte del renacimiento psicodélico.

4.3 Uso Ritual

La práctica del consumo ritual de ayahuasca se conoce popularmente como “ceremonias” o “tomas”, y se tratan de encuentros privados donde se la consume bajo la guía de una persona especialista, que suele ser un taita yajecero proveniente de regiones amazónicas. En la actualidad, estas ceremonias se presentan al público urbano o no indígena como una alternativa terapéutica fundada en la descontaminación del cuerpo, la mente y el espíritu.

La ayahuasca aparece como una maestra, una guía que tiene poder y que no sólo hace actuar, sino también, transforma. Por lo tanto, reducirla a una mera representación sería un grave error (del Río, 2017).

Rojas-Bolívar (2014) describe un sistema ritual basado en tres componentes:

- *Maniobras Mágicas* → invocación de espíritus favorables y rechazo a espíritus posiblemente dañinos.
- *Maniobras Psicológicas* → expectativa positiva perteneciente a la persona que busca al curador o shamán, que es un intermediario entre el mundo de los humanos y el mundo sobrenatural.
- *Ingestión de Sustancia Psicoactiva* → consumo de enteógenos como la ayahuasca o plantas de poder como el tabaco.

Este modelo se contrapone al existente de la biomedicina ya que en él predomina la subjetividad e incluye elementos como psicodelia, espiritualidad, música y danzas. La biomedicina por su lado, enfoca a la salud desde una perspectiva analítica, universalista, analítica y reduccionista por no integrar las dimensiones social, afectiva y espiritual del individuo que busca curación. La medicina tradicional y complementaria, apoyada en los enteógenos, busca un tratamiento integral:

La aparición de la ayahuasca en el ámbito de la medicina impacta sobre el modelo establecido de salud-enfermedad-atención y genera una contradicción con el paradigma médico occidental; a punto de partida de esta contradicción se genera un tabú científico que viene a ser la prohibición de tomar en serio algunos conocimientos que están fuera de sus límites. [...] Además, deja de lado la importancia cultural y simbólica que tienen estas sustancias en la cosmovisión de las comunidades donde se usan de manera ceremonial (Rojas-Bolívar, 2014).

4.3.1 Mitología y Simbolismo.

Según Rodríguez (2012), la mitología y el simbolismo son parte del ritual, y se encuentran estrechamente relacionados con los efectos producidos por la toma de ayahuasca:

El mito genera el simbolismo, que a su vez actúa como un medio de representación de lo religioso y/o de estados dados de conciencia y creencia. [...] El hombre necesita símbolos y religiones para equilibrar su estado psicológico. [...] Ciertamente mito, símbolo, ritual, lenguaje, música, leyenda y ambiente externo conspiran para modular los efectos sobre la conciencia de los psicofármacos ingeridos (Rodríguez, 2012).

Este autor también indica que:

El ritual, la mitología y la preparación de las plantas a ingerir forman un tensor cuidadosamente fabricado con la finalidad de establecer estados de conciencia de

curación, de revelación, de exploración y de resonancia salutogénica y pedagógica en imbricación con el ecosistema (Rodríguez, 2012).

Jung (1956) por su lado, refiere que los mitos forman parte de los niveles más profundos de la psique, pudiendo ser accesados en trances chamánicos inducidos.

De esta forma, se entiende que un individuo que busca sanarse con ayahuasca, ha generado un mito individual de enfermedad que se construye a partir de elementos extraídos de su pasado. Según del Río (2017), la ayahuasca provoca una experiencia basada en la reconstrucción de este mito individual constituido por los propios eventos de la vida que se encuentran cargados de emocionalidad y que afloran en las ceremonias. El individuo experimenta el llamado “mito del héroe”, que consiste en acercarse a la ayahuasca porque ha perdido su identidad propia y busca recuperarla, siendo el desenlace una transformación profunda pero no instantánea. Al mismo tiempo, se genera un mito colectivo en donde aparece la interrelación o conexión de todos los practicantes o asistentes de una ceremonia de ayahuasca, hasta el punto en que los chamanes afirman que si hay una sola persona que llora o vomita durante la toma, este no solo se limpia y sana a sí mismo sino que lo hace por todos los que allí se encuentran presentes. Así mismo, la colectividad se replica en las semejanzas o patrones comunes de las visiones individuales durante el viaje con ayahuasca.

Sobre el simbolismo, Lévi-Strauss (1997) afirma que su eficacia radica en la creencia, desglosada en tres aspectos: la creencia del hechicero en la eficacia de sus técnicas, la creencia del enfermo en el poder del hechicero y la opinión pública (el consenso de la comunidad construye al mago y lo vuelve eficaz). A través del simbolismo, el shamán adquiere un estatus social definido a partir del cual puede curar efectivamente.

Por su parte, la ayahuasca es conocida o “mitificada” como una planta que tiene madre o espíritu protector. Se la considera una planta doctora o que enseña, que según Macrae (1998), junto a otras plantas tiene las siguientes características:

- 1) Produce estados alterados de conciencia
- 2) Produce mareo
- 3) Tiene fuertes cualidades eméticas o catárticas
- 4) Provoca sueños, especialmente esclarecedoras
- 5) Trae enseñanzas y ayuda a la memorización de estos conocimientos
- 6) Aumenta habilidades de quien la ingiere

Así mismo las enfermedades son concebidas, según Macrae (1998) como:

- *Naturales o Enviadas por Dios* → males simples que podrían ser tratados con biomedicina convencional, como resfriados, problemas en piel, dolor de garganta, entre otros.
- *Mágicas* → enfermedad natural no resuelta con biomedicina convencional, que puede estar siendo causada por razones sobrenaturales (personas mal intencionadas o entidades espirituales), como dolores repentinos en el cuerpo.

4.3.2 Componentes Ceremoniales.

Las ceremonias con ayahuasca mantienen un clima de encantamiento a través de la manipulación de sustancias sagradas y de preparación del espíritu para vivir una experiencia trascendental. Pueden darse en zonas urbanas (dentro de una casa) o en ambientes selváticos de fácil acceso para habitantes ciudadanos. Son guiadas por chamanes o yageceros que son personas que no tienen una formación en el chamanismo pero un Taita les ha dado permiso y conocimiento para servir ayahuasca. Estas ceremonias pueden ser realizadas varias veces a la semana y allí se reúnen grupos de hasta cuarenta personas que frecuentemente no se conocen pero generan una comunidad que se sostiene junta en la sesión. El ritual inicia con la preparación de la bebida, sin embargo, hay ocasiones en las que el ayahuasquero ya la adquiere lista. Comienza aproximadamente a las nueve de la noche y durante algún tiempo, el shamán habla sobre temas espirituales, cuenta historias o realiza preguntas a los asistentes; cuando él considera que es momento de empezar, todos se acomodan en círculo, se hacen rezos a la medicina y al grupo para después servir la bebida en pequeñas calabazas a cada participante. Se apagan las luces a excepción del fuego y velas, se hace silencio por unas horas hasta que el shamán, sintiendo la llegada de “la chuma” comienza a tocar sus instrumentos o a cantar para aumentar los efectos de la ayahuasca. Todos se mantienen absortos en sus visiones o realizando purgas a través del vómito y la defecación. El shamán se acerca a quien sienten que así lo necesita para pasar por sus cuerpos hierbas, perfumes, humo de tabaco o agua florida. Después de cuatro o cinco horas, los efectos de la bebida comienzan a disminuir y se instaura un ambiente amistoso entre todos los participantes quienes poco a poco comienzan a comentar sobre su sesión. Al final, algunos regresan a sus casas y otros permanecen dormidos o conversando en el lugar de la ceremonia (Macrae, 1998).

4.3.2.1 Guías.

Andi (2014) relata que la ayahuasca ha sido usada durante siglos en ceremonias rituales con fines religiosos guiadas por chamanes, sin embargo, esto ha cambiado y actualmente, predomina una perspectiva médica en el contexto ritual. Los chamanes han pasado a ser conocidos como médicos tradicionales y curanderos ya que a través de la ayahuasca, pueden diagnosticar y tratar enfermedades.

Según Macrae (1998), la palabra “shamán” se origina en la tribu Tungs de Siberia pero engloba a prácticas difundidas globalmente. Durante sus ritos, el shamán entra en un profundo trance para establecer contacto con entidades espirituales que le permiten diagnosticar y tratar males o hacer adivinación y profecías. Este trance se produce durante un estado alterado de conciencia en el cual el curandero tiene la impresión de que se modifica el funcionamiento habitual de su conciencia y que él vive otra relación consigo mismo y con el mundo, lo cual le permite realizar:

- *Magia y Acercamiento a la Religión* → recibe orientación divina y se comunica con espíritus que animan a las plantas o recibe espíritus protectores.
- *Adivinación* → para saber si vienen extraños, descubrir paraderos de enemigos o sus planes, prever el futuro claramente.
- *Hechicería* → causa enfermedades por medios psíquicos o las previene trabajando contra malas intenciones de terceros.
- *Tratamiento de Enfermedades* → determina causa de un mal y/o lo cura.
- *Interacción Social Placentera* → produce estados afrodisíacos o placenteros que refuerzan la actividad sexual a través del éxtasis y la intoxicación y facilitan la interacción social.

Son la figura central de una ceremonia, por lo cual son vistos como seres de gran fortaleza y una importante capacidad de sugestión; para lograr esto, entra en un proceso de preparación compuesto por ayunos, privaciones y abstinencias por tiempos prolongados. Según Apud (2013), el shamán adquiere su conocimiento a través de ciertas dietas herbolarias en donde figura también la ayahuasca; a partir de ellas, conecta con los espíritus de las plantas y recibe visiones, fortaleza, poderes o aprendizajes sobre nuevas medicinas e ícaros (cantos sagrados) que serán sus herramientas de sanación. Con esta preparación, los chamanes desarrollan madurez y adoptan una actitud bondadosa, paternal y que brinda seguridad con el fin de interactuar de forma ideal con aquellas personas que buscan sanación a través de él (Rojas-Bolívar, 2014). Se convierten en chamanes por tradición, por revelación y/o por consagración.

Así mismo, los chamanes se encuentran vinculados a sus pacientes de forma social, cultural y afectiva, favoreciendo su acción terapéutica. Forman una relación con ellos basada en el “eros terapéutico”, que ha sido definido por Seguí (1967) como el amor por la persona que conforma al paciente, siendo “diferente al amor sexual, libre de autoridad o posesión, de identificación, de dogma, de imposición de valores, reglas o conocimientos y de atracción sexual.” Este vínculo es más notorio en los sanadores o curanderos que en los médicos basados en el sistema de la biomedicina.

Acotando, es remarcable mencionar que un entorno ritual amoroso y positivo es parte clave del proceso de sanación. De acuerdo con Campbell y García (2009), prácticas como la meditación, el yoga, el chamanismo, la ingestión de enteógenos, y el sentimiento de amor romántico activan la ínsula y el cíngulo anterior en el cerebro, lo cual podría beneficiar a un estado que busca bienestar en el individuo. Entonces, estas prácticas podrían “nutrirse de la experiencia neurológica positiva del amor”, sobre todo con los rituales en ayahuasca ya que se produce una conexión con el poder curativo del shamán y con la materia viva de la planta:

El ayahuasca ha sido comparada con un ser vivo inteligente que se extiende por sí mismo, como una enredadera, y va cubriendo cada superficie de las que encuentra en su camino (Musalem, 2014).

Los chamanes se comunican de forma horizontal con sus pacientes y comparten un mismo contexto sociocultural; muestra capacidad de escucha activa y atención que el paciente requiere, además de que han desarrollado formas empíricas de terapias tanto individuales como grupales que permiten romper círculos de prolongación patológica (Rojas-Bolívar, 2014).

Sobre su imagen ceremonial, se relata:

El shamán utiliza su indumentaria ceremonial, con la vestimenta tradicional, collares de cuentas, cascabeles, coronas de plumas y un sinnúmero de sustancias y objetos, con los que consigue un experto dominio de la experiencia, en sí mismo, en el enfermo y en todos los participantes. Mediante cantos, instrumentos musicales y bailes tradicionales, el chamán va logrando el efecto esperado. Para el shamán y las nacionalidades, el yagé es sobre todo una planta medicinal: es el remedio por excelencia (ambi significa remedio, en quechua); y la manera de obrar es a través de una purga integral del organismo (Andi, 2014).

Para el curanderismo amazónico, la enfermedad es entendida como una impureza alojada en el organismo, donde no existe disociación entre la mente y el cuerpo sino que son uno mismo. Esta impureza puede ser removida mediante purgas o ceremonias de sanación.

Para el shamán, las reacciones corporales depurativas que experimenta el practicante del uso de ayahuasca, como son vómito, diarrea, sudoración, y aumento de diuresis, así como las reacciones sensorio-perceptivas y psíquicas, son parte del proceso curativo. Entonces, la mitología en torno a su consumo, proclama que limpia la mente y el espíritu a través del vómito y la defecación (Apud, 2013).

En el presente trabajo investigativo, se diferencia a un chamán de un curaca, un taita y un guía yagecero urbano. El chamán, como se ha comentado, es una persona de conocimiento, considerado un especialista del alma y de las interacciones con lo divino, es un mediador entre personas y espíritus (Sánchez, 2010). Según Caicedo (2010) en nuestro medio, un chamán podría equivaler a un médico indígena amazónico o a un “curaca”, que hace referencia a un especialista en el manejo del yagé. Sin embargo, este último término está relacionado con la brujería selvática, por lo cual no es tan ampliamente usado. Por su lado, un “taita”, en lengua quichua, es un hombre mayor muy respetado dentro de una comunidad indígena pero puede extrapolarse a un contexto urbano donde signifique ser un especialista del yagé. Finalmente, un guía yagecero es una persona que ha pasado muchos años de formación y ha adquirido sabiduría ancestral que le capacita para servir ayahuasca en un entorno urbano.

4.3.2.2 Herramientas de Sanación.

Forman parte de las ceremonias con ayahuasca, los rezos, cánticos, limpiezas espirituales, lenguaje/palabra y el sentido de comunidad. Para Macrae (1998), el poder shamánico se concibe como una sustancia mágica que puede ser contenida en los objetos que para este presente trabajo, serán llamados “herramientas de sanación” y pueden ser cristales de cuarzo, plumas, espinos, hongos, etc.; cuantos más objetos, mayor el poder, ya que son identificados con espíritus auxiliares.

Para la realización de una ceremonia de ayahuasca el curandero se relaciona y habita su ‘mundo-vida’ con las siguientes ‘cosas’: el cuenco donde se servirá la ayahuasca, su pipa (uno de sus instrumentos más importantes) con la que soplará el mapacho, su voz con la que cantará y guiará toda la ceremonia y la shacapa que utilizará para barrer por encima de la cabeza de los participantes. Para la ‘meditación chamánica’, se utilizarán la pipa con la que sopla tabaco, su voz con la que canta, el agua florida (la cual Jorge toma, mantiene en su boca y luego escupe sobre la persona. Sylvia, por el contrario, toma un poco con su mano y la va salpicando), la shacapa y también se utilizarán una serie de instrumentos musicales como: flautas, un gong, guitarra, didgeridoo, cascabeles, cuencos tibetanos, entre otros (del Río, 2017).

Según del Rio (2017) se presentan dos tipos de ritos dentro de estas herramientas, y esos son:

- Ritos Manuales → preparación del brebaje y movimientos gestuales del curandero como imposición de manos sobre la cabeza al cantar, soplar tabaco o escupir agua florida.
- Ritos Orales → encantamientos en lenguaje de los dioses, espíritus o magia; lenguaje improvisado del curandero tanto entendible como no entendible y canciones conocidas como “ícaros” que pueden ser cantadas, silbadas o susurradas y tienen el fin de contener, invocar y guiar la experiencia visionaria.

Quirce (2010) ha postulado que muchas de las herramientas rituales utilizadas por los chamanes para la ingesta de algún psicotrópico, tienen el fin de mitigar los efectos negativos de dichas sustancias y su estimulación en el receptor talámico de serotonina. Estos efectos producidos por el aumento en la actividad del tálamo durante la experiencia psicodélica se asocian a una vivencia protagonizada por el pánico, la ansiedad y una disolución del ego que resulta amenazante. Al contrario, un estado en el que se experimenta infinitud oceánica y disolución de la conciencia egoica con éxtasis, carece de activación neuronal en el tálamo y más bien, es producida por un patrón de activación hiperfrontal. Según este autor:

El período del terror era (y es) chamanísticamente eliminado —o soportado— en las ceremonias y rituales de las tribus aborígenes y ancestrales, mediante una programación retórica: un manejo discursivo de la atención y la información. Consecuentemente, se puede hablar de ofensas herbívoras comportamentales y simbólicas aprendidas y elaboradas a través de las prácticas históricas del chamanismo y de la brujería antigua [...]. El despliegue de comportamientos ritualizados repetitivos (e.g. percusiones, danzas) y la modulación o programación retórica (e.g. cánticos, mantras, mitos) fungen por tanto como una ofensa herbívora que habilita el resistir y el disfrutar de la experiencia psicodélica (Quirce, 2010).

Los chamanes se valen de maniobras mágicas y psicológicas para sostener la ingestión enteogénica de un individuo, que consisten generalmente en silbidos, cantos y rezos que invocan a los espíritus de las “plantas maestras”. Según Rojas-Bolívar (2014), estos cantos se asemejan a canciones de cuna, tiene un carácter regresivo y presentan exhortaciones repetitivas, tiernas o enérgicas, escalonadas y cambiantes en ritmo e intensidad. Al recitarlas, se consigue aliviar la angustia y ansiedad de los practicantes ceremoniales; siendo esta una representación de musicoterapia con influjo beneficioso dentro de la terapéutica. Macrae (1998), proclama que “ciertos ícaros sirven para apurar o cambiar las visiones producidas por los enteógenos, pudiendo aumentar o disminuir su intensidad, alterar la percepción de los

colores, dirigir los contenidos emotivos, etc.”. Así, los ícaros son un medio de curación y protección, son armas de combate contra poderes dañinos.

La ayahuasca, al ser usada en rituales, está ampliamente ligada al uso del lenguaje, que a su vez, está correlacionado con la activación neuronal en áreas frontotemporales. Rodríguez (2012) defiende que al emplear el lenguaje de forma creativa y reiterativa durante una experiencia psicodélica, se puede modular el cerebro para que active la zona hiperfrontal y produzca una vivencia enteógena positiva y extática, donde no se presente el pánico de despersonalizarse o la ansiedad. Adicionalmente, el autor sugiere que la ingestión de ayahuasca por parte del shamán dentro de un ritual o ceremonia, podría ser clave en la generación de empatía que permite un mayor entendimiento de los sentimientos de los individuos y mayor facilidad de alcanzar sanación. Así también, el shamán puede conversar en voz alta con los espíritus y su ayuda se vuelve valiosa en una ceremonia ya que con su voz, recuerda la importancia de mantener la calma y no tener miedo (Macrae, 1998).

Otra de las herramientas poderosas utilizadas como protección y agente de conexión, es el tabaco. El chamanismo se entiende como una batalla en la cual el individuo se expone a varios peligros, como ataques de espíritus malignos o enemigos en forma de animales peligrosos; por esto, se deben cuidar las defensas y una forma de hacerlo es creando una armadura a partir del humo del tabaco que, a la vez, es un purificador del cuerpo y expulsa la enfermedad. Según Macrae (1998), es la comida de los espíritus, pudiendo ser este fumado, ingerido o inhalado por la nariz.

Por su lado, los baños de hierbas o limpias ayudan a encontrar solución a conflictos afectivos ya que suscitan el amor en quien los recibe (Macrae, 1998).

4.3.2.3 Practicantes.

Son aquellas personas que acuden en búsqueda de sanación con la ayahuasca o que sostienen una representación terapéutica de la misma. Para ser parte de una ceremonia con ayahuasca, es necesaria una estricta preparación previa, que consiste en la abstención del consumo de ciertos alimentos o ayuno, abstinencia sexual, procesos de purificación, entre otros. Todos aquellos que vayan a tomar ayahuasca de forma ritual, deben abstenerse al menos tres días antes y tres días después, de ingerir alcohol u otros estupefacientes/medicamentos, condimentos, sal, dulces, grasas y carnes así como de abstenerse de mantener relaciones sexuales (Macrae, 1998). Es importante comer sano y ligero, manteniendo una buena condición física, siendo la última comida unas seis u ocho horas antes de la toma e hidratándose adecuadamente.

Dentro de la experiencia psicodélica, los practicantes pueden tener diversas visualizaciones que según Shanon (2003), pueden ser de aspecto macro conteniendo temas generales o de aspecto micro con elementos de contenido (mundos extraños y diferentes a la experiencia cotidiana del sujeto o visiones relacionadas a la biografía individual). Sobre estos últimos, los más comunes y repetitivos se dividen en:

- 1) *Primer Dominio* → elementos de la naturaleza, destacándose la presencia de animales selváticos, escenas vegetativas y paisajes naturales.
- 2) *Segundo Dominio* → elementos del medio sociocultural usualmente asociados a civilizaciones antiguas, como productos de creación artística, religiosa o mágica y ciudades majestuosas.
- 3) *Tercer Dominio* → elementos de fantasía, relacionadas a la mitología, la magia y cuentos de hadas, destacándose tierras encantadas habitadas por criaturas no humanas.
- 4) *Cuarto Dominio* → elementos espirituales y sobrenaturales, como seres divinos o reinos celestiales que llevan un significado espiritual

A medida que aumentan las experiencias con ayahuasca, estos contenidos se vuelven menos frecuentes. Por otro lado, los aspectos macro de las visiones se han dividido, según Shanon (2003), en:

- 1) *Temas relativos a la Persona Individual* → autocomprensión psicológica de cuestiones y toma de decisiones de la vida personal.
- 2) *Temas relativos a la Vida de los Seres Humanos como Individuos* → experiencias de muerte o nuevo nacimiento e introspecciones sobre el significado de la vida y la moral.
- 3) *Temas relativos a la Experiencia de Vida de los Seres Humanos como Miembros de un Grupo Mayor (Homo sapiens)* → dilemas trascendentales, el lugar de la existencia humana en la estructura del ser, sufrimiento humano, la historia y su significado, la naturaleza de la mente y la consciencia.
- 4) *Temas de Nivel Suprahumano* → relación con la mitología, reinos no naturales o astrales, encuentros con lo divino, enfoque sobrenatural.
- 5) *Temas Metafísicos* → naturaleza del ser y el mundo platónico de las ideas.
- 6) *Temas relativos a la Creación* → creación del universo, origen de la vida, evolución biológica y creación artística.
- 7) *Otros Temas* → realeza, civilizaciones antiguas (de Egipto o precolombinas), flora y fauna.

4.4 Estado Legal

La legalidad del consumo de ayahuasca ha sido un tema controversial desde que se popularizó en la modernidad. Las diferencias culturales, morales, religiosas y políticas generan posturas antagonizantes sobre el uso de ayahuasca en las sociedades alrededor del mundo. La ayahuasca recibe diferente tratamiento legal según la nación en la que se encuentra; por esta razón, los países pueden diferenciarse en tres grupos según su estado legal:

- 1) *Países donde se permite y se regula su uso* → Brasil, Estados Unidos y Canadá (uso religioso para algunas iglesias como Santo Daime y União do Vegetal); Perú (uso tradicional y patrimonial) y Ecuador (uso medicinal)
- 2) *Países donde está prohibida* → Francia (incluye plantas de la decocción en sus listas de control), Italia y Rusia (prohíbe todas las plantas que contengan psicoactivos).
- 3) *Países con vacío legal (no se prohíbe ni se permite específicamente)* → Portugal, México, Israel y España.

Internacionalmente, el DMT (uno de los compuestos de la ayahuasca) es fiscalizado porque se encuentra dentro de la *Lista 1 de la Convención sobre Sustancias Psicotrópicas de las Naciones Unidas* llevada a cabo en 1971, lo que significa que el comercio internacional del DMT debe ser estrechamente monitorizado; su uso debe ser restringido solo para uso médico e investigación científica. Sin embargo, las plantas, materiales vegetales, preparados y/o decocciones que contienen DMT, no se encuentran sujetos a fiscalización internacional. La mayoría de los países alrededor del mundo adoptan esta fiscalización del DMT; solo pocos países tienen leyes específicamente dirigidas a la posesión y uso del brebaje ayahuasca.

No obstante, dado que el DMT es una sustancia ampliamente extendida en la naturaleza, la Junta Internacional de Fiscalización de Estupefacientes (JIFE) ha fijado la cantidad porcentual de DMT que un preparado debe contener para considerarse prohibido (2%), muy por encima del porcentaje en que aparece en estado natural (0,02%). El cuerpo humano segrega DMT durante todo el día y se relaciona con los sueños nocturnos reparadores; de la misma forma, el DMT se encuentra en especímenes vegetales como la caña de río o carrizo. Por esto, carece de sentido prohibir la producción natural de esta sustancia. En el informe de 2010 de la JIFE se esclarece que:

284. Muchas plantas que contienen sustancias psicoactivas con propiedades estimulantes o alucinógenas, así como preparados elaborados con esas plantas, tienen usos tradicionales en algunos países o regiones, por ejemplo, en ritos religiosos. De conformidad con la Convención de 1961 y de esa Convención enmendada por el

Protocolo de 1972, las plantas que son fuente de estupefacientes, como la de cannabis, la adormidera y el arbusto de coca, están sometidas a medidas de fiscalización específicas. En cambio, aunque algunos ingredientes activos con efectos estimulantes o alucinógenos contenidos en ciertas plantas están sometidas a fiscalización en virtud del Convenio de 1971, actualmente no hay ninguna planta fiscalizada de conformidad con ese Convenio ni con la Convención de 1988. Tampoco los preparados (por ejemplo, las decocciones para consumo oral) elaborados a partir de plantas que contienen esos ingredientes activos son objeto de fiscalización internacional.

285. Algunos ejemplos de esas plantas o materiales vegetales son el khat (*Catha edulis*), cuyos ingredientes activos catinona y catina están incluidos en las Listas I y III del Convenio de 1971; la ayahuasca, un preparado de plantas originarias de la cuenca del Amazonas, principalmente la *Banisteriopsis caapi* (una enredadera de la selva) y otra planta rica en triptamina (*Psychotria viridis*) que contiene varios alcaloides psicoactivos como la DMT; el peyote (*Lophophora williamsii*), que contiene mescalina; los hongos alucinógenos (*Psilocybe*), que contienen psilocibina y psilocina; la efedra, que contiene efedrina; el kratom (*Mitragyna speciosa*), una planta originaria del Asia sudoriental que contiene mitraginina; la iboga (*Tabernanthe iboga*), que contiene el alucinógeno ibogaína y es originaria de la parte occidental del África central; variedades de *Datura* que contienen hiosciamina (atropina) y escopolamina; y la *Salvia divinorum*, una planta originaria de México que contiene el alucinógeno salvinatorina-A.

286. La Junta advierte un interés cada vez mayor en el consumo recreativo de esos materiales vegetales. Además las plantas de los que se extraen a menudo también se utilizan fuera de su contexto socioeconómico original para explotar a los drogodependientes. Dado que se pueden transportar rápidamente por vía aérea hacia cualquier país del mundo, el consumo de esas plantas o de los preparados elaborados a partir de ellas ya no se limita a las regiones donde crecen las plantas, ni a las comunidades que los han consumido tradicionalmente. Los posibles consumidores vienen utilizando la Internet para informarse directamente de las propiedades estimulantes o alucinógenas de algunos de esos materiales vegetales, del hecho de que no están sometidos a fiscalización internacional y de los sitios web donde pueden adquirirlos. El resultado ha sido que en muchos países se ha advertido un aumento del comercio, el consumo y el abuso de esos materiales. La utilización de esos materiales puede tener efectos adversos para el consumidor como náuseas, vómitos, somnolencia, envenenamiento y experimentación de vivencias pasadas. Además, la disminución de ciertas capacidades derivada del consumo de esos materiales vegetales por una persona puede tener consecuencias graves para el bienestar de otras personas,

consecuencias que son similares a las de conducir bajo la influencia de sustancias psicoactivas.

287. La Junta observa que, en vista de los riesgos para la salud que conlleva el uso indebido de ese material vegetal, algunos gobiernos han sometido a fiscalización nacional determinados tipos de esos materiales y preparados vegetales. La Junta recomienda a los gobiernos que todavía no lo hayan hecho, y que hayan experimentado problemas con personas que practican el consumo recreativo o el tráfico de esos materiales vegetales, que se mantengan vigilantes (pues los riesgos asociados con ese consumo pueden aumentar) y que notifiquen a la Junta y a la OMS esos problemas. La Junta recomienda también que los gobiernos consideren la posibilidad de fiscalizar esos materiales a nivel nacional, si la situación lo requiere (JIFE, 2010).

La situación jurídico-legal se analiza a continuación, tomando como ejemplo a la normativa vigente de los países donde existe mayor difusión de la terapia enteogénica basada en ayahuasca o en aquellos donde se sitúan las comunidades indígenas que culturalmente protegen su uso.

4.4.1 América del Sur.

Contrario a lo que se podría pensar, Sudamérica siendo cuna de la ayahuasca, presenta poco control legal de la misma. Aun así, cada país genera procesos regulatorios para el uso de este brebaje procurando preservar su uso cultural, religioso y ceremonial.

Ecuador.

No existe una legislación vigente que pueda ser aplicada a la ayahuasca, ni el turismo alrededor de ella se encuentra regulado. Pese a esto, la comercialización y el consumo del brebaje son legales ya que está amparado por sus usos ceremoniales, tradicionales y medicinales.

En la Ley Orgánica de Prevención Integral (Registro Oficial Suplemento 615 de 26-oct.-2015, con última modificación en 2020), se considera al DMT como sustancia psicotrópica sujeta a fiscalización dentro de la Lista 1, junto a otras sustancias como el LSD, MDMA, mescalina, psilocibina y tetrahidrocannabinol (THC).

Tabla 2

Lista I de Sustancias Psicotrópicas Sujetas a Fiscalización Consignadas en la Ley Orgánica de Prevención Integral del Ecuador

DENOMINACIÓN COMÚN INTERNACIONAL	OTRAS DENOMINACIONES COMUNES O VULGARES	DENOMINACIÓN QUÍMICA
<i>Brolanfetamina</i>	DOB	(±)-4-bromo-2,5-dimetoxi- α - metilfenetilamina
<i>Catinona</i>		(-)-(S)-2-aminopropiofenona
	DET	3-[2-(dietilamino)etil]indol
	DMA	(±)-2,5 dimetoxi- α -metilfenetilamina
	DMHP	3-(1,2-dimetilheptil)-7,8,9,10-tetrahidro-6,6,9-trimetil-1,6H-dibenzo[b,d]pirano-1-ol
	DMT	3-[2-(dimetilamino)etil]indol
	DOET	(±)-4-etil-2,5-dimetoxi- α -metilfenetilamina
<i>Eticiclidina</i>	PCE	N-etil-1-fenilciclohexilamina
<i>Etriptamina</i>		3-(2-aminobutil)indol
	N-hidroxiMDA	(±)-N[α -metil-3,4-(metilendioxi)fenetil]hidroxilamina
<i>(+)-Lisérgida</i>	LSD, LSD-25	9,10-didehidro-N,N-dietil-6-metilergolina-8 -carboxamida
	MDE,N-etil MDA	(±)-N-etil- α -metil-3,4-(metilendioxi)fenetilamina
	MDMA	(±)-N, α -dimetil-3,4-(metilendioxi)fenetilamina
	mescalina	3,4,5-trimetoxifenetilamina
	metcatinona	2-(metilamino)-1-fenilpropan-1-ona
	4-metilaminorex	(±)-cis-2-amino-4-metil-5-fenil-2-oxazolona
	MMDA	5-metoxi- α -metil-3,4-(metilendioxi)fenetilamina
	4-MTA	α -metil-4-metilfenetilamina

DENOMINACIÓN COMÚN INTERNACIONAL	OTRAS DENOMINACIONES COMUNES O VULGARES	DENOMINACIÓN QUÍMICA
	parahexilo	3-hexil-7,8,9,10-tetrahidro-6,6,9-trimetil-6H-dibenzo[b,d]pirano-1-ol
	PMA	p-metoxi- α -metilfenetilamina
<i>Psilocibina</i>		fosfato dihidrogenado de 3-[2-(dimetilaminoetil)]indol-4-ilo
	psilocin a, psilotsina	3-[2-(dimetilamino)etil]indol-4-ol
<i>Roliciclidina</i>	PHP,PCPY	1-(1-fenilciclohexil)piperidina
	STP,DOM	2,5-dimetoxi- α ,4-dimetilfenetilamina
<i>Tenametamina</i>	MDA	α -metil-3,4-(metilendioxi)fenetilamina
<i>Tenociclidina</i>	TCP	1-[1-(2-tienil)ciclohexil]piperidina
	tetrahidrocannabinol	<p>los siguientes isómeros y sus variantes estereoquímicas:</p> <ul style="list-style-type: none"> - 7,8,9,10-tetrahidro-6,6,9-trimetil-3-pentil-6H-dibenzo[b,d]pirano-1-ol - (9R,10aR)-8,9,10,10a-tetrahidro-6,6,9-trimetil-3-pentil-6H-dibenzo[b,d]pirano-1-ol - (6aR,9R,10aR)-6a,9,10,10a-tetrahidro-6,6,9-trimetil-3-pentil-6H-dibenzo[b,d]pirano-1-ol - (6aR,10aR)-6a,7,8,9,10,10a-tetrahidro-6,6,9-trimetil-3-pentil-6H-dibenzo[b,d]pirano-1-ol - 6a,7,8,9-tetrahidro-6,6,9-trimetil-3-pentil-6H-dibenzo[b,d]pirano-1-ol - (6aR,10aR)-6a,7,8,9,10,10a-hexahidro-6,6-dimetil-9-metileno-3-pentil-6H-dibenzo[b,d]pirano-1-ol
	TMA	(\pm)-3,4,5-trimetoxi- α -metilfenetilamina

Elaborado por: Rodríguez (2023) con información de Ley Orgánica de Prevención Integral (2020)

Sin embargo, ni el DMT ni la ayahuasca se encuentran en la tabla de consumo de drogas publicada en 2015 por el Consejo Nacional de Sustancias Estupefacientes y Psicotrópicas del Ecuador, ahora ya disuelto. Aunque esta tabla no forma parte de ninguna ley, su funcionamiento sí es un mandato legal basado en el Código Orgánico Integral Penal, y está sustentado en el Art. 364 de la Constitución de la República del Ecuador (2008), que dicta:

Art. 364.- Las adicciones son un problema de salud pública. Al Estado le corresponderá desarrollar programas coordinados de información, prevención y control del consumo de alcohol, tabaco y sustancias estupefacientes y psicotrópicas; así como ofrecer tratamiento y rehabilitación a los consumidores ocasionales, habituales y problemáticos. En ningún caso se permitirá su criminalización ni se vulnerarán sus derechos constitucionales. El Estado controlará y regulará la publicidad de alcohol y tabaco.

Tabla 3

Cantidades de Posesión Permitida de Sustancias Estupefacientes y Psicotrópicas en Ecuador

SUSTANCIAS ESTUPEFACIENTES								
Escala (Gramos) Peso Neto	Heroína		Pasta Base Cocaína		Clorhidrato de Cocaína		Marihuana	
	Mínimo	Máximo	Mínimo	Máximo	Mínimo	Máximo	Mínimo	Máximo
<i>Mínima</i>	0	0,1	0	2	0	1	0	20
<i>Mediana</i>	0,1	0,2	2	50	1	50	20	300
<i>Alta</i>	0,2	20	50	2 000	50	5 000	300	10 000
<i>Gran Escala</i>	20 en adelante		2 000 en adelante		5 000 en adelante		10 000 en adelante	
SUSTANCIAS PSICOTRÓPICAS								
Escala (Gramos) Peso Neto	Anfetaminas		Metilendioxifenetilamina (MDA)		Éxtasis (MDMA)			
	Mínimo	Máximo	Mínimo	Máximo	Mínimo	Máximo		
<i>Mínima</i>	0	0,090	0	0,090	0	0,090		
<i>Mediana</i>	0,090	2,5	0,090	2,5	0	2,5		
<i>Alta</i>	2,5	12,5	2,5	12,5	2,5	12,5		
<i>Gran Escala</i>	12,5 en adelante		12,5 en adelante		12,5 en adelante			

Fuente: Consejo Nacional de Sustancias Estupefacientes y Psicotrópicas (2015)

Por otro lado, el brebaje de ayahuasca como tal, se encuentra protegido tanto en su preparación como en su consumo al enmarcarse en la Normativa para el Ejercicio de las Terapias Alternativas No. 00000037, sustentando bajo el Art. 360 de la Constitución de la República del Ecuador (2008), que dicta:

Art. 360.- El sistema garantizará, a través de las instituciones que lo conforman, la promoción de la salud, prevención y atención integral, familiar y comunitaria, con base en la atención primaria de salud; articulará los diferentes niveles de atención; y promoverá la complementariedad con las medicinas ancestrales y alternativas.

La red pública integral de salud será parte del sistema nacional de salud y estará conformada por el conjunto articulado de establecimientos estatales, de la seguridad social y con otros proveedores que pertenecen al Estado, con vínculos jurídicos, operativos y de complementariedad

Esta normativa está también respaldada por el Art. 363 numeral 4 de la Norma Suprema que responsabiliza al Estado para “garantizar las prácticas de salud ancestral y alternativa mediante el reconocimiento, respeto y promoción del uso de sus conocimientos, medicinas e instrumentos”.

Finalmente, la Ley Orgánica de Salud en su artículo 6 numeral 26, responsabiliza al Ministerio de Salud Pública de las prácticas con medicina tradicional, ancestral y alternativa como la ayahuasca, refiriendo que debe:

Art.6.26.- Establecer políticas para desarrollar, promover y potenciar la práctica de la medicina tradicional, ancestral y alternativa; así como la investigación, para su buena práctica.

En conclusión, aunque el DMT sea una sustancia sujeta a fiscalización, la decocción ayahuasca que lo contiene, no lo es y más bien, se encuentra legalmente protegida y respaldada por su uso medicinal.

Perú.

No hay una prohibición escrita en la legislación vigente, ni se ha extendido una normativa contra drogas a las plantas que tengan estos compuestos de forma natural. Su posesión, venta, transporte y cultivo es legal. El uso ceremonial tradicional de la ayahuasca se encuentra protegido, siendo este país el centro del desarrollo de la medicina amazónica tradicional.

Se ha buscado la especial protección del uso ritual de la ayahuasca, siendo declarada patrimonio cultural inmaterial de la nación, que consta en la Declaratoria de Patrimonio Cultural de la Nación (Resolución Directoral Nacional n.º836/INC de 24-junio-2008). Esta reserva fue formulada para usos tradicionales de la ayahuasca adhiriéndose a la Convención de 1971.

Por otro lado, formas en polvo de la ayahuasca son abiertamente comercializadas, especialmente en zonas cercanas a la Amazonía, como la ciudad de Iquitos.

Colombia.

No existe una legislación que sea directamente aplicable a la ayahuasca, y el DMT también es considerada una sustancia sujeta a fiscalización. Su uso en rituales culturales se encuentra protegida por la jurisdicción especial que respalda a los pueblos indígenas. A los médicos tradicionales indígenas se les otorga carnés que les acreditan para el uso permitido de la ayahuasca, y para el transporte del brebaje sin consecuencias legales.

El Yuruparí es un ritual tradicional indígena que hace uso de la ayahuasca y está reconocido como patrimonio inmaterial de la humanidad por la Organización de las Naciones Unidas para la Educación, la Ciencia y la Cultura (UNESCO). Sin embargo, la ayahuasca sola no es considerada patrimonial, por lo que fuera de este ámbito no cuenta con ningún tipo de protección. Aun así, en Colombia existe una creciente industria turística alrededor de la ayahuasca, no regulada hasta el momento.

Brasil.

Ha sido completamente legal desde 1992. Se ha regulado el uso de la ayahuasca a través de la Carta de Principios de las Entidades Religiosas Usuarias del Té Hoasca presentada el 24 de noviembre de 1991. Aquí, se establece una serie de reglas y principios que enmarcan el uso de la ayahuasca, prohíben su comercialización y su turismo pero muchas compañías y organizaciones ofrecen retiros con ayahuasca.. Esto fue incorporado después a la legislación a partir de la Resolución n.º 1 del Consejo Nacional de Políticas sobre Drogas (CONAD) el 25 de enero de 2010.

La ayahuasca se considera un sacramento en varias iglesias brasileñas sincréticas, como el Santo Daime o la União do Vegetal, extendidas en casi 50 países alrededor del mundo. Los distintos grupos ayahuasqueros se constituyen como entidades legales registradas y se incluyen parámetros para la selección de futuros consumidores. Así mismo, se ha estado discutiendo sobre declarar a la ayahuasca y sus usos religiosos, como patrimonio inmaterial de la nación, a través del Ministerio de Cultura de Brasil.

Uruguay.

No existe una prohibición ni regulación frente al uso ritual de la ayahuasca. Aun así, se encuentra en duda para las autoridades si el uso de ésta debe ser protegido por el derecho a la libertad religiosa, ya que hay cierto descontento con las religiones ayahuasqueras. El uso

propio e individual no está penalizado, ni lo está la posesión del mismo brebaje. El único aspecto penalizado en Uruguay respecto a la ayahuasca es su tráfico e importación.

Argentina.

No existe un marco legal específico para el uso ritual de la ayahuasca. En 1971, Argentina se adhirió a la Convención de Viena. Sin embargo, existen vacíos legales y se guían por la Junta Internacional de Estupefacientes de las Naciones Unidas que dictaminó que la planta, sus partes y preparados no se encuentran bajo fiscalización.

Chile.

No existe un uso tradicional del brebaje, pero se considera como “controlada” a su posesión, venta y consumo. En 1988, el gobierno de Chile suscribió el Convenio de Viena de 1971, por lo que existe un vacío legal entre la normativa internacional que refiere que ni la planta ni sus preparados son sujetos de fiscalización y la normativa nacional que refiere al DMT dentro de la ayahuasca como sujeto a fiscalización. Además, su uso medicinal ha sido discutido en las cortes del país.

Chile, junto a Colombia y Brasil, es uno de los países con mayor investigación científica relacionada a la terapéutica de la ayahuasca.

4.4.2 América Central.

Costa Rica.

Es completamente legal, por lo que compañías privadas y organizaciones sin fines de lucro ofrecen retiros con ayahuasca. Sin embargo, en marzo de 2022, el Ministerio de Salud de Costa Rica advirtió a la ciudadanía que realicen reclamaciones si notaban situaciones en las que se estuviera haciendo uso del brebaje.

4.4.3 América del Norte.

México.

Existe un vacío legal entre la normativa internacional que proclama fiscalizable al DMT y la nacional que proclama legal a la ayahuasca. Sin embargo, es cada vez más utilizado en México de forma medicinal.

Estados Unidos.

El uso y consumo de ayahuasca es mayoritariamente ilegal. Han existido casos de curanderos indígenas arrestados al cruzar la frontera de Estados Unidos, y se ha incautado su ayahuasca con la consiguiente deportación, siendo acusados de importar sustancias controladas sin licencia.

El Tribunal Supremo emitió una sentencia preliminar que permite a iglesias como el Centro Espírita Beneficente União do Vegetal y Santo Daime importar el sacramento de la ayahuasca para usarlo legalmente en Estados Unidos. Sin embargo, es importante notar que la legislación que regula la religión y la práctica religiosa es independiente de la legislación que regula drogas.

Si bien la JIFE ha dictado que los ingredientes de la ayahuasca no están regulados como sustancia fiscalizable ni es ilegal, en algunos casos judiciales esta interpretación no ha sido aceptada. Los Tribunales Supremos de Estados Unidos han alegado que se trata de una preparación que contiene DMT y que, por tanto, está regulada por dicha Convención. Así mismo, el cultivo, venta y tenencia de *Banisteriopsis* spp. Está prohibido en el estado de Louisiana.

En 2019, dos ciudades de California aprobaron la descriminalización de la posesión, uso y cultivo de enteógenos entre los cuales se encontraba la ayahuasca; sin embargo, no la legaliza ni regula su venta. En 2020, una ciudad de Míchigan y todo el estado de Washington D.C. descriminalizaron la posesión, compra, venta, cultivo y utilización de la ayahuasca, entre otras plantas. En 2021, más ciudades aprobaron la descriminalización del brebaje, entre las que están Detroit y Seattle.

Como dato histórico, en 1981 el director de la empresa *International Plant Medicine Corporation*, Loren Miller, llevó de Ecuador a Estados Unidos una muestra de ayahuasca y la patentó, denominándola “Da Vine”. En 1986 obtuvo los derechos exclusivos para cultivar los componentes de ayahuasca y para venderlos. Diez años más tarde, en 1998, los indígenas del Amazonas notaron que su brebaje milenario había sido apropiado por el estadounidense y enviaron múltiples solicitudes pidiendo que renuncie a la patente. Estas solicitudes fueron ignoradas. La Coordinadora de Organizaciones Indígenas de la Cuenca Amazónica (COICA), un grupo representante de más de 400 grupos indígenas de ocho países con sede en Ecuador decidió tomar medidas para que se anule la patente de la ayahuasca, denominando a Miller un “biopirata internacional” y “enemigo de los pueblos indígenas”, prohibiendo su entrada a todo territorio indígena. Después de grandes disputas entre Miller y la comunidad nativa, Querubín Queta Alvarado y Antonio Jacanamijoy Rosero, líderes espirituales y chamanes de sus tribus amazónicas, viajaron hasta la Oficina de Patentes y Marcas de Estados Unidos

vistiendo su atuendo tradicional y con documentos de protesta. En 1999, la Oficina de Patentes anuló la patente de la ayahuasca alegando que no era novedosa ni distintiva, pero sin reconocer su valor religioso por lo que, en 2001, la Oficina de Patentes emitió un certificado que permitía a la patente mantenerse durante los años restantes de su vigencia, que fue hasta el 17 de junio de 2003, sin posibilidad de ser renovada.

Canadá

De acuerdo con la Ley de Drogas y Sustancias Controladas de 1996, se prohíbe la importación, posesión, venta, distribución y administración de todos los componentes de la ayahuasca (DMT, harmalina y harmalol). Sin embargo, Health Canada que regula salud pública nacional, en 2017 otorgó exención a las iglesias sincréticas de origen brasileño Santo Daime y União do Vegetal así como a otras iglesias en 2019 como Ceu da Divina Luz do Montreal, Église Santo Daime Céu do Vale de Vida en Val-David y Ceu de Toronto; para importar y servir la decocción de ayahuasca a sus miembros.

4.4.4 Europa.

Italia.

A pesar de ser ilegal el DMT, el brebaje a base de este, no lo es.

Francia.

La posesión y uso de la decocción ayahuasca es ilegal desde el 2005.

Ucrania.

Los extractos y tinturas de B. caapi, P. harmala y D. cabrerana se encuentran excluidos de la lista de estupefacientes, sustancias psicotrópicas y precursores ilícitos desde 2012.

Dinamarca.

Es ilegal importarla, producirla y consumirla. La iglesia Santo Daime intentó reclamar su derecho de usar a la ayahuasca como sacramento religioso, pero la Corte Suprema de Dinamarca rechazó el caso.

Alemania.

El DMT se encuentra en la lista de Ley sobre Narcóticos de Alemania (Betäubungsmittelgesetz). Manejar estas sustancias sin un permiso, es castigable por la ley.

Irlanda.

La posesión, venta, transporte y cultivo de plantas que componen a la decocción ayahuasca son ilegales. El Santo Daime fue negado para tener excepciones religiosas en 2014.

Países Bajos.

Es oficialmente ilegal desde 2019 por una decisión de la Suprema Corte de los Países Bajos. Antes de esto, la ayahuasca podía ser comprada en tiendas alrededor del país y en páginas web; así mismo, era posible agendar retiros con ayahuasca. Al momento, ningún uso, incluido el religioso, se encuentra permitido.

Portugal.

Su posesión se encuentra descriminalizada desde 2001, donde se tomó esta decisión para todas las drogas consideradas previamente como ilegales. Aunque no sea legal, la posesión y el uso de ayahuasca así como el DMT, no es una ofensa criminal y no conlleva una sentencia de prisión. No obstante, la venta, transporte y cultivo de las sustancias componentes de la ayahuasca todavía son criminalizadas.

Rumanía.

Solamente es legal para estudios investigativos médicos y científicos, realizados por doctores autorizados en clínicas y hospitales.

España.

De acuerdo con el Real Decreto 2829/1977 del 16 de noviembre de 1977, el DMT se encuentra prohibido, excepto para fines científicos. Según la Orden SCO/190/2004 del Boletín Oficial del Estado n.32 del 6 de febrero de 2004, la liana Banisteriopsis caapi y sus preparados están incluidos en la lista de plantas cuya venta al público está prohibida o restringida debido a su toxicidad.

El uso y comercio se encuentra restringido y solo se permite para investigación, especialidades farmacéuticas, fórmulas maestras, preparaciones oficinales y compuestos homeopáticos .

Reino Unido.

El DMT se considera una droga de Clase A y por lo tanto, es ilegal poseerla y distribuirla. Como la ayahuasca lo contiene, es ilegal en consecuencia.

4.5 Farmacología

“La ayahuasca es un viaje en el espacio y en el tiempo. La habitación parece sacudirse y vibrar. La sangre y substancia de muchas razas -negra, polinesia, mongola montañesa, nómada desértica, polígota próximo-oriental, india-, de nuevas razas inconcebidas y nonatas, de combinaciones todavía inexistentes, pasan a través de tu cuerpo. Migraciones, viajes increíbles por selvas y montañas (estasis y muerte en cerrados valles de montaña, donde surgen plantas de la Roca, y enormes crustáceos eclosionan en tu interior, y rompen el cascarón del cuerpo), atravesando el Pacífico en una batanga hasta la Isla de Pascua. La Ciudad Compuesta donde todos los potenciales humanos se exhiben en un inmenso mercado silencioso.”

(William Burroughs, en ‘Las Cartas de la Ayahuasca’, 1963)

4.5.1 Farmacocinética.

La ayahuasca se considera un psikedélico, que según Escobar (2015), son “un grupo de sustancias psicoactivas que producen intensos efectos sobre la mente, que se adaptan bien a la fisiología humana, y no son consideradas drogas de adicción, pues no promueven su consumo compulsivo ni inducen un síndrome de abstinencia”. Se prepara con la combinación de *Banisteriopsis caapi* que es rica en β -carbolicinas como harmina, tetrahidroharmina y harmalina, así como *Psycotria viridis* o *Diplopterys cabrerana*, que contienen N,N-dimetiltriptamina (DMT).

En 1967, Holmstedt y Lindgren propusieron el primer modelo farmacocinético de la ayahuasca, y en 1984, McKenna, Towers y Abbott lo confirmaron. Este modelo sugiere que la harmina inhibe a la enzima monoaminoxidasa que se encuentra presente en el hígado e intestinos, atenuando así la degradación de DMT y facilitando su entrada al sistema circulatorio para que se produzcan los efectos psicoactivos en el cerebro. Dos Santos (2013) por su lado, comenta que la harmina es un inhibidor selectivo de la isoenzima 2D6 (CYP2D6) del citocromo P450 humano, que metaboliza también a la harmalina. Este alcaloide inhibe el metabolismo del DMT en el tracto gastrointestinal, permitiéndole su entrada al sistema nervioso central donde actúa como un agonista del receptor serotoninérgico 2A/2C/1A en la región cerebral frontal y paralímbica.

Tras la administración oral de la ayahuasca, el pico de acción máxima se produce a las 1.5 – 2 horas y el estado alucinatorio puede durar 4 – 6 horas, que es el mismo tiempo en que se encuentran las concentraciones máximas plasmáticas de DMT; sin embargo, las

concentraciones plasmáticas máximas de β -carbolinas se presentan después de que los efectos ya han ocurrido (Brito-da-Costa, 2020).

En las siguientes secciones, se analizará cada componente por separado.

4.5.1.1 β -carbolinas.

Las β -carbolinas son alcaloides encontrados en diversas plantas y animales y se consideran aminas orgánicas. Son productos naturales distribuidos globalmente en plantas, bebidas, comidas, humo de tabaco, tejidos humanos y fluidos corporales (Patel, 2012), siendo la pinolina, triptolina, 6-hidroxi-tetrahydro- β -carbolinas, harmano y noharmano, constituyentes normales en el cuerpo humano (Yu, 2002).

Según Rommelspacher (1985), la harmina, harmalina y tetrahydroharmina juegan un papel fundamental en la farmacología de la ayahuasca, permitiendo la activación del DMT en ingestión oral. Estas sustancias son consideradas como alcaloides de harmala y son todas biosintetizadas a partir del triptófano y/o triptamina a través de un proceso de condensación en el cual participan indolaminas, aldehídos y cetoácidos (Brito-da-Costa, 2020).

La información disponible en la literatura sobre la farmacocinética de estos alcaloides β -carbolínicos como entidades individuales, es escasa.

4.5.1.1.1 Harmina

La harmina (7-metoxi-1-metil-9H-pirido[3,4-b]indol) se encuentra en varias plantas como la ruda siria, la liana *Banisteriopsis caapi*, en la secreción de raíces de oca, en las semillas de *Peganum harmala*, en animales marinos, insectos, mamíferos y en tejidos y secreciones humanas (Patel, 2012). Según Liang (2020), se ha utilizado por miles de años en contextos ritualísticos, gracias a sus propiedades psicoactivas y curativas. Este autor refiere que se han encontrado trazas de harmina en un refugio hecho de piedra en Bolivia, con una antigüedad de más de 1000 años.

Aparece en forma de cristal y es soluble en solventes orgánicos como etanol, cloroformo y éter (Brito-da-Costa, 2020).

Después de su ingestión oral, la harmina es metabolizada hepáticamente por el citocromo P450 (lo que podría contribuir con su poca biodisponibilidad); sus metabolitos son harmol y otros derivados hidroxilados (Yu, 2002). Es inestable y de metabolismo fácil aunque moderado en humanos. Se absorbe por difusión pasiva transcelular a través de células Caco-

2 y MDCK, dependiendo de la concentración, del sodio y del pH. Sus metabolitos son excretados como conjugados glucuronizados y sulfonados en la bilis y la orina (Liang, 2020).

En 1959, Plutarco Naranjo postula que tras la administración oral de 20 – 50 mg (0.3 – 0.7 mg/kg) de harmina a humanos, la acción psicotrópica comienza luego de 20 – 30 minutos, tiene un pico máximo a los 30 – 60 minutos y dura hasta 6 – 8 horas. Tras la administración intramuscular de 10 – 20 mg (0.1 – 0.3 mg/kg), los efectos comienzan a los 5 – 10 minutos, con un pico a los 30 minutos y una duración de hasta 3 – 5 horas.

4.5.1.1.2 Harmalina

La harmalina es levemente soluble en etanol y éter (Brito-da-Costa, 2020).

En ratas, tras la administración oral de harmalina extraída de semillas de *Peganum harmala*, se observó que es rápidamente absorbida hacia la circulación sanguínea, en aproximadamente 1.76 horas. Las concentraciones plasmáticas máximas son dosis-dependiente, con un tiempo estimado entre 0.73 y 4 horas. Así, la biodisponibilidad oral de la harmalina es de 17.11%, mayor que la de harmina (1.09%) (Brito-da-Costa, 2020).

Según Brito-da-Costa (2020), tanto la harmina como la harmalina son ampliamente distribuidos con concentraciones mayores encontradas en hígado, riñón, bazo y pulmón; sin acumulación. Solamente la harmalina se encuentra en el cerebro, sugiriendo su capacidad de atravesar la barrera hematoencefálica.

La harmalina se metaboliza hacia harmalol, que se encuentra O-desmetilado, y otros metabolitos hidroxilados, dentro del hígado gracias a acción enzimática del citocromo P450 (Yu, 2002). Adicionalmente, la harmalina puede ser metabolizada a harmina por deshidrogenación. Estos metabolitos luego son convertidos hacia conjugados glucuronizados o sulfatados para poder ser excretados (Brito-da-Costa, 2020).

4.5.1.1.3 Tetrahidroharmina

La tetrahidroharmina (THH) es soluble en etanol, cloroformo y acetato de etilo (Brito-da-Costa, 2020). Tras su administración oral, llega a una concentración máxima en plasma en unas 2.9 horas, se metaboliza en el hígado por acción del citocromo P450 y es O-desmetilado hacia tetrahidroharmol para luego ser excretado (Brito-da-Costa, 2020).

4.5.1.2 *N,N*-dimetilriptamina.

La DMT, según Brown (2017), es un compuesto químico encontrado en diversas plantas y sustancias, que tiene propiedades psicoactivas limitadas cuando se lo consume de forma oral debido a su rápido metabolismo producido por la enzima monoamina oxidasa.

Según Schenberg (2013), la DMT es naturalmente encontrada en la sangre y el líquido cefalorraquídeo; se cree que se forma en el tejido adrenal y pulmonar. Se deriva de la descarboxilación del precursor triptófano, que es luego *N,N*-desmetilado y gracias a la enzima indol-*N*-metiltransferasa (INMT), se forma *N*-metilriptamina y DMT.

Tiene una estructura similar a la de la melatonina y la del neurotransmisor 5-HT (que es modulador del comportamiento y las emociones en humanos). En su forma libre, se presenta como un cristal blanco o transparente y puede disolverse en ácido acético y ácido mineral. Debido a que es lipofílica y de estructura pequeña, pasa rápidamente por la barrera hematoencefálica (Brito-da-Costa, 2020).

Se puede fumar, inhalar o inyectar de forma intravenosa. La dosis típica fumada es de 0.6 – 0.7 mg/kg, mientras que la intravenosa es de 0.1 – 0.4 mg/kg. Al ser fumado o inyectado, el DMT tiene una acción rápida pero potente y abrumadora, produciendo manifestaciones alucinatorias inmediatamente tras su administración, con un pico máximo a los 5 minutos y con una duración total de menos de 1 hora. Por el contrario, cuando se ingiere DMT de forma oral, no se genera actividad psicotrópica debido a que se produce un rápido y extenso metabolismo hepático, donde es deaminada por las enzimas monoamino oxidasas-A (MAO-A) gastrointestinales, que la convierten en el metabolito inactivo 3-indol-ácido acético, contribuyendo a su biodisponibilidad reducida y ausencia de efectos alucinatorios (Brito-da-Costa, 2020).

Estas enzimas MAO se encuentran presentes en la membrana mitocondrial de la mayoría de las células del organismo, sobre todo en las neuronas y la astroglia, distribuidas también en la sangre, hígado, riñón, bazo, estómago, cerebro e intestinos. Según Brito-da-Costa (2020), catalizan la desaminación oxidativa de las aminas endógenas y exógenas, que pueden ser neurotransmisoras y neuromoduladoras derivadas de aminoácidos como tirosina, triptófano, fenilalanina; por ejemplo:

- Histamina
- *Catecolaminas* → dopamina, noradrenalina, adrenalina
- *Triptaminas* → serotonina, melatonina
- *Aminas* → tiramina, triptamina, octopamina
- *Psiquedélicos* → DMT, psilocibina, mescalina

Sin embargo, se diferencian dos tipos de enzima MAO según localizaciones y acciones más específicas:

Monoamino oxidasa A (MAO-A)

- ✓ Hígado
- ✓ Tracto gastrointestinal
- ✓ Placenta

Importante en catabolismo de monoaminas ingeridas en alimentos y en degradación de serotonina, noradrenalina y adrenalina, así como dopamina.

Monoamino oxidasa B (MAO-B)

- ✓ Sangre
- ✓ Plaquetas

Degrada feniletilamina y dopamina.

Continuando, la DMT se excreta en menos de 24 horas cuando se consume de forma oral y en menos de 4 horas cuando es administrada intravenosamente. Su eliminación puede ser prolongada y exceder las 24 horas al consumir inhibidores de las enzimas monoaminoxidasa (IMAO) como los que se encuentran dentro de la liana *B. caapi* (Brito-da-Costa, 2020).

4.5.2 Farmacodinamia.

4.5.2.1 β -carbolinas.

Según Patel (2012), tienen un amplio espectro de efectos psicofarmacológicos al unirse a los receptores de benzodiazepinas, imidazolina, serotonina y opiáceos; así como por la inhibición de la MAO. Las β -carbolinas llamadas triptolina y pinolina son formadas por el cuerpo humano y tienen funciones reguladoras de la glándula pineal sobre el ciclo de sueño-vigilia. Así también, estas aminas pueden unirse a receptores cerebrales de benzodiazepinas causando un efecto ansiolítico.

Las β -carbolinas facilitan a transmisión dopaminérgica, interactúan con los receptores dopaminérgicos D1 y D2 en el cuerpo estriado e inhiben el metabolismo de neurotransmisores catecolaminérgicos (Patel, 2012). Por otro lado, Yu (2002) postula que las β -carbolinas por sí mismas podrían contribuir a las propiedades alucinógenas de la ayahuasca, y que no solo actúan como inhibidores de la enzima monoaminoxidasa para elevar el nivel plasmático de DMT. Brito-da.Costa (2020) apoya esto, recalcando que el efecto alucinatorio de estos alcaloides puede deberse a su unión con receptores 5-HT_{2A} o 5-HT_{2C}.

Según Khan (2013), la ruda siria o *Peganum harmala* es la planta de la cual se extraen estos alcaloides más comúnmente. Contiene una variedad de componentes alucinógenos como harmina, harmano, harmalol, harmalina, harmalidina, entre otros. Ha sido utilizada con fines medicinales para tratar asma, diarrea, diabetes, hipertensión, ictericia, lumbalgia, fiebre, tumores y eventos dolorosos.

4.5.2.1.1 Harmina

Según Liang (2020), la harmina cumple funciones antiinflamatorias, neuroprotectoras, antidiabéticas, antitumorales, insecticidas, antivirales y antibióticas en el cuerpo humano. Y aunque presenta notables propiedades farmacológicas, tiene una baja biodisponibilidad y sus efectos adversos limitan su uso clínico.

Para Patel (2012), la harmina también presenta propiedades antiplasmodiales, antígenotóxicas y alucinógenas. Actúa como un agonista inverso en el sitio de las benzodiazepinas situado en el receptor de ácido gamma-aminobutírico tipo A y en el receptor de la monoamino oxidasa A o B (MAO-A, MAO-B), potenciando vías monoaminérgicas a través de la inhibición de la MAO, bloqueo de los sitios de recaptación y activación directa de los receptores para monoaminas. Sobre este último está relacionado uno de sus efectos más extendidos, que es el de ser inhibidor reversible y selectivo de la enzima MAO-A.

Así mismo, la harmina tiene alta afinidad por la enzima DYRK1A o *dual specificity tyrosine-phosphorylation-regulated kinase 1A* (quinasa 1A regulada por fosforilación de tirosina de especificidad dual), que es una pieza fundamental de la señalización para proliferación celular y podría estar involucrada en el desarrollo cerebral (Courraud, 2021).

Por otro lado, la harmina presenta una moderada afinidad por el receptor serotoninérgico 5-HT_{2A}, por el receptor de imidazolina I2 y el transportador de dopamina (estimulando su secreción); declarándolo así como un agente antidepresivo (Brierley, 2012). La harmina también incrementa la sensibilidad a la insulina y genera efectos vasorelajantes. Previene la pérdida ósea al suprimir la osteoclastogénesis (Patel, 2012).

Tabla 4*Efectos de la Harmina en el Organismo Humano y en Modelos Animales*

EFEECTO	MECANISMO DE ACCIÓN
<i>Antiinflamación</i>	La harmina bloquea las respuestas inflamatorias estimuladas por lipopolisacáridos al inhibir la vía de señalización del factor nuclear kappa-B (NFκB); reduce los niveles de citoquinas proinflamatorias, interleucina 6 y -1β (IL- 6 y IL - 1β) , así como factor de necrosis tumoral alfa (TNF-α).
<i>Neuroprotección</i>	La enzima DYRK1A o dual specificity tyrosine-phosphorylation-regulated kinase 1A (quinasa 1A regulada por fosforilación de tirosina de especificidad dual), que es una pieza fundamental de la señalización para proliferación celular y podría estar involucrada en el neurodesarrollo. Se ha hipotetizado que contribuye al desarrollo anormal del cerebro y la instauración temprana de demencia y neurodegeneración en individuos con Síndrome de Down. La harmina tiene una alta afinidad por esta enzima y la inhibe, siendo neuroprotectora.
	Así mismo, la harmina inhibe la fosforilación de la proteína tau y de la tirosina. Promueve la proliferación de células neuronales progenitoras en humanos, estimula el factor de crecimiento nervioso y rescata a las células de la muerte.
	La harmina reduce el estrés oxidativo y la inflamación, incrementando la actividad de la dismutasa de superóxido y de la catalasa que a su vez, aumenta la oxidación de lípidos y proteínas en el cerebro. Esto lleva a que se atenúe la muerte neuronal por apoptosis y la agregación proteínica intracelular.
	La administración crónica y con dosis altas de harmina incrementa los niveles de factor neurotrófico derivado del cerebro en el hipocampo de ratas.

EFECTO	MECANISMO DE ACCIÓN
<i>Antitumoración</i>	<p>La harmina tiene efectos antitumorales ya que se une al ADN e interfiere con su replicación y síntesis, inhibiendo topoisomerasas.</p>
	<p>Las proteínas cinasas juegan un papel importante en muchos procesos celulares. Aquellas que dependen de ciclina (CDK) son críticas para la maquinaria molecular de la célula; como la Cdk2 que es una llave reguladora de la replicación del ADN y la progresión hacia la fase S. La harmina inhibe a la Cdk1/ciclina B, Cdk2/ciclina A y Cdk5/p25. La sobreexpresión o delección de haspina (proteína cinasa nuclear específica de células germinales haploides) resulta en una mitosis defectuosa; su inhibición tiene potentes efectos antitumorales. La harmina es un inhibidor de haspina de potencia moderada.</p>
	<p>La harmina inhibe a los DYRK que son importantes para la regulación del ciclo y supervivencia celular. El DYRK1A es un regulador negativo del ciclo celular, que promueve el cambio hacia un estado quiescente o de diferenciación. El DYRK1B es un factor que podría ayudar a que las células cancerosas sobrevivan en condiciones óptimas. El DYRK2 regula la transición G1 a S, la transición epitelio-mesenquimal y la creación de células cancerosas desde una célula madre.</p>
	<p>En el desarrollo de un tumor, la angiogénesis es importante para llevar suplemento alimenticio y riesgo sanguíneo; logrando a través del factor de crecimiento vascular endotelial (VEGF) y otros marcadores. La harmina disminuye la síntesis de factores proangiogénicos como el VEGF, el receptor 2 de VEGF, ácido nítrico y otros como IL-2, ciclooxigenasa 2 (COX-2), sintetasa de óxido nítrico y metaloproteinasas de matriz (MMP) al inhibir la vía de señalización mediada por NF-κB, suprimiendo así la angiogénesis tumoral.</p>

Elaborado por: Rodríguez (2023) con información de Liang (2020) y Patel (2012)

Tabla 5

Rol de la Harmina en Patologías

PATOLOGÍA	MECANISMO DE ACCIÓN
<p><i>Osteoporosis, Artritis y Periodontitis</i></p>	<p>Caracterizados por resorción ósea excesiva, podrían beneficiarse de la harmina debido a que inhibe la formación de osteoclastos y previene la pérdida ósea.</p>
	<p>En humanos, la harmina promueve la regeneración celular del ligamento periodontal.</p>
<p><i>Lesiones en Órganos</i></p>	<p>La harmina alivia marcadamente las lesiones en riñones y en hígado que son mediadas por lipopolisacáridos y nicotina en ratones al atenuar la respuesta oxidativa y la respuesta inflamatoria (disminuye secreción de TNF-α, IL-6 y IL-β; incrementa la actividad de la dismutasa de superóxido; reduce el óxido nítrico).</p>
<p><i>Enfermedad de Alzheimer</i></p>	<p>La harmina mejora la pérdida de memoria al inhibir la acetilcolinesterasa y al suprimir el estrés oxidativo incrementando la actividad antioxidante de la dismutasa de superóxido y la peroxidasa de glutatión; reduciendo la inflamación al suprimir la mieloperoxidasa, el TNF-α y el óxido nítrico; y modulando a neurotransmisores vitales como acetilcolina, colina, L-triptófano, 5-hidroxitriptamina, ácido aminobutírico y ácido N-glutámico en ratones con demencia.</p>
<p><i>Depresión</i></p>	<p>La monoamino oxidasa A (MAO-A) modula la neurotransmisión dopaminérgica. La harmina inhibe a la MAO-A, afectando así al sistema de dopamina en el cerebro y generando dificultad para moverse debido a una mayor neurotransmisión serotoninérgica.</p>
	<p>El factor neurotrófico derivado del cerebro o '<i>brain-derived-neurotrophic factor</i>' (BDNF), es parte fundamental en la depresión. Se han encontrados niveles disminuidos de esta proteína en pacientes con depresión mayor. La harmina aumenta sus niveles en el hipocampo.</p>
	<p>La disfunción astrocítica también se encuentra envuelta en la patogénesis de la depresión, y la harmina atenúa fuertemente su activación</p>
	<p>La harmina potencia transmisión inhibitoria a las neuronas de proyección que van hacia la amígdala, que podría contribuir a sus efectos antidepresivos.</p>
<p><i>Adicciones</i></p>	<p>En ratones, la harmina ha causado pérdida significativa de peso corporal y cambios en la conducta locomotora.</p>
	<p>La harmina inhibe los efectos de diferentes sustancias adictivas (cocaína, anfetaminas y nicotina) a través de un mecanismo basado en glutamato.</p> <p>La harmina presenta efectos beneficiosos en la abstinencia por morfina precipitada por naloxona.</p>

PATOLOGÍA	MECANISMO DE ACCIÓN
<i>Diabetes</i>	La diabetes se encuentra estrechamente relacionada con la falta de células β maduras que secreten insulina. Los inhibidores de la DYRK1A como la harmina promueven la proliferación de células β , el metabolismo de la glucosa en la sangre y el incremento de la masa de islotes pancreáticos.
	Así mismo, la diabetes tipo II es una enfermedad que frecuentemente acompaña a la obesidad y a la resistencia insulínica. Se ha notado que los agonistas del receptor gamma activado por proliferador de peroxisoma (PPAR γ) disminuyen la resistencia a la insulina relacionada a la obesidad. La harmina regula este receptor PPAR γ y antagoniza la adiposidad producida por una dieta alta en grasas.
	La harmina no solamente mejora los síntomas de la diabetes sino que mitiga la disfunción cognitiva que esta produce al inhibir la activación de inflamasomas.
<i>Enfermedades Cardiovasculares</i>	La harmina inhibe la proliferación de células endoteliales que genera efectos vasorelajantes.
	Reduce la aterogénesis ya que inhibe la agregación de lipoproteínas de baja densidad.
	Protege contra el fallo cardíaco promovido por infartos ya que desactiva la vía de señalización dependiente de proteína cinasa dependiente de calcio/calmodulina a través de DYRK1A.

PATOLOGÍA	MECANISMO DE ACCIÓN	
<i>Cáncer</i>	Gástrico	La harmina induce apoptosis e inhibe la proliferación, migración e invasión de células gástricas en humanos como la BGC-823 y SMMC-7721. Suprime la expresión de COX-2 que se ve envuelta en la carcinogénesis y la progresión del cáncer gástrico. Así mismo, la harmina presenta efectos sinérgicos cuando es combinada con quimioterapia.
	Pulmonar	Estos tumores pueden ser divididos en carcinoma de células pequeñas y carcinoma de células no pequeñas. La harmina inhibe al DYRK1A, lo que promueve efectos anticancerígenos en carcinomas de células no pequeñas, como: atenuación de la expresión de Mcl-1 que vuelve resistentes a inhibidores Bcl-2; supresión de receptor epidérmico de factor de crecimiento (EGFR); efectos citostáticos; inducción de arresto celular en fase G1/S y apoptosis celular tumoral.
	Mamario	La harmina inhibe la proliferación de células MCF-7 al inhibir la actividad de telomerasas por vía de activación p53/p21; revierte la resistencia mediada por la proteína de resistencia en cáncer mamario; incrementa la citotoxicidad de fármacos anticancerígenos; y suprime la proliferación, migración e invasión celular al inhibir la expresión de coactivadores transcripcionales.
	Hepático	La harmina inhibe la proliferación de células humanas de hepatoma SMMC-7721 y de células HepG2 al disminuir la proporción de células en fase G0/G1 e incrementar las de fase S y G2/M. La apoptosis de las células HepG2 se asocia a la activación de caspasas y otros marcadores regulados por harmina. De la misma manera, la harmina inhibe a la enzima CYP1A1 en células hepáticas que lleva a mutagénesis y carcinogénesis.
	Colónico	La harmina tiene potentes efectos inhibitorios sobre la proliferación celular en carcinoma de colon en humanos. Induce el arresto en el ciclo celular y promueve la apoptosis mediada por mitocondrias a través de la activación de caspasas y regulación de varias vías señalizadora en comunicación celular.
	Otros	La harmina inhibe la proliferación, invasión y migración de células en el melanoma, y cáncer de vejiga, de ovario, de tiroides, de páncreas, leucemia aguda, glioblastoma y neuroblastoma. También disminuye los nodos metastásicos en órganos diana sin toxicidad observable. En altas concentraciones, la harmina posee actividad citotóxica; sin embargo, en dosis no citotóxicas, podría inducir la reversión de fenotipos malignos.

PATOLOGÍA	MECANISMO DE ACCIÓN
Control de Bacterias, Virus, Hongos y Parásitos	La harmina inhibe la proliferación de células Sf9 en insectos e induce autofagia a través de la vía de señalización PI3K/Akt/mTOR.
	La harmina regula negativamente la red de señalización en diferentes fases de desarrollo de <i>Drosophila</i> .
	La harmina presenta actividad antibacteriana contra <i>Proteus vulgaris</i> y <i>Bacillus subtilis</i> .
	La harmina presenta actividad antiviral contra: <i>Citomegalovirus humano</i> → lo inhibe a través del DYRK. <i>Herpes simplex tipo 2</i> → inhibe su transcripción ARN, síntesis proteica y titulación viral al reducir la vía de activación de NF-κB y cinasa p38. La combinación de harmina y aciclovir presentan efecto sinérgico en el tratamiento de herpes genital. <i>Enterovirus</i> → inhibe su replicación y reduce la formación de especies reactivas de oxígeno a través de la vía de activación de NF-κB
	La harmina presenta actividad antifúngica contra <i>Candida albicans</i> (tiene efecto sinérgico cuando se combina con azoles).
	La harmina presenta actividad antiparasitaria contra: <i>Toxoplasma gondii</i> → inhibición parcial de la invasión y replicación parasitaria. <i>Trichomonas gallinae</i> → concentración inhibitoria mínima en 24 horas, de 30 µg/mL. <i>Plasmodium falciparum</i> → inhibe la proteína 90 de shock térmico por competición con su dominio de unión al ATP.

Elaborado por: Rodríguez (2023) con información de Liang (2020) y Patel (2012)

En relación con la ayahuasca, la harmina al ingerirse con DMT, es capaz de inhibir la acción de la enzima MAO-A del tracto gastrointestinal, permitiendo que el DMT sea absorbido fácilmente. Así mismo, retarda la degradación de la serotonina y la dopamina, por lo que estos neurotransmisores se quedan libres en la hendidura sináptica para producir sus efectos.

4.5.2.1.2 Harmalina

La harmalina (1-metil-7-metoxi-4,9-dihidro β-carbolina), según Khan (2013), tiene múltiples efectos farmacológicos entre los que destaca su acción:

Tabla 6

Efectos de la Harmalina en el Organismo Humano y en Modelos Animales

EFEECTO	MECANISMO DE ACCIÓN
<i>Vasorelajante</i>	La harmalina, después de la harmina, es un gran vasodilatador por su liberación de óxido nítrico desde células endoteliales en aorta de ratones.
	Gatilla a los músculos vasculares para que inhiban sus contracciones mediadas por la activación de canales Ca ²⁺ .
	A diferencia de lo que sucede con la harmina, la harmalina tiene acción en la vía de señalización mediada por prostaciclina para ser vasorelajante.
<i>Hipotérmico</i>	La hipotermia ha mostrado ser útil en ciertas prácticas clínicas dirigidas hacia daño cerebral severo como un infarto cardíaco. Dosis bajas de harmalina causan hipotermia; dosis altas también, pero se acompaña de temblores. Podría presentar beneficios terapéuticos y podría reemplazar a fármacos hipotérmicos disponibles al momento.
<i>Antimicrobiano</i>	Posee actividad antimicrobiana contra algunos patógenos como <i>Escherichia coli</i> , <i>Aspergillus niger</i> , <i>Staphylococcus aureus</i> , <i>Proteus vulgaris</i> y <i>Candida albicans</i> . Sin embargo, la harmalina es más efectiva contra los dos últimos (<i>P. vulgaris</i> y <i>C. albicans</i>).
	La harmalina presenta un efecto sinérgico cuando es combinada con otros agentes antimicrobianos.
<i>Antileishmánico</i>	La harmalina es considerada el alcaloide más adecuado contra la infestación por parásitos protozoarios <i>Leishmania</i> , gracias a que no es tóxico para las células humanas.
	La harmalina inhibe levemente el crecimiento de promastigotes de <i>Leishmania</i> , pero tiene una actividad fuerte contra la forma de amastigote parasitario.
<i>Antiplasmodial</i>	Los parásitos del género <i>Plasmodium</i> producen malaria. La harmalina ha presentado actividad antiplasmodial moderada en estudios in vitro.
<i>Antiplaquetario</i>	La harmalina ha presentado leve actividad antiplaquetaria en estudios in vitro, que podrían ser beneficiosos frente a trombosis y hemostasis.
<i>Antitumoral y Citotóxico</i>	La harmalina, en estudios in vitro, ha comprobado inhibir el crecimiento de células tumorales por un mecanismo apoptótico.
	Presenta un efecto sinérgico cuando es combinada con ácido retinoico para contrarrestar el crecimiento celular.
<i>Antidepresivo</i>	La harmalina es un inhibidor reversible y selectivo de la MAO-A, por lo que si es combinado con tiramina, serotonérgicos o catecolaminérgicos, podría inducir un síndrome serotonérgico o crisis hipertensivas.

Elaborado por: Rodríguez (2023) con información de Khan (2013)

La harmalina es el principal componente de la planta *Peganum harmala*, que se utiliza en Este Medio y África del Norte como emenagogo (agente favorecedor de la menstruación) y abortivo. Dentro de sus efectos adversos, si es consumida en una dosis de moderada a alta (aprox. 120 mg/kg en inyección intravenosa) causa agitación, citotoxicidad, delirios, parálisis, pérdida de la coordinación y problemas visuales o alucinaciones (Khan, 2013).

Según Mahmoudian (2002), la harmalina presenta el doble de toxicidad que la harmina, siendo causante de temblores y convulsiones clónicas sin excitabilidad refleja de la médula, síndromes neurosensoriales y trastornos gastrointestinales (nausea y vómito). Las dosis letales producen convulsiones seguidas de parálisis motora, respiratoria y cardíaca.

4.5.2.1.3 Tetrahidroharmina

Según Brito-da-Costa (2020), la THH inhibe de forma reversible a la MAO, pero con una efectividad marcadamente menor a la que presentan la harmina y la harmalina. Inhibe la recaptación de serotonina.

4.5.2.2 *N,N*-dimetiltriptamina.

La DMT es la única amina *N,N*-dimetilada encontrada en mamíferos, y sus funciones fisiológicas todavía no han sido bien esclarecidas. Aun así, se conoce con certeza que es estructuralmente similar a la serotonina y tiene propiedades agonistas en los receptores 5-hidroxitriptamina (5-HT), sobre todo en 5-HT_{2A} y 5-HT_{2C}, lo cual promueve niveles incrementados de serotonina en el cerebro (Schenberg, 2013).

Tiene afinidad variable por algunos neuroreceptores 5-HT (1A, 1B, 1D, 2A, 2B, 2C, 6 y 7), sin embargo, sus efectos son consecuencia de una interacción compleja e intrincada de múltiples sistemas y no puede explicarse solamente con su acción en receptores serotoninérgicos. Se analizará esto a continuación:

Tabla 7

Efectos de la N,N-dimetiltriptamina en Receptores Cerebrales

RECEPTOR	ACCIÓN
5-HT _{2A}	Se cree que el mecanismo de acción de la DMT es primordialmente llevado a cabo al interactuar con el receptor 5-HT _{2A} lo cual podría explicar sus efectos psiquedélicos ya que existe una amplia distribución de estos receptores en la corteza cerebral, que es la zona en donde se cree que actúan los alucinógenos. También se encuentran presentes en el cuerpo estriado, hipocampo y amígdala cerebral.
	La activación de 5-HT _{2A} promovida por la DMT, puede potenciar la expresión de factores de transcripción genéticos (como <i>c-fos</i> , <i>egr-1</i> y <i>egr-2</i>) asociados a la neuroplasticidad, memoria y atención. Esto podría explicar las diferencias en la estructura cerebral y en la personalidad observada en consumidores de ayahuasca a largo plazo. La modulación de la transcripción podría estar involucrada en los efectos antidepresivos de los psiquedélicos serotoninérgicos.
5-HT _{2C}	La DMT produce un efecto agonista en él, pero no se considera un factor esencial en la producción de sus efectos.
5-HT _{1A}	La DMT es un agonista presináptico de este receptor que se encuentra ampliamente distribuido en cuerpos y dendritas de neuronas serotoninérgicas del núcleo del rafe.
	Se involucra en neurotransmisión inhibitoria, reduciendo la secreción de serotonina en otras regiones cerebrales al ser activado; por esto, se relaciona al consumo y agonismo de DMT/ayahuasca con efectos ansiolíticos y antidepresivos.
5-HT _{1D/6/7}	Varios aspectos del aprendizaje, memoria, neuroplasticidad y cognición se han asociado con estos receptores, sin embargo, no se conoce de forma exacta cómo interactúan con la DMT.
VMAT ₂ SERT	La DMT actúa como un sustrato para el transportador vesicular de monoaminas 2 (VMAT ₂) y para el transportador 5-HT (SERT).
σ1R	La DMT es un agonista endógeno del receptor sigma-1 (σ1R), que se encuentra en el retículo endoplasmático de membranas celulares en el cerebro, pulmones, colon, próstata, ovarios, mamas e hígado.
	Este receptor ha sido estudiado como un objetivo para el tratamiento de trastornos neurológicos, depresión, ansiedad y esquizofrenia; y para la promoción de la neuroplasticidad.
TAAR1	La DMT actúa como agonista del receptor tipo 1 asociado a trazas de aminas (TAAR1), cuya activación incrementa la producción de cAMP que a su vez, se ha asociado con una disminución de la psicosis e inducción de un estado mental de relajación.
	Su unión con la DMT podría deberse a sus propiedades ansiolíticas.

Elaborado por: Rodríguez (2023) con información de Brito-da-Costa (2020)

4.5.3 Efectos.

Según Brito-da-Costa (2020), los efectos de la ayahuasca dependen de la dosis ingerida, de las expectativas y la disposición del usuario, así como del entorno donde se consume el brebaje.

4.5.3.1 A Corto Plazo.

Dos Santos (2017) infiere que los efectos subjetivos en consumidores de ayahuasca incluyen incrementos en la introspección, serenidad y rememoración de contenido autobiográfico, ánimo positivo, afecto, bienestar, percepción de colores y sonidos alterada frecuentemente acompañada de sinestesia y experiencias religiosas/místicas. La volición (capacidad para interactuar con el ambiente) solo se ve levemente afectada. De igual forma, relata que la administración de dos dosis consecutivas de ayahuasca, separadas por 4 horas entre sí (que es la forma usual en la cual se consume en un entorno ritualístico), no parece inducir tolerancia o sensibilización frente a los efectos psicológicos del brebaje.

Los efectos agudos de la ayahuasca (cambios en la percepción, el pensamiento y las sensaciones, junto a una mejora del pensamiento divergente creativo y una disminución del pensamiento convergente convencional) empiezan usualmente a los 15 – 30 minutos después de su ingestión, alcanzan su máximo a los 90 minutos y duran 2 – 6 horas dependiendo de la dosis ingerida (Kaasik & Kreegipuu, 2020).

Kjellgren (2009) propone un modelo conocido como “El Círculo Trascendental”, para enmarcar los efectos agudos psicológicos de la ayahuasca, que se compone de 6 fases características de la experiencia:

- 1) *Motivación y Objetivo* → el individuo reconoce la importancia de un objetivo e identifica su motivación para acudir a una ceremonia con ayahuasca, tras lo cual realiza una preparación consistente en ayunos, dietas alimentarias o restricciones en diferentes ámbitos de su vida. El principal tema de esta categoría es el deseo de desarrollo personal basado en la búsqueda e iluminación de patrones psicológicos a través de la ayahuasca.
- 2) *Estado Aterrador Contráctil* → unos 30 minutos tras la ingesta de ayahuasca, se producen algunos efectos psicoactivos que comienzan como cambios intensos en la cognición y percepción, sensación de vibración en el campo visual con alucinaciones y mayor vulnerabilidad después de lo cual puede llegar una confusión aterradora, paranoia y miedo acompañados de náusea y/o vómito. Durante la primera mitad de la sesión con ayahuasca, se experimenta una libertad reducida, en donde se pierde el

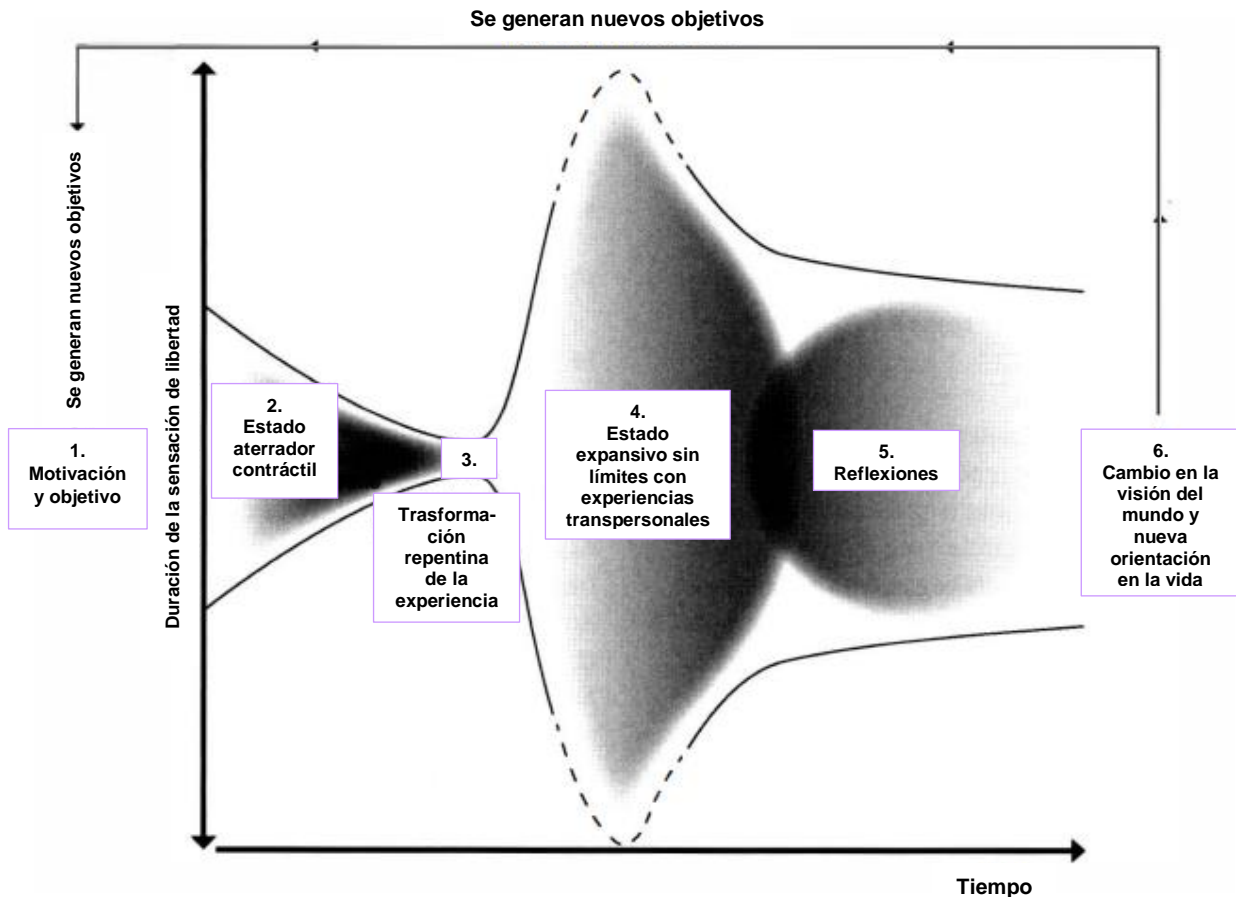
control sobre sí mismo y el entorno y se genera una sensación de caos tan abrumadora, que los individuos reportan haber sentido que se estaban volviendo locos. Esta experiencia hace que los consumidores se arrepientan de haber asistido a la ceremonia, pero ya no pueden renunciar a ella. En esta etapa también pueden revivirse memorias traumáticas y eventos pasados terroríficos.

- 3) *Transformación Repentina de la Experiencia* → se produce un cambio repentino y abrupto desde el experimentar un estado terriblemente perturbador y desagradable con un clímax enmarcado en vómitos intensos, hacia un estado omnipotente, sin límites e indescriptible.
- 4) *Estado Expansivo sin Límites con Experiencias Transpersonales* → comienzan a aparecer fenómenos transpersonales como encuentros con un mundo espiritual, una entidad superior desconocida o varios seres no-humanos (espíritus animales o vegetales); que acompañan, guían y asisten el proceso, actuando como maestros que dejan lecciones importantes. El individuo puede, a su vez, transformarse en otras criaturas o encontrarse directamente con Dios. Al mismo tiempo, hay una percepción alterada del tiempo y el espacio, así como una sensación profunda de unidad, de belleza inconcebible, de paz inconmensurable, de dicha, éxtasis y amor sin límites. Por otro lado, el individuo puede experimentar su propia muerte o lo que sucede después de la misma, sin sentirse asustado. Por último, se siente fatiga y los efectos visuales comienzan a desaparecer. Durante todo este tiempo, los consumidores son capaces de transmitir ideas con su lenguaje y están conscientes de su entorno, aunque su percepción temporal se encuentre alterada.
- 5) *Reflexiones* → el individuo crea interpretaciones psicológicas sobre lo que ha vivido con la ayahuasca, sobre todo para el entendimiento de las reacciones frente al miedo (que pueden ser reflejo simbólico de esfuerzos cotidianos). Después de la sesión, se hacen reflexiones sobre lo difícil que es describir lo indescriptible de su vivencia.
- 6) *Cambio en la Visión del Mundo y Nueva Orientación en la Vida* → la vida de aquel que consumió ayahuasca es percibida como fundamentalmente cambiada, en términos de la propia visión del mundo, desarrollo personal, intereses y efectos de sanación. El individuo reporta diversos cambios positivos en su vida, con mayor conciencia de sí mismo, mayor presencia, más capacidad para amarse y amar a otros y a la vida; a través de este amor, se facilita el desarrollo de relaciones interpersonales. Por otro lado, se disminuyen o desaparecen los patrones psicológicos negativos relacionados al miedo, mejora la creatividad, aumentan las habilidades cognitivas y aparecen nuevos intereses relacionados frecuentemente con la naturaleza o la mitología. Se genera un mayor entendimiento de estados transpersonales y contacto espiritual.

El círculo se completa cuando empiezan a surgir nuevas motivaciones y objetivos antes de la siguiente sesión con ayahuasca.

Gráfico 4

El Círculo Trascendental



Fuente: Kjellgren (2009)

Traducido por: Rodríguez (2023)

Sobre los efectos biofísicos, durante la experiencia con ayahuasca se producen cambios transitorios cardiovasculares, autonómicos, neuroendócrinos e inmunológicos (Brito-da-Costa, 2020). Según dos Santos (2013), se produce:

- Incremento en la excreción urinaria de normetanefrina, un producto metilado de la norepinefrina, que es un indicador de la inhibición de monoaminaoxidasa.
- Incrementos moderados de la presión arterial, la frecuencia cardíaca, la temperatura corporal, la frecuencia respiratoria y el diámetro pupilar.
- Cambios hormonales que implican incrementos en la secreción de prolactina, cortisol y hormona del crecimiento.

- Modificaciones en algunas subpoblaciones linfocitarias, evidenciadas en la disminución del porcentaje de CD4 y CD3, y el aumento del porcentaje de células natural killers. La secreción de citocinas y la diferenciación celular podría verse afectada por la activación de receptores periféricos 5-HT_{2A} en leucocitos.

Los exámenes sanguíneos realizados a consumidores de ayahuasca no muestran evidencia de alteraciones relevantes en índices hematológicos, en indicadores bioquímicos de la función hepática o en otros parámetros analíticos como conteo celular, bilirrubina plasmática y enzimas hepáticas (dos Santos, 2013).

Según Uthaug (2020), actualmente la ayahuasca es buscada por occidentales por sus propiedades de iluminación, autoactualización, experiencias místicas y psicoterapia. Sin embargo, si bien se ha reportado una buena tolerabilidad y seguridad con el uso de ayahuasca, deben mantenerse presentes sus efectos nocivos. Para dos Santos (2013), los efectos adversos agudos de la ayahuasca se pueden clasificar en:

- *Gastrointestinales* → grados variables de náusea y vómito, acompañados ocasionalmente de diarrea. Sin embargo, dentro del marco de medicina tradicional, esto es visto como una purga o limpieza ritual, y es parte del proceso terapéutico beneficioso.
- *Cardiovasculares* → moderados efectos en población joven y sana, con ocasionales casos de hipertensión y/o taquicardia. Estos efectos pueden impactar de forma diferente en personas que realizan ejercicio físico, en individuos de mayor edad o en aquellos que sufran enfermedades cardíacas.
- *Psicológicos* → reacción disfórica con desorientación y síntomas ansiosos, como ideas sobre sospecha y amenazas. Muy poco frecuentes.

Los temblores corporales pueden ser un efecto resultante de las β-carbolinas (sobre todo harmina), uniéndose a receptores serotoninérgicos.

4.5.3.2 A Largo Plazo.

Ribeiro (2005) divide a las dimensiones de cambios conductuales que se observan hasta 7 – 14 días después del consumo de ayahuasca, en:

- *Serenidad* → más calma frente a estresores psicosociales previos.
- *Asertividad* → mayor certeza frente a aspectos psicosociales previos.
- *Vivacidad* → más energía y felicidad en la vida diaria.

- *Relajación* → satisfacción inusual el día después de la experiencia psicodélica.
- *Preocupación* → en sujetos que experimentaron reacciones de distrés y angustia.

El desarrollo de psicosis a largo plazo es infrecuente, y ocurre mayormente en individuos que presentan uso concomitante de ayahuasca con otras sustancias o que presentan antecedentes personales o familiares de psicosis y sintomatología maníaca. Esto puede controlarse si se realiza un tamizaje previo a la toma de ayahuasca, donde se evalúen factores predisponentes para efectos adversos a largo plazo en los individuos (Brito-da-Costa, 2020).

4.5.4 Toxicidad.

Existen muy pocos casos en que han ocurrido episodios psicóticos tras la toma de ayahuasca, pero todos han sido transitorios y se han resuelto espontáneamente. En varios estudios citados por Brito-da-Costa (2020) se revela que este brebaje herbal es seguro, con infrecuentes efectos adversos y que no se asocia con deterioro neuropsicológico o psicopatológico, de forma aguda o crónica. Brown (2017) comenta también, que no se han reportado casos de psicosis prolongada con el consumo de ayahuasca, a menos que los psiconautas tengan una historia personal o familiar de desórdenes psiquiátricos, uso concurrente de otras sustancias como cannabis o múltiples usos de ayahuasca o DMT.

La administración de harmina y compuestos relacionados no presenta ninguna reacción adversa severa. Sus efectos son, en general, somato-disfóricos como náusea, vómito, temblor, entumecimiento corporal, mareo, bradicardia, problemas al enfocar la mirada, hipotensión y extremidades frías (Brown, 2017).

De forma similar, no existe evidencia sobre toxicidad en la salud física o mental de consumidores crónicos de ayahuasca. Más bien, el uso a largo plazo de ayahuasca, según Ona (2019), se ha asociado con una mayor y mejor percepción propia de salud o con un estilo de vida saludable, junto a otros resultados favorables. En su estudio, 65% de los participantes lograron una reducción del uso de fármacos de prescripción médica mientras que en aquellos individuos que habían consumido ayahuasca más de 100 veces, se encontraron mejores calificaciones en test de valoraciones personales. Así, se denota que un uso controlado y respetuoso de la ayahuasca en ambientes comunitarios puede ser incorporado en la sociedad moderna, con beneficios para la salud pública.

Una problemática que se ha discutido durante años es si la ayahuasca, considerada tradicionalmente como hepatotóxica, en realidad inflama el tejido hepático, sobre todo en consumidores crónicos. En el estudio realizado por Moreira (2018), se evaluaron a 22

pacientes que consumían ayahuasca dos o más veces al mes por al menos un año, y no se encontraron alteraciones en ningún parámetro analítico como alanina aminotransferasa, aspartato aminotransferasa, bilirrubina, creatinina, urea, lactato deshidrogenasa, fosfatasa alcalina y gamma glutamil transferasa. Todo esto indicando que el consumo crónico de ayahuasca, en un contexto religioso, no parece afectar a la función hepática. De todas formas, la evidencia científica no es contundente ni las muestras poblaciones son suficientes.

Según dos Santos (2013), la incidencia de psicopatología en consumidores crónicos de ayahuasca parece baja. Sin embargo, sí se han descrito reacciones psicóticas persistentes que aparecen después de que los efectos esperados del consumo de este brebaje hayan desaparecido. El autor realiza una revisión sobre reportes científicos de reacciones adversas que han amenazado la vida de quienes consumen ayahuasca, donde se destacan casos como:

- Intoxicación severa en joven de 17 años causada por la combinación de un extracto de semillas de ruda siria (que contienen harmina) con 5-metoxi-N,N-dimetiltriptamina (5-MeO-DMT) fumada e inhalada. La combinación de un IMAO con un agente serotoninérgico activo centralmente aumenta significativamente el riesgo de un síndrome serotoninérgico o de toxicidad por inhibición de la enzima, que se caracteriza por hipertermia, taquicardia, delirium con agitación, rabdomiólisis (como consecuencia de la actividad muscular), signos vitales altamente fluctuantes y depresión del estado mental. El síndrome serotoninérgico se caracteriza a su vez por cambios en el estado mental, agitación, temblor, diarrea, inestabilidad autonómica, hipertermia, sudoración, espasmos musculares, rabdomiólisis y posible muerte.
- Hemorragia gástrica en un paciente de 35 años, que sufrió distrés gastrointestinal, elevación de temperatura corporal, convulsiones, temblores de músculos faciales y de extremidades, alucinaciones visuales, dolor abdominal y hematemesis. Se evidenció una úlcera gástrica y anemia en exámenes complementarios.
- Estado comatoso y hospitalización prolongada en un hombre de 40 años, presumiblemente causado por la aspiración de su propio vómito y la obstrucción pulmonar posterior que produjo convulsiones y disminución del estado de conciencia.
- Muerte de una mujer de 71 años a quien habían administrado un enema de ayahuasca mezclado con hojas de tabaco, a las cuales se atribuye su deceso. La nicotina inhibe la monoaminoxidasa, por lo que los alcaloides β -carbonilos contenidos en la ayahuasca pueden haber potenciado una intoxicación aguda por nicotina.

- Muerte de un hombre de 25 años, provocado por una intoxicación alucinógena de aminas, presumiblemente por la combinación de ayahuasca con sustancias sintéticas que contienen 5-MeO-DMT y difenhidramina.
- Intoxicación con harmina contenida en semillas de *P. harmala*, en:
 - Una mujer de 27 años que se presentó con alucinaciones, síndromes neurosensoriales, bradicardia, náusea y vómito.
 - Un hombre de 18 años que presentó agitación psicomotora, alucinaciones visuales, temblor difuso, ataxia, vómito, nistagmos, somnolencia e incapacidad de mantenerse de pie.
 - Una mujer de 41 años, que empezó con náusea y vómito en varias ocasiones y continuó con somnolencia, alucinaciones visuales, diaforesis, falta de reacción en sueño profundo, inconciencia, hipertensión, taquicardia y taquipnea. Su función renal se evidenció claramente disminuida y sus enzimas hepáticas se encontraron elevadas de forma marcada.

Es importante mencionar que, de forma inicial, podrían no necesitarse procedimientos médicos de emergencia frente a las manifestaciones leves de un síndrome serotoninérgico ya que son similares a los efectos adversos comunes producidos por la ayahuasca (confusión, vómito, temblor). No obstante, en casos severos, está indicada la terapia con antídotos y el tratamiento debe ser agresivo, utilizando antagonistas serotoninérgicos como metisergida o ciproheptadina; acompañándose de medidas como la cobertura con mantas frías para la hipertermia, ventilación artificial para la insuficiencia respiratoria, uso de anticonvulsivantes y dantroleno para reducir la rigidez muscular y la hiperpirexia (Callaway, 1998).

Por otro lado, cabe mencionar que dentro de las consecuencias a largo plazo que ocurren muy raramente, podría presentarse un trastorno perceptivo persistente por alucinógenos (*HPPD*, por sus siglas en inglés) que, según Pieter (2021), es una condición caracterizada por distorsiones perceptivas, alucinaciones y otros fenómenos reminiscentes de un uso previo de sustancias psiquedélicas. Según el Manual Diagnóstico y Estadístico de Trastornos Mentales en su quinta y más reciente edición (DSM – 5), este trastorno se caracteriza por:

- A. Volver a experimentar uno o más síntomas de tipo perceptual como los que se experimentaron durante la intoxicación con el alucinógeno después de haber cesado su consumo (es decir, alucinaciones geométricas, percepciones erróneas de movimiento en los campos visuales periféricos, destellos de color, intensificación de los colores, rastros tras las imágenes de objetos en movimiento, imágenes remanentes positivas, halos alrededor de los objetos, macropsia y micropsia).

- B. Los síntomas del Criterio A provocan un malestar clínicamente significativo o deterioro en lo social, laboral u otras áreas importantes del funcionamiento.
- C. Los síntomas no se pueden atribuir a ninguna otra afección médica (p. ej. lesiones anatómicas e infecciones del cerebro, afectación visual de la epilepsia) y no se explican mejor por otro trastorno mental (p. ej. síndrome confusional, trastorno neurocognitivo mayor, esquizofrenia) o alucinaciones hipnopómpicas (Asociación Americana de Psiquiatría, 2014)

Este trastorno es subreportado y poco entendido; con una prevalencia de 4.2% en usuarios de sustancias alucinógenas. Sus manifestaciones ocurren a menudo cuando las personas observan superficies blancas o se mueven de un lugar bien iluminado a un área más oscura y, en general, duran más de un mes pudiendo durar hasta más de 5 años. Se asocian principalmente a uso previo de LSD, pero otros principios que pueden gatillarlo son, en orden de frecuencia: cannabis, MDMA, ayahuasca, ibogaína, ketamina, mescalina y psilocibina. Se cree que, después de un período de latencia (que va de días a años), el inicio de los síntomas puede empezar por estrés y/o uso recidivante de sustancias, incluyendo alcohol. Tiene un pronóstico menos favorable en personas con diagnósticos de depresión y ansiedad, mientras que aquellos individuos que no tienen síntomas psiquiátricos, tienen un mejor pronóstico (Pieter, 2021).

Así, se infieren ciertas condiciones de salud que cuentan como contraindicaciones relativas para la toma de alcaloides IMAOs contenidos en la ayahuasca y DMT, entre las cuales se encuentran: disfunción hepática y renal severa, cefalea frecuente o severa, hipertensión no controlada, cardiopatías, enfermedades cerebrovasculares y trastornos psicóticos (dos Santos, 2013). De todas formas, y aun cuando los psicodélicos pueden también desencadenar crisis psicopatológicas, su ocurrencia parece ser limitada y prevenible con un screening apropiado (Ona, 2019). Es así como se vuelve esencial una buena regulación para las terapias psicodélicas asistidas:

El creciente interés en la ciencia, medicina y espiritualidad psicodélica y otras experiencias relacionadas es un importante avance social. Coincide con una mayor legitimidad política para una reforma sobre las leyes en drogas, incluyendo alternativas de regulación. De todas formas, los psicodélicos no son panaceas y ningún reglamento regulatorio está exento de fallas ya que siempre habrá algunos riesgos y daños asociado con cualquier droga o sustancia, incluyendo comida. El riesgo/beneficio del perfil psicodélico requiere de una aproximación guiada y meditada en la salud pública, que se base en evidencia experimental, investigativa y antropológica para minimizar los posibles daños y maximizar los beneficios de esta clase única de sustancias (Haden, 2016).

4.5.5 Tolerancia y Dependencia.

Según Brito-da-Costa (2020), el DMT en humanos no parece producir taquifilaxia (disminución rápida de la respuesta a una sustancia por su administración repetida) y, aunque esté enlistada como un estupefaciente sujeto a fiscalización, no se ha registrado un uso compulsivo de ayahuasca. Los psikedélicos son percibidos como sustancias más seguras que la cocaína, los opioides, la nicotina y el alcohol; no presentan potencial de ser abusados. No se han reportado casos de síndrome de abstinencia ni de tolerancia tras el consumo de ayahuasca.

4.5.6 Interacciones.

Las posibles interacciones químicas hacen referencia a la combinación del ayahuasca con antidepresivos (sobre todo inhibidores de la recaptación de serotonina o inhibidores de la monoamino oxidasa) o sustancias similares, y triptófano. En general, podrían producir síndrome serotoninérgico (Frecka, 2011). Así mismo, debe mantenerse presente que la combinación de IMAOs con sustancias monoaminérgicas y serotoninérgicas como fármacos antidepresivos y psicoactivos como amfetamina y MDMA, podrían desencadenar un síndrome serotoninérgico que, de todas formas, no se reporta de forma frecuente como consecuencia del uso ritualístico de ayahuasca.

Los fármacos para tratar disfunciones hepáticas, neurológicas y cardiovasculares, así como otros psicotrópicos como psilocibina, mescalina y cannabis podrían interactuar también con la ayahuasca. De la misma forma, alimentos que contengan tiramina e IMAOs podrían causar hipertensión arterial (dos Santos, 2013).

Adicionalmente, el LSD no produce tolerancia cruzada con el DMT contenido en la ayahuasca, contrario a lo que sí sucede con otros psikedélicos como la mescalina o psilocibina. Esta ausencia de tolerancia cruzada sugiere una conducta farmacodinámica distinta para el DMT, lo que le hace una sustancia única entre los alucinógenos (Appel, 1968).

Hasta el momento, no se ha podido establecer si el consumo de ayahuasca es seguro en mujeres embarazadas o gestantes (Labate, 2011).

4.6 Terapéutica

“Fue una muy humillante probada de lo que es estar en el nivel de un Buda, mezclado con nadar en el oleaje de mi propio vómito. Pienso que eso cubre el espectro de lo que uno puede esperar de una experiencia con ayahuasca, que puede mostrarnos nuestra belleza interior y las posibilidades que tenemos para amar y actuar bondadosamente. Una de las ventajas de la ayahuasca es que está hecha de plantas, ¿qué mejor forma para enraizarnos de nuevo en la red de la naturaleza y en la compasión por esta red de la vida que a través de las plantas mismas? Las plantas nos están hablando, necesitamos escucharlas.”

(Alex Grey)

Según la definición propuesta por la OMS en 1948, la salud es “un estado de completo bienestar físico, mental y social, y no solamente la ausencia de afecciones o enfermedades”. En el presente trabajo de investigación, se incluye a la salud espiritual como parte de este concepto integrativo.

Se analizará cada aspecto en las siguientes secciones, junto a su relación con el uso y consumo de ayahuasca.

4.6.1 Salud Física.

La salud física es entendida como el bienestar del cuerpo y el funcionamiento óptimo del organismo humano. Si bien la ayahuasca es ampliamente usada para conseguir salud mental, Schenberg (2013) realiza una revisión sobre la terapéutica de este brebaje en la salud física, específicamente como un coadyuvante anticancerígeno:

Existen al menos nueve reportes de pacientes con cáncer que consumieron ayahuasca durante su tratamiento [...]. Los orígenes de estos cánceres fueron próstata, colon, ovarios, mama, útero, estómago y cerebro. Tres de estos casos presentaron mejoras, observadas en la medición de antígeno prostático específico (PSA) o antígeno carcinoembrionario (CEA). De acuerdo con algunos reportes, los pacientes sobrevivieron más tiempo que el predicho inicialmente por los doctores, se sentían bien y sanos (Schenberg, 2013).

Se explica este posible efecto anticancerígeno de la ayahuasca por su unión al receptor sigma-1, que se encuentra en órganos como pulmones, hígado y principalmente en el cerebro, así como en líneas celulares cancerígenas. Así, los ligandos de sigma-1 podrían ser potenciales herramientas antineoplásicas. Por otro lado, las β -carbolinas de la ayahuasca han demostrado ser beneficiosos en la terapia anticancerígena debido a que activan vías de

apoptosis, inhiben la neovascularización tumoral y la proliferación de células cancerígenas; esto podría explicarse ya que presenta efecto inhibitorio sobre la quinasa DYRK1A, que está implicada en la resistencia de los tejidos tumorales al estímulo pro-apoptótico (Schenberg, 2013).

De la misma forma, y a través del mencionado receptor sigma – 1, se consiguen efectos antiinflamatorios que podrían ser relevantes en trastornos neuropsiquiátricos con base neuroinflamatoria. La activación de este receptor inhibe la producción de citoquinas proinflamatorias (IL-1 β , IL-6, TNF α) y promueve la secreción de IL – 10 que es antiinflamatoria (Frecska, 2013). Así, la ayahuasca también podría tener un rol dentro del tratamiento de desórdenes neurodegenerativos como enfermedad de Parkinson (Ruscher, 2015).

Por otro lado, la harmina se ha propuesto recientemente como un compuesto con varios roles farmacológicos importantes, como la inhibición de la angiogénesis y crecimiento tumoral gracias a que activa el p53, que es un supresor tumoral, dentro de las células endoteliales (Dai, 2012). Igualmente, posee efectos antioxidantes ya que incrementa la actividad de la dismutasa de superóxido y catalasa (Farzin, 2006).

4.6.2 Salud Mental.

Para la OMS, la salud mental es un “estado de bienestar en el cual el individuo consciente de sus propias capacidades, puede afrontar las tensiones normales de la vida, trabajar de forma productiva y fructífera y tener la capacidad para hacer contribuciones a la comunidad.” Durante décadas, se ha asociado al uso y consumo de ayahuasca con la obtención de salud mental a través de distintos caminos, sobre todo con el tratamiento de depresión, ansiedad y abuso de sustancias.

Según Brown (2017), al DMT contenido en la ayahuasca se le atribuyen efectos terapéuticos en la depresión y las adicciones. En el primer metaanálisis sobre terapias psicodélicas asistidas, realizado por Luoma en 2020, se revisan ensayos clínicos modernos controlados con placebo, randomizados y de diseños comparables, donde la sustancia es administrada 1 – 3 veces, entendiendo que su efectividad depende del individuo que la usa, del contexto en que es usada y la psicoterapia posterior (“set” y “setting”):

A esto se le llama típicamente ‘set y setting’, donde el ‘set’ se refiere a los atributos del individuo (p.e. su intención, estado mental, personalidad) y ‘setting’ se refiere a los factores externos al individuo (p.e. presencia de un terapeuta, cultura, ambiente en que se usa la sustancia) (Luoma, 2020).

Este metaanálisis incluye 9 ensayos donde se evalúa el efecto del MDMA, psilocibina, ayahuasca, DMT o LSD en síntomas de alguna condición psiquiátrica listada en el DSM – IV o DSM – V, como síndrome de estrés post traumático, ansiedad/depresión y ansiedad social. Se encontró que la terapia alucinógena asistida era efectiva y producía mínimos efectos adversos, en comparación con terapias farmacológicas y psicológicas convencionales, que solo muestran efectos leves o moderados sobre patologías mentales.

De igual modo, Fecska (2013) reporta que una ingesta repetida de ayahuasca en un ‘setting’ ritualístico, incrementa significativamente el número de soluciones altamente originales y respuestas fosfénicas, que son una “sensación visual de percibir luz cuando no hay luz que ingrese a la retina”. Así, la ayahuasca mejora también la creatividad visual, sobre todo cuando se superan los efectos psicoactivos agudos iniciales.

En el estudio de Brown (2017), se menciona que a voluntarios con trastorno depresivo mayor se les administró una dosis oral de ayahuasca y se les evaluó con escalas psiquiátricas que resultaron ser favorables hacia el efecto antidepresivo de la terapia psicodélica asistida. Así mismo, se ha evidenciado una reducción del consumo problemático de alcohol y cocaína en miembros de comunidades indígenas que participan en ceremonias de ayahuasca (Haden, 2015). Ribeiro (2009) evidencia una reducción significativa en síntomas psiquiátricos menores, una mejora de la salud mental, un cambio de actitud consistente en mayor confianza y optimismo, así como una reducción del dolor físico y mayor independencia. Se ha hipotetizado que la ayahuasca tiene efectos a corto plazo en el sistema de noradrenalina, que es un determinante importante para el dominio de la dependencia. Así mismo, esto se relaciona a niveles bajos de ansiedad.

En 2016, dos Santos realiza el primer ensayo clínico con la administración de ayahuasca a pacientes con un episodio depresivo presente al momento. A 6 pacientes hospitalizados en una unidad psiquiátrica se les suministró una dosis única de ayahuasca, y se observó que esta redujo significativamente los síntomas depresivos desde el día 1 hasta los días 7 y 21 después de la toma. Estos resultados sugieren efectos antidepresivos y ansiolíticos de rápida acción.

En la investigación realizada por Harris y Gurel (2012), se concluyó que los consumidores de ayahuasca pudieron reducir su ingesta de bebidas alcohólicas, consumían dietas más saludables, mejoraron su estado de ánimo y su autoaceptación y sentían más compasión y amor en sus relaciones. En comparación con el grupo control, los psiconautas adquirieron una mejor salud mental, redujeron su consumo de drogas nocivas y alcohol, se sintieron más serenos, asertivos y felices, redujeron los signos relacionados al pánico y la desesperanza. Así mismo, lograron integrar la experiencia psicodélica en su vida diaria, lo cual no siempre

se logra con terapia psicológica tradicional. Los datos obtenidos de los participantes fueron tan abrumadoramente positivos, que los autores rebuscaron experiencias negativas, sobre las cuales algunas personas refirieron haber pasado por un momento desafiante, pero que esto les permitió aprender mucho sobre ellos mismos y sobre su entorno.

Mian (2019) por su parte, se enfoca en el mindfulness (conciencia plena) motivado por estados alterados de conciencia en consumidores de ayahuasca, que ayuda a mitigar la severidad de la depresión y a activar cambios en su conducta. Así, se muestra que el brebaje afecta a procesos cognitivos con un impacto positivo, aumentando la aceptación y reduciendo el juzgamiento de los individuos. Este mindfulness, sobre todo generado en el crepúsculo de la experiencia psicodélica, permite a su vez la generación de cambios en la flexibilidad cognitiva que podría apoyar a la función terapéutica de la ayahuasca (Murphy, 2019). Jimenez-Garrido (2020) apoya estos resultados, y acota que después de la ayahuasca, más del 80% de su muestra estudiada presentó mejoras clínicas que persistieron hasta por 6 meses, y remarca que la mayoría, además de efectos ya mencionados, tuvieron mayores puntajes en las evaluaciones de autotrascendencia y calidad de vida.

Por otro lado, es frecuente observar que, en comunidades indígenas, se promueva el consumo de ayahuasca desde edades infantiles muy tempranas. Doering-Silveira (2005) realiza el primer estudio enfocado en la cognición de los adolescentes que usan ayahuasca a largo plazo, y no encuentra diferencias generales en el desempeño neuropsicológico entre el grupo de adolescentes consumidores de ayahuasca y el grupo de adolescentes que nunca habían consumido la sustancia. A ambos grupos se les realizaron test de medidas neuropsicológicas, en las cuales todos tuvieron un buen desempeño, excepto por dos ensayos de memoria de aprendizaje verbal, con puntuaciones más bajas para los adolescentes consumidores de ayahuasca, con lo cual se podría inferir una pequeña diferencia en habilidades cognitivas sutiles (es decir, aprendizaje y codificación). Se concluyó que la ayahuasca no tenía un efecto tóxico o deletéreo sobre la marcha neurocognitiva adolescente.

En relación con el mecanismo de acción por el cual se pueden explicar los efectos terapéuticos de la ayahuasca, dos Santos (2016) aclara que, si bien la harmalina actúa como un IMAO – A y sus efectos ansiolíticos podrían demostrarse por un aumento de las concentraciones de serotonina en el cerebro, no se deben dejar de lado otros mecanismos no – serotoninérgicos. Específicamente, los efectos antidepresivos de la harmina parecerían independientes de su efecto como IMAO – A y más bien parecen ser regulados por la homeostasis de la energía celular, las funciones mitocondriales, el estrés oxidativo, y la modulación del BDNF (proteína envuelta en la neuroplasticidad y síntomas depresivos). Los

alcaloides y los alucinógenos contenidos en la ayahuasca se unen a receptores 5-HT_{2A} que desencadenan a su vez, un incremento en los niveles de glutamato cortical, aumentando la expresión de BDNF en áreas prefrontales. Así también, el receptor GABA_A podría verse envuelto en los efectos antidepresivos de la harmina. Por otro lado, existe evidencia de que los agonistas de los receptores 5-HT_{1A/2A/2C}, como lo es el DMT, modulan el procesamiento emocional, reducen los síntomas ansiosos y depresivos y mejoran el ánimo. Aún más, hay evidencia creciente que sugiere que estos síntomas depresivos se relacionan con procesos inflamatorios los cuales son disminuidos con agonistas de los receptores serotoninérgicos, como DMT, psilocibina y LSD.

Galvão-Coelho (2020) defiende también que existe un estado proinflamatorio generado por la depresión en el cerebro, que podría ser disminuido con el consumo de ayahuasca. Es así como, en uno de sus estudios, muestra que los pacientes tenían niveles más elevados de proteína C reactiva y cortisol antes de su experiencia psicodélica. La disminución de estas medidas se relacionó con una mejora de los síntomas depresivos, medida con escalas psiquiátricas, hasta 48 horas después de la toma de ayahuasca.

Las propiedades antidepresivas de la ayahuasca podrían estar también relacionadas a alteraciones de la conectividad cortical en la red neuronal por defecto (RND), que son “un grupo de áreas cerebrales envueltas en la introspección, estados meditativos, ensoñación, imaginación y distracción de la mente” (dos Santos, 2016). Los estados depresivos están asociados con mayor rumiación, que es un proceso autorreferencial del cual resulta difícil separarse de ciertos pensamientos y se asocia a una mayor actividad de la RND. Por otro lado, en electroencefalogramas se ha observado, según dos Santos (2013), un incremento relativo del poder de la banda beta (relacionado a regiones frontales y temporales anteriores, activada en estados de vigilia o nerviosismo). Este autor comenta también, en 2016, que al realizar resonancias magnéticas en consumidores de ayahuasca, se observó una disminución del grosor de la corteza cingular posterior, un nódulo clave para la RND. Así mismo, al realizar tomografías computarizadas por emisión monofotónica (SPECT) se encontró un decremento del flujo sanguíneo cerebral hacia varias áreas cerebrales, como la corteza prefrontal medial, que es parte de la RND. En 2017, este autor agrupa los resultados de exámenes de imagen realizados a consumidores de ayahuasca en:

Tabla 8

Efectos de la Ayahuasca en el Cerebro Humano

A CORTO PLAZO		A LARGO PLAZO
<i>Electroencefalograma</i>	<i>Neuroimagen</i>	<i>Neuroimagen</i>
Reducción de poder en las bandas alfa, delta y theta.	Incremento en la activación de área frontal y parálímbica.	Engrosamiento cortical en el giro precentral y en la corteza cingular anterior.
	Incremento en la activación del área primaria de la visión.	
Aumento de poder en las bandas beta y gamma.	Reducción de la activación de la red neuronal por defecto.	Engrosamiento cortical en el giro mesotemporal e inferior frontal, precúneo, giro superior frontal, cingular posterior y giro occipital superior.
	Reducción de la conectividad funcional dentro de la corteza cingular posterior.	

Elaborado por: Rodríguez (2023) con información de dos Santos (2017)

Una dosis de 2,2 ml/kg de ayahuasca parecería efectiva en reducir significativamente la activación de esta red neuronal, que tienen efectos beneficiosos para la salud mental.

Por último y de forma general, los alucinógenos serotoninérgicos incrementan la neurogénesis, la espinogénesis y la sinaptogénesis; promueven la plasticidad neuronal por un mecanismo evolucionario conservado, inducido por señalizaciones en TrkB, mTOR, y los receptores 5-HT_{2A} (Ly, 2018).

Para concluir, las investigaciones realizadas entre consumidores de ayahuasca durante las últimas décadas muestran que, entre ellos, existe una función cognitiva normal o mejorada, un bienestar aumentado, mayor espiritualidad y una reducción de la psicopatología, incluyendo síntomas de ansiedad y depresión. Esta sustancia no genera trastornos psiquiátricos o problemas neurocognitivos; presenta una buena tolerabilidad tanto de forma aguda como crónica. Sin embargo, se debe tener cuidado en grupos de consumidores susceptibles a sufrir reacciones adversas, previendo resultados negativos al evitar interacciones farmacológicas, informar claramente, y tener presente contraindicaciones.

4.6.3 Salud Espiritual.

Según el diccionario de Oxford (2022), el espíritu o alma se define como una parte no – física o inmaterial de la persona, que es la base de su carácter y emocionalidad, a la que se le atribuye ser el yo verdadero y es capaz de sobrevivir muerte física o separaciones de la realidad, siendo inmortal.

La salud espiritual por su lado, es proceso dinámico, consciente, multidimensional, universal y de desarrollo que se activa a través de la conciencia espiritual, la capacidad personal y los potenciales de trascendencia, integrando aspectos existenciales, la plenitud y la moderación, el establecimiento de una interconexión armoniosa, una vida significativa y con propósito, y la fidelidad. La salud espiritual resultaría en bienestar físico, psicosocial, espiritual y físico y desarrollo moral (Jaberi, 2017).

Pese a que se han revisado algunos de sus efectos biofísicos y mentales, se debe remarcar algunos de los efectos terapéuticos basados en ámbitos más espirituales y etnológicos de la ayahuasca:

Desde la antropología médica, Moerman (2002) lo plantea como una respuesta de sentido que desencadena en el paciente la construcción de nuevas narrativas biográficas, que impactan sobre el estado físico, psicológico, el estilo de vida y el comportamiento social del individuo. Desde la neurociencia de la religión, McNamara (2009) concibe el ritual como un espacio donde se utilizan técnicas de descentramiento del ego, que producen una debilitación de los aspectos volitivos de las funciones ejecutivas, que habilita una navegación imaginativa por contenidos no conscientes relacionados con la memoria, las emociones y el ego, y la potencial producción de nuevas configuraciones narrativas. Para ambos autores, estos procedimientos de sugestión y alteración de la conciencia pueden desencadenar respuestas psicósomáticas y psiconeuroinmunológicas, relacionadas con las capacidades naturales del cuerpo humano para autocurarse –efecto placebo- o autodañarse -efecto nocebo (Apud, 2019).

Huxley, en su ensayo de 1954, *Las Puertas de la Percepción*, infiere el peso religioso, y no solamente espiritual, del contacto con sustancias como la ayahuasca:

El empleo con fines religiosos de sustancias tóxicas está extraordinariamente extendido... Las prácticas [...] pueden observarse en todas las regiones de la tierra, tanto entre los primitivos como entre los que han alcanzado un alto grado de civilización. Por lo tanto, no se trata de hechos sino de un fenómeno general y, en el sentido más amplio de la palabra, humano, del tipo que no puede ser ignorado por quien trata de descubrir qué es la religión y cuáles son las necesidades profundas que debe satisfacer (Huxley, 1954).

De cualquier forma, es importante recalcar el impacto que tiene la espiritualidad/religiosidad en la salud. Aun entendiendo que son conceptos distintos y en ocasiones, contrapuesto, es innegable que las conductas tanto espirituales como religiosas parecerían relacionarse con un riesgo menor de enfermedades o problemas psiquiátricos, y un mayor nivel de funcionamiento psicosocial. En aquellos individuos que tienen un gran compromiso con su espiritualidad se ha encontrado que hay mayor bienestar y satisfacción con la vida así como menos ansiedad, incluyendo miedo a la muerte y preocupaciones culposas o neuróticas; menos depresión, abuso de sustancias y dependencia, e impulsos autolíticos. Estos individuos tienden a mostrar mayor empatía y altruismo (Trichter, 2009). Todo esto sería entonces motivado por el consumo de ayahuasca y su capacidad enteógena.

Rodríguez, en su trabajo de 2012, indica que las creencias religiosas y su práctica están correlacionadas con mejor salud en la población general y en los ancianos. Por su lado, Quirce (2010) propone que los psicodélicos como la ayahuasca, en combinación con los rituales ceremoniales y los relatos mitológicos, son medios para elevar la conciencia y no solo “alterarla”, con el fin de generar experiencias superiores espiritualmente. Refiere que:

No solamente es válido que a partir de esto se genera un concepto de un mundo espiritual, sino que dada la elaboración compleja de la relación entre droga, ritual y mito, es posible que contactos con planos superiores de la conciencia ocurriesen a consecuencia de dicha interacción. La complejidad y elaboración de la triada mencionada hace sospechar que esto ocurre no solamente debido al reforzamiento que produce un estado de conciencia elevado, sino además debido a un contacto con un plano de la conciencia ya preexistente (Quirce, 2010)

En la investigación realizada por Harris y Gurel (2012), un 74% de todos los entrevistados refirieron que se comunicaron con el espíritu de la ayahuasca y que aún después de su experiencia psicodélica, se sienten guiados y apoyados por este espíritu:

La forma en que la gente está integrando su experiencia con la ayahuasca parece ser un proceso tanto espiritual como psicológico. Aun sin ayuda psicológica profesional, la gente parece obtener beneficios considerables a través de las experiencias con ayahuasca. La pregunta espiritual desafiante es la tradicional del discernimiento. ¿Cómo sé en qué experiencia no ordinaria confiar? ¿Cómo entiendo la fuente o la validez de la información que recibo? ¿Cuál es el espíritu de la ayahuasca con el que casi tres cuartas partes de los consumidores informaron haberse relacionado? La mayoría de los psicólogos probablemente responderían que estas fuentes de información o voces son aspectos del yo, quizás un yo superior o el inconsciente. Es importante señalar que la experiencia del espíritu de la ayahuasca fue reportada como una entidad percibida como inteligente,

independiente y totalmente separada del sentido de sí mismo del usuario de ayahuasca (Harris & Gurel, 2012).

La espiritualidad está estrechamente relacionada con la relación con la naturaleza, que se puede describir como el nivel de autoidentificación y el sentido subjetivo de conexión con la misma. Esta relación aumenta a medida que se pasa tiempo en la naturaleza, especialmente cuando se evocan temas de significancia, compasión y belleza. Según Kettner (2019), el mayor reconocimiento del individuo con la naturaleza se ha implicado en la mejora del estado psicológico, promoviendo la conexión con otras personas y la vida en general. Una mejor relación con la naturaleza está asociada a niveles más bajos de ansiedad, una mayor percepción del significado de la vida, mayor vitalidad, mayor cognición, mayor felicidad y optimismo. Pasar tiempo en la naturaleza se asocia con una serie de beneficios significativos para la salud física, incluida la reducción del riesgo de diabetes tipo II, enfermedad cardiovascular, parto prematuro y reducciones en el estrés, la presión arterial alta y el colesterol. Se ha descubierto que la exposición a la naturaleza reduce los marcadores de la hormona del estrés, como los niveles de cortisol. El funcionamiento mejorado del sistema inmunitario se ha respaldado por hallazgos como el aumento de la actividad de las células inmunitarias asesinas naturales (NK). También se ha encontrado que la exposición a la naturaleza ayuda en la recuperación de cirugías y mejora el estado de ánimo y la memoria en pacientes con trastorno depresivo mayor. El contacto con la naturaleza se ha determinado como un fuerte predictor del bienestar psicológico general.

En relación con los psicodélicos como el DMT contenido en el brebaje ayahuasca, Kettner (2019) reporta que aquellos que lo han consumido, presentan calificaciones más altas en las evaluaciones de rasgos de personalidad de apertura, puntos de vista políticos liberales y una mejor relación con la naturaleza. Este autor concluye que los principales mecanismos por los cuales se logra un mayor bienestar, es gracias a las propiedades psicodélicas que permiten al usuario una mejor relación consigo mismo (autoconciencia y autoconocimiento, parte de la salud espiritual) y con su entorno, viéndose un incremento en la entropía cerebral global y sobre todo, en redes neuronales sensoriales. Este cambio puede estar también concatenado a la vivencia de una experiencia mística compuesta por infinitud oceánica y disolución del ego, que generan mayor apertura en la personalidad.

Luke (2017) ha descubierto que los usuarios de ayahuasca tienen una puntuación más alta en tests que evalúan la autotrascendencia, que es un predictor positivo significativo para la relación con la naturaleza y la preocupación por el medio ambiente. En una encuesta retrospectiva de 150 usuarios psicodélicos, todos informaron un aumento en la conexión con la naturaleza después de sus experiencias psicodélicas, y el 66% también afirmó que su

preocupación por el medio ambiente había aumentado. Los cambios de actitud también dieron como resultado cambios positivos en el comportamiento ecológicamente consciente entre más de la mitad de la muestra, con un 16 % de las personas llegando incluso a cambiar de carrera después de su uso psicodélico a lo que se consideraba formas de trabajo ecológicamente más conscientes. Sin embargo, es importante mencionar que cuando el usuario ingiere ayahuasca, forma mayor conexión con la naturaleza cuando se encuentra dentro de ella durante su ingesta psicodélica.

CAPÍTULO 2. METODOLOGÍA.

3.1 Pregunta de Investigación

¿Cuáles son las representaciones sociales sobre el uso de ayahuasca en la salud de participantes de la organización “Ayahuasca en Ecuador” durante el período de abril a diciembre de 2022 en Quito?

3.2 Objetivos

3.2.1 Objetivo General.

Describir y analizar las representaciones sociales sobre el uso de ayahuasca en la salud de participantes de la organización “Ayahuasca en Ecuador” durante el período de abril a diciembre de 2022 en Quito.

3.2.2 Objetivos Específicos.

- Identificar y evaluar los conocimientos, las actitudes y las prácticas de los usuarios de la terapéutica basada en el consumo de ayahuasca.
- Identificar y evaluar los conocimientos, las actitudes y las prácticas de los terapeutas que trabajan con ayahuasca.
- Determinar si existe construcción de la salud a través de los efectos producidos por el consumo de ayahuasca en un contexto pluricultural.

3.3 Hipótesis

Mediante técnicas cuantitativas y cualitativas se establecerá la construcción de salud integral (física, mental y espiritual) en grupos de personas que acuden a ceremonias de ayahuasca, mediante evaluaciones escritas suministradas antes y después de su vivencia; al tiempo que se registrarán sus experiencias subjetivas y testimonios a través de entrevistas semiestructuradas. Así mismo, se generarán conocimientos basados en la cosmovisión de los terapeutas y líderes de las ceremonias.

Esto permitirá que se pueda considerar a la terapia psiquedélica basada en el consumo de ayahuasca como una alternativa innovadora frente a psicopatologías o como un coadyuvante en tratamientos médicos dirigidos a la salud física, enmarcado en un contexto pluricultural. Así, este estudio sentará un precedente sobre el uso actual de psiquedélicos, que están siendo usados de forma terapéutica en países desarrollados, en el modelo médico integral ecuatoriano.

3.4 Tipo de Estudio: Conocimientos, Actitudes y Prácticas (CAP)

Se realizó un análisis etnográfico, basado en un modelo de Conocimientos, Actitudes y Prácticas (CAP), en el que se describieron y analizaron las representaciones sociales de participantes que acudieron a ceremonias de toma de ayahuasca en Quito, en el período de abril a diciembre de 2022; a través de una observación participativa, la realización de cuestionarios antes y después de la toma de ayahuasca, y la recolección de entrevistas semiestructuradas con historias de vida. Estas técnicas se enfocaron tanto en los asistentes como en los guías de las ceremonias celebradas por la organización “Ayahuasca en Ecuador” y fueron utilizadas en diferentes momentos del estudio.

Según Miller (2011), la etnografía es una descripción detallada de una cultura, basada en una observación personal. Para Peralta (2009), esto es un “método de investigación social que permite interactuar con una comunidad determinada, para conocer y registrar datos relacionados con su organización, cultura, costumbres, alimentación, vivienda, vestimenta, creencias religiosas, elementos de transporte, economía, saberes e intereses.”

Sobre el enfoque CAP, según Cardwell (2011), esta orientación investigativa permite saber qué piensan, qué creen y cómo actúan las personas frente a un tema en especial. Los estudios tipo Conocimientos, Actitudes y Prácticas son considerados fundamentales para ofrecer diagnósticos que permitan incentivar programas de promoción de salud en organizaciones o instituciones. Facultan al investigador para analizar comportamientos a saber, actitudes a pensar y prácticas a realizar, entendiendo las razones por las cuales la gente hace lo que hace.

Se ha definido a los “conocimientos” como una representación mental de un individuo, que forma parte de procesos cognitivos desarrollados a lo largo de su vida; implica información específica sobre la cual una persona se basa para decidir conductas frente una situación, tomando en cuenta principios teóricos y/o científicos. Así mismo, se puede partir de presaberes en un grupo poblacional para mejorarlos al final de una investigación.

Por otro lado, las “actitudes” son la unión de una esfera cognitiva, que se compone de experiencias, estereotipos y juicios; con una esfera afectiva conformada por emociones, sentimientos, valores, satisfacciones y aversiones; y una esfera comportamental que está mediada por habilidades psíquicas, cognitivas, motoras, verbales y sociales. Las actitudes son constructos que permiten explicar las razones y la forma de la conducta humana; permiten predecir conductas ya que se consideran como una predisposición aprendida a reaccionar de una manera valorativa frente a un individuo, objeto, situación, etc.

Por último, las “prácticas” son aquellas habilidades o experiencias adquiridas al realizar una actividad de forma continua; se ajustan a la realidad, establecen respuestas frente a situaciones determinadas y persiguen un fin útil. Se consideran el punto de convergencia entre los conocimientos y las actitudes (Cabrera, 2004 y Gumucio et al., 2011).

Así, los estudios CAP indagan el proceso mediante el cual los conocimientos, las actitudes y las prácticas transfiguran hasta volverse estilos de vida o comportamientos compartidos por un grupo social, caracterizado por presentar conductas individuales y colectivas con base, en este caso, en el consumo de ayahuasca.

3.5 Universo y Selección de Informantes

3.5.1 Perfil de Organización “Ayahuasca en Ecuador”.

“Ayahuasca en Ecuador” es una organización autoproclamada como una alianza entre amantes de la ayahuasca y otros enteógenos que tiene el fin común de ofrecer terapéuticas ancestrales con sentido de sanación, pureza y confianza a la población de Ecuador. A continuación, se presentan fotografías de dominio público e información tomada de la página web y eventos promocionados por la organización (*ayahuasca.ec*) concerniente a su misión, visión, perfil legal, dirigentes de actividades y contactos:

Somos un equipo de entusiastas, amantes respetuosos de la sanación, las medicinas ancestrales y sus tradiciones. Traemos a los maestros de confianza y sus preparados de ayahuasca al alcance del mundo urbano, para que tengamos todos la oportunidad de desintoxicar nuestros cuerpos y de conocer la trascendencia de la vida detrás de la cotidianidad moderna. Nuestra organización no tiene fines de lucro. Cada movimiento es el justo y necesario, tanto para sostener la continuidad del trabajo que realizamos, como para afirmar el rezo de la reciprocidad (Ayahuasca en Ecuador, s.f.).

3.5.1.1 Misión.

- Impulsar, facilitar y coordinar el acceso apropiado y transparente a los rituales de sanación con medicina ayahuasca a todas las personas ubicadas en Ecuador que anhelan experimentar estos encuentros.
- Profundizar y mantener vínculos culturales y educativos confiables entre las comunidades conocedoras de las tradiciones ayahuasqueras, y todo aquel que desee interactuar con ellas o abrirse a la sabiduría ancestral de la que son portadores.

- Ofrecer un acompañamiento sensible necesario a las personas que siguen o buscan tratamiento con ayahuasca, para que la sanación se realice lo más armoniosamente posible y se cultiven y expandan los lazos fraternales y familiares.
- Investigar, estudiar y comunicar bajo bases verificables acerca del uso de esta medicina y sus implicaciones en la salud física, mental y espiritual, tanto en el individuo como en las sociedades contemporáneas occidentales.
- Explorar y compartir otras terapias y otras medicinas naturales que sean congruentes con los propósitos que desarrolla el tratamiento de sanación de la medicina madre ayahuasca.

3.5.1.2 Visión.

- Contribuir en la posibilidad de que todos los habitantes del Ecuador conozcan y puedan experimentar los beneficios de las medicinas ancestrales y el crecimiento humano y cultural que conllevan.
- Apoyar y construir centros de sanación, desarrollo personal y ciencia empírica, en donde se estudie y perfeccione el conocimiento que enseña la medicina ayahuasca, para ser aplicado en los diversos campos de la naturaleza humana.
- Establecer los convenios requeridos con entes gubernamentales, comunidades indígenas, y los diversos grupos de medicina en el país, para que se garantice explícitamente la legalidad del uso urbano de la medicina como herramienta válida para incrementar el bienestar social.
- Presentar una opción educativa, terapéutica y correctiva para colegios y universidades, escuelas militares y policiales, grupos políticos e institucionales, reformatorios y cárceles.
- Expandir el saber de la ayahuasca a otros países, apoyando la provisión de medicina y la visita de guías preparados para que se abra la puerta de este conocimiento a diversas partes del mundo.

3.5.1.3 Dirigentes de las Actividades.

3.5.1.3.1 Taita

Richard Chasoy

Médico tradicional Inga, taita de linaje, heredero de las tradiciones de su abuelo don Benito Chasoy. Se ocupa de la protección de terreno virgen en la selva y está creando hospitales para la salud integral. Se anuncia que la ayahuasca que sirve es poderosa para la sanación y transformación personal, trayendo claridad mental y paz espiritual.

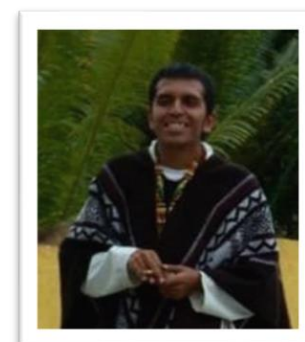


Fuente: perfil en Facebook de 'Ayahuasca en Ecuador' (2022)

3.5.1.3.2 Guías

Sergio Velásquez

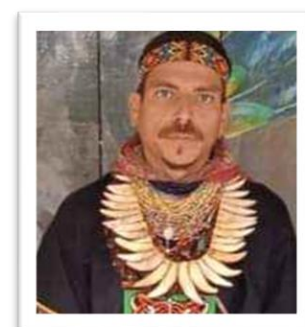
Ayahuasquero y escritor, aprendiz de medicina tradicional indígena. Tiene el permiso para servir ayahuasca de sus mayores desde hace varios años, y sus maestros son Andrés Córdoba y Taita Richard Chasoy de la comunidad Inga. En la actualidad, también trabaja con ayahuasca de Taita Alirio Causaluzán, cocinero de la maloca del Yageosocofán. Ha escrito el libro "Por Qué Ríe la Brisa" basado en sus experiencias con ayahuasca. Es el fundador de la organización "Ayahuasca en Ecuador", se encarga de traer taitas del Putumayo a la ciudad de Quito y promueve proyectos para la conservación de la naturaleza y la siembra de las plantas que componen a la bebida yagé.



Fuente: perfil en Facebook de 'Ayahuasca en Ecuador' (2022)

Gabriel Guillen

Terapeuta en Salud Alternativa certificado por el Ministerio de Salud Pública del Ecuador. Conocedor de la ciencia del yagé, instruido por sus taitas mayores Oscar Giovanni Queta y Alirio Cuasaluzán. Cuenta con el permiso para servir ayahuasca desde hace varios años. Canta ícaros en lengua nativa cofán y guía ceremonias de temazcal mediante la tradición de los indígenas de Norteamérica. Realiza un acompañamiento ceremonial compasivo, amoroso y respetuoso de forma personalizada con cada asistente.



Fuente: perfil en Facebook de 'Ayahuasca en Ecuador' (2022)

Andrés Córdoba

Músico yagecero reconocido de Colombia. Con su música y su ayahuasca viaja por Ecuador, Venezuela, México y Europa. Es médico tradicional indígena avalado por el cabildo Inga de Santiago en el Putumayo, con experiencia de aproximadamente 20 años en la realización de ceremonias de ayahuasca.



Fuente: perfil de Andrés Córdoba en Soundcloud (2016)

3.5.1.3.3 Acompañante

Eduardo Moreno

Músico que asiste en los procesos terapéuticos ceremoniales con ayahuasca, profesor de Yoga de la Risa y traductor en ceremonias de medicina ancestral y eventos de crecimiento personal y espiritualidad. Su música se enfoca en evocar el movimiento y equilibrio de las emociones así como la apertura, desbloqueo y armonización de los centros de energía (chakras) a través del uso de instrumentos musicales y su voz.



Fuente: perfil en Facebook de 'Ayahuasca en Ecuador' (2022)

3.5.1.3.4 Facilitadora y Coordinadora

Mercedes Andino

Tecnóloga en Desarrollo Humano Personal y Social, especializada en Terapia Emocional, terapeuta floral certificada y fitoterapeuta por herencia de sus abuelas. Atiende sesiones terapéuticas individuales, grupales y de parejas. Desde hace más de 10 años se desempeña como estudiante de medicina tradicional indígena con comunidades nativas. Acompaña en ceremonias grupales con el permiso de sus mayores.



Fuente: perfil en Facebook de 'Ayahuasca en Ecuador' (2022)

3.5.1.3.5 Otros Colaboradores

“Ayahuasca en Ecuador” cuenta con otros colaboradores, principalmente médicos ancestrales cofanes (taitas/líderes indígenas) que preparan la medicina del yagé en la selva y luego lo envían a la ciudad de Quito para que sea servida por los yageceros:

- Giovanni Queta (Médico Ancestral Cofán)
- Alirio Causaluzán (Médico Ancestral Cofán)



Fuente: perfil en Facebook de ‘Ayahuasca en Ecuador’ (2022)

3.5.1.4 Convocatorias.

Para convocar a ceremonias, el equipo de “Ayahuasca en Ecuador” realiza afiches publicitarios que son compartidos y promovidos en sus redes sociales (Facebook y WhatsApp). Una vez que la persona interesada se ha contactado con los organizadores del evento, se le envía por WhatsApp un documento con información adicional sobre la vivencia que tendrá si decide acudir a una ceremonia con la organización.

Imagen 1

Ejemplo de un Afiche Publicitario Promocionado por “Ayahuasca en Ecuador”



Retiro con Ayahuasca

SANACIÓN INTEGRAL

- *Tarot zen de Osho, y cultivo del sabio interior.
- *Limpieza chamánica y alquimia
- *Terapia con el niño interior, y traumas del pasado.
- *Musicoterapia, aromaterapia.

EN QUITO
3 de JUNIO DEL 2022

CONTACTO:
0958984597

Aporte: \$55 xp.
Grupos: \$50 xp.

Ayahuasca en Ecuador

Fuente: perfil en Facebook de 'Ayahuasca en Ecuador' (2022)

Imagen 2

Ejemplo de un Documento Informativo Compartido por 'Ayahuasca en Ecuador'.

CEREMONIA DE AYAHUASCA-YAGE



Retomar al origen, a la sabiduría de las plantas y a la esencia de Dios, para recuperar el equilibrio del cuerpo-mente, energía-espíritu, para sostener el rezo de la vida en armonía con todo lo que nos rodea.

La ayahuasca o Yagé es una poderosa medicina tradicional indígena. Tiene el poder de depurar nuestro cuerpo en sus distintos niveles, así como el de prevenir, tratar y curar diversas enfermedades que incluyen trastornos del sistema nervioso central y su nivel causal o emocional.

En forma de bebida, la Ayahuasca tiene la capacidad de alquimizar la densidad del ser, llevándolo a su cristalización. Culturalmente es parte de la ancestralidad y tradición de los pueblos aborígenes. Se sirve de manera ritual haciendo uso de los cuatro elementos, y del altar. Es una medicina que ayuda a reconectar la Esencia: tu estado puro y natural de paz y armonía. Es servida por médicos tradicionales o por mestizos que han sido instruidos en la ciencia de la madre selva con el permiso de los mayores.

En esta ocasión se servirá la Ayahuasca de la selva amazónica que fue cocinada por taita Alirio Cuasalusán y Ayahuasca de taita Richard según las necesidades de los pacientes, la ceremonia será en estilo peruano, a la luz de la vela y dándole prioridad a la introspección profunda y conexión con el alma para lograr sanar desde la esencia en compañía de los ancestros y del amor infinito de Dios y de pachamama, invocando a los guías, maestros y seres de luz que nos acompañan así como a toda la fuerza de la madre selva y naturaleza.

Lo que recibirás

- Transformación personal a través del reseteo del sistema nervioso central.
- Limpieza profunda de cuerpo-mente, emoción-espíritu.
- Reconexión bioenergética y activación de la energía vital.
- Sanación de heridas y traumas del pasado. Perdón y amor propio.
- Reconfiguración del sueño, de los ciclos y ritmos naturales del cuerpo, salud integral.
- Sentido de pertenencia a la pacha-mama, al clan. Unidad con el todo.
- Despertaras tu creatividad y espontaneidad. Relacionarse en equilibrio.



Cronograma de actividades

20H00: Bienvenida y acomodación.	6:00 Limpias y curaciones.
20H30: Tarot Zen de Osho.	7:00 La palabra como medicina
22H00: Consagración de Ayahuasca.	7:30 Desayuno nutritivo
3:00 Musicoterapia y cantos sagrados.	8:00 Cierre y despedida



Recomendaciones

*Tener un propósito de sanación.

*Si está siguiendo algún tratamiento médico es su responsabilidad notificarlo al guía y sus ayudantes.

*Abstenerse de asistir embarazadas. Mujeres en luna o menstruación consultar previamente para darles el cuidado adecuado.

*Abstenerse de asistir personas con operaciones recientes o heridas físicas abiertas. Puede abrirse la herida y forzarse demasiado el cuerpo.

*Abstenerse de asistir o consultar previamente, si está siguiendo un tratamiento psiquiátrico, toma antidepresivos o somníferos.

*Abstenerse del consumo de bebidas alcohólicas, de carne de chanco, comidas enlatadas o muy condimentadas, por lo menos 3 días antes del evento.



Traer

-Abrigo y cobija, suele hacer frío en la noche.

-vestir ropa cómoda y ceremonia (puede ser atuendo de color blanco o con bordados, la vestimenta es opcional).

-Frutas y alimentos saludables para compartir.

-Envase personal de agua y papel higiénico.

-Parada de ropa para cambiarse.

-Ofrendas para el altar (flores o inciensos, palo santo, mirra, o copal).

-Cuchara y vaso para recibir la medicina



Guía: Sergio Velásquez. Ayahuasquero y escritor, aprendiz de medicina tradicional indígena. Tiene el permiso para servir Ayahuasca de los mayores desde hace varios años, sus maestros Andrés Córdoba y Taita Richard Chasoy de la comunidad Inga. En la actualidad también trabaja con medicina de Taita Alirio, cocinero de la maloca del yageosocofán.

Ha escrito el libro "Porque ríe la brisa" basado en sus experiencias con Ayahuasca y que sirve como inspiración, acompañante y guía para todo aquel que esté realizando el camino del guerrero. Es el fundador de la página Ayahuasca en Ecuador y encargado de traer taitas del Putumayo a la ciudad y promover proyectos para la conservación de la madre naturaleza y la siembra de la planta Ayahuasca.

Acompañado de Eduardo Moreno:

Músico medicina, al servicio en los procesos de sanación con Ayahuasca. Profesor de Yoga de la Risa y Traductor en ceremonias de Medicina Ancestral, eventos de Crecimiento Personal y Espiritualidad. Su música se enfoca en el movimiento y equilibrio de las emociones, apertura, desbloqueo y armonización de los centros de energía, también conocidos como chakras a través de las vibraciones con sonidos terapéuticos ya sea con instrumentos musicales o con la voz. Su arte nos lleva al encuentro con la esencia del ser, con la alegría de vivir y con el amor incondicional.



Facilitadora de grupos y Coordinadora del evento:



Mercedes Andino: Tecnóloga en Desarrollo Humano Personal y Social, especializada en Terapia Emocional. Destacada en la atención individual, grupal, y de parejas. Tiene un amplio trabajo e investigación en temas de adicción, depresión, duelo y pérdidas, relaciones interpersonales y problemas de salud de origen emocional y espiritual.

Terapeuta Floral certificada, y fito-terapeuta por herencia de sus abuelas. Desde hace más de 10 años se desempeña como estudiante de medicina tradicional indígena, así como del conocimiento ancestral y mágico, con las comunidades nativas, acompaña en ceremonias de grupo con el permiso

de sus mayores.

Es también canalizadora y alquimista abordando los problemas desde el mundo espiritual cuando la ocasión lo amerita. (MSP-DNGA-SG-10-2016-17541-E).

¿Cuándo y dónde?

Se llevará a cabo el viernes 17 de junio del 2022 en Quito. Centro Terapéutico, "El templo de Artemisa", sector Quitumbe, dirección exacta previa reservación.

Avni (Ley de retribución consciente)

Aporte: 55\$ por persona
Descuentos para grupos: \$ 50 por persona.

Incluye: noche completa de ceremonia de Ayahuasca con diferentes medicinas complementarias en un salón ceremonial, limpiezas y curaciones, aroma-terapia, musico-terapia. Tarot Zen de Osho y círculo de palabra para integrar el proceso. Alojamiento grupal, té de cortesía y sandwiches o arepas. (ojo no contamos con parqueadero)

Reservar con la mitad del pago. ¡Cupos limitados para 13 personas!
Banco Pichincha. Cta. Ahorros #2204818483 a nombre de Mercedes Andino. Cl.1721361051 Mail: sdecrem@gmail.com Teléfono 0958984597.

Contactos: 0958984597 / 0983098048.
Lugar: Quito, (Sector Quitumbe, dirección exacta previa reservación).
Fechas: 17 de junio del 2022.
Hora: 20H:00 hasta el día siguiente 8:am
Nota: Si es primera vez, pedir que se te envíe un documento para información de primera vez.

¡Bienvenidos y bienvenidas! <3



Fuente: documento compartido a través de WhatsApp por 'Ayahuasca en Ecuador' a personas inscritas para la ceremonia (2022)

3.5.1.5 Perfil Legal.

"Ayahuasca en Ecuador" es una Entidad sin Personalidad Jurídica (ESPJ) que ha operado durante aproximadamente 10 años, y no se encuentra legalmente constituida. Es una sociedad en la que se comparten tanto recursos como habilidades, sin la necesidad de crear una empresa, pero que presenta objetivos en común.

3.5.1.6 Contactos.

Página Web: www.ayahuasca.ec

Correo: ayahuascaenecuador@gmail.com

Perfil de Facebook: www.facebook.com/ayahuasca.ecuador

3.5.2 Universo.

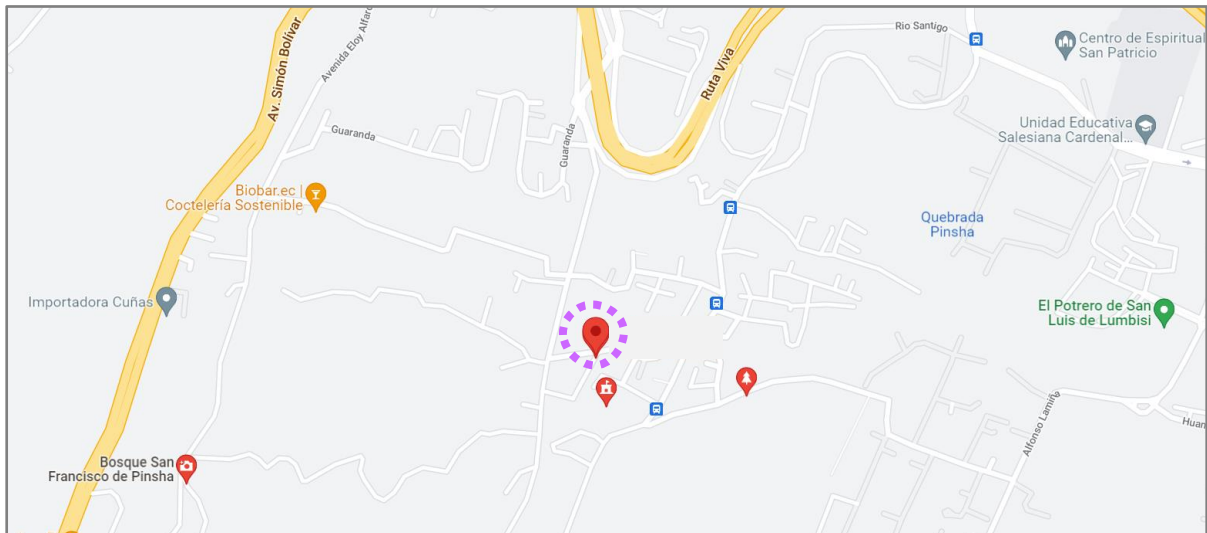
El universo fue conformado por asistentes que acudieron a ceremonias de toma de ayahuasca celebradas por la organización “Ayahuasca en Ecuador”, que se reunían con frecuencia bimensual en zonas estratégicas de Quito, Patate y Peguche durante el año 2022.

Se manejaban dos tipos de ceremonias celebradas por esta organización:

- Dirigidas por un taita cofán (Richard Chasoy), un médico tradicional indígena (Andrés Córdoba) o un terapeuta en salud alternativa (Gabriel Guillén); participan aproximadamente 20 personas y se llevan a cabo en una vivienda privada ubicada en Quito (sector Tumbaco), en el Hostal Aya Huma de Peguche (Imbabura) o en Teos Experiences de Quito (sector Tumbaco).

Imagen 3

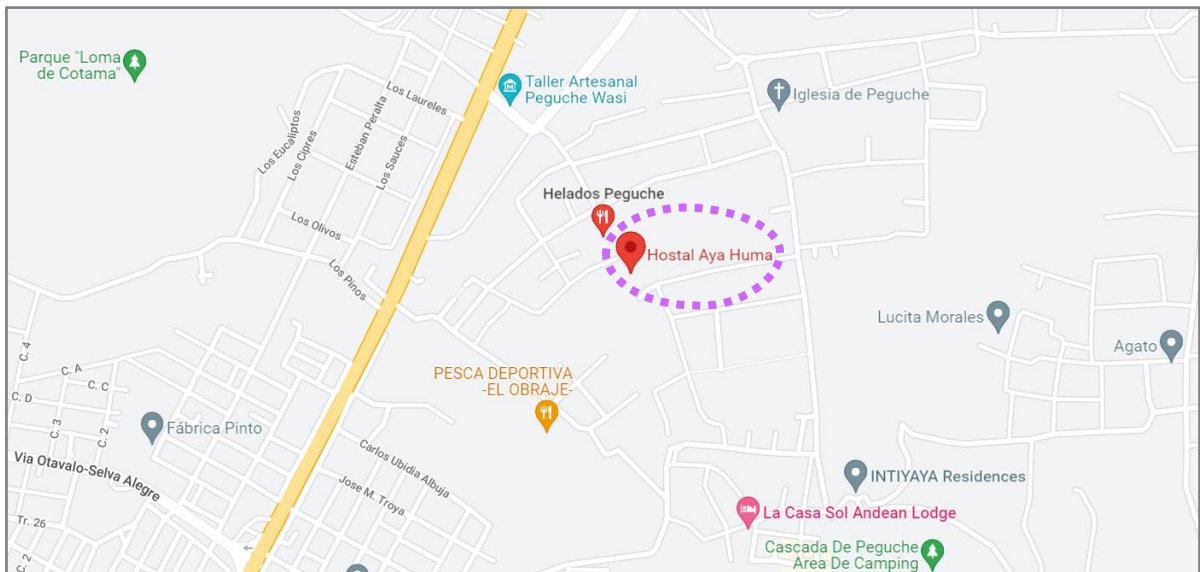
Ubicación de la Vivienda Privada en Tumbaco, Quito



Fuente: Google Maps (2022)

Imagen 4

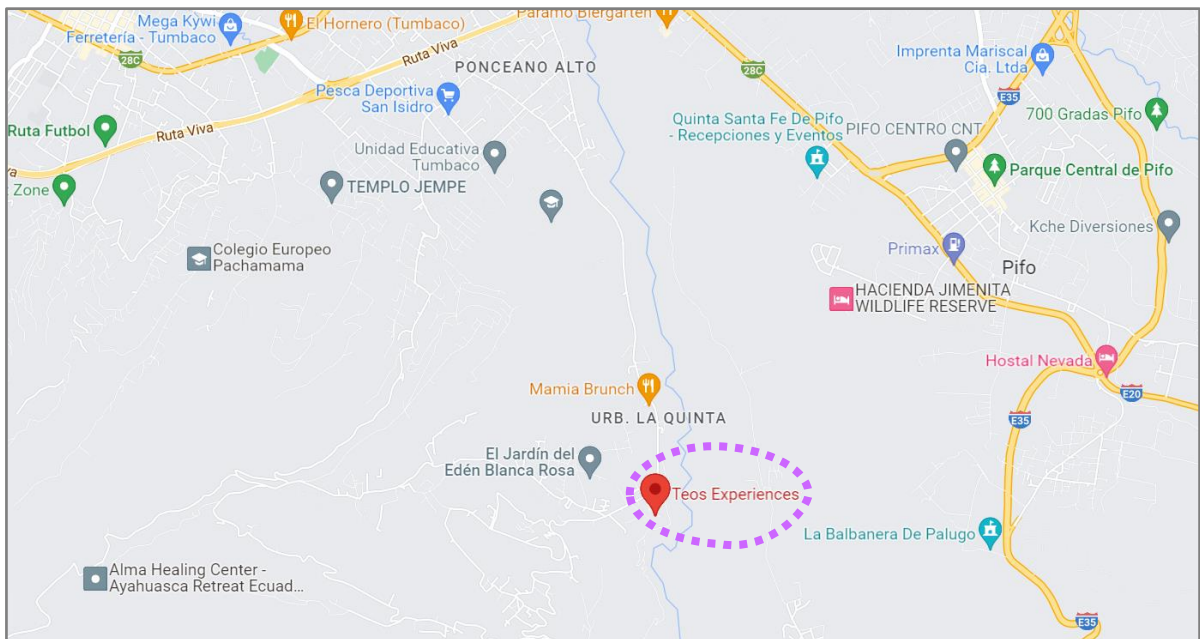
Ubicación de la Hostal “Aya Huma” en Peguche – Imbabura



Fuente: Google Maps (2022)

Imagen 5

Ubicación de “Teos Experiences” en Quito

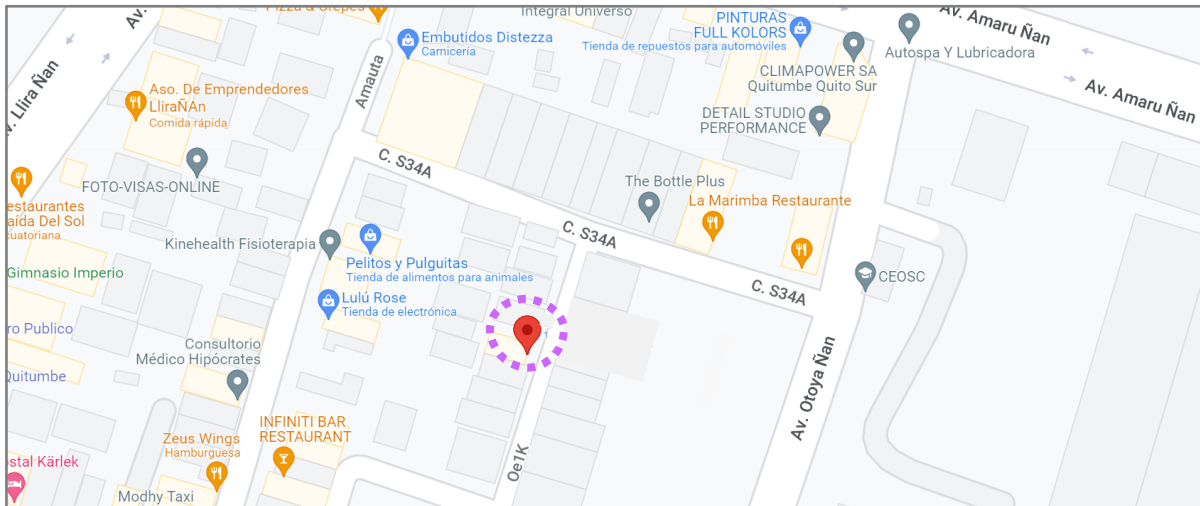


Fuente: Google Maps (2022)

- Dirigidas por un guía yagecero (Sergio Velásquez); participan aproximadamente 10 personas y se llevan a cabo en el centro terapéutico “El Templo de Artemisa” en Quito (sector Quitumbe) y en la Villa Victoria de Patate (Tungurahua).

Imagen 6

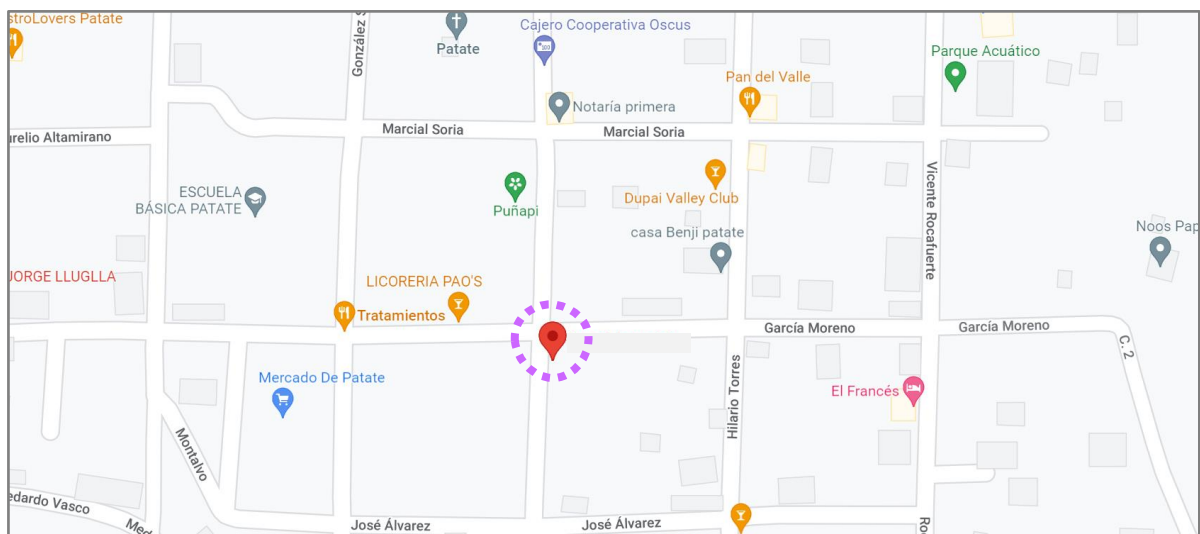
Ubicación del Centro Terapéutico “El Templo de Artemisa” en Quito



Fuente: Google Maps (2022)

Imagen 7

Ubicación de Villa “Victoria” en Patate – Tungurahua



Fuente: Google Maps (2022)

A todos quienes aceptaron por escrito ser parte del estudio, se les aplicaron cuestionarios para evaluar su autopercepción de salud integral y su experiencia psiquedélica subjetiva. La selección de informantes se hizo creando un vínculo de confianza con los participantes, especialmente con aquellos que se acoplaron a los criterios establecidos para ser escogidos. Se eligieron a doce informantes diferentes en total, siendo escogidas de una a tres personas por ceremonia. A cada uno se le entrevistó para conocer sobre su experiencia con el uso y consumo de ayahuasca. Así mismo, se escogieron seis personas para ampliar su historia de vida; esto se realizó entre los asistentes de las ceremonias y dirigentes/guías/terapeutas de las mismas. Esta elección del número de informantes se tomó después de una observación participativa de las ceremonias de ayahuasca previa al presente estudio, donde se encontraron características relevantes para la investigación.

Tabla 9

Características de Informantes para la Entrevista

MES DE ESTUDIO	NÚMERO DE INFORMANTES	CARACTERÍSTICAS DE INFORMANTES			
		Género	Edad	Etnia	Procedencia
1	2	Masculino	18 – 25	Mestiza	Quito
		Femenino	26 – 35	Indígena	Otras provincias
2	2	Masculino	36 – 45	Negra	Quito
		Femenino	46 – 55	Mestiza	Otras provincias
3	2	Masculino	56 – 65	Indígena	Otra nacionalidad
		Femenino	18 – 25	Mestiza	Quito
4	2	Masculino	26 – 35	Mestiza	Otras provincias
		Femenino	36 – 45	Indígena	Otras provincias
5	2	Masculino	46 – 55	Negra	Quito
		Femenino	56 – 65	Indígena	Quito
6	2	Masculino	18 – 25	Indígena	Otra nacionalidad
		Femenino	26 – 35	Mestiza	Quito

Elaborado por: Rodríguez (2023)

Tabla 10

Características de Informantes para la Historia de Vida

MES DE ESTUDIO	NÚMERO DE INFORMANTES	CARACTERÍSTICAS DE INFORMANTES				
		<i>Género</i>	<i>Edad</i>	<i>Etnia</i>	<i>Procedencia</i>	<i>Terapeuta</i>
1	1	Masculino	26 – 35	Mestiza	Otra nacionalidad	Sí
2	1	Femenino	36 - 45	Indígena	Otra provincia	Sí
3	1	Masculino	36 – 45	Indígena	Otra provincia	Sí
4	1	Masculino	46 – 65	Mestiza	Quito	No
5	1	Femenino	18 – 25	Mestiza	Quito	No
6	1	Masculino	36 – 45	Indígena	Quito	No

Elaborado por: Rodríguez (2023)

Para finalizar, se realizó un análisis de los datos cuantitativos y cualitativos recolectados, relacionándolos con la información obtenida de una autoetnografía y la experiencia personal de la autora.

3.5.3 Criterios de Inclusión.

- Asistentes de las ceremonias organizadas por “Ayahuasca en Ecuador” durante el período de abril a diciembre de 2022 que sean mayores de 18 años y acepten por escrito el consentimiento informado para participar de la investigación.
- Terapeutas de medicina tradicional complementaria, taitas y guías yageceros pertenecientes a la organización “Ayahuasca en Ecuador” que sean mayores de 18 años y acepten por escrito el consentimiento informado para participar de la investigación.

3.5.4 Criterios de Exclusión.

- Asistentes de las ceremonias organizadas por “Ayahuasca en Ecuador” que no firmen el consentimiento informado escrito, que no deseen participar en el estudio o que interrumpan su participación.
- Asistentes de las ceremonias organizadas por “Ayahuasca en Ecuador” que sean menores de 18 años.
- Participantes de ceremonias de ayahuasca u otro tipo de medicina tradicional complementaria que no sean organizadas por “Ayahuasca en Ecuador”.

3.6 Instrumentos

Tabla 11

Momentos del Estudio e Instrumentos

	MOMENTO				
	1		2	3	4
Descripción	Una hora antes de la toma de ayahuasca	<i>Toma de ayahuasca (22:00 – 04:00)</i>	Diez horas después de la primera toma de ayahuasca	Día siguiente a la toma de ayahuasca	Días posteriores a la toma de ayahuasca
Participantes	Universo		Universo	Informantes	Informantes
Instrumentos	<i>Cuestionarios:</i> - SF – 36 - DASS – 21 - SQ		<i>Cuestionarios Modificados:</i> - 5D – ASC - SF – 36 - DASS – 21 - SQ	Entrevista	Historia de Vida
Duración	20:00 – 21:00 (1 hora)		08:00 – 09:00 (1 hora)	09:00 – 10:00 (1 hora)	1 hora

Elaborado por: Rodríguez (2023)

3.6.1 Fase Cuantitativa: Cuestionarios.

Se aplicaron tres cuestionarios antes de la toma de ayahuasca, y los mismos fueron aplicados diez horas después junto a un cuestionario más. Algunos de los tests fueron traducidos o modificados para ofrecer una mayor y mejor comprensión al lector. Así mismo, se realizó una prueba preliminar que consistió en la aplicación del instrumento a cinco personas seleccionados al azar, que ingirieron una sustancia psiquedélica para evaluar su salud y su experiencia.

Los cuestionarios evaluaron:

3.6.1.1 Salud Física → Cuestionario SF – 36.

Según Vilaguta (2005), este cuestionario se desarrolló en la década de los años noventa en Estados Unidos. Brinda un perfil del estado de salud individual y su impacto en la calidad de vida, comparando la carga de diversas enfermedades y detectando los beneficios en la salud provocados por diferentes tratamientos. El cuestionario de salud SF – 36 original incluye 36 ítems agrupados en 8 escalas, que según Lugo (2006), son:

- 1) *Función Física (FF)*.- grado en que la salud limita las actividades físicas intensas tales como correr, levantar objetos pesados; actividades moderadas tales como mover una mesa, trapear, lavar; levantar o llevar bolsas de compras; subir varios pisos por una escalera; subir un piso por una escalera; agacharse, arrodillarse o ponerse de cuclillas; caminar más de un kilómetro; caminar medio kilómetro; caminar cien metros; bañarse o vestirse.
- 2) *Desempeño Físico (DF)*.- grado en que la salud física interfiere en el trabajo u otras actividades, incluyendo rendimiento menor que el deseado, limitación en actividades realizadas o dificultad en las mismas.
- 3) *Dolor Corporal (DC)*.- intensidad del dolor físico y su efecto en trabajo habitual dentro y fuera de casa
- 4) *Salud General (SG)*.- valoración personal de salud, que incluye su estado actual, perspectivas de salud en el futuro y resistencia a enfermar.
- 5) *Vitalidad (VT)*.- sentimiento de energía frente a sentimiento de cansancio y agotamiento.
- 6) *Función Social (FS)*.- grado en que los problemas de salud física o mental interfieren en la vida social.
- 7) *Desempeño Emocional (DE)*.- grado en que los problemas emocionales interfieren en el trabajo u otras actividades diarias.
- 8) *Salud Mental (SM)*.- depresión, ansiedad, control emocional y conductual y efecto positivo general.
- 9) *Cambio Crónico de Salud (CT)*.- calificación del estado de salud comparado con el de hace un año.

Para este trabajo de investigación, se utilizó la versión traducida por un grupo de expertos colombianos liderados por Lugo (2006), y se modificó el cuestionario con el fin de que facilite evaluar solamente la salud física relacionada a la función social y su cambio desde hace un año, siendo calificables las escalas de función física (ítems 3a, 3b, 3c, 3d, 3e, 3f, 3g, 3h, 3i, 3j), desempeño físico (4a, 4b, 4c, 4d), dolor corporal (ítem 6 y 7), salud general (ítem 1, 8a, 8b, 8c, 8d), función social (ítem 5) y cambio de salud (ítem 2).

La puntuación de este cuestionario modificado se propuso de la siguiente manera: las preguntas o ítems que se responden con dos opciones de respuestas se puntúan con los valores de 0–100; las preguntas con tres opciones de respuestas se puntúan con los valores de 0–50–100; las preguntas con cinco opciones de respuestas se puntúan 0–25–50–75–100; con seis opciones de respuestas, se puntúan 0–20–40–60–80–100. Se promedian todos los valores resultantes, y se obtiene:

Salud Física

81-100 → excelente

21-40 → regular

61-80 → muy buena

20 o menos → mala

41-60 → buena

Se decidió su uso en este estudio porque ha demostrado confiabilidad y validez para estimar la carga que producen enfermedades de la esfera biológica en el individuo. Es breve y fácil de comprender, siendo capaz también, de medir calidad de vida relacionada con la salud.

3.6.1.2 Salud Mental → Cuestionario DASS – 21 (Anexo 2.2).

La Escala de Depresión, Ansiedad y Estrés 21 o DASS – 21, es una versión abreviada de la Escala DASS, que fue desarrollada para evaluar el impacto de la depresión y la ansiedad en la vida de los individuos, al mismo tiempo que realiza una discriminación entre estos dos cuadros clínicos frecuentemente superpuestos. Con posteriores ediciones se añadió el factor de estrés, con síntomas como irritabilidad, agitación, tensión y dificultad para relajarse (Román, 2016).

El DASS-21 se compone de tres subescalas, que son:

1) *Depresión*.- evalúa disforia, desesperanza, devaluación de vida, auto depreciación, falta de interés o motivación e inercia.

Ítems 3, 5, 10, 13, 16, 17 y 21

2) *Ansiedad*.- evalúa activación vegetativa, efectos del músculo esquelético, ansiedad situacional y experiencia subjetiva de afecto ansioso.

Ítems 2, 4, 7, 9, 15, 19 y 20

3) *Estrés*.- evalúa dificultad para relajarse, excitación nerviosa, facilidad para alterarse o agitarse e irritabilidad, sobrereactividad o impaciencia.

Ítems 1, 6, 8, 11, 12, 14 y 18

Para obtener un indicador general de distrés psicológico y salud mental basada en síntomas emocionales, se suman las puntuaciones de todos los ítems; a mayor puntuación general, mayor grado de sintomatología.

<u>Depresión</u>	<u>Ansiedad</u>	<u>Estrés</u>
4 o menos → sin síntomas	3 o menos → sin síntomas	7 o menos → sin síntomas
5-6 → leve	4 → leve	8-9 → leve
7-10 → moderada	5-7 → moderada	10-12 → moderado
11-13 → severa	8-9 → severa	13-16 → severo
14 o más → extremadamente severa	10 o más → extremadamente severa	17 o más → extremadamente severo

Se decidió su uso en este estudio ya que es un instrumento breve y fácil de responder, que puede ser aplicado a cualquier grupo etario con resultados que reflejan adecuadas propiedades psicométricas, con confiabilidad satisfactoria. Así mismo, permite correlacionar sus resultados con el estado de salud mental del individuo, siendo el estrés uno de los desencadenantes más frecuentes de cuadros psicopatológicos, entre los cuales, los más comunes son la depresión y la ansiedad.

3.6.1.3 Salud Espiritual → Cuestionario SQ (Anexo 2.3).

El Cuestionario de Espiritualidad SQ, permite comprender la espiritualidad individual desde el sentido de la vida, la identidad interior, y la conexión de las personas consigo mismas, con su entorno y con una fuerza superior a ellos. Según Ardiles (2020), la espiritualidad enmarcada dentro de la salud tanto física como mental, se reconoce como un factor protector contra enfermedades. La versión utilizada en este trabajo de investigación es una adaptación latinoamericana del cuestionario original, realizada por un equipo chileno que lo tradujo del inglés y comprobó su interpretación, acoplándolo culturalmente.

Es imprescindible evaluar la salud espiritual de un individuo puesto que se ha reportado que al encontrarse en buen estado, se relaciona de forma profunda con la mejora en niveles de ansiedad y depresión, así como en el aumento de la velocidad de mejora recuperación en estos y otros cuadros patológicos; así mismo, produce bienestar general porque incentiva relaciones personales positivas, compromiso y productividad, motivando crecimiento personal y involucramiento en tareas creativas o de autosuperación (Navas, 2006).

En este estudio se propuso diferenciar la religiosidad de la espiritualidad, siendo la primera conformada por un grupo de personas que comparten creencias, valores y prácticas propuestas por una institución u organización y que a través de su manera de vivir, buscan lo divino. La espiritualidad por su lado, es la búsqueda de lo divino a través de cualquier experiencia de vida que permita estar conectado con uno mismo y los propósitos propios, con la comunidad y con la naturaleza, otorgándole significado y valor. De esta forma, la espiritualidad ofrece una gran comprensión del propósito o el significado de las enfermedades en la vida.

Según Ardiles (2020), este cuestionario considera a la espiritualidad “desde la identidad interior, sentido de la vida y conexión de las personas consigo mismas, con una fuerza superior y el entorno”. Consta de 29 ítems pertenecientes a subescalas que evalúan:

- 1) *Autoconciencia o Autoconocimiento*.- ítems 1-10
- 2) *Importancia de las Creencias Espirituales*.- ítems 11-14
- 3) *Prácticas Espirituales*.- ítems 15-20
- 4) *Necesidades Espirituales*.- ítems 21-29

Cada ítem se puntúa como muy en desacuerdo (1), en desacuerdo (2), en acuerdo (3), y muy de acuerdo (4). El puntaje máximo es de 116 puntos (mayor grado de espiritualidad o mayor salud espiritual), y el mínimo es de 29 puntos (mínimo nivel o mínima salud espiritual), obteniendo:

Grado de Espiritualidad

29-60 → bajo

61-90 → medio

91-116 → alto

Se decidió usarlo en este estudio debido a que ha mostrado buena validez, claridad y comprensión, permitiendo definir en qué grado se encuentra la espiritualidad de un individuo que, según Navas (2006), si se mantiene elevada, mejora la función inmune, aumenta la sobrevivencia, disminuye síntomas patológicos y efectos adversos de tratamientos, mejorando la calidad de vida de las personas; por lo cual, es un aspecto importante para tener en cuenta dentro de la salud.

Estos tres cuestionarios mencionados se modificarán para su aplicación un día después de la toma de ayahuasca (Anexos 2.4, 2.5, 2.6), y serán aplicados junto a la versión modificada de:

3.6.1.4 Experiencia Psiquedélica → Escala de Calificación para Estados Alternos de Conciencia en Cinco Dimensiones o 5D – ASC (Anexo 2.7).

La Escala de Calificación de Estados Alterados de Conciencia en 5 Dimensiones o 5D – ASC por sus siglas en inglés (5 – Dimensional Altered States of Consciousness Rating Scale) es ampliamente utilizada para reportar sobre las experiencias psicodélicas con sustancias que contengan, especialmente, psilocibina, ketamina, MDMA, THC y DMT, siendo posible utilizarla también para evaluar métodos de inducción y psicosis. Según Klein (2012), en su versión original se compone de 94 preguntas englobadas en 5 dimensiones, que son:

- 1) Sentimiento de infinidad o “infinitud oceánica”.- mide la desrealización y la despersonalización asociada con estados emocionales positivos que pueden ir desde un ánimo elevado hasta una excitación eufórica que suceden cuando la persona nota que es uno con su entorno o que ha perdido su individualidad. Incluye a las subescalas de “experiencia de unidad”, “experiencia espiritual”, “estado de dicha” e “introspección”.
- 2) Temor o ansiedad frente a la muerte del ego o “disolución ansiosa del ego”.- comprende desorden de pensamientos y fenómenos de pérdida del control propio asociados a la ansiedad producida por la desintegración del ego. Incluye a las subescalas de “descorporización”; “deterioro del control y la cognición” y “ansiedad”.
- 3) Reestructuración visual.- comprende cambios en los significados del entorno y la percepción, notándose a través de ilusiones, alucinaciones, alucinosis, sinestesia, mejoras en la memoria e imaginación facilitada. Incluye a las subescalas de “imagería compleja”, “imagería elemental”, “sinestesia audiovisual” y “cambio en el significado de preceptos”.
- 4) Alteraciones auditivas.- destacándose las alucinaciones, alucinosis e ilusiones.
- 5) Disminución del estado de alerta.- con mareo, somnolencia y deterioro de la función cognitiva.

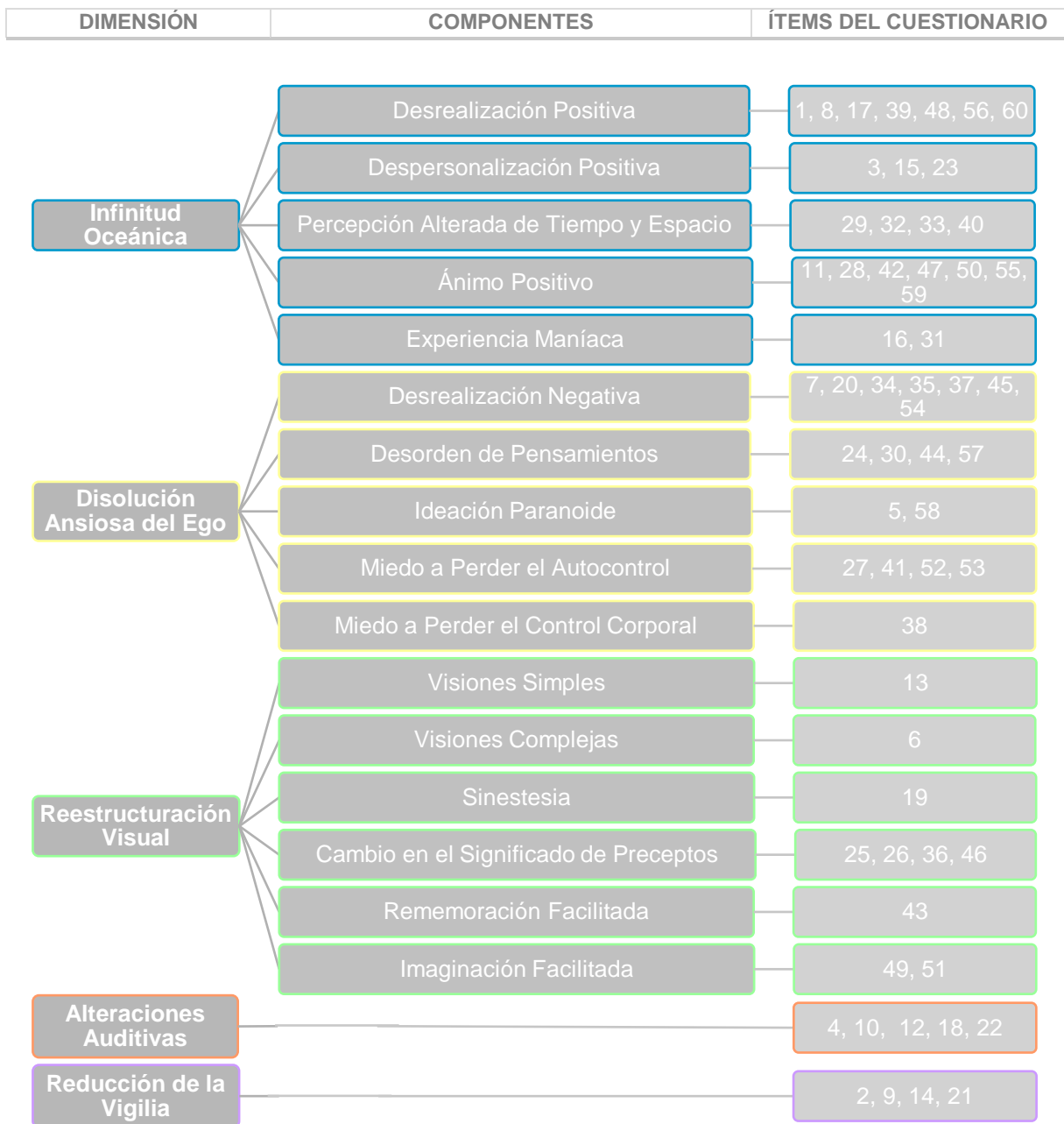
Se decidió usarlo en este estudio con el fin de registrar información sobre la experiencia psiquedélica proporcionada por la toma de ayahuasca, para correlacionar los componentes del estado alterno de conciencia con la autopercepción de salud. Se añade también, un nivel de intensidad psiquedélica que permitirá entender el impacto subjetivo de la ayahuasca en distintos practicantes. Esta escala está bien validada y es ampliamente usada para caracterizar el efecto subjetivo de varios psicodélicos. Sin embargo, no se ha encontrado una versión estandarizada en español por lo cual la autora de la presente investigación ha traducido y adaptado esta prueba para que sea aplicable en poblaciones ecuatorianas. Algunas de las preguntas de la versión original no poseían traducción directa al español o se

volvían repetitivas, por lo cual fueron agrupadas sin perder su sentido global. Así también, en la versión original no se presenta una puntuación por ítem y una final estandarizada, que aquí sí se propone para generar un mayor entendimiento sobre la perspectiva general de la experiencia.

Tras las modificaciones realizadas en esta escala, se obtiene los siguientes ítems agrupados en 5 dimensiones y 11 subescalas:

Gráfico 5

Dimensiones del 5D – ASC



Elaborado por: Rodríguez (2023) con información de Studerus (2010)

Gráfico 6

Subescalas del 5D – ASC

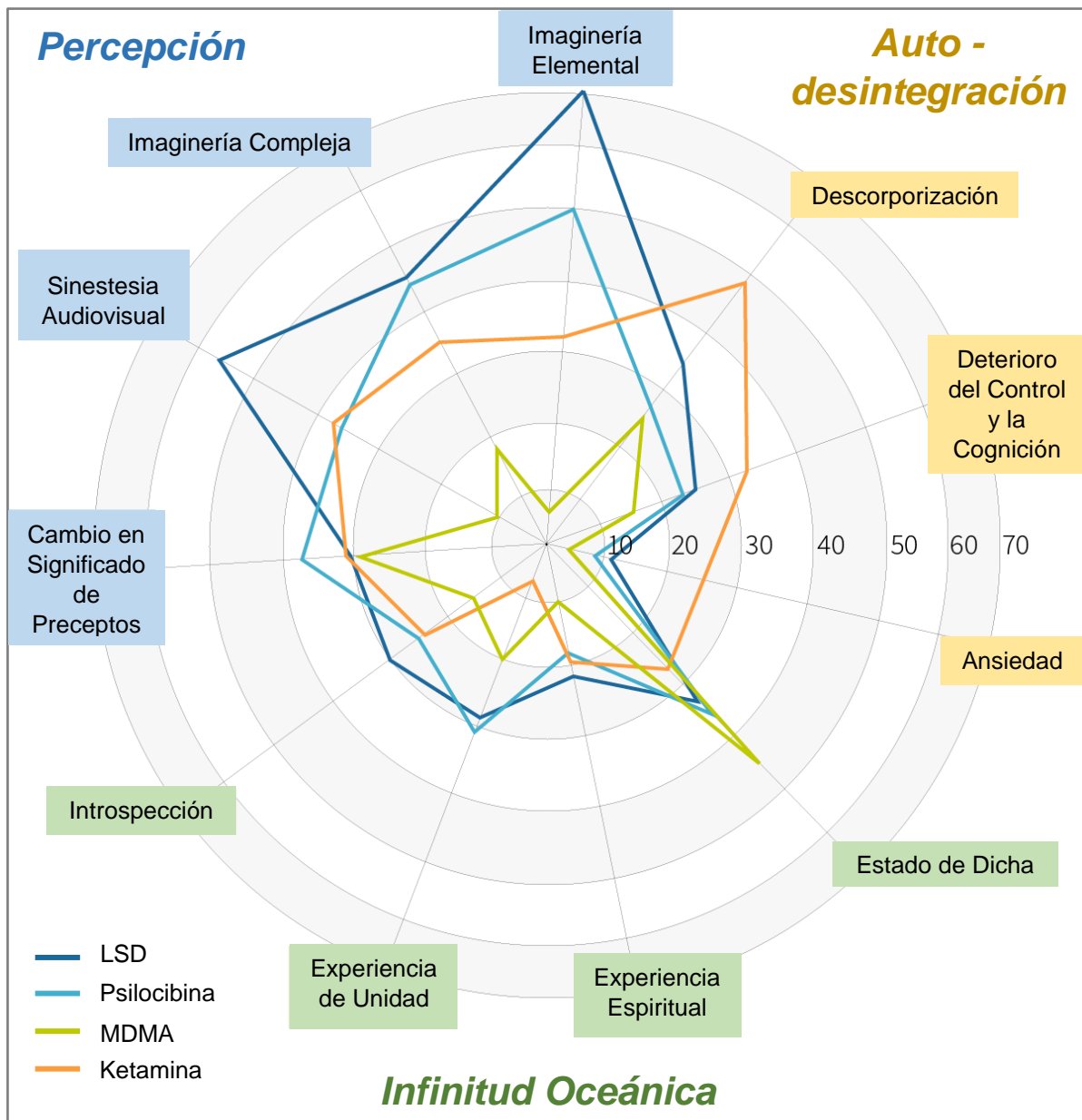
SUBESCALA	ÍTEMS DEL CUESTIONARIO
Experiencia de Unidad	17, 32, 33, 40
Experiencia Espiritual	8, 60
Estado de Dicha	11, 55, 59
Introspección	39, 46, 51
Descorporización	23
Deterioro del Control y la Cognición	7, 24, 30, 38, 44, 45, 52
Ansiedad	20, 27, 34, 35, 37, 58
Imaginería Compleja	13, 49
Imaginería Elemental	
Sinestesia Audiovisual	19
Cambio en Significado de Preceptos	25, 26, 42

Elaborado por: Rodríguez (2023) con información de Studerus (2010)

Cada ítem se puntúa del 0% al 100%, se promedia y se genera un total por subescala y por dimensión. Estos resultados pueden ser representados mediante gráficos, como se muestra a continuación con un ejemplo que permite visualizar algunas dimensiones y subescalas de la experiencia psicodélica producida por LSD, psilocibina, MDMA y ketamina:

Gráfico 7

La Experiencia Psicodélica según el 5D – ASC



Fuente: Rupp (2017)

Traducido por: Rodríguez (2023)

Así mismo, se suma cada ítem y se promedia, obteniendo un equivalente general que evalúa la intensidad subjetiva de los efectos psiquedélicos de la ayahuasca, y puede ser:

Intensidad Subjetiva de los Efectos Psiquedélicos

0% - 17% → ninguno	51% - 69% → moderado
18% - 34% → muy leve	70% - 85% → fuerte
35% - 50% → leve	86% - 100% → extremo

Estas categorías se basan en la clasificación propuesta por Newcombe (1999) para explicar un modelo psiconáutico que explora la conciencia subjetiva de la intensidad de los efectos psiquedélicos producidos por sustancias como la ayahuasca:

- *Sin Cambio* → no hay efecto notable.
- *Muy Leve* → sensaciones inciertas en presencia o ausencia de los efectos.
- *Leve* → efecto notable con duración discernible pero contenido menos claro (con signos fisiológicos).
- *Moderado* → efectos de intensidad media en que el contenido y la duración son claramente perceptibles.
- *Fuerte* → conciencia subjetiva total del efecto en que todas las dimensiones son perceptibles e informables.
- *Extremo* → categoría especial donde se vive un estado mágico o místico (experiencia cumbre).

Tabla 12

Operacionalización de Variables Cuantitativas

VARIABLE	DEFINICIÓN	INDICADOR	INSTRUMENTO
Salud Física	Bienestar del cuerpo y óptimo funcionamiento del organismo de los individuos.	- Excelente - Muy Buena - Buena - Regular - Mala	Cuestionario SF – 36
Salud Mental (Depresión, Ansiedad y Estrés)	Bienestar cognitivo, intelectual y emocional. Ausencia de trastorno mental.	- Leve - Moderado - Severo - Extremadamente Severo	Cuestionario DASS – 21
Grado de Espiritualidad	Condición y naturaleza de lo perteneciente o relativo al espíritu, que está vinculado a una entidad no corpórea, al alma racional, a la virtud que alienta al cuerpo para obrar o al don sobrenatural que Dios concede a ciertas criaturas.	- Bajo - Medio - Alto	Cuestionario SQ
Intensidad Subjetiva de los Efectos Psiquedélicos	Conciencia individual de la intensidad de los efectos psiquedélicos producidos por el consumo de ayahuasca.	- Ninguno - Muy Leve - Leve - Moderado - Fuerte - Extremo	Escala 5D-ASC

Elaborado por: Rodríguez (2023)

3.6.2 Fase Cualitativa: Entrevista/Historia de Vida.

Se seleccionó a aquellos participantes que tuvieron una experiencia psiquedélica remarcable, tomando en cuenta sus antecedentes, sus objetivos al acudir a una ceremonia y su actitud frente a la misma, para entrevistarlos de manera individual y se profundizó en su historia de vida cuando el caso lo ameritaba.

Tabla 13

Operacionalización de Variables Cualitativas

VARIABLE	DEFINICIÓN	INDICADOR	INSTRUMENTO
Autopercepción de Salud	Entendimiento del propio estado de bienestar físico, mental, espiritual y social.	Conciencia sobre el propio estado de salud integral.	Entrevista Semiestructurada e Historia de Vida
Motivación y Objetivos	Actitudes continuadas en el tiempo que buscan satisfacer una necesidad.	Razones y propósitos que motivaron el uso y consumo de ayahuasca.	
Antecedentes de Vida	Relato con los sucesos que vivió la persona a lo largo de su existencia.	Sucesos pasados que condujeron a la toma de ayahuasca.	
Experiencia Psíquedélica	Relato de los sucesos acontecidos durante el tiempo que la persona tuvo un estado alterno de conciencia inducido por ayahuasca.	<ul style="list-style-type: none"> - Alteraciones senso perceptivas - Alteraciones en la autoimagen corporal - Sentimientos de paz y/o bienestar - Numinosidad - Introspección - Reacciones de distrés 	
Cambios Físicos, Psicológicos y Espirituales producidos tras el Consumo de Ayahuasca	Variación de la autopercepción de salud tras la toma de ayahuasca.	<ul style="list-style-type: none"> - Mejora o deterioro del estado físico, mental o espiritual tras el consumo de ayahuasca. - Predisposición hacia la idea de repetir o recomendar. la toma de ayahuasca. 	

Elaborado por: Rodríguez (2023)

3.7 Procedimientos

3.7.1 Recolección de Información.

3.7.1.1 Fase exploratoria mediante observación integrativa de las ceremonias de ayahuasca.

3.7.1.2 Elección de participantes mediante criterios de inclusión y criterios de exclusión.

3.7.1.3 Aplicación de cuestionarios escritos a participantes antes de la ingesta de ayahuasca (*momento 1*).

- 3.7.1.4 Observación participativa de la ingesta de ayahuasca en un entorno ceremonial. La primera toma del brebaje se ofrece aproximadamente a las 22:00 y dos a tres horas más tarde, los participantes pueden solicitar que se les administren cuantos vasos de ayahuasca ellos deseen, hasta las 04:00 o 05:00.
- 3.7.1.5 Aplicación de cuestionarios escritos a participantes, aproximadamente 10 horas después de la primera toma de ayahuasca (*momento 2*).
- 3.7.1.6 Elección de informantes para recolección de historias de vida y entrevistas semiestructuradas.
- 3.7.1.7 Realización de entrevistas a informantes el día siguiente a la toma de ayahuasca, de manera personal con la investigadora. Esto fue grabado en audio, con previo permiso del entrevistado (*momento 3*).
- 3.7.1.8 Realización de historias de vida a informantes, días posteriores a la toma de ayahuasca; contactándolos por medios digitales y telefónicos (*momento 4*).

3.7.2 Análisis de Datos.

Se recopilaron datos de la batería de cuestionarios respondidos por participantes que acudieron a ceremonias de ayahuasca durante los meses de abril a diciembre de 2022 para luego ser expuestos en una hoja electrónica que permitió visualizar los cambios en la salud provocados después del uso y consumo de ayahuasca. Las entrevistas a informantes y las historias de vida fueron transcritas a texto. Al culminar este proceso, se analizaron los datos recolectados.

3.8 Aspectos Bioéticos

La información presentada sobre la organización 'Ayahuasca en Ecuador' fue tomada de su página web y de eventos promocionados en Facebook de manera pública y difundidos abiertamente, por lo cual se puede mostrar en este trabajo con fines ilustrativos. Las fotografías adjuntas en donde se observan rostros, han sido modificadas para respetar la privacidad de los sujetos. Además, se presentan algunas fotografías que fueron autoría de Esteban Yar, fotógrafo que solicitó y autorizó a que se mencionara su nombre dentro del trabajo.

Este estudio involucró la interacción directa con asistentes de ceremonias con "Ayahuasca en Ecuador", por lo cual, antes de la aplicación de cuestionarios se entregó un consentimiento informado que debía ser firmado para que el asistente pudiera participar en la investigación. Se explicó la finalidad de la recolección de información, que fue confidencial y anónima. No existió violación de los derechos humanos de los participantes, sin excepción.

De forma similar, para la realización de entrevistas a los informantes, se solicitó autorización y consentimiento de forma verbal, mismos que quedaron registrados en la grabación de audio.

3.9 Limitantes

Debido a que en ninguna ceremonia son controlables las condiciones del entorno, de los participantes o del brebaje suministrado (ayahuasca), no se pueden realizar conclusiones de correlación mediante dosis exactas de DMT/ β -carbolinas o valoraciones bioquímicas que permitan visualizar de forma objetiva el estado de salud física de los asistentes a la ceremonia. Por otro lado, la salud mental se vio resumida en síntomas de depresión, ansiedad y estrés, dejando de lado otras aristas que determinan también este aspecto de bienestar.

En ciertas ceremonias asistían personas extranjeras que no eran capaces de responder a las evaluaciones debido a la barrera que suponía el idioma. La obtención de respuestas en los cuestionarios post-toma y la realización de entrevistas a informantes resultó dificultosa ya que algunos desistían de participar por diversas causas como el cansancio, necesidad de retirarse del espacio de ceremonia, no tener deseos de escribir en ese momento, entre otras.

Así mismo, este análisis posterior a la toma de ayahuasca se realiza en un plazo temporal muy corto (aproximadamente 10 horas después de la primera ingesta de ayahuasca), no permitiendo que los asistentes de la ceremonia realicen su proceso individual de integración de la experiencia psicodélica/trascendental/mística, por lo que los resultados en sus cuestionarios solo reflejan un concepto de autopercepción de salud inmediato o a corto plazo, sin capacidad de medir esto cuantitativamente a mediano y largo plazo. Por otro lado, al ser un estudio que abarca varios temas alrededor de la psiconáutica y terapéutica del uso y consumo de ayahuasca, no fue posible generar análisis bivariados y/o más especializados.

Finalmente, en vista de que la autora de esta investigación participaba activamente en la toma de ayahuasca, se presentaron varias ocasiones en las cuales, por motivos personales o laborales, no era capaz de asistir en las fechas asignadas y se alargaba el tiempo de estudio.

Aun habiendo implicado estos limitantes mencionados, ninguno de ellos fue contundente para impedir la realización del presente estudio ni para comprometer los resultados valiosos obtenidos.

CAPÍTULO 3. RESULTADOS.

“Pero el hombre que regresa a través de la Puerta del Muro nunca será el mismo que salió. Será más sabio pero menos seguro, más feliz pero menos satisfecho de sí mismo, más humilde en el reconocimiento de su ignorancia pero mejor equipado para comprender la relación de las palabras con las cosas, del razonamiento sistemático con el insondable Misterio que intenta, siempre en vano, comprender.”

*(Aldous Huxley,
en ‘Las Puertas de la Percepción’, 1954)*

4.1 Análisis Descriptivo de la Población

4.1.1 Variables Sociodemográficas.

El total de personas que participaron en el estudio, fue 128. De estas, 54.7% (n = 70) se identificaron con el género masculino y 45.3% (n = 58), con el género femenino.

Sobre la etnia, un 89.1% (n = 114) se identificaron con la denominación mestiza, 2.3% (n = 3) con la indígena, 2.3% (n = 3) con la blanca, 1.6% (n = 2) con la caucásica, 0.8% (n = 1) con la negra, 0.8% (n = 1) con la mulata y 3.1% (n = 4) no supo con qué término definirse o prefirió no dar una respuesta.

Destaca como rango de edad más frecuente el que va entre los 26 y 35 años con un 34.4% (n = 44), seguido del rango entre 18 y 25 años con 23.4% (n = 30), tras el que se sitúa el rango entre 36 y 45 años con 22.7% (n = 29), posteriormente está el rango entre 46 y 55 años con 15.6% (n = 20), y por último, el rango entre 56 y 65 años con 3.9% (n = 5). No se registraron edades iguales o superiores a los 66 años. El rango mínimo fue de 18 años y el máximo, de 65 años. El promedio de edad fue 34.5 años, la mediana fue 33 años, la media fue 32.8 años y la moda fue 36 años.

En relación con el lugar de nacimiento, un 88.3% (n = 113) refirió ser de Ecuador mientras que un 7.8% (n = 10) de otro país, entre los cuales se encuentran: Estados Unidos (n = 3), España (n = 2), Colombia (n = 1), Brasil (n = 1), Cuba (n = 1), Venezuela (n = 1) y Argentina (n = 1). Un 3.9% (n = 5) no refirió ningún lugar de nacimiento.

En relación con el lugar de residencia, un 94.5% (n = 121) refirió vivir en Ecuador mientras que solo un 0.8% (n = 1) refirió vivir en Argentina. Un 4.7% (n = 6) no refirió ningún lugar de residencia.

Respecto a la ocupación, 75.8% (n = 97) eran trabajadores públicos o privados, mientras que 14.0% (n = 18) eran estudiantes. Un 4.7% (n = 6) tenía otra ocupación como quehaceres domésticos o guardián de la selva. Un 0.8% (n = 1) estudiaba y trabajaba concomitantemente; y 0.8% (n = 1) era jubilado. Un 3.9% (n = 5) no tenía ocupación o prefirió no registrarla.

En el presente estudio, se decidió nombrar a los participantes como “practicantes del uso y consumo de ayahuasca”, diferenciándolos en tres categorías según el número de ingestas que han tenido del brebaje:

- *Practicante Experimental* → ha ingerido ayahuasca por primera vez.
- *Practicante Ocasional* → ha ingerido ayahuasca de 2 a 9 ocasiones.
- *Practicante Habitual* → ha ingerido ayahuasca por 10 o más ocasiones.

Así, 50.8% (n = 65) de los practicantes eran experimentales, 32.0% (n = 41) eran ocasionales y 12.5% (n = 16) eran habituales. Un 4.7% (n = 6) no recordaba cuántas veces ha ingerido ayahuasca o prefirió no registrarlo.

Por otro lado, un 93.0% (n = 119) asistía por primera vez a una ceremonia con la organización “Ayahuasca en Ecuador” mientras que un 7.0% (n = 9) ya había asistido en más de una ocasión con la mencionada agrupación.

Finalmente, se registró un 28.9% (n = 37) de antecedentes patológicos físicos y mentales entre los practicantes. Así mismo, 3.9% (n = 5) de los practicantes refirió utilizar fármacos, mientras que 96.1% (n = 123) no los usaba o prefirió no responder.

A continuación, se muestra una tabla donde se especifican más ampliamente las distintas variables sociodemográficas:

Tabla 14

Variables Sociodemográficas

VARIABLE		FRECUENCIA (n)	PORCENTAJE (%)
Género	Masculino	70	54.7
	Femenino	58	45.3
Etnia	Mestiza	114	89.1
	Indígena	3	2.3
	Blanca	3	2.3
	Caucásica	2	1.6
	Negra	1	0.8
	Mulata	1	0.8
	Ninguna	4	3.1

VARIABLE		FRECUENCIA (n)	PORCENTAJE (%)
	18	6	4.7
	19	4	3.1
	20	4	3.1
	21	3	2.3
	22	3	2.3
	23	1	0.8
	24	6	4.7
	25	3	2.3
	26	4	3.1
	27	5	3.9
	28	6	4.7
	29	5	3.9
	30	3	2.3
	31	1	0.8
	32	6	4.7
	33	5	3.9
	34	4	3.1
	35	5	3.9
	36	7	5.5
	37	6	4.7
	38	2	1.6
	39	0	0.0
	40	0	0.0
	41	2	1.6
	42	6	4.7
	43	1	0.8
	44	4	3.1
	45	1	0.8
	46	0	0.0
	47	3	2.3
	48	5	3.9
	49	1	0.8
	50	1	0.8
	51	6	4.7
	52	2	1.6
	53	1	0.8
	54	1	0.8
	55	0	0.0
	56	0	0.0
	57	2	1.6
	58	0	0.0
	59	0	0.0
	60	2	1.6
	61	0	0.0
	62	0	0.0
	63	0	0.0
	64	0	0.0
	65	1	0.8

**Edad
(años)**

VARIABLE			FRECUENCIA (n)	PORCENTAJE (%)
Lugar de Nacimiento	Ecuador	Quito	73	57.0
		Loja	7	5.5
		Guayaquil	4	3.1
		Latacunga	4	3.1
		Riobamba	5	3.9
		Cuenca	5	3.9
		La Maná	2	1.6
		Santo Domingo de los Tsáchilas	1	0.8
		Tulcán	1	0.8
		Guaranda	1	0.8
		Manabí	1	0.8
		Putumayo	1	0.8
		Ibarra	4	3.1
		Tisaleo	1	0.8
		Ambato	1	0.8
	Pujilí	2	1.6	
	España	Madrid	2	1.6
	Argentina	Buenos Aires	1	0.8
Estados Unidos	Salt Lake City	1	0.8	
	Puerto Rico	2	1.6	
Cuba	La Habana	1	0.8	
Brasil	Brasilia	1	0.8	
Colombia	Bogotá	1	0.8	
	Venezuela	1	0.8	
	No Refiere	5	3.9	
Lugar de Residencia	Ecuador	Quito	104	81.3
		Putumayo	1	0.8
		Ibarra	2	1.6
		Latacunga	3	2.3
		Loja	1	0.8
		Guayaquil	3	2.3
		Pelileo	1	0.8
		Riobamba	1	0.8
		Salinas	2	1.6
		Ambato	1	0.8
Pujilí	2	1.6		
Argentina	Buenos Aires	1	0.8	
	No Refiere	6	4.7	

VARIABLE			FRECUENCIA (n)	PORCENTAJE (%)	
Ocupación	Estudiante		18	14.0	
	Privado	Empleo	7	5.5	
		Docencia	6	4.7	
		Ingeniería	10	7.8	
		Auditoría	3	2.3	
		Laboratorio	1	0.8	
		Clínico			
		Comisionista	1	0.8	
		Conducción	1	0.8	
		Talento Humano	1	0.8	
		Guardianía	1	0.8	
		Construcción	1	0.8	
		Pilotaje	2	1.6	
		Visita Médica	1	0.8	
		Contabilidad	1	0.8	
		Programación	1	0.8	
		Público	Servicio	9	7.0
			Análisis	1	0.8
	Secretaría		2	1.6	
	Gerencia		1	0.8	
	Administración		1	0.8	
	Medicina		4	3.1	
	Enfermería		1	0.8	
	Fisioterapia		1	0.8	
	Independiente	Comercio	6	4.7	
		Abogacía	5	3.9	
		Empleo Doméstico	1	0.8	
		Arte	1	0.8	
		Psicología	4	3.1	
		Gastronomía	3	2.3	
		Terapia Holística	4	3.1	
		Sastrería	1	0.8	
		Soldadura	1	0.8	
		Mecánica	2	1.6	
		Cosmiatría	1	0.8	
		Tatuaje	2	1.6	
		Asesoría de Imagen	1	0.8	
		Producción	1	0.8	
Agricultura		1	0.8		
Emprendimiento		2	1.6		
o		3	2.3		
Diseño		1	0.8		
Nutrición					
Otra		Guardián de la Selva	1	0.8	
	Quehaceres Domésticos	5	3.9		

VARIABLE			FRECUENCIA (n)	PORCENTAJE (%)	
		Estudiante y Trabajador	1	0.8	
		Jubilado	1	0.8	
		Ninguna	5	3.9	
Tipo de Practicante		Experimental	65	50.8	
		Ocasional	41	32.0	
		Habitual	16	12.5	
		No Refiere	6	4.7	
Asistencia a Ceremonia		1	119	93.0	
		2 o más	9	7.0	
Antecedente Patológico	Sí	Físico	Cáncer	1	0.8
			Hipotiroidismo	9	7.0
			Sobrepeso	5	3.9
			Mioma Uterino	1	0.8
			Poliglobulia	1	0.8
			Hipertensión Arterial	2	1.6
			Diabetes	1	0.8
	Mental	Ansiedad	5	3.9	
		Depresión	7	5.5	
		Trastorno por Déficit de Atención	3	2.3	
Otro	Trastorno Obsesivo Compulsivo	1	0.8		
	No Refiere	91	71.0		
Uso de Fármacos	Sí	Anticonceptivos	1	0.8	
		Vitaminas	2	1.6	
		Levotiroxina	1	0.8	
		Antihipertensivos	1	0.8	
		No Refiere	123	96.1	

Elaborado por: Rodríguez (2022)

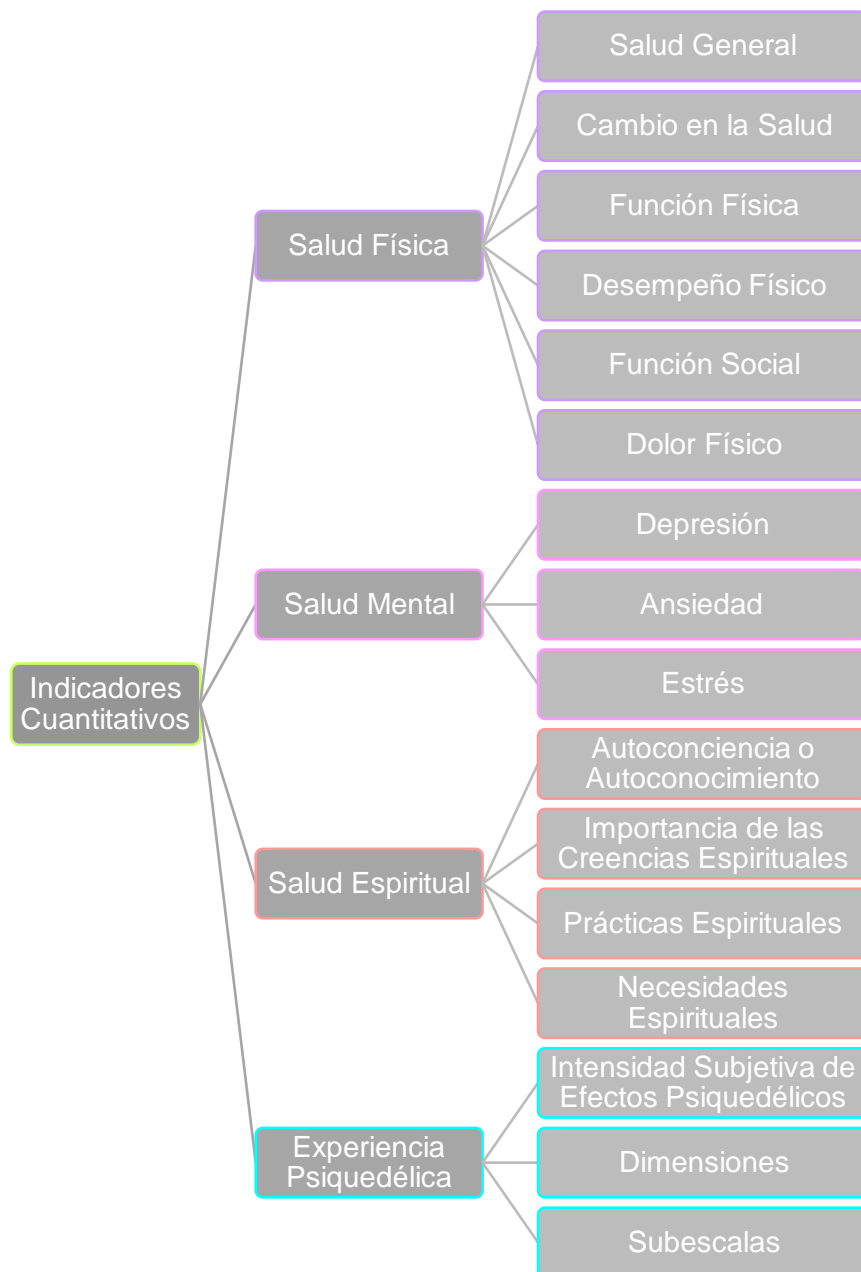
4.2 Análisis Cuantitativo

Para esta fase, se emplearon cuestionarios antes y después de la toma de ayahuasca en los 128 participantes del estudio para medir su salud física, su salud mental (mostrando niveles de depresión, ansiedad y estrés), su salud espiritual y los componentes de su experiencia psiquedélica.

4.2.1 Indicadores Cuantitativos.

Gráfico 8

Indicadores Cuantitativos



Elaborado por: Rodríguez (2023)

4.2.2 Terapéutica.

4.2.2.1 Salud Física.

Se aplicó el cuestionario SF – 36, con el cual se obtuvieron los siguientes resultados previos a la ingesta de ayahuasca:

Tabla 15

Estado de Salud General Previo

ÍTEM DEL CUESTIONARIO	RESPUESTAS	FRECUENCIA (N)	PORCENTAJE (%)
<i>En general, ¿usted diría que su salud es...?</i>	Excelente	27	21.1
	Muy buena	44	34.4
	Buena	51	39.8
	Regular	5	3.9
	Mala	1	0.8
<i>Me parece que me enfermo más fácilmente que otras personas</i>	Totalmente falsa	64	50.0
	Bastante falsa	30	23.4
	No sé	22	17.2
	Bastante cierta	7	5.5
	Totalmente cierta	5	3.9
<i>Estoy tan sano/a como cualquiera</i>	Totalmente cierta	46	35.9
	Bastante cierta	39	30.5
	No sé	33	25.8
	Bastante falsa	6	4.7
	Totalmente falsa	4	3.1
<i>Creo que mi salud va a empeorar</i>	Totalmente falsa	70	54.7
	Bastante falsa	22	17.2
	No sé	24	18.8
	Bastante cierta	9	7.0
	Totalmente cierta	3	2.3
<i>Mi salud es excelente</i>	Totalmente cierta	40	31.3
	Bastante cierta	46	35.9
	No sé	30	23.4
	Bastante falsa	8	6.3
	Totalmente falsa	4	3.1

Elaborado por: Rodríguez (2023)

Un 39.8% (n = 51) de practicantes afirmó que su estado de salud en general, era bueno. A un 50.0% (n = 64) le pareció totalmente falsa la declaración “me enfermo más fácilmente que otras personas”. Un 35.9% (n = 46) dijo que es totalmente cierto que se encuentra tan sano/a como cualquiera. Un 54.7% (n = 70) pensó que es totalmente falso que su salud vaya a empeorar. Y un 35.9% (n = 46) registró que es bastante cierto que su salud es excelente.

Tabla 16

Estado de Salud Actual comparado con el de Hace un Año

ÍTEM DEL CUESTIONARIO	RESPUESTAS	FRECUENCIA (N)	PORCENTAJE (%)
<i>¿Cómo calificaría usted su estado general de salud actual, comparado con el de hace un año?</i>	Mucho mejor ahora que hace un año	46	35.9
	Algo mejor ahora que hace un año	30	23.4
	Más o menos igual ahora que hace un año	38	29.7
	Algo peor ahora que hace un año	11	8.6
	Mucho peor ahora que hace un año	3	2.3

Elaborado por: Rodríguez (2023)

La mayoría de los participantes (69.3%, n = 76) afirmó que su estado de salud actual era mejor que el que presentaban hace un año, mientras que el 30.7% (n = 52) reportó que su estado de salud actual era más o menos igual o peor que el que presentaban hace un año.

Tabla 17

Función Física

ÍTEM DEL CUESTIONARIO	RESPUESTAS	FRECUENCIA (N)	PORCENTAJE (%)
<i>¿Su estado de salud actual lo/la limita en sus actividades? Si es así, ¿cuánto?</i>	Me limita mucho	0	0.0
	Me limita poco	8	6.3
	No me limita para nada	120	93.8

Elaborado por: Rodríguez (2023)

La función física de la mayoría de los participantes (93.8%, n = 120) no se encontraba limitada para la realización de actividades de gran intensidad (correr, levantar objetos pesados, participar en deportes agotadores), de moderada intensidad (mover una mesa, trapear, lavar, montar bicicleta) ni de leve intensidad (bañarse o vestirse).

Tabla 18

Desempeño Físico

ÍTEM DEL CUESTIONARIO	RESPUESTAS	FRECUENCIA (N)	PORCENTAJE (%)
<i>Durante el último mes, ¿ha tenido usted algún problema con su trabajo u otras actividades diarias normales a causa de su salud física?</i>	Sí	46	35.9
	No	82	64.1

Elaborado por: Rodríguez (2023)

Un 64.1% (n = 82) de los participantes no refirió haber presentado problemas laborales o en sus actividades diarias a causa de su salud durante el último mes, evidenciándose un adecuado desempeño físico.

Tabla 19

Función Social

ÍTEM DEL CUESTIONARIO	RESPUESTAS	FRECUENCIA (N)	PORCENTAJE (%)
<i>Durante el último mes, ¿en qué medida su salud física ha dificultado sus actividades sociales normales con su familia, amigos, vecinos u otras personas?</i>	Nada en absoluto	69	53.9
	Ligeramente	37	28.9
	Moderadamente	15	11.7
	Bastante	7	5.5
	Extremadamente	0	0.0

Elaborado por: Rodríguez (2023)

Un 53.9% (n = 69), siendo mayoría, refirió que durante el último mes su salud física no le ha dificultado para nada la realización de actividades sociales.

Tabla 20

Dolor Corporal Previo

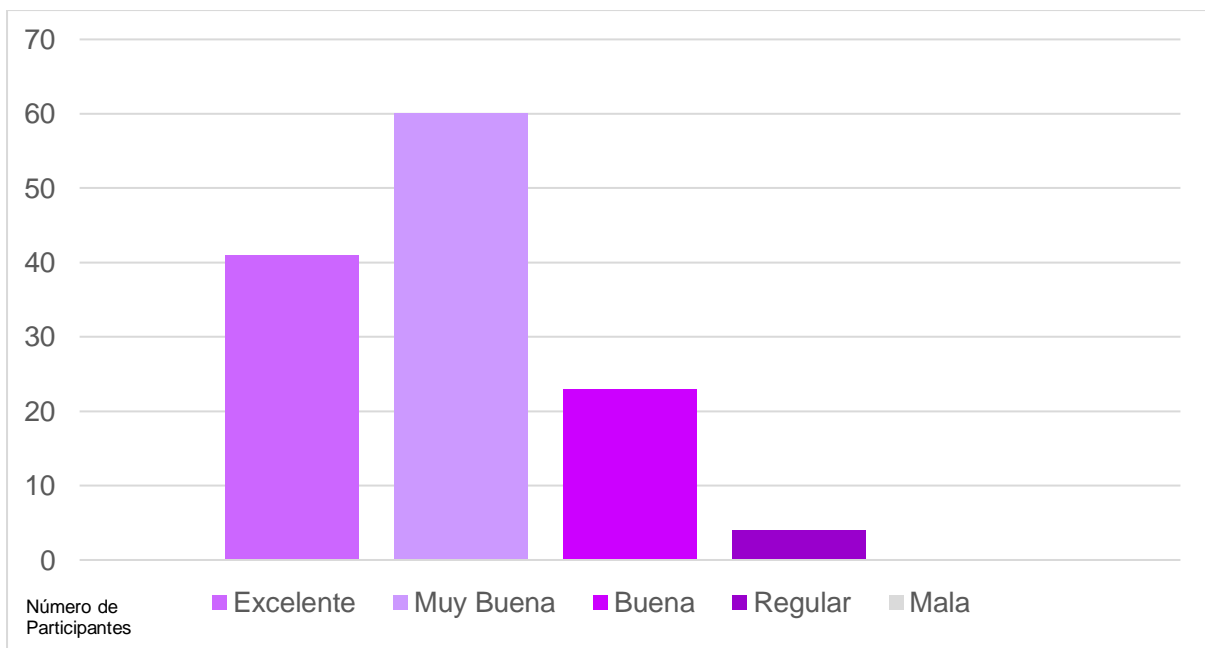
ÍTEM DEL CUESTIONARIO	RESPUESTAS	FRECUENCIA (N)	PORCENTAJE (%)
<i>¿Cuánto dolor físico ha tenido usted durante el último mes?</i>	Ninguno	30	23.4
	Muy poco	53	41.4
	Poco	18	14.1
	Moderado	20	15.6
	Mucho	7	5.5
	Muchísimo	0	0.0
<i>Durante el último mes, ¿cuánto ha dificultado el dolor su trabajo normal?</i>	Nada en absoluto	65	50.8
	Un poco	47	36.7
	Moderadamente	10	7.8
	Bastante	6	4.7
	Extremadamente	0	0.0

Elaborado por: Rodríguez (2023)

Un 41.4% (n = 53) refirió que durante el último mes, había sentido muy poco dolor corporal, mientras que un 35.2% (n = 45) había sentido grados variables de dolor que iban desde “poco” a “mucho”. Sin embargo, un 50.8% (n = 65) no vio dificultado su trabajo (ya sea fuera del hogar o dentro) debido al dolor.

Gráfico 9

Salud Física Previa



Elaborado por: Rodríguez (2023)

Por último, en el gráfico se muestra la autopercepción final sobre salud física en todos los participantes del estudio, previa a la toma de ayahuasca. Un 32.0% (n = 32) declara que su salud física es excelente, un 46.9% (n = 60) que es muy buena, un 18.0% (n = 23) que es buena, un 3.1% (n = 4) que es regular y 0% (n = 0) que es mala.

De esta forma, es notable que los asistentes a ceremonias de ayahuasca, en su mayoría, tienen una salud física muy buena. Esto podría deberse a que, conociendo que tras la ingesta del brebaje podrían experimentar un proceso purgativo corporal, eligen acudir a ceremonias de ayahuasca cuando se sienten físicamente aptos para encaminarse en aquel proceso.

Tras la ingesta de ayahuasca, se pudieron observar algunos cambios en el estado de salud general y el dolor corporal. No se evaluó función física, desempeño físico ni función social posteriores ya que no era medible en las condiciones ambientales de la ceremonia:

Tabla 21

Estado de Salud General Posterior

ÍTEM DEL CUESTIONARIO	RESPUESTAS	FRECUENCIA (N)	PORCENTAJE (%)
<i>En general, ¿usted diría que su salud es...?</i>	Excelente	44	34.4
	Muy buena	52	40.6
	Buena	27	21.1
	Regular	4	3.1
	Mala	1	0.8
<i>Me parece que me enfermo más fácilmente que otras personas</i>	Totalmente falsa	86	67.2
	Bastante falsa	19	14.8
	No sé	14	10.9
	Bastante cierta	4	3.1
	Totalmente cierta	5	3.9
<i>Estoy tan sano/a como cualquiera</i>	Totalmente cierta	72	56.3
	Bastante cierta	31	24.2
	No sé	14	10.9
	Bastante falsa	3	2.3
	Totalmente falsa	8	6.3
<i>Creo que mi salud va a empeorar</i>	Totalmente falsa	96	75.0
	Bastante falsa	12	9.4
	No sé	10	7.8
	Bastante cierta	4	3.1
	Totalmente cierta	6	4.7
<i>Mi salud es excelente</i>	Totalmente cierta	69	53.9
	Bastante cierta	38	29.7
	No sé	16	12.5
	Bastante falsa	2	1.6
	Totalmente falsa	3	2.3

Elaborado por: Rodríguez (2023)

Un 40.6% (n = 52) de practicantes afirmó que su estado de salud en general, es muy bueno, a diferencia de antes de ingerir ayahuasca donde la mayoría refería que su estado de salud era solo bueno. A un 67.2% (n = 86) le pareció totalmente falsa la declaración “me enfermo más fácilmente que otras personas”. Un 56.3% (n = 86) dijo que es totalmente cierto que se encuentra tan sano/a como cualquiera; siendo casi el doble de participantes que quienes lo declararon así previo a la ceremonia. Un 75.0% (n = 96) pensó que es totalmente falso que su salud vaya a empeorar. Y un 53.9% (n = 69) registró que es totalmente cierto que su salud es excelente, siendo este resultado distinto al que se consiguió en el cuestionario anterior.

Tabla 22

Estado de Salud Posterior comparado con el del Día Previo

ÍTEM DEL CUESTIONARIO	RESPUESTAS	FRECUENCIA (N)	PORCENTAJE (%)
¿Cómo calificaría usted su estado general de salud actual, comparado con el de ayer?	Mucho mejor hoy que ayer	85	66.4
	Algo mejor hoy que ayer	23	18.0
	Más o menos igual hoy que ayer	18	14.1
	Algo peor hoy que ayer	1	0.8
	Mucho peor hoy que ayer	1	0.8

Elaborado por: Rodríguez (2023)

Un 66.4% (n = 85) de los participantes afirmó que su estado de salud física después de tomar ayahuasca, fue mucho mejor que con el que llegaron el día previo.

Tabla 23

Dolor Corporal Posterior

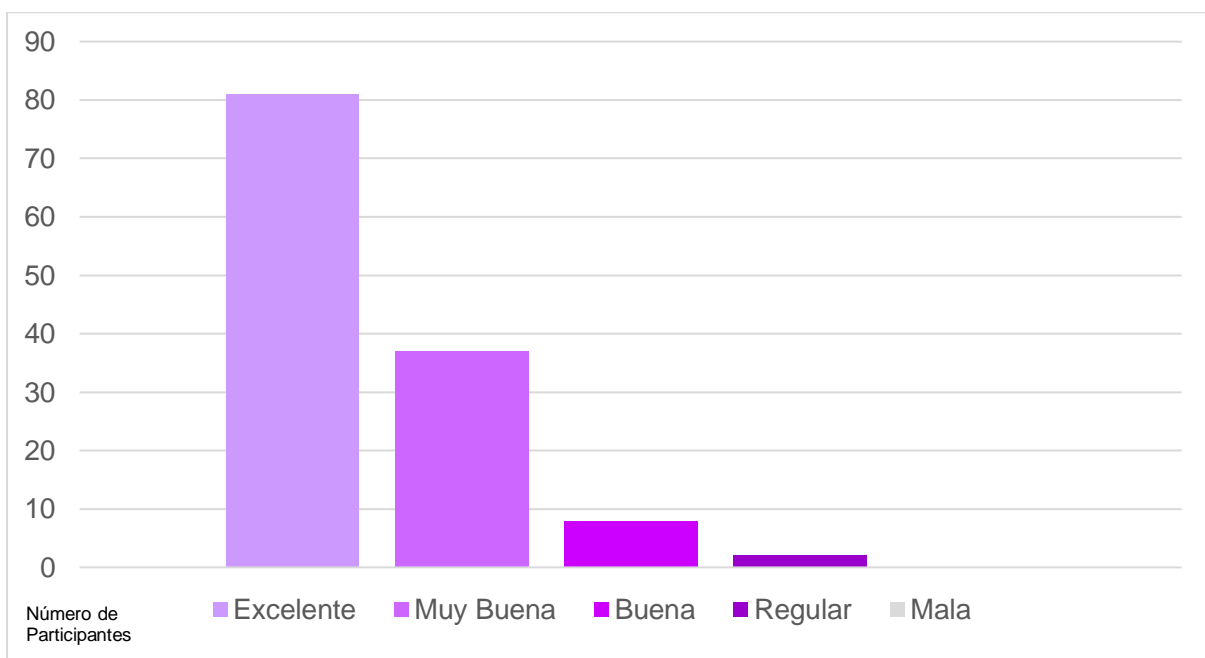
ÍTEM DEL CUESTIONARIO	RESPUESTAS	FRECUENCIA (N)	PORCENTAJE (%)
<i>¿Cuánto dolor físico siente usted hoy?</i>	Ninguno	72	56.3
	Muy poco	32	25.0
	Poco	10	7.8
	Moderado	11	8.6
	Mucho	2	1.6
	Muchísimo	1	0.8
<i>¿Cuánto le ha dificultado el dolor sus actividades desde la noche de ayer hasta este momento?</i>	Nada en absoluto	87	68.0
	Un poco	23	18.0
	Moderadamente	7	5.5
	Bastante	5	3.9
	Extremadamente	6	4.7

Elaborado por: Rodríguez (2023)

Un 56.3% (n = 72) refirió que no sentía ningún dolor corporal tras tomar ayahuasca, y un 68.0% (n = 87) indicó que no tuvo ninguna dificultad en sus actividades dentro de la ceremonia debido al dolor.

Gráfico 10

Salud Física Posterior



Elaborado por: Rodríguez (2023)

En el gráfico se muestra la autopercepción final sobre salud física en todos los participantes del estudio, posterior a la toma de ayahuasca. Un 63.3% (n = 81) declaró que su salud física es excelente, un 28.9% (n = 37) que es muy buena, un 6.3% (n = 8) que es buena, un 1.6% (n = 2) que es regular y se mantuvo un 0% (n = 0) con mala.

Se evidencia así, que el uso y consumo de ayahuasca genera un cambio a corto plazo en la salud física de los practicantes, produciendo una mejora casi inmediata en más de la mitad de todos los participantes del estudio.

4.2.2.2 Salud Mental.

Se aplicó el cuestionario DASS – 21 para evaluar los niveles previos a la ceremonia, de depresión, ansiedad y estrés, con lo siguientes resultados:

Tabla 24

Depresión, Ansiedad y Estrés Previos

SUBESCALA	SINTOMATOLOGÍA	FRECUENCIA (N)	PORCENTAJE (%)
Depresión	Nula	62	48.4
	Leve	17	13.3
	Moderada	29	22.7
	Severa	9	7.0
	Extrema	11	8.6
Ansiedad	Nula	61	47.7
	Leve	8	6.3
	Moderada	29	22.7
	Severa	12	9.4
	Extrema	18	14.1
Estrés	Nula	60	46.9
	Leve	19	14.8
	Moderada	19	14.8
	Severa	22	17.2
	Extrema	8	6.3

Elaborado por: Rodríguez (2023)

La mayoría de los practicantes acudió con algún grado de sintomatología depresiva, ansiosa o de estrés, con un 51.6% (n = 66), 52.3% (n = 67) y 53.1% (n = 68) respectivamente. Destacan el nivel de depresión y ansiedad moderadas, ambas con un 22.7% (n = 29) y el nivel de estrés severo con un 17.2% (n = 22).

Tabla 25

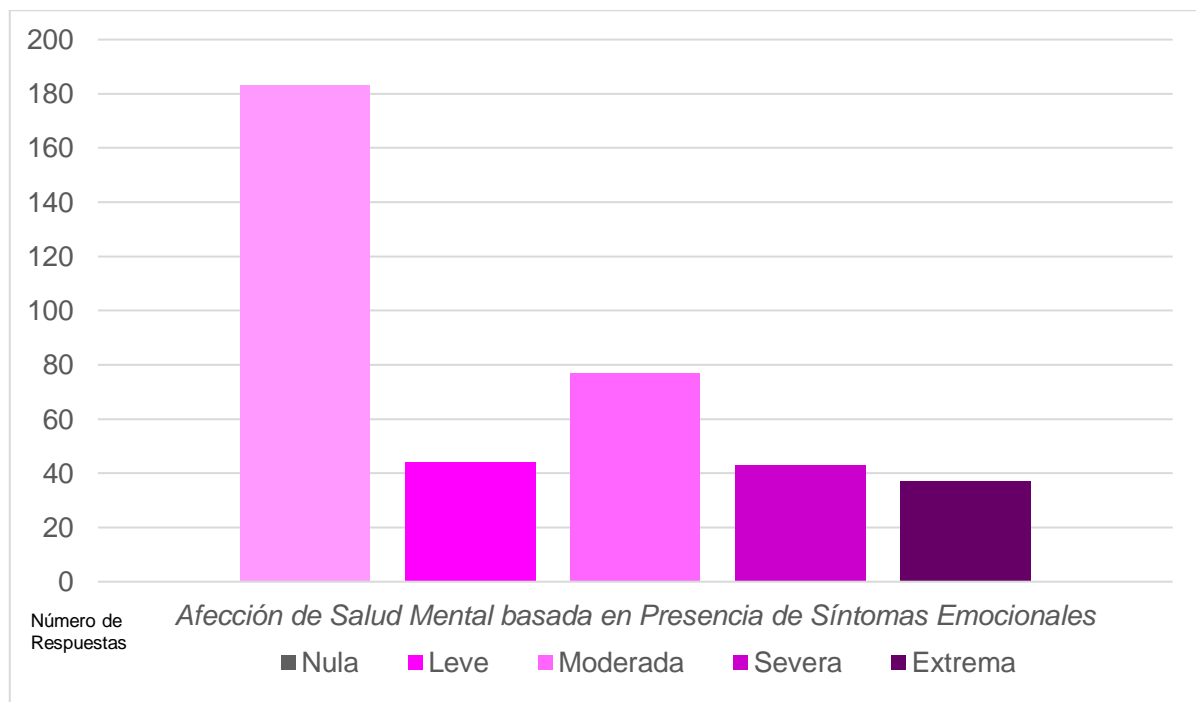
Salud Mental Previa

INDICADOR GENERAL	AFECCIÓN DE SALUD MENTAL	FRECUENCIA (N)	PORCENTAJE (%)
Síntomas Emocionales	Nula	183	47.7
	Leve	44	11.5
	Moderada	77	20.1
	Severa	43	11.2
	Extrema	37	9.6

Elaborado por: Rodríguez (2023)

Gráfico 11

Salud Mental Previa



Elaborado por: Rodríguez (2023)

Al sumar cada subescala, se obtiene un indicador general de salud mental basada en síntomas emocionales, a partir del cual se observa que un 52.3% (n = 201) de las respuestas obtenidas indican que la mayoría de los participantes del estudio acuden a ceremonias de ayahuasca con una salud mental comprometida en grados variables. Así, la afección a la salud mental previa en general, podría describirse como moderada.

Tras la ingesta de ayahuasca, se pudieron observar algunos cambios en la salud mental, que se detallan a continuación:

Tabla 26

Depresión, Ansiedad y Estrés Posteriores

SUBESCALA	SINTOMATOLOGÍA	FRECUENCIA (N)	PORCENTAJE (%)
Depresión	Nula	100	78.1
	Leve	9	7.0
	Moderada	10	7.8
	Severa	6	4.7
	Extrema	3	2.3
Ansiedad	Nula	74	57.8
	Leve	8	6.3
	Moderada	25	19.5
	Severa	8	6.3
	Extrema	13	10.2
Estrés	Nula	93	72.7
	Leve	9	7.0
	Moderada	13	10.2
	Severa	10	7.8
	Extrema	3	2.3

Elaborado por: Rodríguez (2023)

Después de ingerir ayahuasca, la sintomatología de depresión, ansiedad y estrés disminuyó notoriamente, con un 78.1% (n = 100), 57.8% (n = 74) y 72.7% (n = 93) respectivamente de síntomas nulos.

Tabla 27

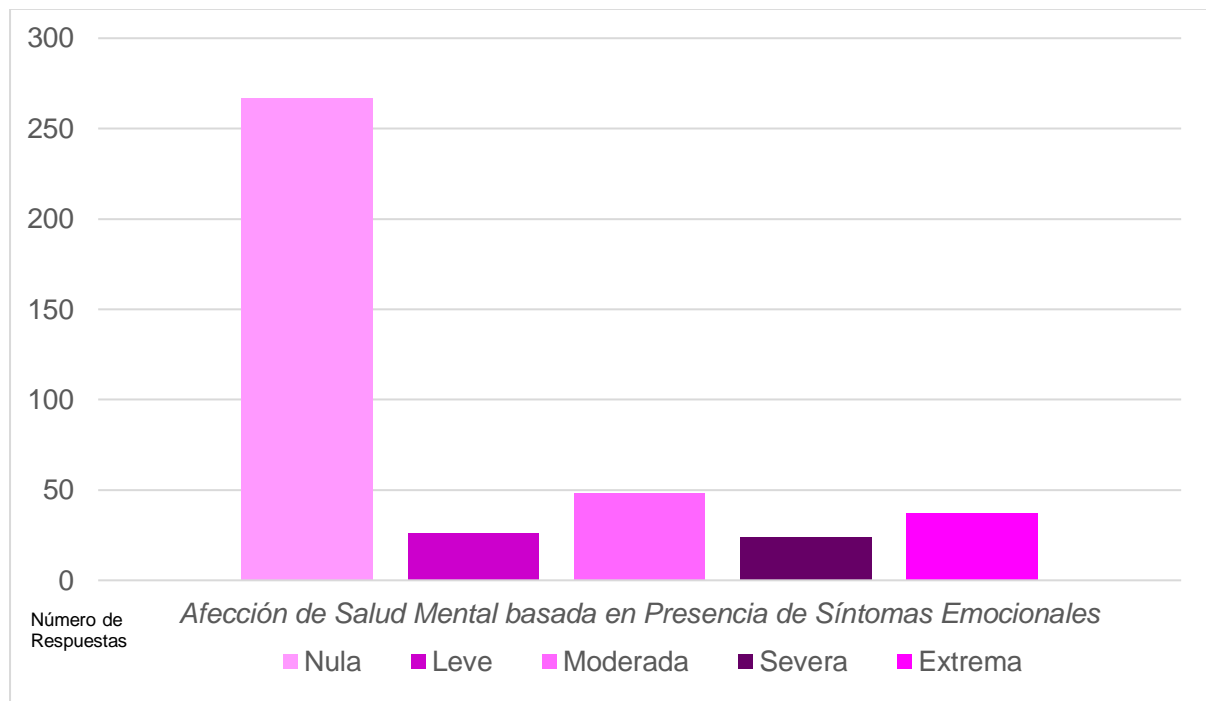
Salud Mental Posterior

INDICADOR GENERAL	AFECCIÓN DE SALUD MENTAL	FRECUENCIA (N)	PORCENTAJE (%)
Síntomas Emocionales	Nula	267	69.5
	Leve	26	6.8
	Moderada	48	12.5
	Severa	24	6.3
	Extrema	19	4.9

Elaborado por: Rodríguez (2023)

Gráfico 12

Salud Mental Posterior



Elaborado por: Rodríguez (2023)

El indicador general de salud mental basada en síntomas emocionales, muestra que un 69.5% (n = 267) de las respuestas obtenidas indican que la mayoría de los participantes del estudio tras ingerir ayahuasca, obtienen una salud mental sin afectación.

Se evidencia así, y al igual que se mostró con la salud física, que el uso y consumo de ayahuasca produce un cambio favorable a corto plazo en la salud mental de los practicantes; genera una mejora casi inmediata en los niveles de depresión, ansiedad y estrés de más de la mitad de todos los participantes del estudio.

4.2.2.3 Salud Espiritual.

Se aplicó el cuestionario SQ para evaluar el grado de espiritualidad, que es directamente proporcional a la salud espiritual con la que acudían los participantes a las ceremonias de ayahuasca, obteniéndose los resultados que se describen a continuación:

Tabla 28

Grado de Espiritualidad Previo

SUBESCALA	VALORACIÓN	FRECUENCIA (N)	PORCENTAJE (%)
Autoconsciencia o Autoconocimiento	Nulo	36	2.8
	Bajo	142	11.1
	Moderado	496	38.8
	Alto	606	47.3
Importancia de las Creencias Espirituales	Nula	12	2.3
	Baja	41	8.0
	Moderada	161	31.4
	Alta	298	58.2
Prácticas Espirituales	Nulas	32	4.2
	Bajas	95	12.4
	Moderadas	306	39.8
	Altas	335	43.6
Necesidades Espirituales	Nulas	9	0.8
	Bajas	47	4.1
	Moderadas	357	31.0
	Altas	739	64.1

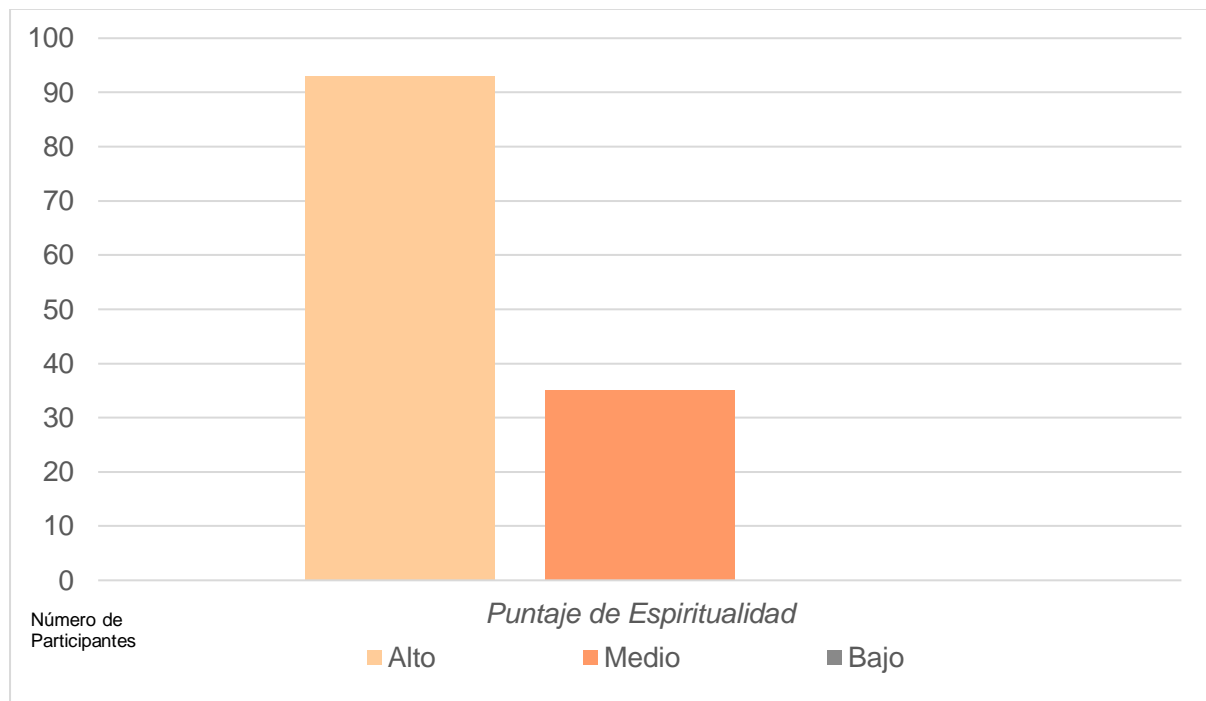
Elaborado por: Rodríguez (2023)

Un 52.7% (n = 674) de las respuestas obtenidas denotan una autoconsciencia o autoconocimiento entre nulo y moderado, destacándose este último con 38.8% (n = 496). Así mismo, un 56.4% (n = 433) de las respuestas refleja nulas a moderadas prácticas espirituales; destacándose el nivel moderado con un 39.8% (n = 306).

Por otro lado, la importancia de las creencias espirituales y las necesidades espirituales son altas, evidenciándose esto con un 58.2% (n = 298) y un 64.1% (n = 739) respectivamente.

Gráfico 13

Salud Espiritual Previa



Elaborado por: Rodríguez (2023)

En el gráfico se muestra el puntaje final de espiritualidad obtenido en los participantes del estudio, a través del cual se puede evidenciar que un 72.7% (n = 93) presentó una alta espiritualidad, traduciéndose en una buena salud espiritual. Un 27.3% tuvo una salud espiritual regular, con un puntaje medio; y ningún participante registró una mala salud espiritual, con 0% (n = 0) en espiritualidad baja.

Tras la ingesta de ayahuasca, se observaron varios cambios en la salud espiritual, como son:

Tabla 29

Grado de Espiritualidad Posterior

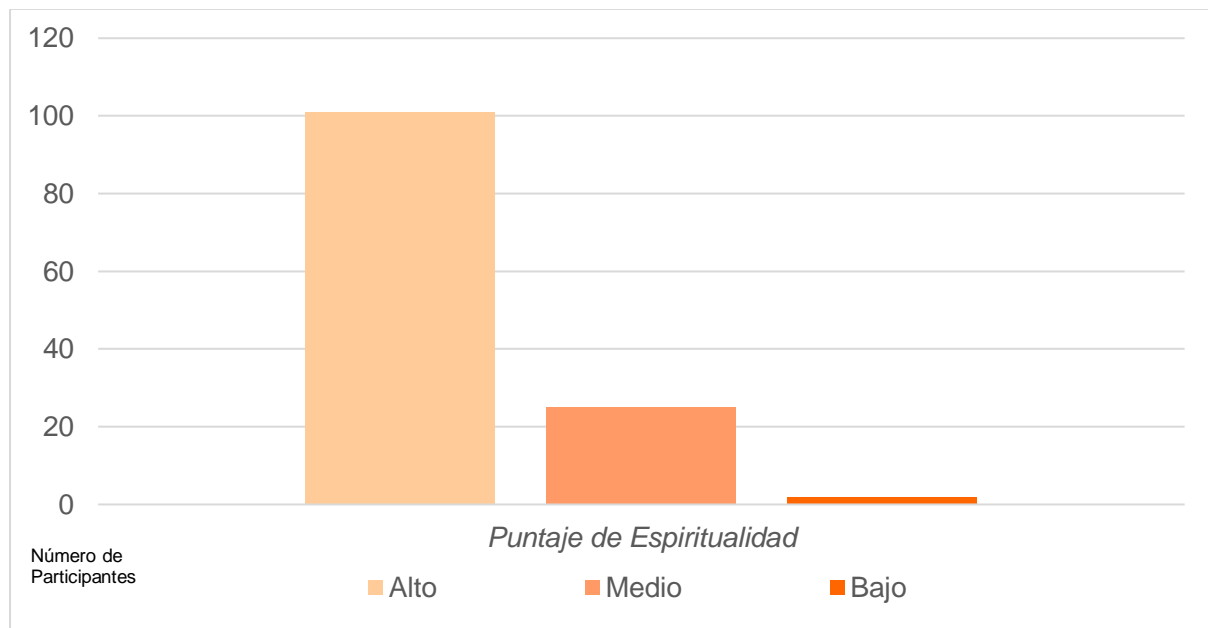
SUBESCALA	VALORACIÓN	FRECUENCIA (N)	PORCENTAJE (%)
<i>Autoconsciencia o Autoconocimiento</i>	Nulo	36	2.8
	Bajo	74	5.8
	Moderado	383	30.2
	Alto	775	61.1
<i>Importancia de las Creencias Espirituales</i>	Nula	20	3.9
	Baja	26	5.1
	Moderada	151	29.7
	Alta	311	61.2
<i>Prácticas Espirituales</i>	Nulas	33	4.3
	Bajas	85	11.2
	Moderadas	258	33.9
	Altas	386	50.7
<i>Necesidades Espirituales</i>	Nulas	30	2.6
	Bajas	53	4.6
	Moderadas	269	23.5
	Altas	791	69.2

Elaborado por: Rodríguez (2023)

Todas las subescalas de espiritualidad presentaron un nivel alto tras la ceremonia, con un 61.1% (n = 775) para autoconsciencia o autoconocimiento, un 61.2% (n = 311) para importancia de creencias espirituales, un 50.7% (n = 386) para prácticas espirituales y un 69.2% (n = 791) para necesidades espirituales.

Gráfico 14

Salud Espiritual Posterior



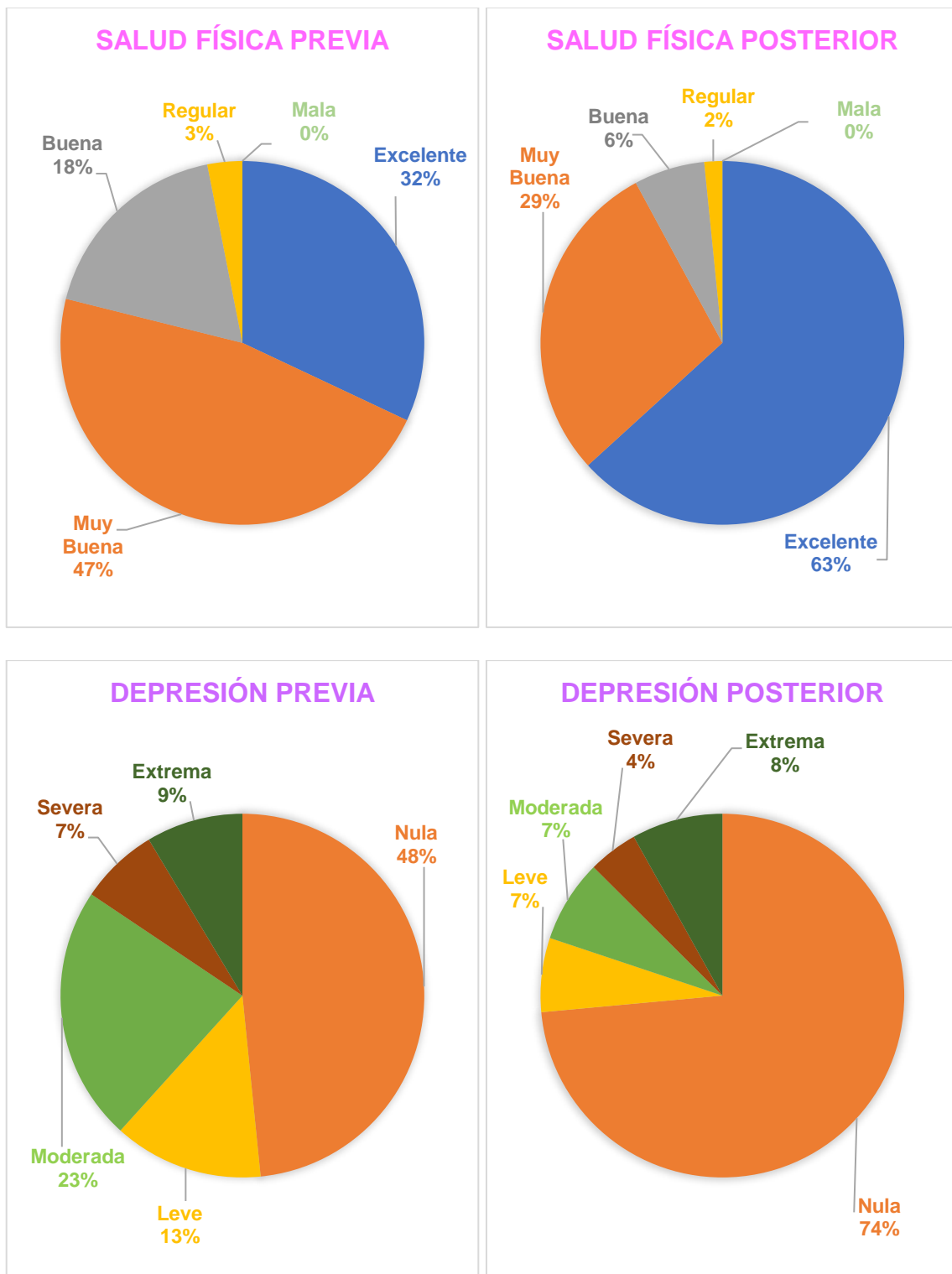
Elaborado por: Rodríguez (2023)

En el gráfico se muestra el puntaje final de espiritualidad obtenido en los participantes del estudio tras la ingesta de ayahuasca, a través del cual se puede evidenciar que un 78.9% (n = 101) presentó una alta espiritualidad, traducándose en una buena salud espiritual. Un 19.5% tuvo una salud espiritual regular, con un puntaje medio; y un 1.6% (n = 2) registró una salud espiritual mala con puntaje bajo, lo que podría deberse a experiencias místicas desafiantes.

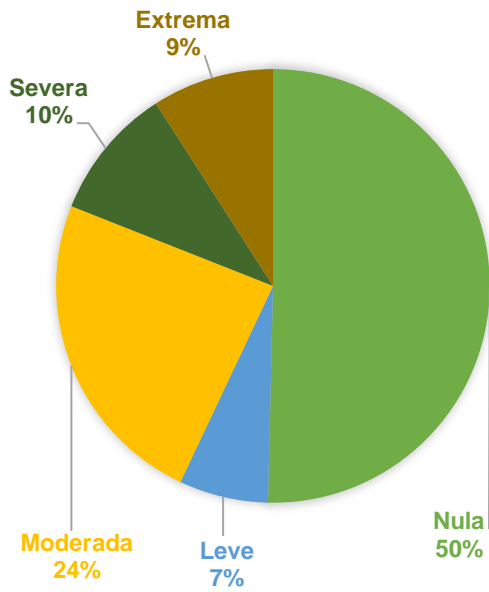
De esta forma se evidencia que, de manera general, la salud espiritual experimenta un incremento favorable leve a corto plazo después de tomar ayahuasca. Sin embargo, es destacable su marcada efectividad al mejorar la autoconsciencia. Estos resultados parecerían explicarse teniendo en cuenta que los practicantes de esta terapéutica alternativa, acuden a ella por su capacidad enteogénica, mística y de conexión espiritual, por lo que su salud en este aspecto ya tiene un antecedente de ser buena y se mantiene así o tiene una mejoría leve posterior a su experiencia.

Gráfico 15

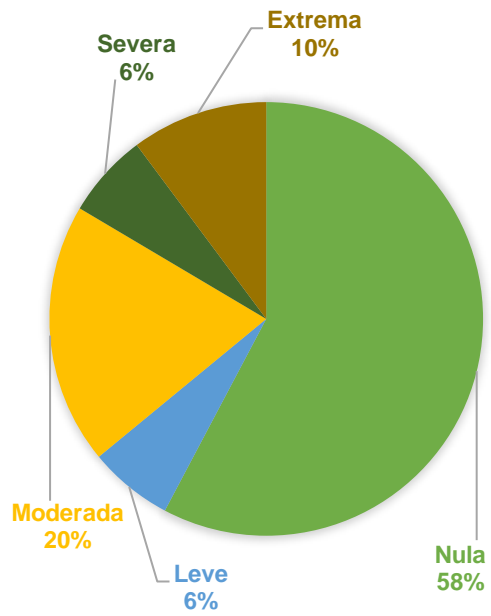
Resumen Comparativo de Salud Física, Mental y Espiritual



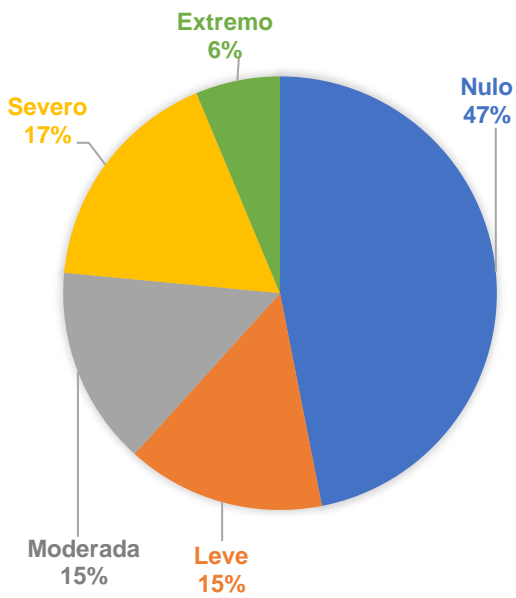
ANSIEDAD PREVIA



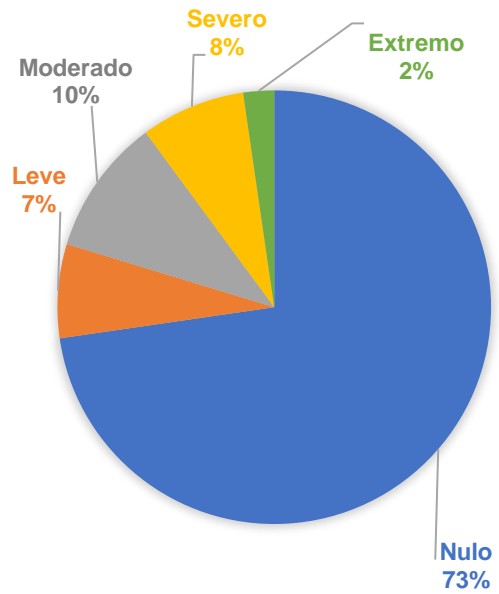
ANSIEDAD POSTERIOR

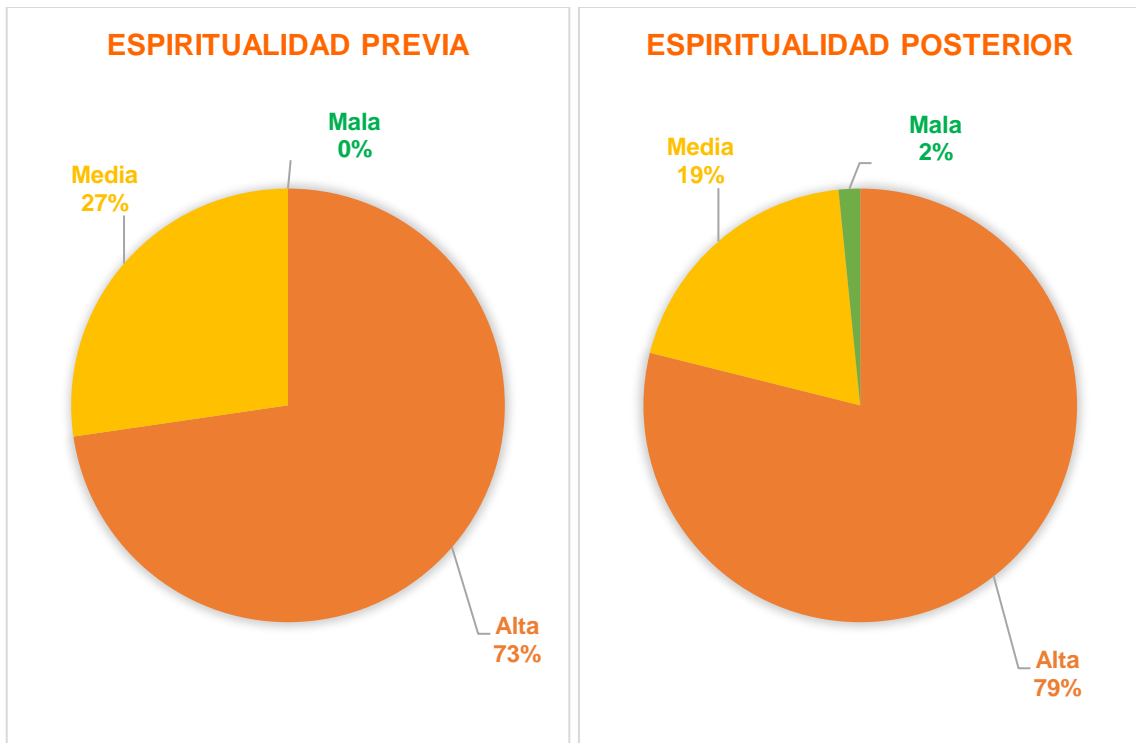


ESTRÉS PREVIO



ESTRÉS POSTERIOR





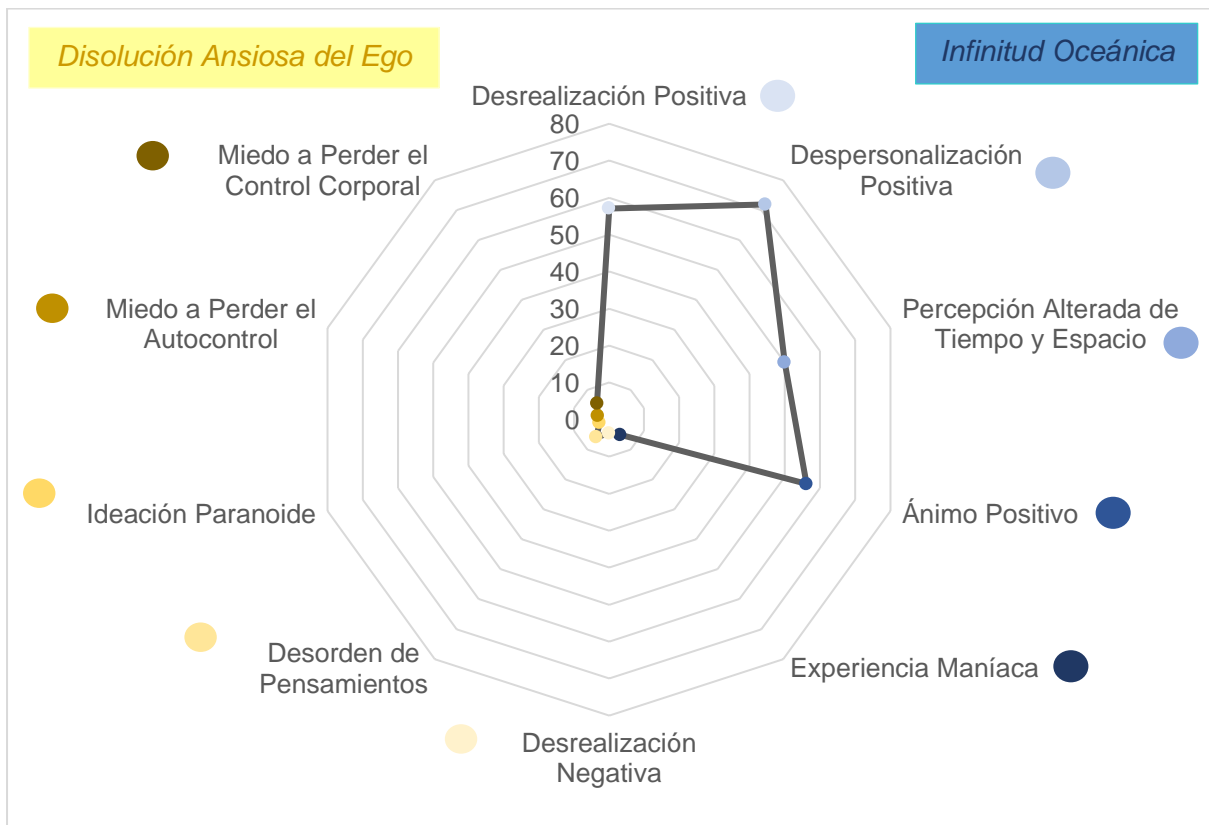
Elaborado por: Rodríguez (2023)

4.2.2.4 Experiencia Psiquedélica.

Se aplicó el cuestionario 5D – ASC para identificar los componentes de la experiencia psiquedélica proporcionada por la ayahuasca posterior a su ingesta, obteniendo los siguientes resultados:

Gráfico 16

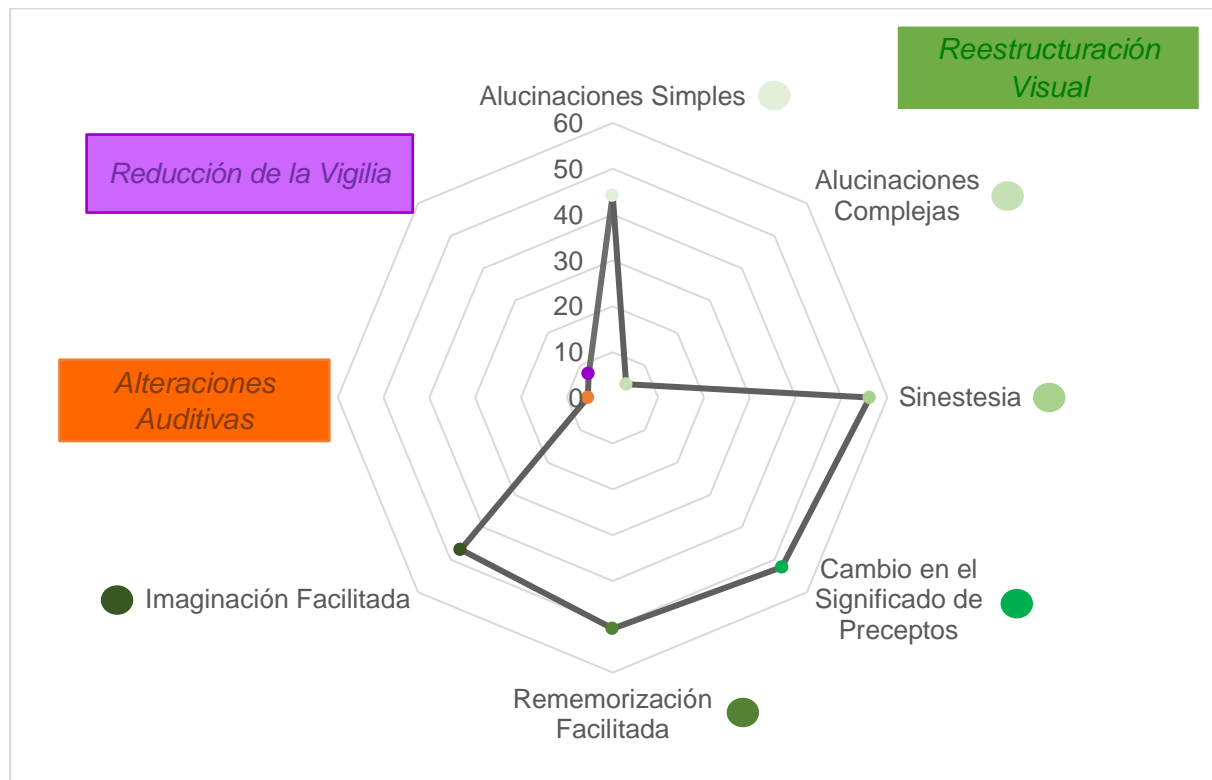
Dimensiones de la Experiencia Psiquedélica Producida por el Consumo de Ayahuasca, Parte I



Elaborado por: Rodríguez (2023)

Gráfico 17

Dimensiones de la Experiencia Psicodélica Producida por el Consumo de Ayahuasca, Parte II

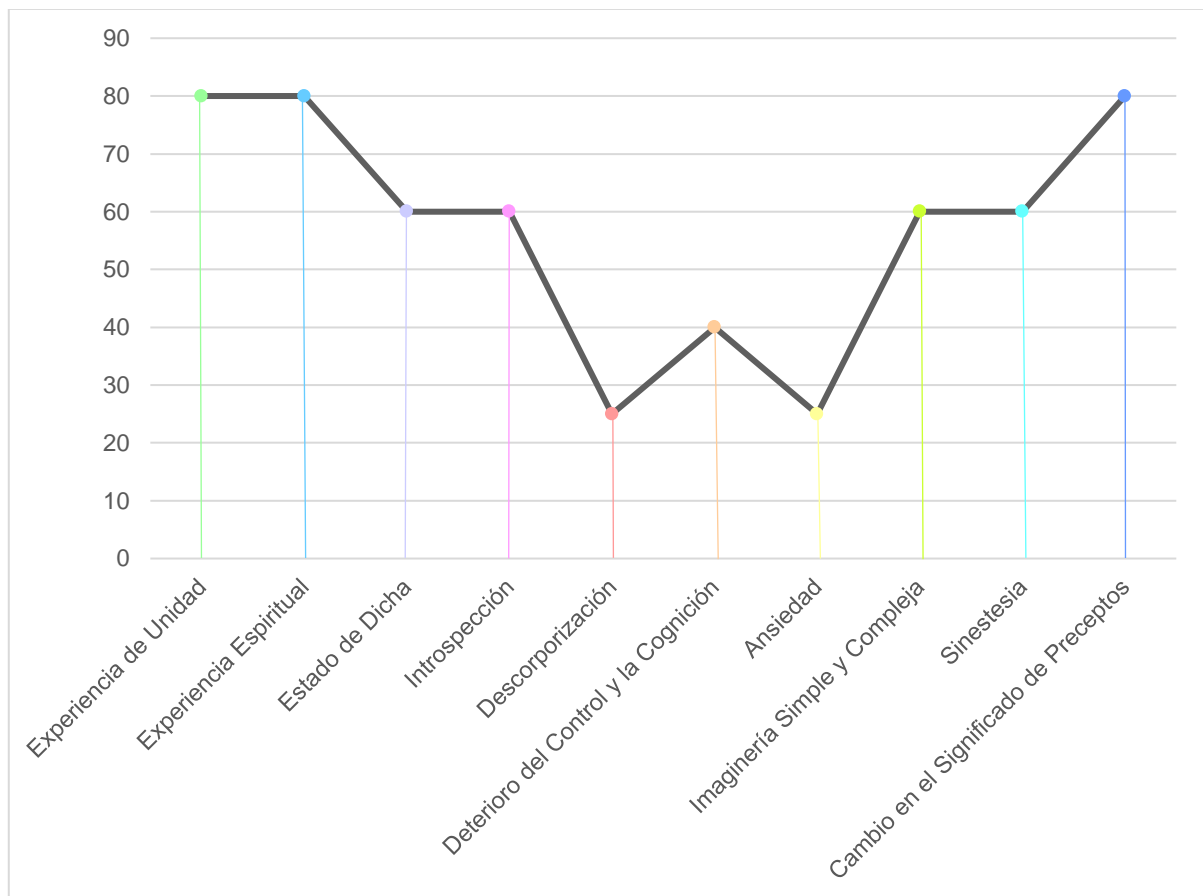


Elaborado por: Rodríguez (2023)

Los puntajes obtenidos para las dimensiones de la experiencia psicodélica obtenida con el consumo de ayahuasca son mayores para infinitud oceánica con un promedio de 48/100 y reestructuración visual con un promedio de 42/100. Se obtuvo un 4/100 en disolución ansiosa del ego, un 5/100 en alteraciones auditivas y un 7/100 en reducción de la vigilia. Así, se infiere que la ayahuasca produce una experiencia psicodélica armoniosa caracterizada mayormente por desrealización y despersonalización positivas, ánimo positivo, percepción temporoespacial alterada, imagería simple, sinestesia, cambio en el significado de preceptos y rememoración e imaginación facilitadas. Es infrecuente que ocurran otros fenómenos como experiencia maníaca, desrealización negativa, desorden de pensamientos, ideación paranoide, miedo a perder el autocontrol y el control corporal, alucinaciones complejas, alteraciones auditivas y reducción de la vigilia.

Gráfico 18

Subescalas de la Experiencia Psiquedélica Producida por el Consumo de Ayahuasca



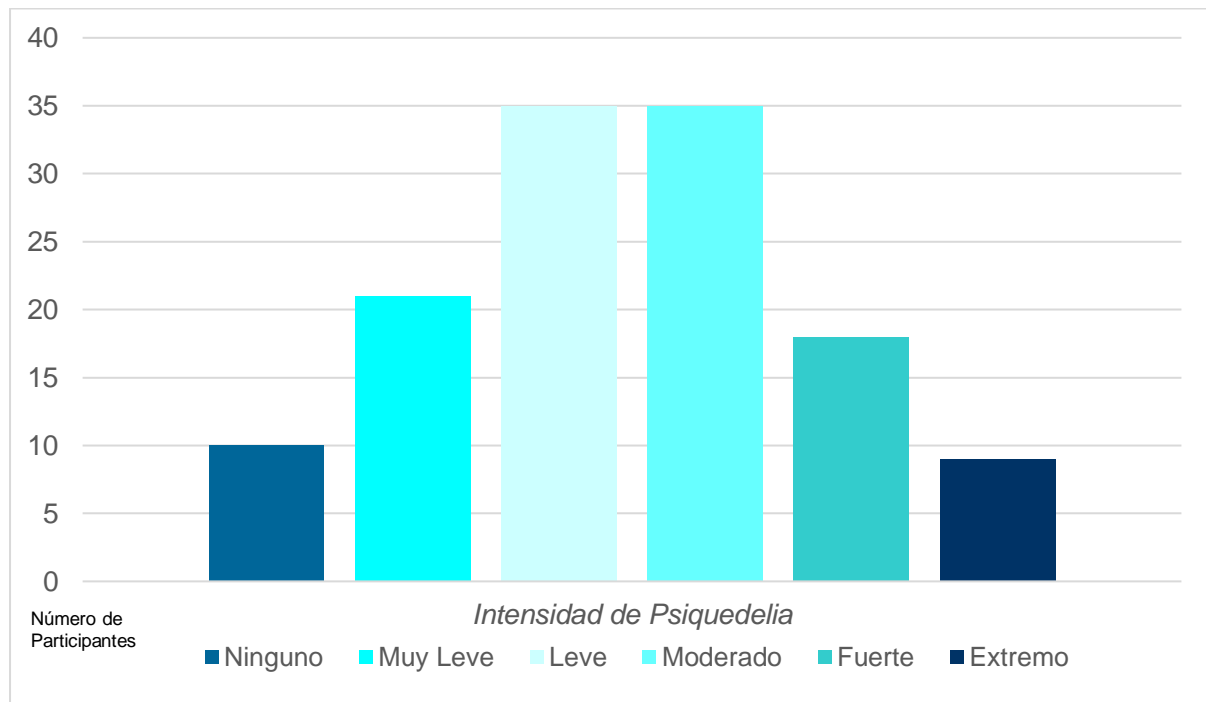
Elaborado por: Rodríguez (2023)

La experiencia de unidad, experiencia espiritual y cambio en el significado de preceptos destacan como los fenómenos más frecuentes al consumir ayahuasca, con un puntaje compartido de 80/100. Seguido de esto, se sitúan el estado de dicha, introspección, imaginería simple y compleja y sinestesia, todos con un puntaje de 60/100. El deterioro del control y la cognición va detrás en frecuencia, con 40/100. Y tanto la descorporización como la ansiedad son considerados como los fenómenos menos frecuentes, con un puntaje de 25/100.

Y como un referente general, se evaluó la intensidad de los efectos subjetivos en la experiencia psicodélica, obteniéndose:

Gráfico 19

Intensidad Subjetiva de los Efectos Psiquedélicos Proporcionados por el Consumo de Ayahuasca



Elaborado por: Rodríguez (2023)

La intensidad de la psicodelia producida por ayahuasca fue de leve a moderada, con un 54.6% (n = 70) sumado de ambas categorías con igual puntaje. Estos niveles son autoreportados e intentan dilucidar la potencia del estado alterado de consciencia que el individuo ha vivido. No se puede correlacionar a la intensidad psiquedélica con la salutogénesis mostrada en párrafos anteriores; es altamente variable y subjetiva. Más bien, sería presumible que no tienen relación alguna ya que cualquiera que sea el grado de psicodelia obtenida, la salud mejora en todas sus esferas.

No obstante, los componentes de la experiencia psiquedélica sí son los que factores intervinientes en la salutogénesis, apreciándose mayor infinitud oceánica y reestructuración visual en comparación con disolución ansiosa del ego y reducción de la vigilia. Así, se aprecia que tampoco existe una relación real entre la intensidad que un individuo reporta y los componentes psiquedélicos que acompañaron a su ingesta de yagé.

4.3 Análisis Cualitativo

Para esta fase, se utilizó la etnografía como método investigativo cualitativo, a través de 12 entrevistas semiestructuradas a informantes estratégicos que acudieron a ceremonias de ‘Ayahuasca en Ecuador’ durante el año 2022, y 5 historias de vida dirigidas principalmente a los miembros de la organización y a terapeutas que usan ayahuasca. Además, se añadió información tomada del diario de campo de la investigadora.

Como antecedente, es importante recalcar que el estudio se llevó a cabo asistiendo a 12 ceremonias de ayahuasca distintas, por lo cual se escogió a un número similar de informantes. A continuación, se presenta una breve descripción de cada una de las ceremonias:

Tabla 30

Ceremonias de Ayahuasca celebradas de Abril a Diciembre de 2022

N°	FECHA	UBICACIÓN	ENTORNO	N° DE ASISTENTES	N° DE INFORMANTES
1	02 de abril de 2022	Hostal Aya Huma (Peguche)	Rural	15	2
2	29 de abril de 2022	El Templo de Artemisa (Quito, sector Quitumbe)	Urbano	10	3
3	20 de mayo de 2022			9	2
4	03 de junio de 2022			9	3
5	15 de julio de 2022			4	1
6	30 de julio de 2022	Residencia privada (Quito, sector Tumbaco)	Rural	9	1
7	27 de agosto de 2022	Villa Victoria (Patate)	Rural	9	2
8	30 de septiembre de 2022	El Templo de Artemisa (Quito, sector Quitumbe)	Urbano	15	1
9	14 de octubre de 2022			5	0
10	11 de noviembre de 2022	Teos Experience (Quito, sector Tumbaco)	Rural	15	0
11	12 de noviembre de 2022			18	0
12	02 de diciembre de 2022	El Templo de Artemisa (Quito, sector Quitumbe)	Urbano	10	2

Elaborado por: Rodríguez (2023)

4.3.1 Perfil de los Informantes.

Tabla 31

Perfil de los Informantes para Entrevistas

N°	INFORMANTE	TIPO DE PRACTICANTE	PERFIL
1	Masculino de 28 años, mestizo, proveniente de Ibarra – Ecuador	Ocasional	Fotógrafo y profesor, nacido y residente en Ibarra, sin antecedente patológico ni ingesta farmacológica. Soltero, con una hija. Acudió a la primera ceremonia llevada a cabo en la Hostal Aya Huma; con muy buena salud física, sin síntomas emocionales y espiritualidad alta. Experimentó psicodelia leve y su salud física mejoró.
2	Femenina de 50 años, mestiza, proveniente de Quito – Ecuador	Experimental	Auditora en una empresa pública, nacida y residente en Quito, con antecedente de hipotiroidismo e ingesta de levotiroxina. Divorciada, con tres hijos. Acudió a la segunda ceremonia llevada a cabo en el Templo de Artemisa; con muy buena salud física, síntomas leves de estrés y espiritualidad alta. Experimentó psicodelia muy leve y su estrés disminuyó.
3	Femenina de 18 años, mestiza, proveniente de Quito – Ecuador	Experimental	Estudiante de bachillerato, nacida y residente en Quito, sin antecedente patológico ni ingesta farmacológica. Soltera, sin hijos. Acudió a la segunda ceremonia llevada a cabo en el Templo de Artemisa; con excelente salud física, sin síntomas emocionales y espiritualidad alta. Experimentó psicodelia fuerte y sus síntomas de ansiedad aumentaron levemente.
4	Femenina de 32 años, mestiza, proveniente de Quito – Ecuador	Habitual	Psicóloga industrial, nacida y residente en Quito, sin antecedente patológico ni ingesta farmacológica. Soltera, sin hijos. Acudió a la segunda ceremonia llevada a cabo en el Templo de Artemisa; con excelente salud física, sin síntomas emocionales y espiritualidad alta. Experimentó psicodelia moderada y su ansiedad aumentó moderadamente.

N°	INFORMANTE	TIPO DE PRACTICANTE	PERFIL
5	Masculino de 29 años, mestizo, proveniente de Quito – Ecuador	Experimental	Profesor, nacido en La Habana – Cuba y residente en Quito, con antecedente patológico de ansiedad, sin ingesta farmacológica. Soltero, sin hijos. Acudió a la tercera ceremonia llevada a cabo en el Templo de Artemisa; con muy buena salud física, síntomas moderados de depresión y estrés, síntomas extremos de ansiedad y espiritualidad alta. Experimentó psicodelia extrema y mejoró su salud física, disminuyó marcadamente sus síntomas de ansiedad y estrés.
6	Masculino de 27 años, mestizo, proveniente de Santo Domingo de los Tsáchilas – Ecuador	Experimental	Trabajador de empresa privada, nacido en Santo Domingo de los Tsáchilas y residente en Quito, sin antecedente patológico ni ingesta farmacológica. Soltero, sin hijos. Acudió a la cuarta ceremonia llevada a cabo en el Templo de Artemisa; con excelente salud física, síntomas moderados de depresión y ansiedad y espiritualidad alta. Experimentó psicodelia leve y no hubo ningún cambio en su salud.
7	Masculino de 48 años, mestizo, proveniente de Quito – Ecuador	Experimental	Servidor público, nacido y residente en Quito, sin antecedente patológico ni ingesta farmacológica. Casado, con dos hijas. Acudió a la cuarta ceremonia llevada a cabo en el Templo de Artemisa; con buena salud física, síntomas leves de depresión, síntomas severos de ansiedad, síntomas moderados de estrés y nivel medio de espiritualidad. Experimentó psicodelia moderada y mejoró su salud física y no presentó ningún síntoma emocional posterior a la ingesta de ayahuasca.
8	Masculino de 24 años, mestizo, proveniente de Quito – Ecuador	Experimental	Auxiliar mecánico, nacido y residente en Quito, con antecedente de hipotiroidismo e ingesta de vitaminas. Acudió a la quinta ceremonia llevada a cabo en el Templo de Artemisa; con muy buena salud física, síntomas moderados de depresión y ansiedad y espiritualidad alta. Experimentó psicodelia moderada y mejoró su salud física y no presentó ningún síntoma emocional posterior a la ingesta de ayahuasca.

N°	INFORMANTE	TIPO DE PRACTICANTE	PERFIL
9	Masculino de 24 años, mestizo, proveniente de Quito – Ecuador	Experimental	Estudiante universitario, nacido y residente en Quito, con antecedente patológico de trastorno afectivo emocional y depresión, sin ingesta farmacológica. Acudió a la séptima ceremonia llevada a cabo en la Villa Victoria; con buena salud física, síntomas extremos de depresión y estrés, síntomas severos de ansiedad y nivel medio de espiritualidad. Experimentó psicodelia moderada y mejoró su salud física, su nivel de espiritualidad y no presentó ningún síntoma emocional posterior a la ingesta de ayahuasca.
10	Femenina de 51 años, mestiza, proveniente de Quito – Ecuador	Experimental	Ama de casa, nacida y residente en Quito, con antecedente patológico de hipotiroidismo e ingesta de levotiroxina. Acudió a la séptima ceremonia llevada a cabo en la Villa Victoria; con muy buena salud física, sin síntomas emocionales y espiritualidad alta. Experimentó psicodelia moderada y mejoró su salud física pero aumentó levemente sus síntomas de ansiedad.
11	Femenina de 19 años, mestiza, proveniente de Quito – Ecuador	Ocasional	Estudiante universitaria, nacida y residente en Quito, sin antecedente patológico ni ingesta farmacológica. Acudió a la octava ceremonia llevada a cabo en el Templo de Artemisa; con excelente salud física, sin síntomas emocionales y espiritualidad alta. Experimentó psicodelia fuerte y no hubo ningún cambio en su salud.
12	Femenina de 41 años, sin autoidentificación étnica, proveniente de Ibarra – Ecuador	Ocasional	Diseñadora de modas, nacida en Ibarra y residente en Quito, sin antecedente patológico ni ingesta farmacológica. Acudió a la doceava ceremonia llevada a cabo en el Templo de Artemisa; con excelente salud física, síntomas moderados de depresión, síntomas extremos de ansiedad, síntomas severos de estrés y espiritualidad alta. Experimentó psicodelia extrema y sus síntomas depresivos fueron nulos posterior a la ingesta de ayahuasca.

Elaborado por: Rodríguez (2023)

Tabla 32

Perfil de los Informantes para Historias de Vida

N°	INFORMANTE	TIPO DE PRACTICANTE	MIEMBRO DE 'AYAHUASCA EN ECUADOR'	PERFIL
1	Masculino de 33 años, sin autoidentificación étnica, proveniente de Los Teques – Venezuela.	Habitual	Sí	Músico, profesor de canto e intérprete, nacido en Venezuela y residente en Quito, sin antecedente patológico ni ingesta farmacológica. Soltero, sin hijos. Lleva aproximadamente 7 años haciendo música medicina con la organización 'Ayahuasca en Ecuador' y en eventos que involucran el uso intencional de la música. Previo a la ingesta de ayahuasca en la última ceremonia registrada en su entrevista, acude con muy buena salud física, ningún síntoma emocional y espiritualidad media; experimenta nulo grado de psicodelia y no obtiene cambio alguno en su salud.
2	Femenina de 33 años, mestiza, proveniente de Quito – Ecuador	Ocasional	No	Terapeuta holística, nacida y residente en Quito, con antecedente patológico de ansiedad y depresión, sin ingesta farmacológica. Soltera, sin hijos. Integra la psicología transpersonal, la ecopsicología y la psicología social en su trabajo. Acudió a la tercera ceremonia llevada a cabo en el Templo de Artemisa con el fin de hacer acompañamiento terapéutico con uno de sus consultantes. Previo a la ingesta de ayahuasca en la última ceremonia registrada en su entrevista, acude con muy buena salud física, síntomas leves de depresión y estrés, síntomas extremos de ansiedad y espiritualidad alta; experimenta psicodelia leve y mejora su salud física sin presentar ningún síntoma emocional posterior.

N°	INFORMANTE	TIPO DE PRACTICANTE	MIEMBRO DE 'AYAHUASCA EN ECUADOR'	PERFIL
3	Femenina de 34 años, mestiza, proveniente de La Maná – Ecuador	Habitual	Sí	<p>Terapeuta emocional, nacida en La Maná y residente en Quito, sin antecedente patológico ni ingesta farmacológica. Soltera, con una hija. Lleva más de 10 años trabajando en el uso y consumo de ayahuasca, y con medicina herbolaria y saberes ancestrales desde la niñez. Facilita y coordina ceremonias de la organización 'Ayahuasca en Ecuador'. Previo a la ingesta de ayahuasca en la última ceremonia registrada en su entrevista, acude con excelente salud física, sin síntomas emocionales y espiritualidad alta; experimenta psicodelia muy leve y no obtiene ningún cambio en su salud.</p>
4	Masculino de 34 años, mestizo, proveniente de Quito – Ecuador	Habitual	No	<p>Terapeuta alternativo y empleado privado, nacido y residente en Quito, con antecedente patológico de trastorno obsesivo – compulsivo, sin ingesta farmacológica. Divorciado, sin hijos. Acudió a la sexta ceremonia llevada a cabo una residencia privada en Tumbaco. Previo a la ingesta de ayahuasca en la última ceremonia registrada en su entrevista, acude con buena salud, síntomas leves de depresión, síntomas moderados de ansiedad y espiritualidad alta; experimenta psicodelia leve y mejora su salud física y disminuyen sus síntomas de depresión.</p>

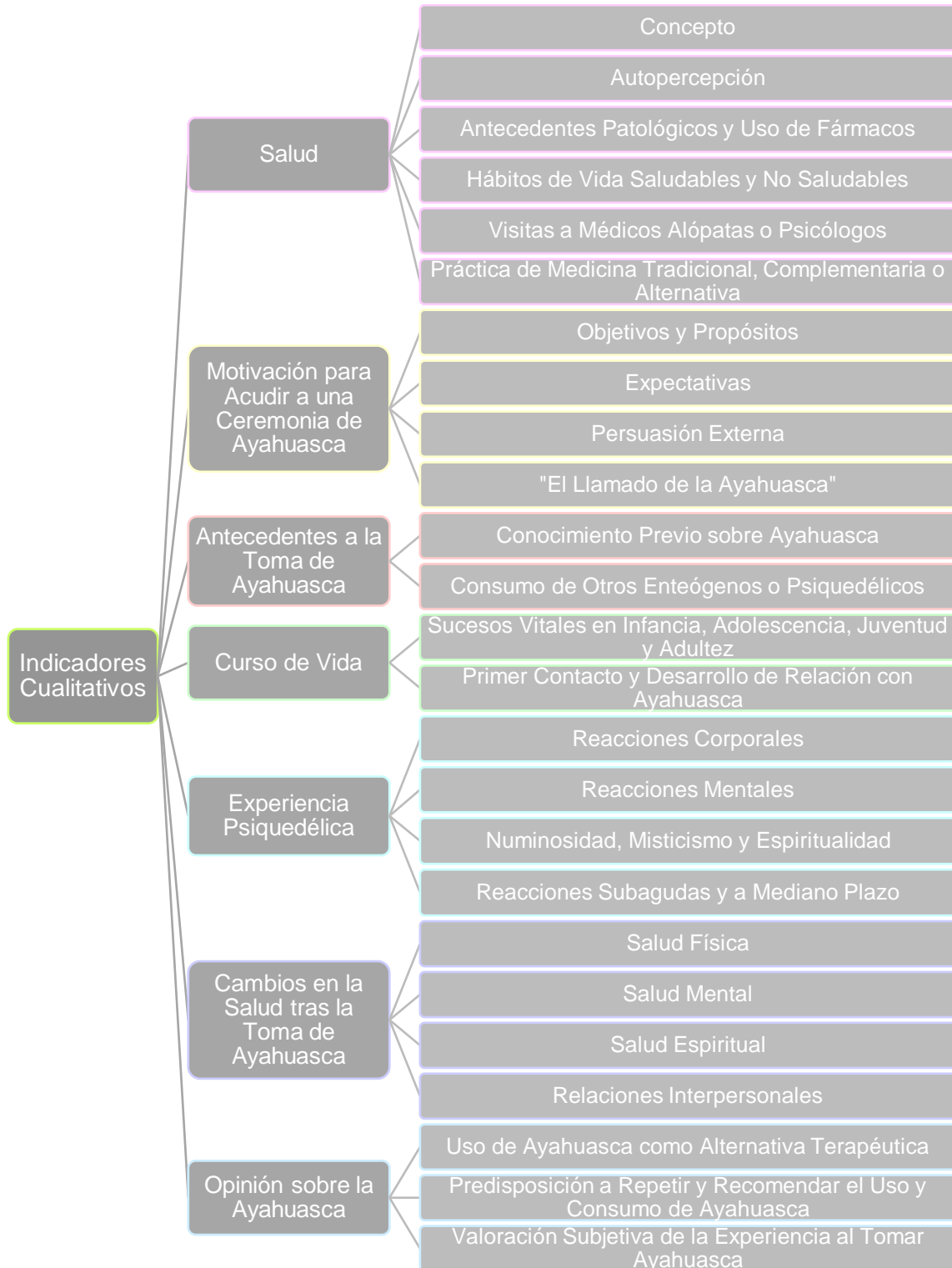
N°	INFORMANTE	TIPO DE PRACTICANTE	MIEMBRO DE 'AYAHUASCA EN ECUADOR'	PERFIL
5	Masculino de 42 años, mestizo, proveniente de Venezuela.	Habitual	Sí	Programador, nacido en Venezuela y residente en Quito, sin antecedente patológico ni ingesta farmacológica. Soltero, sin hijos. Fundador y guía de la organización 'Ayahuasca en Ecuador' desde hace más de 10 años. Previo a la ingesta de ayahuasca en la última ceremonia registrada en su entrevista, acude con muy buena salud física, síntomas moderados de depresión, síntomas leves de ansiedad y espiritualidad alta; experimenta psicodelia muy leve y disminuyen sus síntomas de depresión y ansiedad.

Elaborado por: Rodríguez (2023)

4.3.2 Indicadores Cualitativos.

Gráfico 20

Indicadores Cualitativos



Elaborado por: Rodríguez (2023)

4.3.3 Entrevistas e Historias de Vida.

A continuación, se presenta la información destacada de cada indicador cualitativo, que se obtuvo mediante el método etnográfico aplicado a informantes. En cada sección, se detallan los relatos de los usuarios y consumidores de ayahuasca para su análisis.

4.3.3.1 “Salud es Avanzar”.

Salud: Concepto.

Gráfico 21

Concepto de Salud



Elaborado por: Rodríguez (2023)

Es fundamental entender cómo conceptualiza una persona a la salud, ya que a partir de eso, se puede entender su búsqueda para llegar a ella. En la figura previa se muestran las expresiones más utilizadas para definir a la salud. Sin embargo, resaltan algunas temáticas que pueden ser categorizables:

Equilibrio

La salud es vista como un equilibrio entre la mente, el cuerpo y el espíritu, como un ente resultado de la armonía de todas las esferas de la experiencia humana.

- *“Salud es una combinación y equilibrio entre mi mente y mi cuerpo, a más del cuidado que debe tener, la salud física y salud mental. Diciendo salud mental también me refiero a espiritual.”*

- masculino ibarreño de 28 años, practicante ocasional, fotógrafo/profesor, sin antecedente patológico ni ingesta farmacológica; según los cuestionarios aplicados, acudió con buena salud física, sin síntomas emocionales y espiritualidad alta

- *“Yo creo que la salud no es sólo física sino creo que la salud también es mental y también es espiritual, entonces es muy íntegra, no está desconectado nada. Si tú estás mal emocionalmente, eso se va a somatizar en lo físico y en lo espiritual. Va muy relacionado con la coherencia de lo que pienso, lo que digo y lo que hago.”*

- masculino quiteño de 34 años, practicante habitual, terapeuta alternativo/empleado privado, con antecedente patológico de trastorno obsesivo – compulsivo, sin ingesta farmacológica; según los cuestionarios aplicados, tenía buena salud, síntomas leves de depresión, síntomas moderados de ansiedad y espiritualidad alta

Armonía

Según la Real Academia Española (2014), la armonía es la “proporción y correspondencia de unas cosas con otras en el conjunto que componen”, así, este conjunto sería la salud y tendría que haber proporcionalidad entre todas sus esferas.

- *“Salud para mí es armonía más que equilibrio, porque siento que el equilibrio nos pone en una lógica dual pues me tengo que mover entre A y B, estoy en la mitad, pero siempre está esa posibilidad de caer. Sin embargo, siento que armonía lo integra todo, sin evitar la sensación de sufrimiento.”*

- femenina quiteña de 33 años, practicante ocasional, terapeuta holística, con antecedente patológico de ansiedad y depresión, sin ingesta farmacológica; según los cuestionarios aplicados, tenía muy buena salud física, síntomas leves de depresión y estrés, síntomas extremos de ansiedad y espiritualidad alta

- *“Salud es sentirse bien, sentirse en armonía en todo nuestro ser, o sea físicamente, espiritualmente y mentalmente, psicológicamente.”*

- masculino quiteño de 48 años, practicante experimental, empleado público, sin antecedente patológico ni ingesta farmacológica; según los cuestionarios aplicados, acudió con buena salud física, síntomas leves de depresión, síntomas severos de ansiedad, síntomas moderados de estrés y nivel medio de espiritualidad

Bienestar

La salud se concibe como la satisfacción y la tranquilidad frente al funcionamiento de mente, cuerpo y espíritu, englobado como sensación de bienestar.

- *“Salud es un estado de bienestar tanto mental como corporal.”*
 - femenina quiteña de 50 años, practicante experimental, auditora, con antecedente de hipotiroidismo e ingesta de levotiroxina; según los cuestionarios aplicados, acudió con muy buena salud física, síntomas leves de estrés y espiritualidad alta

- *“Mi concepto de salud es tener un bienestar tanto físico como mental y llegar a una plenitud en la que las dolencias desaparezcan, con los problemas de la cabecita.”*
 - masculino quiteño de 24 años, practicante experimental, estudiante universitario, con antecedente patológico de trastorno afectivo emocional y depresión, sin ingesta farmacológica; según los cuestionarios aplicados, acudió con buena salud física, síntomas extremos de depresión y estrés, síntomas severos de ansiedad y nivel medio de espiritualidad

- *“Para mí, salud tiene que ser mental y física. La salud mental es sentirse en paz y la salud física es que, obviamente por la edad, hay problemas que deben estar controlados con la medicación respectiva o tener un control de eso con médicos.”*
 - femenina quiteña de 51 años, practicante experimental, ama de casa, con antecedente patológico de con hipotiroidismo e ingesta de levotiroxina; según los cuestionarios aplicados, acudió con muy buena salud física, sin síntomas emocionales y espiritualidad alta

Vitalidad

Según la Real Academia Española (2014), se define vitalidad como la “actividad o eficacia de las facultades vitales”, y se registra como un componente esencial en el concepto de salud, permitiendo al individuo realizar sus actividades diarias sin conflictos.

- *“El concepto de salud es estar en óptimas condiciones físicas para poder desde ahí hacer todo lo que diariamente necesitamos hacer.”*
 - femenina quiteña de 32 años, practicante habitual, psicóloga industrial, sin antecedente patológico ni ingesta farmacológica; según los cuestionarios aplicados, acudió con excelente salud física, sin síntomas emocionales y espiritualidad alta

- *“Para mí la salud sería como algo que te llena de vitalidad, que te permite sentirte bien contigo mismo.”*
 - femenina quiteña de 19 años, practicante ocasional, estudiante universitaria, sin antecedente patológico ni ingesta farmacológica; según los cuestionarios aplicados, acudió con excelente salud física, sin síntomas emocionales y espiritualidad alta

- *“Se define salud como no estar enfermo, pero hay también un contexto en positivo en el que uno no sólo no está enfermo sino que hay vigor y ganas de vivir.”*
 - masculino venezolano, residente quiteño de 42 años, practicante habitual, programador, sin antecedente patológico ni ingesta farmacológica; según los cuestionarios aplicados, tenía muy buena salud física, síntomas moderados de depresión, síntomas leves de ansiedad y espiritualidad alta

Consciencia

Según la Real Academia Española (2014), la consciencia es “la capacidad del ser de reconocer la realidad circundante y de relacionarse con ella”, implicando el conocimiento de sí mismo, de sus pensamientos y sus acciones.

- *“Salud es un estado natural de consciencia dónde estás presente, estás consciente y permaneces en el momento atendiendo de forma neutral lo que sientes, percibes, piensas, lo que deseas y lo que reprimes.”*

- femenina quiteña de 33 años, practicante ocasional, terapeuta holística, con antecedente patológico de ansiedad y depresión, sin ingesta farmacológica; según los cuestionarios aplicados, tenía muy buena salud física, síntomas leves de depresión y estrés, síntomas extremos de ansiedad y espiritualidad alta

- *“Estamos caminando hacia un concepto de salud que implique todas las esferas de nuestro ser y no sólo la dimensión física; la salud no es sólo el estado actual sino también es una causa como lo que llamamos ‘lo saludable’. ¿Qué más saludable que un estado interno de comprensión de la vida, de lo que he hecho yo o los demás?. Hemos aprendido a ver la salud como el estado en el que estamos pero a veces estamos caminando con las causas de la enfermedad en nuestra forma de pensar. Creo que un concepto abarcador de salud implicaría no sólo el estado físico y psicológico balanceado sino también tener consciencia del nivel de nuestro ser que genera salud. Es así como estar presente. Tenemos una idea muy simétrica de la salud: si tengo dolor de panza, no tengo salud porque no estoy pudiendo hacer esto, porque no se siente cómodo o por el dolor. Pero ahí estoy juzgando, estoy haciéndome acreedor de lo que es armonía en la vida y ¿quién soy yo para saber eso?. La salud es un estado interno.”*

- masculino venezolano, residente quiteño de 33 años, practicante habitual, músico/profesor/intérprete, sin antecedente patológico ni ingesta farmacológica; según los cuestionarios aplicados, tenía muy buena salud física, ningún síntoma emocional y espiritualidad media

Satisfacción de Necesidades Básicas

Para Maslow (1943), existe una jerarquía de necesidades humanas que van desde las más básicas como respirar, alimentarse y descansar; hasta las más elevadas como la moralidad, falta de prejuicios y resolución de problemas, entre otros. Entonces, se conceptualiza a la salud como la complacencia continua de funciones fisiológicas en el individuo.

- *“Si tienes todas tus necesidades básicas físicas y mentales, tienes salud.”*

- masculino cubano, residente quiteño de 32 años, practicante experimental, profesor, con antecedente patológico de ansiedad, sin ingesta farmacológica; según los cuestionarios aplicados, acudió con muy buena salud física, síntomas moderados de depresión y estrés, síntomas extremos de ansiedad y espiritualidad alta.

Mantenimiento de Hábitos de Vida Saludables

Entendiendo a los hábitos de vida saludable como aquellas acciones que el individuo emprende para alcanzar su máximo potencial físico, mental y espiritual, la salud entonces sería un resultado de la capacidad de mantener estas actividades en el tiempo. Además, está relacionada con el equilibrio entre escasez y abundancia que pueden presentarse en los hábitos saludables.

- *“La salud abarca muchos aspectos: salud mental donde está también la emocional y salud física. Es mantener un estilo de vida activo, dándose ciertos gustitos como grasas y ese tipo de cosas pero siempre tener todo equilibrado. Obviamente todos tenemos traumas de la niñez pero creo también que salud mental es tratar de sobrellevar los problemas del día a día de una buena manera y tratar de ser una mejor persona todos los días. En salud física, yo creo que es tener buenos hábitos, o sea, si se va a tomar o fumar que sea en cierta medida; hay que tener un equilibrio de ejercicio y excesos.”*

- masculino de Sto. Domingo de los Tsáchilas, residente quiteño de 27 años, practicante experimental, empleado privado, sin antecedente patológico ni ingesta farmacológica; según los cuestionarios aplicados, acudió con excelente salud física, síntomas moderados de depresión y ansiedad y espiritualidad alta

- *“La salud es dormir bien, hacer ejercicio, comer sin la mentalidad de que uno va a engordar. O sea, tener equilibrio.”*

- masculino quiteño de 24 años, practicante experimental, auxiliar mecánico, con antecedente de hipotiroidismo e ingesta de vitaminas; según los cuestionarios aplicados, acudió con muy buena salud física, síntomas moderados de depresión y ansiedad y espiritualidad alta

- *“Salud también es el pensamiento y las acciones que hacemos en el día a día, como hacer deporte, alimentarse bien, hacer lo que te gusta, lo que alimenta tu espíritu y tu corazón.”*

- masculino quiteño de 34 años, practicante habitual, terapeuta alternativo/empleado privado, con antecedente patológico de trastorno obsesivo – compulsivo, sin ingesta farmacológica; según los cuestionarios aplicados, tenía buena salud, síntomas leves de depresión, síntomas moderados de ansiedad y espiritualidad alta

- *“Todos los seres humanos tenemos la posibilidad de estar sanos y de estar bien y nos hacemos cargo de nosotros mismos y cuidamos de nuestro cuerpo primero a través de la respiración, de lo que comemos, incluso del entorno donde vivimos, del aire que respiramos, del tipo de relaciones que construimos y cómo las alimentamos; si hacemos un tiempo para nosotros, para ver nuestras necesidades y nos damos realmente el tiempo y el amor.”*

- femenina de La Maná, residente quiteña de 34 años, practicante habitual, terapeuta emocional, sin antecedente patológico ni ingesta farmacológica; según los cuestionarios aplicados, tenía excelente salud física, sin síntomas emocionales y espiritualidad alta

Capacidad de Autorregulación Organísmica

La salud es vista como un estado al que se llega cuando el individuo es capaz de ser reflexivo frente a su cuerpo que, al mismo tiempo, es capaz de solventar cualquier fallo organísmico.

- *“La salud para mí es una capacidad de autorregulación organísmica en la persona, o sea, el poder respirar bien, el poder alimentarme bien, el poder vivir congruente con todo lo que siento, el poder conectar mi sentir con mi pensamiento con mi palabra con mi acción, el poder sentir mi cuerpo físico pero también mi energía más sutil, el poder ser auténtica. Vivir como yo quiero, sintiéndome bien conmigo misma.”*

- femenina de La Maná, residente quiteña de 34 años, practicante habitual, terapeuta emocional, sin antecedente patológico ni ingesta farmacológica; según los cuestionarios aplicados, tenía excelente salud física, sin síntomas emocionales y espiritualidad alta

Opuesto a Enfermedad

Para conceptualizar a la salud, es válido tomar en cuenta a su opuesto, la enfermedad, para así producir un contraste.

- *“Podría decir que enfermedad es sufrimiento y salud es amor. La enfermedad es inconsciencia, es tener ignorancia, es poner excusas. La enfermedad para mí es narcisismo, control, manipulación, dominación y violencia.”*

- femenina quiteña de 33 años, practicante ocasional, terapeuta holística, con antecedente patológico de ansiedad y depresión, sin ingesta farmacológica; según los cuestionarios aplicados, tenía muy buena salud física, síntomas leves de depresión y estrés, síntomas extremos de ansiedad y espiritualidad alta

- *“Creo que todos los seres humanos en principio somos saludables. Cuando la salud ya no está al 100% es un proceso porque desde el plano espiritual, es un desequilibrio. El cuerpo se desequilibra por algo que está atravesando, una situación que parte mayormente desde el cuerpo emocional a pesar de que sí hay cosas que pueden ser físicas, mentales o espirituales. Para mí, la enfermedad es simplemente una enseñanza, una maestra que viene a mostrar algo que tú no estás queriendo escuchar. Todos somos uno y en esa unidad, lo que hacemos a los demás o lo que los demás nos hacen a nosotros, se manifiesta en nuestro propio cuerpo físico. Nuestros actos tienen unas consecuencias y es un aprendizaje. La enfermedad puede aparecer como una experiencia para aprender; mientras antes aprendas, más rápido se va.”*

- femenina de La Maná, residente quiteña de 34 años, practicante habitual, terapeuta emocional, sin antecedente patológico ni ingesta farmacológica; según los cuestionarios aplicados, tenía excelente salud física, sin síntomas emocionales y espiritualidad alta

Otros

- *“Salud es avanzar.”*

- masculino cubano, residente quiteño de 32 años, practicante experimental, profesor, con antecedente patológico de ansiedad, sin ingesta farmacológica; según los cuestionarios aplicados, acudió con muy buena salud física, síntomas moderados de depresión y estrés, síntomas extremos de ansiedad y espiritualidad alta.

- *“Salud es conocimiento.”*

- masculino quiteño de 24 años, practicante experimental, auxiliar mecánico, con antecedente de hipotiroidismo e ingesta de vitaminas; según los cuestionarios aplicados, acudió con muy buena salud física, síntomas moderados de depresión y ansiedad y espiritualidad alta

- *“Salud es lo opuesto al miedo, para mí la salud sería el amor incondicional que lo integra todo. Hay esta dislocación entre salud psicológica, salud mental, salud emocional, espiritual, salud ecológica y salud mecánica y corporal, que yo siento que debe ser integrada.”*

- femenina quiteña de 33 años, practicante ocasional, terapeuta holística, con antecedente patológico de ansiedad y depresión, sin ingesta farmacológica; según los cuestionarios aplicados, tenía muy buena salud física, síntomas leves de depresión y estrés, síntomas extremos de ansiedad y espiritualidad alta

A partir de los conceptos analizados, la salud pasaría a ser un estado óptimo de los procesos relacionados con el cuerpo, la mente, el espíritu y las relaciones interpersonales, que se fomenta con hábitos de vida y se expresa a través del vigor necesario para realizar actividades cotidianas. El uso y consumo de ayahuasca podría verse motivado por la búsqueda de esta integralidad en el concepto subjetivo de salud.

Salud: Autopercepción.

Gráfico 22

Autopercepción de Salud



Elaborado por: Rodríguez (2023)

Partiendo de su propio concepto de salud, la mayoría (n = 9) de los informantes sí refirieron ser saludables. Estas son algunas de las declaraciones más destacadas dentro del grupo que afirmó tener buena salud:

- *“Sí creo que soy una persona saludable, pero he tenido que pasar por enfermedades para llegar a la salud bajo esos conceptos de espiritual, mental y físico.”*

- masculino ibarreño de 28 años, practicante ocasional, fotógrafo/profesor, sin antecedente patológico ni ingesta farmacológica; según los cuestionarios aplicados, acudió con buena salud física, sin síntomas emocionales y espiritualidad alta

- *“Considero que mi salud es muy buena, ya que, como comida sana, hago ejercicio todos los días y trato de hacer cosas que me hagan sentir bien mental y sentimentalmente. Como todos, tengo mis altos y bajos. Sin embargo, siempre intento mantener un equilibrio en todos los aspectos de mi vida”*

- femenina quiteña de 18 años, practicante experimental, estudiante de bachillerato, sin antecedente patológico ni ingesta farmacológica; según los cuestionarios aplicados, acudió con excelente salud física, sin síntomas emocionales y espiritualidad alta

- *“Yo me considero una persona saludable, por supuesto, siento que estoy en equilibrio en lo espiritual, en lo físico, en lo mental; y bueno, siempre uno va aprendiendo y va sanando y va trascendiendo cosas, pero en general siento que sí, estoy en equilibrio.”*

- femenina quiteña de 32 años, practicante habitual, psicóloga industrial, sin antecedente patológico ni ingesta farmacológica; según los cuestionarios aplicados, acudió con excelente salud física, sin síntomas emocionales y espiritualidad alta

Por otro lado, 3 informantes declararon no percibirse saludables bajo su propio concepto de salud:

- *“Yo creo que he pasado mal y más que todo en mi salud mental. Sí he tenido muchos problemas, ha habido ocasiones en las que me gana la ansiedad y también siento que es algo de depresión. Es una mezcla de cosas que estoy tratando de mejorar por mi bienestar. Creo que no soy saludable.”*

- masculino quiteño de 48 años, practicante experimental, empleado público, sin antecedente patológico ni ingesta farmacológica; según los cuestionarios aplicados, acudió con buena salud física, síntomas leves de depresión, síntomas severos de ansiedad, síntomas moderados de estrés y nivel medio de espiritualidad

- *“Yo todavía no me considero una persona saludable, todavía no del todo; siento que todavía tengo hábitos que tengo que ir cambiando aunque ya lo he hecho. Por ejemplo, dejar el alcohol, antes consumía mucha hierba también. Siento que me hace falta tener mucha más actividad física.”*

- masculino de Sto. Domingo de los Tsáchilas, residente quiteño de 27 años, practicante experimental, empleado privado, sin antecedente patológico ni ingesta farmacológica; según los cuestionarios aplicados, acudió con excelente salud física, síntomas moderados de depresión y ansiedad y espiritualidad alta

- *“Corporalmente, no he sido lo más sano que haya podido estar.”*

- masculino venezolano, residente quiteño de 42 años, practicante habitual, programador, sin antecedente patológico ni ingesta farmacológica; según los cuestionarios aplicados, tenía muy buena salud física, síntomas moderados de depresión, síntomas leves de ansiedad y espiritualidad alta

Finalmente, 3 informantes ofrecieron respuestas contrastadas, sin dejar en claro si se autoperciben como integralmente saludables:

- *“Yo sí me considero sano físicamente, psicológicamente no tanto.”*

- masculino quiteño de 24 años, practicante experimental, estudiante universitario, con antecedente patológico de trastorno afectivo emocional y depresión, sin ingesta farmacológica; según los cuestionarios aplicados, acudió con buena salud física, síntomas extremos de depresión y estrés, síntomas severos de ansiedad y nivel medio de espiritualidad

- *“No me considero una persona saludable del todo. He podido mirarme y ser mucho más honesta con los procesos que aún me faltan por hacer consciente en mi psique. Sin embargo, me siento un ser bastante natural, no 100% saludable; pero en comparación a otras realidades incluyendo de mi propia familia, ahí sí soy extremadamente saludable. No he tenido ningún problema grave donde mi permanencia biológica en este planeta se vea comprometida nunca y trabajo en la resiliencia en un tema más mental, pero biológicamente tengo mucha capacidad de recuperación.”*

- femenina quiteña de 33 años, practicante ocasional, terapeuta holística, con antecedente patológico de ansiedad y depresión, sin ingesta farmacológica; según los cuestionarios aplicados, tenía muy buena salud física, síntomas leves de depresión y estrés, síntomas extremos de ansiedad y espiritualidad alta

- *“Es un estado de conciencia de rendición y de incondicionalidad con lo que estás viviendo, en el que no diría que estoy aún pero que a veces he entrado y que siento que es causa de salud; causa una relajación tremenda en el cuerpo.”*

- masculino venezolano, residente quiteño de 33 años, practicante habitual, músico/profesor/intérprete, sin antecedente patológico ni ingesta farmacológica; según los cuestionarios aplicados, tenía muy buena salud física, ningún síntoma emocional y espiritualidad media

Así como se observó en los resultados cuantitativos, la autopercepción de salud es generalmente buena, con la mayoría de los informantes declarando ser saludables. Aun así, recurren a la ingesta de ayahuasca, probablemente por motivos salutogénicos (para entender de dónde nace, cómo se forma y cómo mantener la salud) más que por motivos de eliminación patológica.

Gráfico 23

Antecedentes Patológicos y Uso de Fármacos



Elaborado por: Rodríguez (2023)

Sobre antecedentes patológicos o diagnósticos médicos que hayan recibido en relación con su salud física, 5 de los informantes respondieron positivamente, siendo la patología más nombrada el hipotiroidismo. Además, una informante nombró a la infección por COVID – 19 y otro informante, una arritmia cardíaca. Solo una informante declaró que ingería una pastilla al día para su condición:

- *“Me han diagnosticado con hipotiroidismo y tomo todos los días una pastilla en la mañana para controlar eso.”*

- femenina quiteña de 51 años, practicante experimental, ama de casa, con antecedente patológico de con hipotiroidismo e ingesta de levotiroxina; según los cuestionarios aplicados, acudió con muy buena salud física, sin síntomas emocionales y espiritualidad alta

Al contrario, otro informante dio a notar su inconformidad con tener que seguir tratamientos médicos convencionales y refirió solo ingerir vitaminas para su diagnóstico metabólico:

- *“Cuando era pequeño me diagnosticaron con hipotiroidismo; consumo vitaminas que necesita la tiroides y eso ya te vuelve a calentar el cuerpo, te vuelve a dar energía y no necesitas de las pastillas que te mandan los doctores que realmente no nos ayudan, son sintéticas y nada que sea sintético te ayuda.”*

- masculino quiteño de 24 años, practicante experimental, auxiliar mecánico, con antecedente de hipotiroidismo e ingesta de vitaminas; según los cuestionarios aplicados, acudió con muy buena salud física, síntomas moderados de depresión y ansiedad y espiritualidad alta

De igual manera, el informante que refirió tener una arritmia declaró que mantiene bajo control a sus síntomas ayudándose de su propia respiración:

- *“Me dijeron que tenía arritmia en un grado leve. Siento que mi corazón está en destiempo pero no es algo que afecte a mi vida cotidiana, lo puedo controlar también porque he investigado sobre técnicas de respiración que pueden ayudar. Entonces trato de siempre controlar la respiración y así el flujo cardíaco también se controla.”*

- masculino de Sto. Domingo de los Tsáchilas, residente quiteño de 27 años, practicante experimental, empleado privado, sin antecedente patológico ni ingesta farmacológica; según los cuestionarios aplicados, acudió con excelente salud física, síntomas moderados de depresión y ansiedad y espiritualidad alta

Sobre antecedentes patológicos relacionados a salud mental, 3 informantes respondieron afirmativamente, sin embargo, solo 2 refirieron haberse medicalizado por su condición:

- *“Me han diagnosticado con ansiedad.”*

- masculino cubano, residente quiteño de 32 años, practicante experimental, profesor, con antecedente patológico de ansiedad, sin ingesta farmacológica; según los cuestionarios aplicados, acudió con muy buena salud física, síntomas moderados de depresión y estrés, síntomas extremos de ansiedad y espiritualidad alta.

- *“He sido diagnosticado con trastorno afectivo bipolar. Tomaba lamotrigina, risperidona y quetiapina.”*

- masculino quiteño de 24 años, practicante experimental, estudiante universitario, con antecedente patológico de trastorno afectivo emocional y depresión, sin ingesta farmacológica; según los cuestionarios aplicados, acudió con buena salud física, síntomas extremos de depresión y estrés, síntomas severos de ansiedad y nivel medio de espiritualidad

- *“El psiquiatra me dijo que tenía trastorno obsesivo compulsivo y que tenía que tomar un medicamento porque mi cerebro no estaba segregando la serotonina necesaria entonces ahí tomaba paroxetina de 25 miligramos a diario; cuando estuve mal tenía doble dosis, me mandaba 50. Pero pasaron unos 6 meses y ya me empezó a dar fuerte. Fui a una revisión de rutina con él y me dijo que nunca iba a dejar de tomar las pastillas, que debía tomarlas toda la vida; me sentí tan mal y aparte, son caras, yo gastaba 100 dólares en pastillas al mes. También me mandó un ansiolítico súper fuerte porque él me dijo ‘apenas sientas ansiedad, te mandas’. Dos meses después de separarme de mi ex pareja, yo me sobredosifiqué porque me dio mucha ansiedad, casi me muero; mi ex pareja me encontró medio zombi, torcido, horrible. Eso no es vida, no se lo deseo a nadie, eso no es un tratamiento humano. La risperidona me la mandó después porque el doctor me dijo ‘creo que ya estás generando adicción a este ansiolítico entonces necesitamos cambiarlo’. El efecto secundario del ansiolítico fue que me quitaba el sueño, me dio insomnio así que me mandaba la risperidona para dormir. Estuve mucho tiempo así.”*

- masculino quiteño de 34 años, practicante habitual, terapeuta alternativo/empleado privado, con antecedente patológico de trastorno obsesivo – compulsivo, sin ingesta farmacológica; según los cuestionarios aplicados, tenía buena salud, síntomas leves de depresión, síntomas moderados de ansiedad y espiritualidad alta

A través de estos testimonios, se puede visualizar una problemática existente en la terapéutica de salud mental actual: se necesitan tratamientos largos, costosos y que requieren de múltiples fármacos que usualmente, producen baja adherencia en quienes deben consumirlos por no ver un resultado esperado de mejora, así como generar tolerancia, efectos adversos que interfieren con la calidad de vida y un riesgo de sobredosificación.

Por otro lado, resalta también el uso farmacológico de anticonceptivos en una informante:

- *“Hubo un tiempo en el que yo me puse un anticonceptivo porque producto de toda esta experiencia emocional que viví con mi padre, yo tenía un rechazo total a los compromisos duraderos y a tener hijos, o sea, yo no quería ser mamá. De hecho, viví 8 años con mi pareja y no quería tener hijos. Era algo muy claro dentro de mí, no quería generar lo que hizo mi papá: tener hijos y abandonarlos. Yo sabía que no me quería hacer cargo y que hacerse cargo de los niños era una responsabilidad muy grande. Entonces me puse un anticonceptivo que es el Implanon que va en el brazo, a pesar de ya haber tomado ayahuasca. Me puse este implante en el brazo como por 2 años y me detonó una depresión muy severa; sentía como si me caminara por el cuerpo un bicho. Luego me enteré de que ese implante producía un efecto menopáusico y que por eso me daba calorones en el cuerpo, malestares en las piernas, calambres. Me sentía anciana a pesar de ser tan joven, era muy intenso. Eso fue como en el 2012. Ahí yo pude vivir la depresión a fondo.”*

- femenina de La Maná, residente quiteña de 34 años, practicante habitual, terapeuta emocional, sin antecedente patológico ni ingesta farmacológica; según los cuestionarios aplicados, tenía excelente salud física, sin síntomas emocionales y espiritualidad alta

Con este testimonio se denota otra problemática de la salud, que es la poca oferta de anticoncepción masculina y los escasos métodos anticonceptivos para personas que no desean recibir terapia hormonal debido a su amplia gama de efectos adversos. Así mismo, las personas usuarias de anticoncepción no tienen otra salida que aprender a manejar su vida con estos síntomas ya que el sistema de salud vigente no tiene otra opción y solo puede ofrecer más hormonas para contrarrestar los efectos negativos, con la esperanza de que así mejoren. La misma informante cuenta:

- *“Este implante me generaba sangrado, yo pasaba sangrando y ya llevaba así un año. En ese estado crítico no recibí la atención adecuada de la ginecóloga que me diga que me saque el implante, me mandaron más bien pastillas anticonceptivas para contrarrestar el efecto del implante, que yo siento que era un ataque peor al cuerpo. Al principio me las tomé por un mes. Yo me sentía mal y no entendía por qué, si yo era tan feliz antes, siempre tuve una actitud positiva frente a la vida, me sentía muy conectada con Dios y con el universo a mi manera, junto con la ayahuasca que era hermoso. Me sentía mal pero no sabía bien que era por ello.”*

- femenina de La Maná, residente quiteña de 34 años, practicante habitual, terapeuta emocional, sin antecedente patológico ni ingesta farmacológica; según los cuestionarios aplicados, tenía excelente salud física, sin síntomas emocionales y espiritualidad alta

Con tan limitada capacidad para accionar, es crucial que se fomenten otras vías de salud como las que ofrecen las terapias alternativas que aparte de tener soluciones frescas e

integradoras, empoderan al usuario para que tome conciencia de sí mismo y sus procesos de salud/enfermedad.

De igual forma, entre las vivencias destaca la de una informante que relata todas las condiciones médicas que ha presentado en su vida, ya sean físicas o mentales y su uso farmacológico que eventualmente, derivó en automedicación:

- *“Mi historial clínico: desde los 11 años a mí me diagnosticaron con problemas cardiovasculares y fue muy doloroso porque yo era una niña preadolescente que utilizaba medias compresoras y el acoso en el colegio era muy cruel. Tuve anorexia y bulimia desde los 12 años. Después me dijeron que tenía acné y querían recetarme Roacután; yo me negué totalmente porque investigué antes. A los 13 años me diagnostican psicosis y se le comentó a mi madre quien me dijo ‘tú quieres llamar la atención’. Después empecé a leer mucho en el vademécum porque en mi familia hay dos doctores y creo que a partir de los 14 hasta los 20 años, era una persona que abusaba mucho de la automedicación convencional, las drogas, los placebos. Vine acá a la universidad y empeoró todo. Me diagnosticaron gastritis crónica; yo no comía y me dolía, comía y también. Era horrible y aparte con este miedo a engordar todo el tiempo y el tema del acné, sufría mucho.”*

- femenina quiteña de 33 años, practicante ocasional, terapeuta holística, con antecedente patológico de ansiedad y depresión, sin ingesta farmacológica; según los cuestionarios aplicados, tenía muy buena salud física, síntomas leves de depresión y estrés, síntomas extremos de ansiedad y espiritualidad alta

Esta misma informante hace una crítica al sistema sanitario, poniendo en duda si es tan esencial patologizar las distintas vivencias de un individuo:

- *“En el tema de la patologización y la ortopedia social, siento que es muy peligroso diagnosticar o poner un sinnúmero de categorías y de etiquetas sólo por el hecho de que alguien pueda ingresar en variables. Prácticamente, el diagnóstico se basa en la objetivización de la vida, todo es objeto de estudio, todos son ‘targets’ al final. La propia industria farmacéutica, el discurso hegemónico de salud, de los gobiernos y las corporaciones necesitaban vender una idea de enfermedad, depresión y ansiedad. Hay una reflexión graciosa que dice que te sientes cansado o deprimido, con angustia, te sientes inconforme, no comes bien, no puedes dormir, tienes miedo, dolor de cabeza o de estómago, de huesos, etcétera, y dice que tú no estás enfermo, tú lo que tienes son síntomas de capitalismo.”*

- femenina quiteña de 33 años, practicante ocasional, terapeuta holística, con antecedente patológico de ansiedad y depresión, sin ingesta farmacológica; según los cuestionarios aplicados, tenía muy buena salud física, síntomas leves de depresión y estrés, síntomas extremos de ansiedad y espiritualidad alta

De igual forma, otro informante cuenta su experiencia poco satisfactoria con la relación médico – paciente en la medicina convencional especializada y comenta sobre el curso de desintoxicación que llevó tras decidir abandonar su tratamiento psiquiátrico con paroxetina (antidepresivo inhibidor selectivo de la recaptación de serotonina) y risperidona (antipsicótico):

- *“La desintoxicación de las pastillas que yo tomaba empezó en la pandemia porque ya no había dónde comprar los medicamentos. Las primeras dos semanas de la desintoxicación de la paroxetina fueron densas, no podía dormir, sudaba, estaba revolcándose en la cama. Yo todavía seguía tomando la risperidona que era esta pastilla para dormir. Pasé un mes mareado porque dejar el medicamento te marea. Después se fue mermando hasta sentirme ya más tranquilo y ahora estoy re feliz y re bien. En cambio la risperidona, me daba miedo dejarla porque para mí una de las cosas más valiosas que he tenido en mi vida es el sueño. Pero boté las pastillas al basurero. Ha esa sido fuerte el proceso de soltar medicamentos psiquiátricos pero yo creo que sí se puede, sí se puede. Estos medicamentos psiquiátricos te sostienen pero te deprimen, te generan la serotonina pero te deprimen. Además de eso, el psiquiatra te trata como un enfermo y nosotros no estamos enfermos, nosotros lo que necesitamos es un apoyo emocional, un entendimiento, una escucha, nada más. Es fuerte que te digan que tienes un trastorno mental; no es un trastorno, yo creo que son cuestiones emocionales que hay que trabajar desde el origen, desde la raíz, incluso puede ser cuestiones de linajes pasados que estás resolviendo.”*

- masculino quiteño de 34 años, practicante habitual, terapeuta alternativo/empleo privado, con antecedente patológico de trastorno obsesivo – compulsivo, sin ingesta farmacológica; según los cuestionarios aplicados, tenía buena salud, síntomas leves de depresión, síntomas moderados de ansiedad y espiritualidad alta

Así, se denota que la medicina convencional se basa en la patologización y el tratamiento de síntomas, sin orientarse hacia la búsqueda del origen de los malestares físicos, mentales y menos aún de los espirituales. Y a través de la sobrediagnóstico, genera preocupación y conductas compensadoras en quienes acuden a ella. Es aquí donde la medicina tradicional, complementaria y alternativa o el uso y consumo de ayahuasca tienen una ventaja ya que no buscan patologizar sino permitir que la persona se entienda como un ser integral con necesidades distintas y una capacidad de curarse a sí mismo con la compañía de terapeutas holísticos.

Finalmente, 3 informantes declararon no haber sido diagnosticados con ninguna enfermedad.

Gráfico 24

Hábitos de Vida Saludables y No Saludables



Elaborado por: Rodríguez (2023)

Los hábitos de vida saludable, según Garcés – Rimón (2016), engloban a acciones como una buena alimentación, realización de ejercicio físico, eliminación del tabaquismo y adopción de una actitud optimista frente a las adversidades cotidianas. Sobre esto, tres informantes declararon incorporarlos en su vida:

- *“Físicamente me cuido haciendo ejercicio y comiendo saludable. Mental y espiritualmente, me despejo de todas las cosas para centrarme en el presente y en mí, para poder trabajar en mis sentimientos y en lo que puedo mejorar cada día. Y socialmente, considero que soy una persona muy observadora y cuidadosa con la gente que me rodea, pero siempre soy amable, divertida y empática con todos.”*

- femenina quiteña de 18 años, practicante experimental, estudiante de bachillerato, sin antecedente patológico ni ingesta farmacológica; según los cuestionarios aplicados, acudió con excelente salud física, sin síntomas emocionales y espiritualidad alta

- *“Soy vegetariano, salgo a trotar a diario, estoy conectado con mi cuerpo. La meditación no la hago en plan formal de sentarme frente a una pared pero siempre estoy sintiéndome e interiorizando.”*

- masculino venezolano, residente quiteño de 42 años, practicante habitual, programador, sin antecedente patológico ni ingesta farmacológica; según los cuestionarios aplicados, tenía muy buena salud física, síntomas moderados de depresión, síntomas leves de ansiedad y espiritualidad alta

- *“Yo tengo mucho control de lo que es mecánico, una alimentación muy buena y el tema de ejercicio, no consumo drogas.”*

- femenina quiteña de 33 años, practicante ocasional, terapeuta holística, con antecedente patológico de ansiedad y depresión, sin ingesta farmacológica; según los cuestionarios aplicados, tenía muy buena salud física, síntomas leves de depresión y estrés, síntomas extremos de ansiedad y espiritualidad alta

Por el contrario, los hábitos de vida no saludables engloban a actividades como incorrecta alimentación, falta de ejercicio y consumo de cigarrillos, alcohol o drogas (Garcés – Rimón, 2016). Algunos informantes declararon, sobre todo, el uso de cannabis y cigarrillos, con mención del alcohol:

- *“Jamás he consumido alguna droga, aparte del alcohol.”*
 - femenina quiteña de 50 años, practicante experimental, auditora, con antecedente de hipotiroidismo e ingesta de levotiroxina; según los cuestionarios aplicados, acudió con muy buena salud física, síntomas leves de estrés y espiritualidad alta

- *“Una vez me mandé éxtasis y también me he mandado coca. Tomaba mucho alcohol, sobre todo en la pandemia.”*
 - masculino quiteño de 34 años, practicante habitual, terapeuta alternativo/empleador privado, con antecedente patológico de trastorno obsesivo – compulsivo, sin ingesta farmacológica; según los cuestionarios aplicados, tenía buena salud, síntomas leves de depresión, síntomas moderados de ansiedad y espiritualidad alta

- *“A medida que iba creciendo me iba gustando los cigarrillos, el alcohol, la marihuana.”*
 - masculino quiteño de 24 años, practicante experimental, estudiante universitario, con antecedente patológico de trastorno afectivo emocional y depresión, sin ingesta farmacológica; según los cuestionarios aplicados, acudió con buena salud física, síntomas extremos de depresión y estrés, síntomas severos de ansiedad y nivel medio de espiritualidad

- *“Consumo marihuana una o dos veces al mes, y tabaco para ayudarme con la ansiedad. Estoy aprendiendo que fumo porque es un patrón conectado a los padres y al ego.”*
 - masculino cubano, residente quiteño de 32 años, practicante experimental, profesor, con antecedente patológico de ansiedad, sin ingesta farmacológica; según los cuestionarios aplicados, acudió con muy buena salud física, síntomas moderados de depresión y estrés, síntomas extremos de ansiedad y espiritualidad alta.

- *“Consumo marihuana de forma regular. Yo siento que es más terapéutico porque me ha ayudado bastante a comer; yo antes no comía mucho, tenía problemas de alimentación entonces me ha ayudado a comer. Bueno, afecta un poco la memoria a corto plazo, pero eso se soluciona leyendo. Lo uso de manera terapéutica para la alimentación y el estrés, fumo un porrito muy pequeño. También he consumido cocaína y éxtasis, cuando tenía unos 18 años o así, en momentos en que estaba muy ebrio.”*
 - masculino de Sto. Domingo de los Tsáchilas, residente quiteño de 27 años, practicante experimental, empleado privado, sin antecedente patológico ni ingesta farmacológica; según los cuestionarios aplicados, acudió con excelente salud física, síntomas moderados de depresión y ansiedad y espiritualidad alta

Es remarcable que, como se observa en uno de testimonios anteriores, las flores de la planta cannabis pueden ofrecer beneficios en la salud de su consumidor. Aunque su consumo sea clásicamente enmarcado dentro de los hábitos no saludables de salud (porque se consume mayoritariamente a través de la inhalación de su combustión), de forma general, se

han vistos resultados terapéuticos favorables que continúan bajo investigación especialmente frente a síntomas como náusea provocada por quimioterapia, espasticidad, dolor neuropático, convulsiones y para estimulación del apetito (Instituto Nacional sobre el Abuso de Drogas de Estados Unidos, 2016). Se decide tomarlo como un hábito no saludable en esta sección del estudio, por la propia connotación que tienen los informantes sobre su consumo de flor de cannabis, a la cual se refieren como “marihuana”.

Con respecto a otros hábitos no enmarcados dentro de las categorías antes mencionadas, un informante declaró uso de tabaco pero en presentaciones distintas al cigarrillo:

- *“Actualmente no hago ninguna dieta ni ejercicio físico; practiqué yoga por un largo tiempo pero lo detuve. La meditación suele ser escuchar a las personas que siento que reflejan ese estado del ser que se relaciona con la salud. Consumo el tabaco en forma de chimó, que es pasta. A veces, rapé.”*

- masculino venezolano, residente quiteño de 33 años, practicante habitual, músico/profesor/intérprete, sin antecedente patológico ni ingesta farmacológica; según los cuestionarios aplicados, tenía muy buena salud física, ningún síntoma emocional y espiritualidad media

El tabaco puede ser fumado a través de cigarrillos, o puede ser usado en forma de pasta (chimó) para masticar o rapé para inhalar, sin combustión. Para Corredor – Aranguren (2013), su consumo en Venezuela está extendido por su bajo costo, fácil adquisición y escasa información sobre su potencial daño a la salud. En Ecuador, el uso hedónico de estas formas de tabaco no se ha registrado en la literatura, pero testimonios anecdóticos presumen la existencia de estas en tribus indígenas amazónicas. En el presente trabajo investigativo, se evidenció el uso ritual de tabaco en forma de rapé como parte de las ceremonias de ayahuasca de la organización ‘Ayahuasca en Ecuador’.

Finalmente, 4 informantes negaron el consumo de todo tipo de sustancia estupefaciente. Los demás informantes decidieron no responder, o negaron el mantenimiento de hábitos de vida saludables. Así, se denota que la mayor parte de los informantes no considera tener hábitos de vida saludables, pero tampoco incurren en hábitos no saludables de forma regular y cuando lo hacen, es por la búsqueda de mejoramiento de síntomas como falta de apetito o ansiedad, sobre todo con el consumo de cannabis inhalado por vía pirolítica.

Gráfico 25

Visitas a Médicos Alópatas y Psicólogos



Elaborado por: Rodríguez (2023)

Según la Real Academia Española (2014), la alopátia es la “terapéutica en que se emplean medicamentos que producen efectos contrarios a los que caracterizan la enfermedad”. La medicina alopática, según Teves (2018), aplica el principio de curar síntomas en el individuo con lo diferente y contrario a lo cual le está afectando; de esta forma, los síntomas se combaten con fármacos cuya acción es opuesta a la manifestación clínica de una enfermedad (por ejemplo, medicamentos antiinflamatorios, antidepresivos, antiepilépticos, entre otros). Los médicos que practican esta terapéutica, son llamado alopáticos, convencionales o biomédicos y relacionan su práctica con la medicina basada en evidencia, que es un concepto elusivo a que el ejercicio de la medicina debe guiarse con el método científico y debe estar soportado en datos y hechos confiables y contrastados.

Se indagó a 7 de los 17 informantes sobre prácticas de medicina alopática como asistir actualmente con un médico general o un médico especialista. Un solo informante refirió acudir con un gastroenterólogo por gastritis crónica, con resultados beneficiosos en su salud. Todos los demás informantes respondieron negativamente:

- *“Ahora ya no acudo a doctores convencionales. Hace unos meses tuve un problema de oído y fui a los doctores de la universidad y me enviaron un cóctel de pastillas y no compré nada; fui entendiendo el dolor y más bien me cuidé de no exponerme a ruidos fuertes y a abrigarme. Dejé de ir al psiquiatra hace unos tres años porque sentía que no tenía nada que decirme, porque yo iba y él me decía lo mismo, que tenía que seguir tomando pastillas sin darme una opción alternativa ni nada.”*

- masculino quiteño de 34 años, practicante habitual, terapeuta alternativo/empleado privado, con antecedente patológico de trastorno obsesivo – compulsivo, sin ingesta farmacológica; según los cuestionarios aplicados, tenía buena salud, síntomas leves de depresión, síntomas moderados de ansiedad y espiritualidad alta

- *“No acudo a médicos pero no es porque esté peleado con esto. Es mi preferencia personal, no me nace, no tengo ese instinto de ir para allá. Cuando me enfermo, busco yo mismo recogerme y atenderme.”*

- masculino venezolano, residente quiteño de 42 años, practicante habitual, programador, sin antecedente patológico ni ingesta farmacológica; según los cuestionarios aplicados, tenía muy buena salud física, síntomas moderados de depresión, síntomas leves de ansiedad y espiritualidad alta

- *“No es que no confíe en la medicina normal pero yo tengo una hija de 23 años que nació con retardo mental y aparte de eso, ella tiene rasgos autistas. Cuando tuvo 13 años empezó a tomar medicina psiquiátrica y, desde pequeña tuvo problemas de autoagresión. Los medicamentos psiquiátricos no sé qué tanto le ayudaron porque a raíz de eso las cosas comenzaron a empeorar en su comportamiento. Ella era autoagresiva pero era algo manejable hasta que llegaron los 18 años donde su comportamiento fue incontrolable. Tuvimos que internarla y desde agosto del año 2019 está internada hasta ahorita.”*

- masculino quiteño de 48 años, practicante experimental, empleado público, sin antecedente patológico ni ingesta farmacológica; según los cuestionarios aplicados, acudió con buena salud física, síntomas leves de depresión, síntomas severos de ansiedad, síntomas moderados de estrés y nivel medio de espiritualidad

Se puede reconocer con estos testimonios, que la confianza y la credibilidad en la medicina convencional alopática, se pierde con el tiempo en personas que acceden a alternativas terapéuticas como la ayahuasca. Aún más, el individuo aprende que puede sanarse a sí mismo:

- *“Antes yo cometía el error de dejar en las manos de otros mi salud pero ahora he llegado a un punto de mi evolución en el que yo mismo soy mi propio curandero.”*

- masculino quiteño de 24 años, practicante experimental, auxiliar mecánico, con antecedente de hipotiroidismo e ingesta de vitaminas; según los cuestionarios aplicados, acudió con muy buena salud física, síntomas moderados de depresión y ansiedad y espiritualidad alta

- *“He aprendido este principio de que nadie sana a nadie; las personas que estudiamos el cuidado de la vida simplemente somos herramientas y acompañantes del proceso de sanación de otras personas.”*

- femenina quiteña de 33 años, practicante ocasional, terapeuta holística, con antecedente patológico de ansiedad y depresión, sin ingesta farmacológica; según los cuestionarios aplicados, tenía muy buena salud física, síntomas leves de depresión y estrés, síntomas extremos de ansiedad y espiritualidad alta

Por otro lado, se indagó sobre la asistencia a terapias psicológicas, a lo que 4 informantes respondieron afirmativamente. En estos testimonios, se evidencia el largo plazo que toman las visitas con psicólogos:

- *“He ido con psicólogos desde los cuatro o cinco años.”*

- masculino quiteño de 24 años, practicante experimental, estudiante universitario, con antecedente patológico de trastorno afectivo emocional y depresión, sin ingesta farmacológica; según los cuestionarios aplicados, acudió con buena salud física, síntomas extremos de depresión y estrés, síntomas severos de ansiedad y nivel medio de espiritualidad

Se evidencian los extenuantes procesos de búsqueda diagnóstica en salud mental y las consecuencias de una categorización en este ámbito junto a la posterior estigmatización del individuo que vive con una neurodivergencia:

- *“Hace muy poquito hice un trabajo con una psicóloga cognitivo-conductual donde llené una batería de cuestionarios que eran cómo ir a pedir un cupo en una universidad exclusiva. Eran unas preguntas tan absurdas. Respondía 200-300 preguntas. Tenía inseguridad de mi capacidad intelectual porque como a los 16 años que hacen estos exámenes de ubicación o de orientación en el colegio para elegir carrera universitaria, el psicólogo que era supuestamente una eminencia me hizo la prueba de lógica matemática. Me dijo ‘usted tiene lento aprendizaje’ y me aisló del grupo. Eso me generó un trauma.”*

- femenina quiteña de 33 años, practicante ocasional, terapeuta holística, con antecedente patológico de ansiedad y depresión, sin ingesta farmacológica; según los cuestionarios aplicados, tenía muy buena salud física, síntomas leves de depresión y estrés, síntomas extremos de ansiedad y espiritualidad alta

Se aprecia la poca aceptación de la terapia cognitiva – conductual en algunos usuarios de alternativas como la ayahuasca. Esta terapia se basa en cambiar los pensamientos, emociones, conductas y respuestas fisiológicas disfuncionales en el individuo que ha sido catalogado como poseedor de un trastorno mental, y generar en él acciones más adaptativas para combatir sus problemas (Puerta, 2011). Si bien se ha mostrado efectiva, no existe suficiente literatura para afirmar que la desaparición de síntomas mentales se sostiene a lo largo del tiempo; así mismo, esta terapia falla en tomar en cuenta aspectos más integrales del humano; se centra solamente en conductas y pensamientos (Rosso, 2006). A continuación, dos testimonios que ratifican lo mencionado:

- *“Terminé con el último psicólogo cognitivo-conductual y me dijo ‘yo no te voy a hacer psicoanálisis, a mí no me interesa lo que te pasó, tienes que estar en el presente, a mí no me interesa lo que sueñas, lo que deseas, tus miedos; me interesa lo concreto y súper pragmático’. Entonces yo me pongo a estudiar teoría cognitivo-conductual y veo que sus bases sí tienen mucha efectividad pero que al estar construidas en Occidente se basan en todo este discurso de ser tu mejor versión y que evitan ciertas emociones consideradas negativas y no funcionales. Yo manejo el camino budista y entendí que necesito algo más elevado, y para eso tuve mucho acompañamiento de plantas y minerales.”*

- femenina quiteña de 33 años, practicante ocasional, terapeuta holística, con antecedente patológico de ansiedad y depresión, sin ingesta farmacológica; según los cuestionarios aplicados, tenía muy buena salud física, síntomas leves de depresión y estrés, síntomas extremos de ansiedad y espiritualidad alta

- *“Antes de tomar ayahuasca, estuve como unas tres sesiones con una psicóloga clínica en Venezuela; la he visto por Skype como unas cuatro o cinco veces en los ocho años que tengo en Ecuador. No ha sido algo a lo que he acudido principalmente. Hay una parte que reconozco valiosa en la terapia: la forma como me ha confrontado esta psicóloga, me muestra dónde están las tensiones o inseguridades. No tanto por la verdad de lo que ella diga sino por la forma en cómo me puede incomodar lo que diga. He perdido un poco de confianza en la capacidad que tenga un ser humano en decirme cómo se resuelve el misterio del sufrimiento.”*

- masculino venezolano, residente quiteño de 33 años, practicante habitual, músico/profesor/intérprete, sin antecedente patológico ni ingesta farmacológica; según los cuestionarios aplicados, tenía muy buena salud física, ningún síntoma emocional y espiritualidad media

- *“Los psicólogos tampoco me decían mucho, no tenía la gran respuesta o la gran revelación. Yo no sentía algo tan confrontativo como sí siento con el yagé, que es full confrontativo. Hace dos años, dejé a los psicólogos. Poco a poco iba sacando herramientas desde el yagé.”*

- masculino quiteño de 34 años, practicante habitual, terapeuta alternativo/empleador privado, con antecedente patológico de trastorno obsesivo – compulsivo, sin ingesta farmacológica; según los cuestionarios aplicados, tenía buena salud, síntomas leves de depresión, síntomas moderados de ansiedad y espiritualidad alta

Se muestra la poca empatía y falta de asertividad en el trato psicólogo – consultante, que impide continuar con un proceso terapéutico beneficioso:

- *“Y está el tema de insensibilizarse para poder llevar un proceso terapéutico y que no haya contratransferencia o te involucres. Es antinatural no involucrarse, es absurdo.”*

- femenina quiteña de 33 años, practicante ocasional, terapeuta holística, con antecedente patológico de ansiedad y depresión, sin ingesta farmacológica; según los cuestionarios aplicados, tenía muy buena salud física, síntomas leves de depresión y estrés, síntomas extremos de ansiedad y espiritualidad alta

En perspectiva, la ayahuasca puede verse como una esperanza frente a un sistema de salud convencional que no ofrece alternativas a bajo costo, a corto plazo, con un mínimo de efectos adversos y con enfoque integrativo del ser.

Gráfico 26

Práctica de Medicina Tradicional, Alternativa o Complementaria



Elaborado por: Rodríguez (2023)

A 7 informantes se les preguntó si, a parte del uso de enteógenos como la ayahuasca o de psuedélicos, practicaban algún otro tipo de terapia alternativa, complementaria o tradicional. A esto, 2 respondieron que no y los demás, ofrecieron respuestas variadas. Para empezar, uno de los testimonios destacó al Reiki:

- *“Mi hobby es hacer Reiki. Yo empecé en el mundo de la espiritualidad gracias a esto, que se basa en saber dominar la energía sexual porque conforma la primera base de los chakras. Consiste en dar masajes en varias partes del cuerpo que despiertan toda tu energía y te ayuda a superar traumas y a curar heridas de la infancia. Son masajes súper dolorosos al principio pero después te acostumbras.”*

- masculino quiteño de 24 años, practicante experimental, auxiliar mecánico, con antecedente de hipotiroidismo e ingesta de vitaminas; según los cuestionarios aplicados, acudió con muy buena salud física, síntomas moderados de depresión y ansiedad y espiritualidad alta

El reiki, según Diez (2019), es una técnica japonesa relacionada a la medicina que se usa como complemento a la alopátia y como terapia preventiva que consiste en sesiones de relajación con duración de 20 a 45 minutos basadas en un masaje casi sin contacto con el cuerpo que buscan reequilibrar y armonizar la energía del individuo, permitiendo desbloquear tensiones tanto físicas como mentales y espirituales. Su efectividad no ha sido demostrada con evidencia científica (Novella, 2011), pero en Ecuador se acepta y protege su uso enmarcado como una terapia integral/completa o una práctica de bienestar de la salud.

Otro informante refirió que es usuario de la naturopatía, la terapia floral, la homeopatía y el yoga:

- *“Considero que la cultura de la confianza en las plantas medicinales sí ha sido mi primera opción en este último par de años, y usar formas caseras de medicina botánica. Usé medicina un poco más sutil hecha con plantas igual, que son las flores de Bach, como medicina energética; la usé por un tiempo. En Venezuela llegué a usar homeopatía y me ayudó bastante; de hecho, la puede dejar cuando conocí a la ayahuasca. Yo tenía mucha ansiedad y quizá depresión también, que se me había mejorado con las gotitas y el yoga, y poco a poco con la ayahuasca fui dejando las gotitas hasta que no las necesité. Hoy en día uso medicina alopática, plantas de poder y medicina botánica.”*

- masculino venezolano, residente quiteño de 33 años, practicante habitual, músico/profesor/intérprete, sin antecedente patológico ni ingesta farmacológica; según los cuestionarios aplicados, tenía muy buena salud física, ningún síntoma emocional y espiritualidad media

La naturopatía, según Millstine (2021), es una medicina alternativa que combina terapias como uso botánico para prevención y tratamiento de enfermedades, nutrición, terapias físicas, acupuntura, ejercicio físico, hidroterapia, entre otras. Exhibe evidencia limitada o de baja calidad, pero en algunos casos, no se considera inferior a los enfoques de la medicina convencional y hasta podría superarlos. Ha demostrado ser beneficiosa en personas que padecen enfermedades crónicas, enfermedad cardíaca, dolor, diabetes tipo 2 y trastornos de salud mental. En Ecuador, es incentivada como una terapia integral/completa.

La terapia floral del Dr. Bach, según Orozco (2003), es un sistema de medicina natural que basada en la acción terapéutica de 38 esencias florales energéticas o vibratorias que actúan sobre el campo emocional, mental, físico y espiritual del ser. Aunque su eficacia ha sido escasamente evidenciada, en Ecuador es protegida como una práctica de bienestar de la salud. Otra de estas prácticas de bienestar, es el yoga, que es una forma de ejercicio físico basada en elongaciones musculares, control de la respiración y meditación; se ha encontrado evidencia limitada que apoya su uso para el beneficio de la salud (Giménez, 2020).

La homeopatía, según Echeagaray (2011), es un método terapéutico basado en el principio de similitud, que defiende la posibilidad de tratar enfermedades con dosis infinitesimales de sustancias animales, vegetales o minerales que, en grandes dosis, podrían provocar un cuadro patológico similar. Sus efectos terapéuticos han sido muy cuestionados, y no se encuentra enmarcada dentro de la medicina tradicional y complementaria en Ecuador.

Otro punto dentro de las terapias alternativas, es la medicina cannábica. Si bien algunos informantes incluyeron al consumo de “marihuana” dentro de sus hábitos no saludables, otros defienden su uso terapéutico:

- *“Actualmente me dedico a cultivar cannabis con fines medicinales y recreativos.”*

- masculino quiteño de 24 años, practicante experimental, estudiante universitario, con antecedente patológico de trastorno afectivo emocional y depresión, sin ingesta farmacológica; según los cuestionarios aplicados, acudió con buena salud física, síntomas

extremos de depresión y estrés, síntomas severos de ansiedad y nivel medio de espiritualidad

- *“He consumido de manera ceremonial y terapéutica, cannabis.”*

- femenina quiteña de 32 años, practicante habitual, psicóloga industrial, sin antecedente patológico ni ingesta farmacológica; según los cuestionarios aplicados, acudió con excelente salud física, sin síntomas emocionales y espiritualidad alta

- *“Yo ayudo a un amigo mío a conseguir semillas de cannabis para plantar y poder consumirlo. Nosotros sabíamos que antes estábamos consumiendo mal, porque la mayoría del cannabis se consigue en la calle. Así que decidimos cultivar. Mi amigo se hizo muy apegado a las plantas y yo le he apoyado, he estado ahí al lado aprendiendo y solamente así ya me conecto bastante con la naturaleza, solo por estar ayudando un poquito a plantarla y a cuidarla. La he consumido tanto fumando como con comida y he hecho crema y aceite. La crema y aceite ha sido para mi familia principalmente.”*

- masculino ibarreño de 28 años, practicante ocasional, fotógrafo/profesor, sin antecedente patológico ni ingesta farmacológica; según los cuestionarios aplicados, acudió con buena salud física, sin síntomas emocionales y espiritualidad alta

- *“Comencé a investigar a raíz de este problema de mi hija [retraso mental y rasgos autistas]. Cuando ella era más pequeña le dimos un poco de gotas de CBD luego de que yo investigué y comprendí que el cannabis no es una droga, es una planta que tiene muchas propiedades medicinales. Igualmente, antes de internarle a mi hija, yo dormía poco pero dormía. Cuando la internamos, mi sueño se fue y hasta la fecha no lo recupero, no duermo. Estoy usando el cannabis para dormir y es lo único que me permite descansar.”*

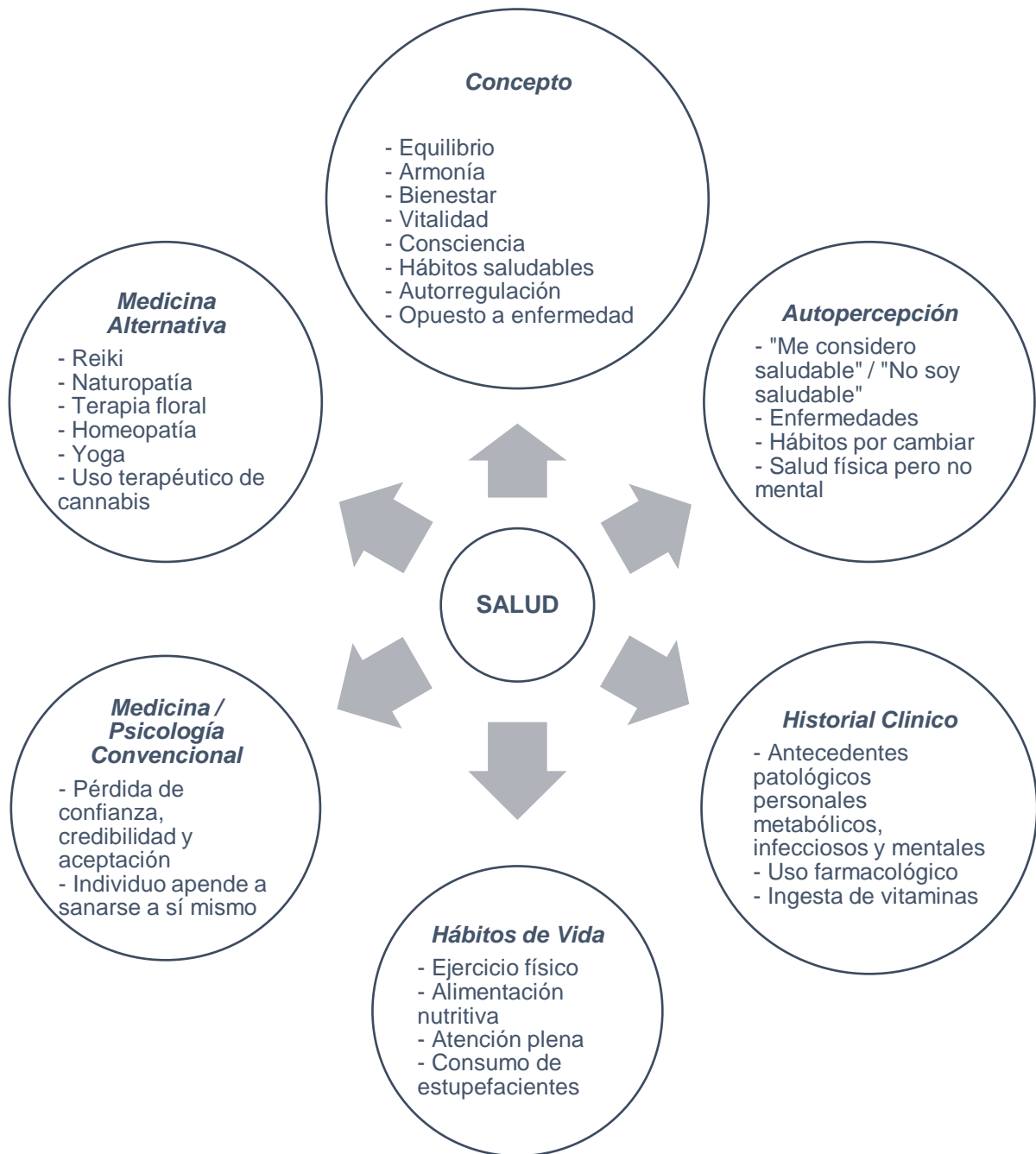
- masculino quiteño de 48 años, practicante experimental, empleado público, sin antecedente patológico ni ingesta farmacológica; según los cuestionarios aplicados, acudió con buena salud física, síntomas leves de depresión, síntomas severos de ansiedad, síntomas moderados de estrés y nivel medio de espiritualidad

Como se mencionó en una sección anterior, el cannabis ha mostrado ser una alternativa eficaz frente a patologías, sobre todo crónicas. El Instituto Nacional sobre el Abuso de Drogas de Estados Unidos en un boletín de 2019, menciona que el cannabis medicinal se refiere al uso de toda la planta sin procesar, o de sus extractos para tratar ciertos síntomas de enfermedades. En Ecuador, el uso de cannabis medicinal se enmarca en la medicina andina, que es una terapia integral/completa.

En definitiva, los practicantes del uso y consumo de ayahuasca se encuentran más abiertos a probar otro tipo de terapias complementarias y no basan su búsqueda de la salud solamente en un camino invariable.

Gráfico 27

Esquema de Giddens: Salud en Practicantes del Uso y Consumo de Ayahuasca



Elaborado por: Rodríguez (2023)

4.3.3.2 “No Trabaja Como Uno Quiere Sino Como Nuestro Ser lo Necesita”.

Gráfico 28

Motivación para Acudir a una Ceremonia de Ayahuasca



Elaborado por: Rodríguez (2023)

Motivación para Acudir a una Ceremonia de Ayahuasca:

Objetivos y Propósitos.

La búsqueda de autoconocimiento y autoexploración es el objetivo más mencionado entre los informantes:

- “Encontrarme conmigo, conocerme más y ser más consciente de mí misma.”

- femenina quiteña de 50 años, practicante experimental, auditora, con antecedente de hipotiroidismo e ingesta de levotiroxina; según los cuestionarios aplicados, acudió con muy buena salud física, síntomas leves de estrés y espiritualidad alta

- “Conectar más conmigo misma y el universo.”

- femenina quiteña de 18 años, practicante experimental, estudiante de bachillerato, sin antecedente patológico ni ingesta farmacológica; según los cuestionarios aplicados, acudió con excelente salud física, sin síntomas emocionales y espiritualidad alta

- *“Encontrarme a mí mismo otra vez. Siento que estoy muy perdido y que me he perdido a mí mismo. Hay veces en que siento que me odio, quería tratar de hacer las paces conmigo mismo.”*

- masculino de Sto. Domingo de los Tsáchilas, residente quiteño de 27 años, practicante experimental, empleado privado, sin antecedente patológico ni ingesta farmacológica; según los cuestionarios aplicados, acudió con excelente salud física, síntomas moderados de depresión y ansiedad y espiritualidad alta

A partir de la autoconciencia, pueden empezar procesos de sanación y cambios en el individuo. Es por esto que la psiconáutica, como modelo de exploración de la psique humana, está intrínsecamente relacionada con la terapéutica ofrecida por estados alternos de conciencia basados en el consumo de ayahuasca. El conocimiento de uno mismo permite a la persona ser más consciente de sus pensamientos, sentimientos y conductas que, a su vez, es el primer paso para generar cambios en aspectos que estén trayendo dificultades a su vida y restituir la salud en todos sus componentes.

El objetivo netamente terapéutico fue el segundo más mencionado, ya sea por motivos de salud física, salud mental o automejoramiento en general:

- *“Mi objetivo para ingerir ayahuasca fue que mi sistema nervioso se nivele porque siempre he sido una persona muy alterada. Cualquier ruido me molestaba o me estorbaba y me alteraba por cualquier cosa. Entonces yo lo que quería era eso y tomar las cosas más tranquilamente, no ser tan ansiosa y controladora.”*

- femenina quiteña de 51 años, practicante experimental, ama de casa, con antecedente patológico de con hipotiroidismo e ingesta de levotiroxina; según los cuestionarios aplicados, acudió con muy buena salud física, sin síntomas emocionales y espiritualidad alta

- *“Mi objetivo al acudir a una ceremonia con ayahuasca fue que había una herida que no podía sanar con Reiki, que era la herida de abandono. Entonces aproveché esa experiencia para meditar sobre mi deseo de sanar esta herida.”*

- masculino quiteño de 24 años, practicante experimental, auxiliar mecánico, con antecedente de hipotiroidismo e ingesta de vitaminas; según los cuestionarios aplicados, acudió con muy buena salud física, síntomas moderados de depresión y ansiedad y espiritualidad alta

- *“Estaba desarrollando un trastorno depresivo. Nunca había vivido algo así porque siempre, como todos, tenía mis malos momentos pero no al punto de dejar de hacer mis actividades diarias; dejé de ir a la universidad, dejé de hacer muchas cosas.”*

- femenina quiteña de 19 años, practicante ocasional, estudiante universitaria, sin antecedente patológico ni ingesta farmacológica; según los cuestionarios aplicados, acudió con excelente salud física, sin síntomas emocionales y espiritualidad alta

- *“Actualmente estoy buscando mejorar, tal vez inconscientemente tengo muchas cosas que quiero mejorar. Creo que en el mundo hay mucha maldad y confusión, y quiero llegar a ser una de las pocas personas que puedan seguir haciendo el bien sin mirar a quién.”*

- masculino quiteño de 24 años, practicante experimental, estudiante universitario, con antecedente patológico de trastorno afectivo emocional y depresión, sin ingesta farmacológica; según los cuestionarios aplicados, acudió con buena salud física, síntomas extremos de depresión y estrés, síntomas severos de ansiedad y nivel medio de espiritualidad

Otro de los objetivos mencionados, fue el de reafirmar rutas de salutogénesis:

- *“Aclararme un poco más en algo que yo ya sé: la importancia del actuar en la vida, porque sobrepensar o solo estar inmerso en la espiritualidad, no es sano; la espiritualidad real también es aplicada en el día a día. Para mí ha sido relacionada al trabajo y al profesionalismo en muchos sentidos, mi familia, responsabilidades, vivir el presente...”*

- masculino ibarreño de 28 años, practicante ocasional, fotógrafo/profesor, sin antecedente patológico ni ingesta farmacológica; según los cuestionarios aplicados, acudió con buena salud física, sin síntomas emocionales y espiritualidad alta

Según Rodríguez (2016), la salutogénesis es un enfoque del proceso salud – enfermedad, que se compone de acciones dirigidas hacia la conservación, bienestar y crecimiento del individuo, incrementando el control de la propia salud para mejorarla. Este modelo se basa en fuentes de autoregeneración y el poder de autosanación humano; fue establecida en la Primera Conferencia Internacional sobre Promoción de la Salud llevada a cabo en Ottawa (Canadá). El individuo a partir de este modelo, asume que es heterostático, lo que significa que se encuentra en un estado dinámico de desequilibrio y es capaz de afrontar y responder a retos; y es coherente, lo que significa que no se relaciona con sus circunstancias y es resiliente (tiene fuerza interna basada en su espiritualidad). Rodríguez enfatiza en la importancia de implementar este modelo en el sistema sanitario infiriendo que las personas que desarrollan capacidades salutogénicas, tienen mejores resultados de salud.

La ayahuasca, como se ha comentado antes, facilita experiencias en el individuo que le permiten visualizarse como capaz de generar su propia salud, siendo asertivo con los retos en su vida, siendo coherente y resiliente.

En otro orden de ideas, el informante que acude por salutogénesis, comenta que acude también por motivos artísticos:

- *“Lo hago por mi trabajo de fotógrafo; me decidí a hacer un proyecto para exponer fotos, videos, blogs, y si es posible a un futuro, hacer un libro sobre ceremonias; es un portafolio para alcanzar un sueño.”*

- masculino ibarreño de 28 años, practicante ocasional, fotógrafo/profesor, sin antecedente patológico ni ingesta farmacológica; según los cuestionarios aplicados, acudió con buena salud física, sin síntomas emocionales y espiritualidad alta

El arte y la creatividad se encuentran muy vinculados con el uso de ayahuasca. Shanon (2010) comenta que la ayahuasca enseña a través de la inspiración, y que dentro de las ceremonias, esta inspiración es invocada gracias a la creación artística manifestada a través de cantos, toque de instrumentos musicales, danzas ocasionales y performances ritualísticos. Shanon manifiesta que la música sirve como el esqueleto de las ceremonias de ayahuasca, las visiones que tienen los usuarios son similares a pinturas y escenarios de películas, las transformaciones en la identidad personal y la metamorfosis alcanzada recuerda a la actuación teatral, y existen rituales de ayahuasca en los que se baila y otros en los que se narran historias mitológicas. Propone que los procesos psicológicos que generan visiones tras la ingesta de ayahuasca, son del mismo tipo que los operativos en la creación artística. Para fundamentar esto, en el estudio realizado por Kuypers (2016), se denota que el consumo de ayahuasca puede incrementar el pensamiento divergente creativo con el consiguiente fortalecimiento de la flexibilidad cognitiva que permite que las personas generen estrategias cognitivas, emocionales y conductuales nuevas y efectivas, mejorando también el pensamiento creativo y la originalidad.

Por otra parte, una informante acuñó motivos ambientalistas:

- *“Me motivó una gran crisis ecológica para tomar ayahuasca. Yo pensaba con quién podría comunicarme por esto, y era con una planta; a ella le iba a preguntar qué nos sucede como especie. Entonces este sufrimiento me hace tomar la elección de ir a una ceremonia.”*

- femenina quiteña de 33 años, practicante ocasional, terapeuta holística, con antecedente patológico de ansiedad y depresión, sin ingesta farmacológica; según los cuestionarios aplicados, tenía muy buena salud física, síntomas leves de depresión y estrés, síntomas extremos de ansiedad y espiritualidad alta

La ayahuasca, según Redmond (2016), habilita en el individuo una mirada ecológica del entorno, una noción de sí mismo como un ser dual, que posee y necesita una relación armónica con la naturaleza para su crecimiento y libertad. La ayahuasca y su ritual, apelan a la introspección, a hacerse cargo de sí mismo, y a llevar relaciones respetuosas con la naturaleza y los demás miembros de la sociedad.

Acerca de otros objetivos, una informante declaró que, si bien en un inicio buscaba solamente experimentar los efectos de la ayahuasca, con el tiempo fue notando que para obtener una vivencia más provechosa debía mantenerse abierta a cualquier suceso que ocurriera dentro de su toma del brebaje:

- *“El objetivo en la primera vez que tomé ayahuasca era experimentar qué podía llegar a causar en mí psicológicamente y físicamente; más que sanar y cosas así. Ahora, el objetivo es estar abierta a lo que la planta pueda mostrarme porque es muy sabia, te da lo que necesitas siempre. El propósito en general que siempre pongo es la sabiduría: que pueda ser sabia porque desde ahí puedo caminar en todos los aspectos de mi vida con amor y hacer mejor las*

cosas, pero también estar abierta a las posibilidades y aceptar la sabiduría de la planta con humildad y amor para que te muestre lo que te tenga que mostrar y que te sane.”

- femenina quiteña de 32 años, practicante habitual, psicóloga industrial, sin antecedente patológico ni ingesta farmacológica; según los cuestionarios aplicados, acudió con excelente salud física, sin síntomas emocionales y espiritualidad alta

Por último, solo un informante declaró no haber tenido ningún objetivo ni propósito para consumir ayahuasca, recurrió a su uso como un complemento a su proceso de terapia personal:

- *“Nunca sentí la necesidad de hacer ayahuasca, fue un complemento. Todo lo que necesito está dentro de mí, no en una planta o en una droga. Ya se me fue todo dado.”*

- masculino cubano, residente quiteño de 32 años, practicante experimental, profesor, con antecedente patológico de ansiedad, sin ingesta farmacológica; según los cuestionarios aplicados, acudió con muy buena salud física, síntomas moderados de depresión y estrés, síntomas extremos de ansiedad y espiritualidad alta.

Motivación para Acudir a una Ceremonia de Ayahuasca: Expectativas.

La mayoría de los informantes dijo que acudió a la ceremonia de ayahuasca sin ninguna expectativa, enfatizando en que esa conducta era la que consideraban más idónea y que les traería mayor beneficio:

- *“No tenía ninguna expectativa; me habían dicho y yo creo que eso es lo mejor, en el momento solo dejarse llevar y tratar de sacar lo mejor de aquella experiencia, el mejor aprendizaje.”*

- masculino de Sto. Domingo de los Tsáchilas, residente quiteño de 27 años, practicante experimental, empleado privado, sin antecedente patológico ni ingesta farmacológica; según los cuestionarios aplicados, acudió con excelente salud física, síntomas moderados de depresión y ansiedad y espiritualidad alta

- *“Mi terapeuta me dijo alguna vez ‘no tengas expectativas en la medicina, deja tus expectativas a un lado porque la ayahuasca no trabaja como uno quiere sino como nuestro ser lo necesita’. Así que yo fui sin ninguna expectativa. Yo fui con susto pero que pase lo que tenga que pasar.”*

- masculino quiteño de 48 años, practicante experimental, empleado público, sin antecedente patológico ni ingesta farmacológica; según los cuestionarios aplicados, acudió con buena salud física, síntomas leves de depresión, síntomas severos de ansiedad, síntomas moderados de estrés y nivel medio de espiritualidad

- *“No tenía expectativas al tomar ayahuasca, solo sabía que iba a tener paz y armonía.”*

- masculino cubano, residente quiteño de 32 años, practicante experimental, profesor, con antecedente patológico de ansiedad, sin ingesta farmacológica; según los cuestionarios aplicados, acudió con muy buena salud física, síntomas moderados de depresión y estrés, síntomas extremos de ansiedad y espiritualidad alta.

- *“No tenía ninguna expectativa, la verdad. Me entregué y ya, que pase lo que pase.”*

- masculino quiteño de 24 años, practicante experimental, auxiliar mecánico, con antecedente de hipotiroidismo e ingesta de vitaminas; según los cuestionarios aplicados, acudió con muy buena salud física, síntomas moderados de depresión y ansiedad y espiritualidad alta

- *“No tenía ninguna expectativa, más bien tenía un poquito de temor. Decidí que quería tomarla por un problema de mi sistema nervioso y dije ‘no pierdo nada si me tomo, me puede ayudar, mal no me va a hacer’.”*

- femenina quiteña de 51 años, practicante experimental, ama de casa, con antecedente patológico de con hipotiroidismo e ingesta de levotiroxina; según los cuestionarios aplicados, acudió con muy buena salud física, sin síntomas emocionales y espiritualidad alta

- *“Tú tienes una expectativa antes de tomar, pero al rato que tu tomas, te hace sentir lo que necesitas.”*

- femenina quiteña de 50 años, practicante experimental, auditora, con antecedente de hipotiroidismo e ingesta de levotiroxina; según los cuestionarios aplicados, acudió con muy buena salud física, síntomas leves de estrés y espiritualidad alta

En los testimonios anteriores (todos de practicantes experimentales) se evidencia una frase que se repite en algunos informantes, y se engloba en: *la ayahuasca te da lo que tú necesitas*. Esto podría relacionarse al poco conocimiento de la propia persona y de cuáles son las causas del deterioro en su salud. La ayahuasca, al otorgar más consciencia sobre el ser, permite al individuo observar su almacenamiento inconsciente que no siempre es aquello por lo que acude a una ceremonia de ayahuasca. Esto explicaría por qué “la ayahuasca no te da lo que quieres”, que son nuestros deseos conscientes, sino que “te da lo que necesitas”, refiriéndose a nuestro bagaje cognitivo, emocional y conductual que parte desde el inconsciente y produce desequilibrios en la salud. Al revelar contenido reprimido dentro de la psique, existe la posibilidad de procesarlo y cambiarlo de forma beneficiosa para la salud.

Luna (2010) apoya esto, refiriendo que la ayahuasca a través de sus efectos fisiológicos, integra a las emociones de la persona con sus procesos conscientes, subconscientes e inconscientes. Kavenská (2015) confirma también, que múltiples estudios han sugerido que el consumo de ayahuasca facilita el acceso a capas profundas del inconsciente, experiencias traumáticas y recuerdos reprimidos, y permite una introspección holística y nuevos entendimientos al integrar procesos conscientes e inconscientes en la persona.

De igual manera, se evidencia que existe cierto temor o nerviosismo frente a la ingesta de ayahuasca, pero que se contrasta con un firme deseo y decisión de llevar a cabo su toma.

Por otro lado, dos informantes consideradas como practicantes experimentales, sí refirieron tener expectativas de ámbito optimista:

- *“Mis deseos o mis expectativas fueron poder encontrarme, poder sentirme mejor conmigo misma y tratar de llegar al conocimiento del universo, a encontrarme con el amor total que es Dios para mí.”*

- femenina quiteña de 50 años, practicante experimental, auditora, con antecedente de hipotiroidismo e ingesta de levotiroxina; según los cuestionarios aplicados, acudió con muy buena salud física, síntomas leves de estrés y espiritualidad alta

- *“Antes de tomar ayahuasca, pensé que sería algo agradable totalmente, pero me di cuenta de que todo es cuestión de perspectiva.”*

- femenina quiteña de 18 años, practicante experimental, estudiante de bachillerato, sin antecedente patológico ni ingesta farmacológica; según los cuestionarios aplicados, acudió con excelente salud física, sin síntomas emocionales y espiritualidad alta

Los practicantes ocasionales o habituales referían tener conocimiento previo sobre lo que pasaría tras la ingesta de ayahuasca, por lo que sus expectativas eran realistas, y no fueron sorprendidos con sus efectos:

- *“Yo ya he tenido experiencias. Así que yo ya sabía a qué venía y cuál era mi propósito, así que todo se manejó muy bien durante la ceremonia.”*

- masculino ibarreño de 28 años, practicante ocasional, fotógrafo/profesor, sin antecedente patológico ni ingesta farmacológica; según los cuestionarios aplicados, acudió con buena salud física, sin síntomas emocionales y espiritualidad alta

Motivación para Acudir a una Ceremonia de Ayahuasca: Persuasión Externa.

Algunos informantes registraron haber acudido a una ceremonia de ayahuasca por decisión propia, pero la mayoría (n = 9) declaró que habían asistido debido a una invitación o recomendación de un conocido suyo:

- *“Acudí motivada por un tercero, por mi tío, pero bajo mi propio consentimiento. Fue una decisión muy rápida cuando me invitaron.”*

- femenina quiteña de 50 años, practicante experimental, auditora, con antecedente de hipotiroidismo e ingesta de levotiroxina; según los cuestionarios aplicados, acudió con muy buena salud física, síntomas leves de estrés y espiritualidad alta

- *“Mi mamá me invitó a la ceremonia y con gusto acepté.”*

- femenina quiteña de 18 años, practicante experimental, estudiante de bachillerato, sin antecedente patológico ni ingesta farmacológica; según los cuestionarios aplicados, acudió con excelente salud física, sin síntomas emocionales y espiritualidad alta

- *“Mi terapeuta estuvo ahí para empujarme en mi decisión.”*

- masculino cubano, residente quiteño de 32 años, practicante experimental, profesor, con antecedente patológico de ansiedad, sin ingesta farmacológica; según los cuestionarios

aplicados, acudió con muy buena salud física, síntomas moderados de depresión y estrés, síntomas extremos de ansiedad y espiritualidad alta.

- *“Mi terapeuta me recomendó esto de la ayahuasca. Me enteré de las propiedades que tiene esta medicina y supe que tenía que ir, sabía que me iba a ayudar.”*

- masculino quiteño de 48 años, practicante experimental, empleado público, sin antecedente patológico ni ingesta farmacológica; según los cuestionarios aplicados, acudió con buena salud física, síntomas leves de depresión, síntomas severos de ansiedad, síntomas moderados de estrés y nivel medio de espiritualidad

- *“Un amigo me había contado de su experiencia con la ayahuasca, y me dijo que me iba a ayudar a encontrar mi propósito de vida y que así me iba motivar más.”*

- femenina quiteña de 19 años, practicante ocasional, estudiante universitaria, sin antecedente patológico ni ingesta farmacológica; según los cuestionarios aplicados, acudió con excelente salud física, sin síntomas emocionales y espiritualidad alta

- *“A los 28 años conecto con un compañero que me dice ‘el día de mañana vamos a hacer una ceremonia de ayahuasca’. Le dije que me dé tiempo, me puse a investigar, me quedé maravillada.”*

- femenina quiteña de 33 años, practicante ocasional, terapeuta holística, con antecedente patológico de ansiedad y depresión, sin ingesta farmacológica; según los cuestionarios aplicados, tenía muy buena salud física, síntomas leves de depresión y estrés, síntomas extremos de ansiedad y espiritualidad alta

- *“Mi ex pareja me invitó a tomar ayahuasca en una hacienda que se llama ‘Los Anaucos’ con un médico tradicional de Colombia y el chamán Carlos Pulido.”*

- femenina de La Maná, residente quiteña de 34 años, practicante habitual, terapeuta emocional, sin antecedente patológico ni ingesta farmacológica; según los cuestionarios aplicados, tenía excelente salud física, sin síntomas emocionales y espiritualidad alta

- *“La primera vez que tomé ayahuasca, me invitaron.”*

- masculino venezolano, residente quiteño de 42 años, practicante habitual, programador, sin antecedente patológico ni ingesta farmacológica; según los cuestionarios aplicados, tenía muy buena salud física, síntomas moderados de depresión, síntomas leves de ansiedad y espiritualidad alta

- *“En Venezuela había tomado ayahuasca una sola vez que me invitó un amigo.”*

- masculino venezolano, residente quiteño de 33 años, practicante habitual, músico/profesor/intérprete, sin antecedente patológico ni ingesta farmacológica; según los cuestionarios aplicados, tenía muy buena salud física, ningún síntoma emocional y espiritualidad media

Estos testimonios muestran que la ayahuasca y los rituales alrededor de su uso y consumo, son aprendizajes que se siguen pasando de forma oral desde hace siglos. También evidencian la falta de difusión científica que esté al alcance de toda la población en medios comunicativos tradicionales y modernos.

Motivación para Acudir a una Ceremonia de Ayahuasca:
“El Llamado de la Ayahuasca”

Existe un fenómeno común entre practicantes, al cual denominan “el llamado de la ayahuasca”. No se ha encontrado ningún registro sobre esto en la literatura. Sin embargo, es ampliamente extendido en comunidades ayahuasqueras:

- *“Por la invitación que tuve, no dudé en ir, dije ‘sí, voy a hacerlo’. Fue una decisión rápida. Si es que ese fue el llamado de la ayahuasca, entonces sí, lo sentí.”*

- femenina quiteña de 50 años, practicante experimental, auditora, con antecedente de hipotiroidismo e ingesta de levotiroxina; según los cuestionarios aplicados, acudió con muy buena salud física, síntomas leves de estrés y espiritualidad alta

- *“Simplemente quise hacerlo. Fue como si solo sintiera que tenía que tomarla.”*

- femenina quiteña de 18 años, practicante experimental, estudiante de bachillerato, sin antecedente patológico ni ingesta farmacológica; según los cuestionarios aplicados, acudió con excelente salud física, sin síntomas emocionales y espiritualidad alta

- *“Creo que yo sí sentí el ‘llamado de la ayahuasca’ porque me hice ochos para llegar ahí. Hice todo lo posible para llegar lo más pronto y yo sabía que ese era el día, yo quería hacerlo ese día y sentía que era necesario.”*

- masculino de Sto. Domingo de los Tsáchilas, residente quiteño de 27 años, practicante experimental, empleado privado, sin antecedente patológico ni ingesta farmacológica; según los cuestionarios aplicados, acudió con excelente salud física, síntomas moderados de depresión y ansiedad y espiritualidad alta

- *“Sentí su llamado.”*

- femenina quiteña de 51 años, practicante experimental, ama de casa, con antecedente patológico de con hipotiroidismo e ingesta de levotiroxina; según los cuestionarios aplicados, acudió con muy buena salud física, sin síntomas emocionales y espiritualidad alta

- *“Sí sentí el llamado de la ayahuasca en la segunda toma, lo sentí bastante.”*

- femenina quiteña de 19 años, practicante ocasional, estudiante universitaria, sin antecedente patológico ni ingesta farmacológica; según los cuestionarios aplicados, acudió con excelente salud física, sin síntomas emocionales y espiritualidad alta

- *“Sentía algo antes de acudir a la ceremonia de ayahuasca.”*

- masculino quiteño de 24 años, practicante experimental, auxiliar mecánico, con antecedente de hipotiroidismo e ingesta de vitaminas; según los cuestionarios aplicados, acudió con muy buena salud física, síntomas moderados de depresión y ansiedad y espiritualidad alta

- *“Yo sentía y la busqué solamente en pensamiento. No es que la busqué de forma tan activa, solamente llegó.”*

- masculino ibarreño de 28 años, practicante ocasional, fotógrafo/profesor, sin antecedente patológico ni ingesta farmacológica; según los cuestionarios aplicados, acudió con buena salud física, sin síntomas emocionales y espiritualidad alta

- *“Sentí la llamada de la ayahuasca. Todo está planeando; a veces las cosas se dan no cuando tú quieres sino cuando se da la oportunidad.”*

- masculino quiteño de 24 años, practicante experimental, estudiante universitario, con antecedente patológico de trastorno afectivo emocional y depresión, sin ingesta farmacológica; según los cuestionarios aplicados, acudió con buena salud física, síntomas extremos de depresión y estrés, síntomas severos de ansiedad y nivel medio de espiritualidad

- *“Nunca tuve una idea consciente de para qué quiero tomar ayahuasca, sólo me llamaba.”*

- masculino venezolano, residente quiteño de 42 años, practicante habitual, programador, sin antecedente patológico ni ingesta farmacológica; según los cuestionarios aplicados, tenía muy buena salud física, síntomas moderados de depresión, síntomas leves de ansiedad y espiritualidad alta

- *“Ya sentía desde hace 3 meses que quería hacer ceremonia. Estaba como muy pendiente, ya necesitaba volver a verme con la ayahuasca; para mí son citas donde me pregunto qué me va a contar, qué me va a decir, no quiero controlarla, quiero entregarme a su sabiduría y a su poder, y rendirme.”*

- femenina quiteña de 33 años, practicante ocasional, terapeuta holística, con antecedente patológico de ansiedad y depresión, sin ingesta farmacológica; según los cuestionarios aplicados, tenía muy buena salud física, síntomas leves de depresión y estrés, síntomas extremos de ansiedad y espiritualidad alta

- *“Un tiempo sentí el llamado demasiado fuerte y era algo así que siempre estaba en mi mente, el ‘tengo que hacer una ceremonia, tengo que ir, tengo que tomar, necesito.’ Entonces a partir de ese llamado que sentí, comencé a investigar un montón sobre las medicinas ancestrales porque sí tenía miedo y creo que es normal para todos cuando no se conoce sobre las plantas y cuando no se conoce absolutamente nada.”*

- femenina quiteña de 32 años, practicante habitual, psicóloga industrial, sin antecedente patológico ni ingesta farmacológica; según los cuestionarios aplicados, acudió con excelente salud física, sin síntomas emocionales y espiritualidad alta

En todos los informantes que lo mencionaron, se aprecia una sensación vaga pero firme que los motiva a tomar ayahuasca, que no se define por reacciones físicas ni pensamientos claros, es más bien una decisión que nace de una profunda sabiduría intuitiva. La intuición, propuesta por Corrales (2010), es un proceso cognitivo caracterizado por la capacidad de llegar a conclusiones acertadas a partir de escasa información en un plazo temporal corto; es un procesamiento subsimbólico, que en ocasiones se encuentra fuera de un nivel consciente pero puede funcionar en situaciones tanto nuevas como conocidas. La intuición es necesaria, útil y fascinante.

Una de las informantes le da luz a este concepto del “llamado”, definiéndolo así:

- *“El ‘llamado de la Ayahuasca’ es una concepción que viene antes de tomarla. He estado en procesos de acompañamiento o sostenimiento en donde les comparto que si tú tienes esta conexión, es porque es parte de ti. Para ponerlo de una forma que no suene tan mágica, químicamente venimos del mismo caldo biológico y en esta implosión, todas estas partículas se separaron y hay partículas que tienen alelopatía. Entonces esta comunicación y afinidad la estamos buscando. Hay gente que tiene una identificación profundísima con el cannabis. Y dicen que no saben por qué, pero es porque químicamente esa persona es compatible. Ya lo pongo muy científico para que se pueda comprender, y es alelopatía. Y eso me pasó con la ayahuasca. La conexión es más que todo una relación biológica donde tu química, tu historia de clan, tu experiencia y tu propósito se conectan con la química del yagé y de dónde viene este.”*

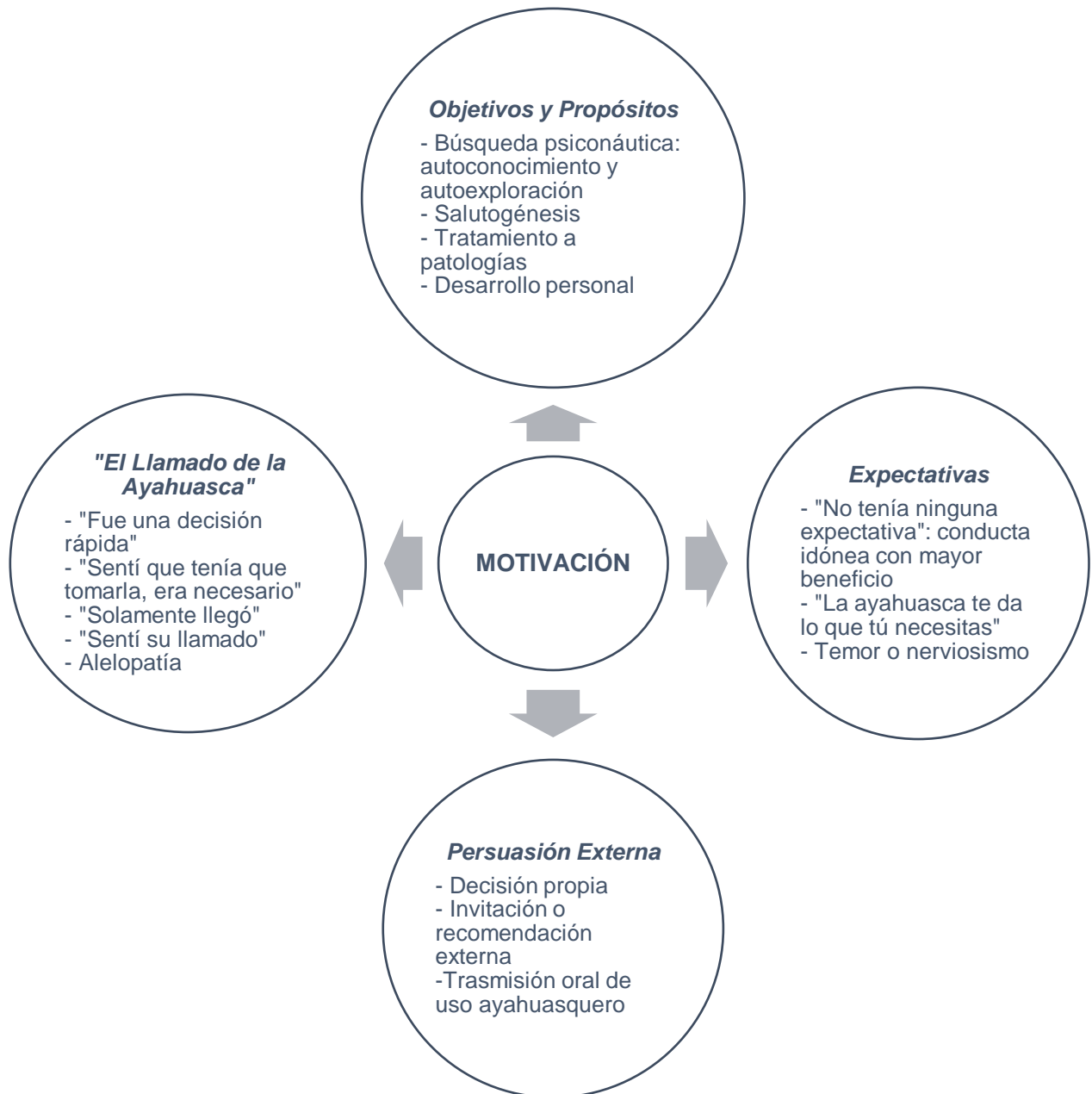
- femenina quiteña de 33 años, practicante ocasional, terapeuta holística, con antecedente patológico de ansiedad y depresión, sin ingesta farmacológica; según los cuestionarios aplicados, tenía muy buena salud física, síntomas leves de depresión y estrés, síntomas extremos de ansiedad y espiritualidad alta

La alelopatía, mencionada en el testimonio pasado, es definida como un efecto directo o indirecto producido por plantas, algas, bacterias y hongos sobre sistemas biológicos mediante metabolitos producidos y liberados al medio ambiente (Oliveros – Bastida, 2008).

Se queda en duda si alguno de estos procesos antes descritos podría justificar el razonamiento detrás de “el llamado”, pero no deja de ser interesante como conocimiento y fenómeno colectivo.

Gráfico 29

Esquema de Giddens: Motivación para Acudir a una Ceremonia de Ayahuasca

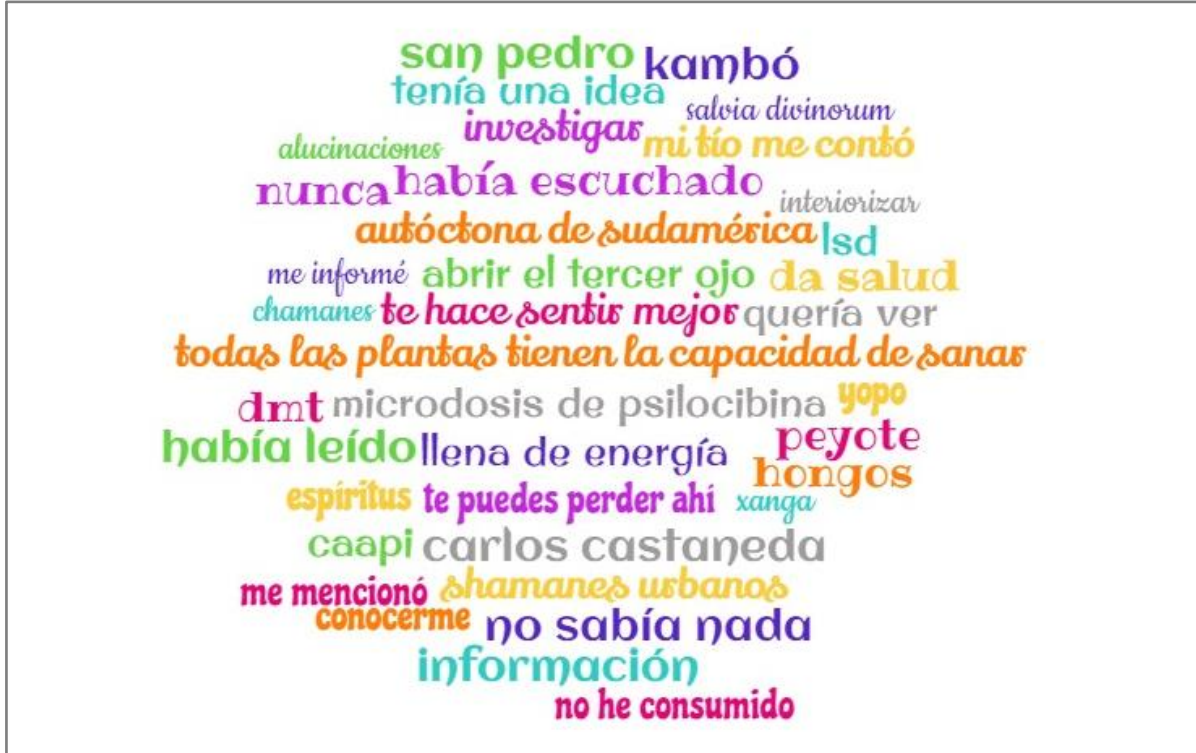


Elaborado por: Rodríguez (2023)

4.3.3.3 “La Ayahuasca se Manifiesta de Diferentes Formas: Puede Estar en una Hierbaluisa o en una Ortiga”.

Gráfico 30

Antecedentes a la Toma de Ayahuasca



Elaborado por: Rodríguez (2023)

Antecedentes a la Toma de Ayahuasca: Conocimiento Previo sobre la Ayahuasca

La mayoría de los informantes alegaron haber escuchado sobre la ayahuasca y sus efectos, apoyando a la extendida transmisión oral de este conocimiento:

- “Creo que cuando empecé la universidad más o menos o en el colegio ya tenía una idea sobre la ayahuasca. Sin embargo, cuando terminé la universidad es cuando tuve la experiencia con ella.”

- masculino ibarreño de 28 años, practicante ocasional, fotógrafo/profesor, sin antecedente patológico ni ingesta farmacológica; según los cuestionarios aplicados, acudió con buena salud física, sin síntomas emocionales y espiritualidad alta

- “Había escuchado a gente que decía que la ayahuasca no funcionaba, y otros que decían que sí funciona o que les hizo mucho daño.”

- masculino cubano, residente quiteño de 32 años, practicante experimental, profesor, con antecedente patológico de ansiedad, sin ingesta farmacológica; según los cuestionarios aplicados, acudió con muy buena salud física, síntomas moderados de depresión y estrés, síntomas extremos de ansiedad y espiritualidad alta.

- *“Había escuchado sobre ella y tengo una persona cercana que me dio un poco más de información y por eso lo quería experimentar.”*

- femenina quiteña de 51 años, practicante experimental, ama de casa, con antecedente patológico de con hipotiroidismo e ingesta de levotiroxina; según los cuestionarios aplicados, acudió con muy buena salud física, sin síntomas emocionales y espiritualidad alta

- *“Había escuchado bastante sobre el tema de la ayahuasca, que da salud. Mi amigo me había dicho que te llena de mucha energía, que te hace sentir super mejor y esas cosas, que antes se cansaba mucho y ahora ya no tanto. Había escuchado igual sobre las alucinaciones, mucha gente me hablo de eso como algo medio preocupante y me decían que te puedes perder ahí.”*

- femenina quiteña de 19 años, practicante ocasional, estudiante universitaria, sin antecedente patológico ni ingesta farmacológica; según los cuestionarios aplicados, acudió con excelente salud física, sin síntomas emocionales y espiritualidad alta

- *“Llegué a conocer la ayahuasca en un entorno donde había personas que trabajaban con eso; como yo vivía en Otavalo, tuve contacto con un chamán y le escuché hablar sobre esto. Yo era muy jovencita, apenas unos 18 años pero estaba presente la fuerza de la planta.”*

- femenina quiteña de 33 años, practicante ocasional, terapeuta holística, con antecedente patológico de ansiedad y depresión, sin ingesta farmacológica; según los cuestionarios aplicados, tenía muy buena salud física, síntomas leves de depresión y estrés, síntomas extremos de ansiedad y espiritualidad alta

- *“Yo quería hacer la ceremonia desde hace aproximadamente un año y medio. Tenía la idea de hacer la ceremonia porque sí tengo ciertos problemas con mi autoestima. Quería ver qué enseñanza me podría dar la ayahuasca porque había escuchado que es una medicina para el alma y para la mente, que demuestra mucho el interior de nosotros y cómo podemos sanar. Era algo que yo quería hacer pero no lo había investigado tanto. Sabía que se realizaban los rituales de ayahuasca por la zona de Santo Domingo entonces quería ir para allá pero afortunadamente, vino para Quito. El ritual lleva siglos de siglos desde nuestros antepasados incas. Tiene derivaciones de toda Mesoamérica; también se utilizaba en México a la par del peyote. Según tenía entendido, la ayahuasca es más autóctona de Sudamérica en su parte incaica y se utilizaba para que los chamanes estén en contacto con los espíritus y para ese tipo de sesiones espiritistas más que nada. Los altos shamanes eran los únicos que tenían la sabiduría para poder ingresar en el trance de la ayahuasca y poder obtener el conocimiento de ella.”*

- masculino de Sto. Domingo de los Tsáchilas, residente quiteño de 27 años, practicante experimental, empleado privado, sin antecedente patológico ni ingesta farmacológica; según los cuestionarios aplicados, acudió con excelente salud física, síntomas moderados de depresión y ansiedad y espiritualidad alta

En algunos testimonios, se evidencian connotaciones negativas frente a la idea del uso y consumo de ayahuasca, ejemplificándose con frases como “no funciona”, “les hizo mucho daño” y “te puedes perder ahí”. Así como se revisó en el marco teórico, la ayahuasca tiene muy pocos efectos adversos y cuando la experiencia de toma es correctamente acompañada y evaluada, el riesgo de un trastorno posterior es realmente bajo. Sin embargo, no todos los

consumidores llegan a tener experiencias trascendentales de sanación, por lo que sí pueden reportarse casos en que la ayahuasca no produzca ningún efecto perceptible en el sujeto.

Hay una variabilidad significativa en la respuesta a psiquedélicos como la ayahuasca de forma interindividual (entre individuos) e intraindividual (en el mismo individuo en distintos momentos); todo esto íntimamente relacionado con el concepto de 'set' y 'setting', que en este trabajo investigativo pasará a ser llamado "interno y entorno", y son las condiciones en que se lleva a cabo una experiencia con ayahuasca. El interno (*set*) se refiere, idóneamente, a un individuo con una mentalidad predispuesta a aceptar y con apoyo a su alrededor; mientras que el entorno idóneo sería un ambiente seguro (*setting*). Cuando no existen estas condiciones mínimas, el consumidor podría no sentir ningún efecto, o experimentar reacciones de distrés como ansiedad, disrupción cognitiva o exceso de respuestas eufóricas (Frecka, 2012). El concepto es analizado con más profundidad en el capítulo siguiente.

Otros informantes refirieron que si bien en un principio solo escucharon sobre la ayahuasca, después investigaron por sí mismos para afirmar su decisión de acudir a una ceremonia:

- *"Me enteré de que existía la ayahuasca cuando mi tío me contó que había esta medicina que te ayudaba a la introspección. Antes de asistir me informé muchísimo. Leí que esta planta te ayudaba a conocerte, a ver que te pasa a ti adentro y que te decía las cosas, que te ayudaba a mejorar la salud física y la mental."*

- femenina quiteña de 50 años, practicante experimental, auditora, con antecedente de hipotiroidismo e ingesta de levotiroxina; según los cuestionarios aplicados, acudió con muy buena salud física, síntomas leves de estrés y espiritualidad alta

- *"En mi colegio habíamos topado el tema superficialmente y mi mamá también me lo había mencionado. Yo había leído acerca de ella."*

- femenina quiteña de 18 años, practicante experimental, estudiante de bachillerato, sin antecedente patológico ni ingesta farmacológica; según los cuestionarios aplicados, acudió con excelente salud física, sin síntomas emocionales y espiritualidad alta

- *"Tenía esta idea de la ayahuasca porque había escuchado sobre ella, sabía que contenía DMT que es llamada 'la molécula de Dios' y que eso te ayuda a abrir el tercer ojo. Pensé que tal vez si podía llegar a ese nivel, yo podría poder dilucidar todas las cosas que tengo y todas las actitudes y conductas autodestructivas que tengo. Me puse a investigar bastante y recuerdo que me había hecho una promesa de probar distintos tipos de drogas para ver si puedo interiorizar y poder sacar todo eso que tengo, conocerme más por dentro que por fuera, y quizás tal vez ahí encuentre la razón de que porque soy una persona tan triste."*

- masculino quiteño de 24 años, practicante experimental, estudiante universitario, con antecedente patológico de trastorno afectivo emocional y depresión, sin ingesta farmacológica; según los cuestionarios aplicados, acudió con buena salud física, síntomas extremos de depresión y estrés, síntomas severos de ansiedad y nivel medio de espiritualidad

En los testimonios anteriores, es posible notar la difusión de efectos beneficiosos para la salud con frases como “te llena de mucha energía, te hace sentir mejor”, “es una medicina para el alma y para la mente, que demuestra mucho el interior de nosotros y cómo podemos sanar”, “te ayuda a conocerte”, “mejora la salud física y la mental”, entre otros.

Por último, tres informantes declararon no haber sabido nada de la ayahuasca antes de tomarla:

- *“No sabía nada de la ayahuasca, simplemente me fui a ciegas, sólo por el placer de algo nuevo.”*

- masculino quiteño de 24 años, practicante experimental, auxiliar mecánico, con antecedente de hipotiroidismo e ingesta de vitaminas; según los cuestionarios aplicados, acudió con muy buena salud física, síntomas moderados de depresión y ansiedad y espiritualidad alta

- *“No sabía lo que era. Tenía alguna idea habiendo leído libros de Carlos Castaneda. No entendí mi primera ceremonia, no sabía para qué era eso pero sí me llamó la atención. Estuve buscando hasta que volví a encontrar ayahuasca. Luego la sentí y ya la empecé a entender.”*

- masculino venezolano, residente quiteño de 42 años, practicante habitual, programador, sin antecedente patológico ni ingesta farmacológica; según los cuestionarios aplicados, tenía muy buena salud física, síntomas moderados de depresión, síntomas leves de ansiedad y espiritualidad alta

- *“No sabía qué era.”*

- masculino venezolano, residente quiteño de 33 años, practicante habitual, músico/profesor/intérprete, sin antecedente patológico ni ingesta farmacológica; según los cuestionarios aplicados, tenía muy buena salud física, ningún síntoma emocional y espiritualidad media

Antecedentes a la Toma de Ayahuasca: **Consumo de Otros Enteógenos o Psiquedélicos**

Solo 3 informantes respondieron que nunca habían consumido enteógenos o psiquedélicos antes de tomar ayahuasca. Entre los demás informantes, algunos registraron uso y consumo de enteógenos únicamente, siendo los hongos Psilocybe y el cactus San Pedro los más mencionados:

- *“He tomado San Pedro que es un cactus, una medicina de poder; es llamado San Pedro, Wachuma o Awacoya. He comido honguitos que también son llamados ‘niños de luz’. Creo que cada medicina tiene su poder y su sabiduría ya que son medicinas ancestrales que vienen de años y son abuelas sabias.”*

- femenina quiteña de 32 años, practicante habitual, psicóloga industrial, sin antecedente patológico ni ingesta farmacológica; según los cuestionarios aplicados, acudió con excelente salud física, sin síntomas emocionales y espiritualidad alta

- *“He consumido hongos en un entorno ritual, ahí fue más ceremonial.”*
 - masculino de Sto. Domingo de los Tsáchilas, residente quiteño de 27 años, practicante experimental, empleado privado, sin antecedente patológico ni ingesta farmacológica; según los cuestionarios aplicados, acudió con excelente salud física, síntomas moderados de depresión y ansiedad y espiritualidad alta

- *“En estos tiempos he buscado ayuda y conseguí un terapeuta que trabaja con hongos mágicos.”*
 - masculino quiteño de 48 años, practicante experimental, empleado público, sin antecedente patológico ni ingesta farmacológica; según los cuestionarios aplicados, acudió con buena salud física, síntomas leves de depresión, síntomas severos de ansiedad, síntomas moderados de estrés y nivel medio de espiritualidad

- *“Mi primera toma fue con honguitos y san Pedro. Me fue súper bien.”*
 - femenina quiteña de 19 años, practicante ocasional, estudiante universitaria, sin antecedente patológico ni ingesta farmacológica; según los cuestionarios aplicados, acudió con excelente salud física, sin síntomas emocionales y espiritualidad alta

- *“Hubo un tiempo donde usaba San Pedro con frecuencia; hoy es sólo cuando trabajo en ceremonias que uso el San Pedro o los hongos. El yopo lo experimenté una sola vez.”*
 - masculino venezolano, residente quiteño de 33 años, practicante habitual, músico/profesor/intérprete, sin antecedente patológico ni ingesta farmacológica; según los cuestionarios aplicados, tenía muy buena salud física, ningún síntoma emocional y espiritualidad media

- *“Consumo Santa María, San Pedrito, cuando hay honguitos. No me considerado casado con la ayahuasca pero esa es la madre. Las medicinas muestran lo mismo de formas diferentes.”*
 - masculino venezolano, residente quiteño de 42 años, practicante habitual, programador, sin antecedente patológico ni ingesta farmacológica; según los cuestionarios aplicados, tenía muy buena salud física, síntomas moderados de depresión, síntomas leves de ansiedad y espiritualidad alta

Pocos informantes alegaron que no habían consumido enteógenos, pero sí psiquedélicos como la dietilamida de ácido lisérgico (LSD):

- *“He probado LSD. La primera vez fue horrible porque no tenía un puente a la realidad y estuve como 7 horas en ese mundo. Eso me deprimió. La segunda vez ya fue bastante mejor porque ya me informé, ya vi vídeos de cómo tener un buen viaje en YouTube. Puse música y sonidos binaurales, fue hermoso, totalmente diferente al primer viaje.”*
 - masculino quiteño de 24 años, practicante experimental, auxiliar mecánico, con antecedente de hipotiroidismo e ingesta de vitaminas; según los cuestionarios aplicados, acudió con muy buena salud física, síntomas moderados de depresión y ansiedad y espiritualidad alta

- *“He probado LSD y cuando ya se me pasó el efecto, dije ‘wow, creo que por primera vez pude sacar todo lo que tenía en mi cabeza y lo pude hacer visual’.”*

- masculino quiteño de 24 años, practicante experimental, estudiante universitario, con antecedente patológico de trastorno afectivo emocional y depresión, sin ingesta farmacológica; según los cuestionarios aplicados, acudió con buena salud física, síntomas extremos de depresión y estrés, síntomas severos de ansiedad y nivel medio de espiritualidad

Como un comentario, se recalca que todos los enteógenos son psikedélicos pero no todos los psikedélicos son enteógenos. El término “enteógeno” es coloquialmente empleado para referirse solamente a derivados vegetales utilizados en un entorno ritualístico, a diferencia del término “psicodélico” que se utiliza para cualquier sustancia natural o sintética que manifiesta a la mente del individuo.

También existieron informantes que habían tenido experiencias tanto con enteógenos como con psikedélicos, siendo los más mencionados el LSD, los hongos psilocibios y la salvia divinorum:

- *“Hice dos ceremonias con LSD a pesar de que yo no consumo drogas. Estuve en tratamiento dos meses más o menos con microdosis de psilocibina y tuve una experiencia con Salvia Divinorum y cannabis. En mi infancia en Otavalo, recuerdo haber comido hongos, y siento que desde ahí empezó todo. La ayahuasca se manifiesta de diferentes formas; puede estar en una hierbaluisa o en una ortiga porque todas las plantas tienen la capacidad de sanar, inclusive las plantas que para las personas son venenosas. Esto es algo que se aprende mucho en homeopatía. Y todo tiene DMT, no solo la ayahuasca.”*

- femenina quiteña de 33 años, practicante ocasional, terapeuta holística, con antecedente patológico de ansiedad y depresión, sin ingesta farmacológica; según los cuestionarios aplicados, tenía muy buena salud física, síntomas leves de depresión y estrés, síntomas extremos de ansiedad y espiritualidad alta

- *“He consumido LSD por dos ocasiones. Desde que tenía unos 28 o 29 años que empecé con las medicinas, ha sido full yagé, San Pedro, honguitos, changa, yopo, kambó, peyote, rapé y caapi que es la corteza de la ayahuasca.”*

- masculino quiteño de 34 años, practicante habitual, terapeuta alternativo/empleado privado, con antecedente patológico de trastorno obsesivo – compulsivo, sin ingesta farmacológica; según los cuestionarios aplicados, tenía buena salud, síntomas leves de depresión, síntomas moderados de ansiedad y espiritualidad alta

- *“He consumido hongos un poco más seguido; lo he hecho en ceremonias, por recreación o para ir a la montaña. Antes de la ayahuasca consumí una plantita que es igualmente muy fuerte, se llama Salvia Divinorum; es una planta seca que se fuma en una pipita de agua. También he consumido LSD; no lo he hecho de manera ceremonial, solo ha sido recreacional. Para ceremonias con eso, ahora existen las personas que se llaman ‘shamanes urbanos’, quienes han aprendido así como yo, a aplicar esto en el conocimiento personal.”*

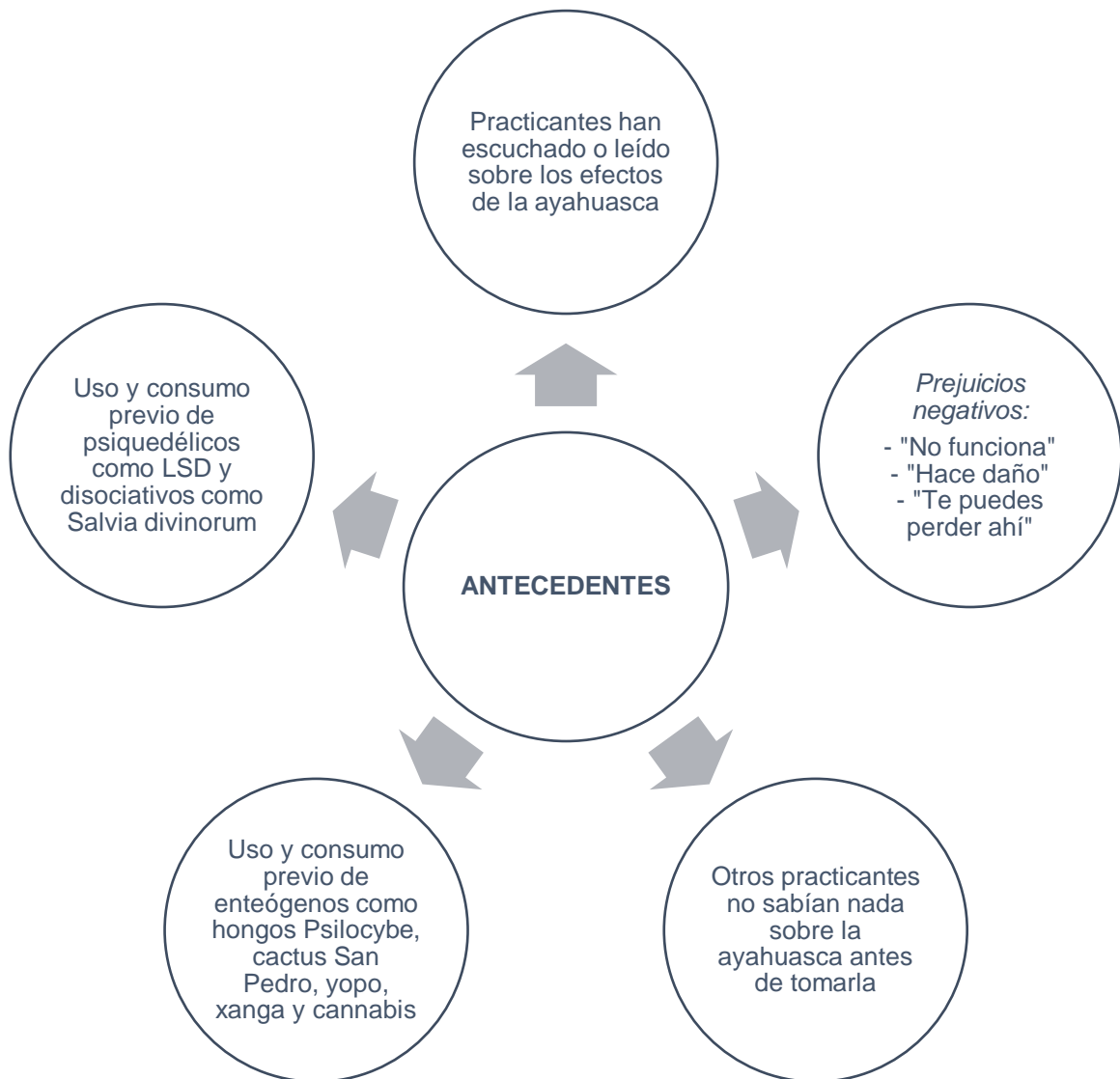
- masculino ibarreño de 28 años, practicante ocasional, fotógrafo/profesor, sin antecedente patológico ni ingesta farmacológica; según los cuestionarios aplicados, acudió con buena salud física, sin síntomas emocionales y espiritualidad alta

El concepto de “chamanismo urbano” identificado en el último testimonio, llamado también “neochamanismo”, es un conjunto de prácticas y discursos modernos que integran técnicas chamánicas procedentes mayormente de América con técnicas psicoterapéuticas llevadas por sujetos urbanos quienes se oponen al materialismo europeo y buscan reestablecer conexiones con los saberes indígenas y la espiritualidad; en algunas ocasiones, a través de estados alternos de conciencia que pueden o no, valerse de psiquedélicos (Scuro, 2018).

En conclusión, de esta forma se denota que los practicantes del uso y consumo de ayahuasca son cercanos al uso y consumo de psiquedélicos y enteógenos en general, presumiblemente por su búsqueda psiconáutica, terapéutica o salutogénica.

Gráfico 31

Esquema de Giddens: Antecedentes a la Toma de Ayahuasca



Elaborado por: Rodríguez (2023)

4.3.3.4 “Ya No Soportaba Estar en Este Cuerpo”.

Curso de Vida:

Sucesos Vitales en Infancia, Adolescencia, Juventud y Aduldez.

Gráfico 32

Sucesos Vitales



Elaborado por: Rodríguez (2023)

Según Kuh (2003), el curso de la vida se enfoca en los efectos de la salud a largo plazo de la exposición a riesgos físicos o sociales durante cualquier fase del ciclo vital (gestación, infancia, adolescencia, juventud y adultez). Por esto, se ha decidido identificar posibles detonadores en sucesos vitales que hayan requerido la búsqueda de una alternativa terapéutica como el uso y consumo de ayahuasca.

A continuación, se muestran algunos testimonios destacados que se irán analizando:

- “Viví solo con mi mamá, mi tía y mis abuelos como hasta los 14 años y me gustaba jugar con mis amigos y amigas ahí en el edificio donde vivía, jugar videojuegos, era muy de mi casa como hasta los 11 años. En la adolescencia conocí la música y tuve mis primeras novias, fue un tiempo de mucho movimiento, empecé a estudiar música. Vivía en casa de mis abuelos en ese tiempo, me había ido de mi casa, me había graduado de Idiomas Modernos y estaba viendo que la situación en Venezuela no era muy prometedora en el sentido de la independencia. Mis abuelos iban a visitar a mi tía que vivía en Quito y aproveché, me vine con ellos y ahí me quedé hace unos 9 años, cuando tenía unos 25 años.”

- masculino venezolano, residente quiteño de 33 años, practicante habitual, músico/profesor/intérprete, es integrante de la organización 'Ayahuasca en Ecuador'

En la vivencia comentada, el informante declara haber pasado por situaciones como salida de su hogar y migración hacia Ecuador desde Venezuela por la situación sociopolítica actual de aquel país. Otro informante comenta también sobre haberse independizado muy joven:

- *“Yo me fui de mi casa muy joven, cuando tenía 21 años, y en este tiempo la gente me empezó a culpar de que yo le había traicionado a mi mamá y yo me sentí muy deprimido porque toda mi familia se alejó. Me sentía absolutamente solo.”*

- masculino quiteño de 34 años, practicante habitual, terapeuta alternativo/empleador privado, no es integrante de la organización 'Ayahuasca en Ecuador'

Tras estos sucesos y motivado por la depresión, el informante decide recurrir a intentos autolíticos:

- *“Cuando tenía 26 años, tenía planeado suicidarme por primera vez, sabía qué pastillas me iba a comprar, tenía planeado irme al Parque Metropolitano del Sur, tomármelas ahí y desaparecer.”*

- masculino quiteño de 34 años, practicante habitual, terapeuta alternativo/empleador privado, no es integrante de la organización 'Ayahuasca en Ecuador'

Sin embargo, encuentra consuelo en su familia y en una técnica de desarrollo personal conocida como programación neurolingüística:

- *“Unos 10 días antes me llama mi hermano gemelo para salir, y me dijo ‘ñaña, no te voy a juzgar por lo que te fuiste de casa, ahora te entiendo y quiero que tú seas feliz, quiero que estés tranquilo’. Me hizo llorar, me abrazó de una forma tan cálida que hasta ahora me acuerdo. Me dijo ‘estoy haciendo unos talleres de programación neurolingüística’ y me invitó a ir. Fui y vi que estos talleres son el primer paso que te pueden ayudar para sacar lo superficial, lo que más duele, te saca todo e iniciar el cambio. Me ayudó un montón, me cambió muchísimo la forma de relacionarme con mis hermanos y con mi mamá; la relación fue muy distinta, ya no desde el resentimiento y el dolor sino desde el amor, desde el abrazarnos y escucharnos. Fue bien distinto. Hay gente que critica el taller pero a mi familia sí nos funcionó como para iniciar. Después tomé San Pedro cuando tenía unos 28 años en un peregrinaje con mi pareja de ese momento.”*

- masculino quiteño de 34 años, practicante habitual, terapeuta alternativo/empleador privado, no es integrante de la organización 'Ayahuasca en Ecuador'

La programación neurolingüística es un conjunto sistemático de operaciones y técnicas empleadas para analizar y modificar conductas mediante el estudio del lenguaje verbal y corporal, basándose en que estos son resultado de los procesos que ocurren en el sistema nervioso. Su eficacia y validez no ha sido demostrada (Gessen, 2002).

La depresión marcada, prolongada y acompañada de ideas autolíticas es comentada por otra informante, alegando que su etiología se encontraba en el método anticonceptivo subdérmico que usaba en aquel momento de su vida:

- *“El anticonceptivo me generó una depresión hasta el nivel en el que yo tenía una tristeza muy profunda, nunca antes había visto el lado malo de la vida. Antes yo sabía la vida dura que me tocó, mi papá no estuvo conmigo y mi mamá me puso a ayudarlo a criar al resto de hijos que tuvo. Yo a los 11 años me fui y tuve que continuar mi vida por mi cuenta y nunca había visto eso con tristeza, siempre lo vi como algo muy valioso; pero luego todo cambió, me sentí la víctima, la niña abandonada, la niña maltratada. Empecé a recordar todo lo malo, salió todo lo negativo que seguramente sí viví pero que antes no lo estaba mirando. Llegué a tal punto depresivo en el que ya no soportaba estar en este cuerpo, a veces me perdía, era extraño y muy autodestructivo. Además, yo me encerraba y no quería hablar con nadie, tampoco quería que mi familia se entere. Era una crisis muy fuerte la que estaba viviendo y mi pareja se iba y quedaba en Venezuela un mes, dos meses, porque venía de turismo, no tenía documentos en Ecuador. Yo vivía sola aparte de esta depresión. En mi trabajo yo llegaba y siempre estaba llorando, siempre estaba sufriendo y sintiéndome de lo peor. Estaba tan identificada con el enojo, con toda la tristeza, la víctima y el deseo de morirme; o sea, amanecía, salía el sol y yo no podía sonreír, todo era estar triste. La verdad es que fue una cosa horrenda, dos años me duró esta depresión.”*

- femenina de La Maná, residente quiteña de 34 años, practicante habitual, terapeuta emocional, es integrante de la organización 'Ayahuasca en Ecuador'

La idea del suicidio se repite en otra informante también:

- *“Voy al gimnasio desde los 7 años, había una presión del fisicoculturismo de mi familia muy arraigada, igual que el tema de las competencias de belleza o los concursos en los que también estuve. Creo que a los 13 o 14 años, me tomé muchas pastillas que encontré porque me parecía chistoso morir. Tenía una relación muy extraña con el tema del suicidio y todo eso. Yo empiezo mi proceso terapéutico a esa edad, de forma inconsciente, accediendo a literatura sin ningún tipo de seguimiento, de acompañamiento, nada de explicación porque no encontraba la respuesta ni el apoyo en nadie. Y ahí empezaron brotes psicóticos y otras cosas. Después entendí que era mi mente tratando de sobrevivir, que no eran alucinaciones eso estaba pasando en mi cabeza.”*

- femenina quiteña de 33 años, practicante ocasional, terapeuta holística, no es integrante de la organización 'Ayahuasca en Ecuador'

A su vez, en la familia de esta informante había antecedentes de suicidio. En el siguiente testimonio, se evidencia esto y otras problemáticas, como el acoso, intentos de abuso sexual y violencia machista proporcionada por una pareja que le llevaron a un deterioro en su salud:

- *“Después descubrí que sí que había habido casos de suicidio en mi familia, pero todo se detona cuando yo cumpla 19 años en la universidad. Yo cursaba periodismo en esa época y conozco al que fue mi pareja en ese momento y empiezo a desarrollar patrones de comportamiento nunca antes vistos. Mi experiencia en tema de relaciones era muy baja. Mi pareja de ese momento me sometió a un sinnúmero de amenazas y golpes, el ahorcamiento fue la primera forma de violencia. Sí tuve con anterioridad experiencias de violencia pero de esa manera no,*

hubo intento de acoso y de violación en mi familia por parte del esposo de una prima. Pero esas cosas uno deja pasar porque no entiende y porque la sociedad le dice que una es la responsable. Eso ya me detonó todo, todas las enfermedades que tenía; aumentaron las condiciones de la piel, la gastritis y yo mido más o menos 1.65 y estaba pesando 100 libras. Es muy poco. Se me cayó el cabello, estaba demacrada totalmente por todo el abuso que estaba viviendo y claro, la alimentación ni se diga. Decía 'no puedo comer porque él no está aquí'. Lo cuento porque yo creo que sería importantísimo que se conozca que estos son los mecanismos de ejercicio del narcisismo. Eso es enfermedad, y nadie te explica cómo prevenirlo. Te dicen 'ponte un saco para que no te de gripe' pero nadie te dice 'báñate de seguridad y conciencia y herramientas de conocimiento para que no te violenten, para que no te manipulen'."

- femenina quiteña de 33 años, practicante ocasional, terapeuta holística, no es integrante de la organización 'Ayahuasca en Ecuador'

Esta misma informante comenta sobre dificultades en su relación con la comida, la presión de su autoimagen y la respuesta insatisfactoria que recibió de la medicina convencional:

- *"A los 17 ingresé a una agencia de modelaje y yo no fui víctima de acoso por el tema de peso pero sí vi eso en otras compañeras; yo era consciente de que tenía una relación con la comida súper violenta e insana. Fueron momentos muy dolorosos donde todo este discurso de la salud hegemónica me decía que tengo que drogarme o internarme. Ya en esa época yo tenía ganas de cortarme la cabeza, era obsesionada; yo me levantaba y cogía el espejo y me veía, que si tengo un punto negro, que tengo esto, que tengo esto otro... Obsesionada, mirándome lo mínimo."*

- femenina quiteña de 33 años, practicante ocasional, terapeuta holística, no es integrante de la organización 'Ayahuasca en Ecuador'

Como un antecedente a lo descrito, se observa en ella y otros informantes un suceso de vida en común, que es el abandono de parte de su padre y la crianza unilateral materna:

- *"Mi papá nos abandonó cuando yo tenía 11 años".*

- masculino quiteño de 34 años, practicante habitual, terapeuta alternativo/empleador privado, no es integrante de la organización 'Ayahuasca en Ecuador'

- *"Siempre fue un problema con la presencia de mi papá que no existía, mi mamá una 'workaholic' al 100%, manipuladora y controladora a más no poder con todo el tema y discurso de la virginidad desde un enfoque extremadamente oscurantista. Aparte que también crezco con una carencia de modelos femeninos saludables, criada con la televisión, soy hija de la sociedad teledirigida al 100%."*

- femenina quiteña de 33 años, practicante ocasional, terapeuta holística, no es integrante de la organización 'Ayahuasca en Ecuador'

- *"Mis padres se separaron y tuve temas emocionales fuertes por esta separación. Mi papá no estaba pero estuvo mi mamá y mis tíos. En la tribu donde yo crecí con mi madre había muchos hombres que representaban este papel. Sin embargo, sentía feo no tener a mi papá, aunque*

sí tenía figuras paternas. A los 12 años tuve un encuentro con mi papá, en la niñez él a veces me buscaba pero no teníamos una relación. A los 15 años profundizamos un poco y me di cuenta de que ese era un vacío emocional para mí durante mi vida: no tener a mi papá y ver a mi mamá como víctima de algunas cosas por el simple hecho de estar sola.”

- femenina de La Maná, residente quiteña de 34 años, practicante habitual, terapeuta emocional, es integrante de la organización 'Ayahuasca en Ecuador'

Enfocándose en el curso de la niñez y adolescencia, algunos informantes describen a estas etapas de forma contrastante, llamándolas “solitarias” pero también mostrando una conexión fuerte con la naturaleza y las medicinas ancestrales:

- *“Yo siempre crecí en un ambiente natural, mis padres siempre me enseñaron el yoga, el respeto a las plantas, el poder de las plantas y cosas así. Mis padres practicaban mucho las medicinas ancestrales entonces siempre tuve esa enseñanza desde muy niña. Obviamente sí tuve etapas de mi vida de que, bueno, uno a veces vive cosas que tiene que vivir de la edad, entonces me salí un poquito del camino espiritual que ya lo tenía desde niña por vivir lo que tenía que vivir en ese tiempo.”*

- femenina quiteña de 32 años, practicante habitual, psicóloga industrial, no es integrante de la organización 'Ayahuasca en Ecuador'

- *“Cuando era niña tuve la oportunidad de estar muy cercana a mis abuelitas y aprendí mucho sobre las hierbas, ahí empezó mi camino. Yo nací en un pueblito que se llama Pucayacu que pertenece a la provincia de Cotopaxi; después, toda mi infancia hasta los 11 años viví en la finca, en la naturaleza, en otra zona que pertenece a la provincia de Los Ríos. Mi historia se remonta allá. Nací en un lugar conectado con la naturaleza y viví toda mi infancia allí, así que mi conocimiento acerca de las plantas se dio de manera natural e instintivo. Era todo lo que se usaba, para todo tipo de mal se usaban remedios naturales y este conocimiento se me fue transmitido porque yo le hacía los mandados a mi abuelita, entonces tenía que saber qué planta traer, o sea, reconocer por ejemplo la verdolaga, el llantén, el matico... Todas las plantas que había allá, incluso usar la hoja de naranja, todo esto. Entonces yo siento que mi conexión con la madre Tierra, con la naturaleza, es de nacimiento y también el hecho de haber vivido allá, a caminar descalza sobre los ríos, bañarme en los ríos, tenía esta conexión natural. Fui a vivir a Guayaquil a los 11 años y después de vivir unos años allá, me mudé a Quito. Busqué mi independencia y estudié por mi propia cuenta.”*

- femenina de La Maná, residente quiteña de 34 años, practicante habitual, terapeuta emocional, es integrante de la organización 'Ayahuasca en Ecuador'

- *“Mi niñez y mi adolescencia fueron muy solitarias, a veces muy tristes.”*

- masculino venezolano, residente quiteño de 42 años, practicante habitual, programador, es integrante de la organización 'Ayahuasca en Ecuador'

Sobre el ámbito laboral, una informante registró haber renunciado debido a niveles altos de estrés:

- *“Ahora me dedico a labores de la casa, trabajé durante 28 años de contadora general y ahora ya renuncié para dedicarme a la casa y a mí, a estar un poco más tranquila libre de estrés.”*

- femenina quiteña de 51 años, practicante experimental, ama de casa, no es integrante de la organización 'Ayahuasca en Ecuador'

Finalmente, un informante habló sobre su carrera universitaria y cómo su pasión por el arte se relaciona al uso y consumo de ayahuasca:

- *“Mi proyecto nace de mi pasión por la música porque yo aprecio tanto la música en mi vida que la utilizo para hacer todo, desde procrastinar hasta trabajar. Sin música me vuelvo loco. Y en mi carrera que fue Turismo, aprendí la importancia de la cultura y los viajes; lo combiné para hacer Etnomusicología. Hace poco lo fui combinando con fotografía y las ceremonias, que he tenido estas experiencias no desde hace mucho. Desde hace un año y medio más o menos que he tenido estas nuevas experiencias fuertes con medicina. Y yo quiero reflejarlo en arte y conocimiento.”*

- masculino ibarreño de 28 años, practicante ocasional, fotógrafo/profesor, no es integrante de la organización 'Ayahuasca en Ecuador'

Así, es posible ver que los sucesos vitales más comunes en los practicantes de ayahuasca, se relacionan con la conexión a la naturaleza y el abandono de su figura paterna en la niñez, y en la juventud, el deseo de independencia, los viajes y la depresión acompañada de intentos autolíticos.

Curso de Vida:

Primer Contacto y Desarrollo de Relación con la Ayahuasca

Gráfico 33

Relación con la Ayahuasca



Elaborado por: Rodríguez (2023)

De los 17 informantes, 4 eran practicantes habituales, 3 ocasionales y 10 experimentales. Se analiza la vivencia de los informantes experimentales en la siguiente sección. A continuación, se detalla la experiencia de primer contacto con la ayahuasca y su posterior desarrollo de su uso y consumo en practicantes habituales y ocasionales.

Para comenzar, se muestran algunos testimonios donde se aprecia la cantidad de veces que los practicantes han asistido a ceremonias, la cantidad de vasos de yagé que han tomado y cómo han cambiado su predisposición en el tiempo:

- *“En septiembre en la pandemia, me fui al Oriente y la ayahuasca llegó a mí. Fue una experiencia más suave. En este año nuevo que pasó fui a otra ceremonia de ayahuasca en Manta, fue una ceremonia de dos noches, una ayahuasca y una de San Pedro. La ayahuasca fue lo más potente; aparte, tenía gripe cuando fui. Fue una experiencia espiritual muy fuerte pero hermoso. Y bueno, de ahí vine a esta última que por suerte fue suave. Esta es mi tercera ceremonia y la cantidad total de vasos que he bebido de ayahuasca son cinco.”*

- masculino ibarreño de 28 años, practicante ocasional, fotógrafo/profesor, no es integrante de la organización 'Ayahuasca en Ecuador'

Como se aprecia en el testimonio anterior, en una misma ceremonia se puede ingerir ayahuasca más de una vez. Así mismo, al tener diferentes formas de preparación, sus efectos e intensidad no siempre son iguales; aparte de que el interno y entorno tampoco son similares o replicables en todas las ocasiones. Así, aunque una persona haya ingerido ayahuasca por múltiples ocasiones, su experiencia siempre es distinta, como lo ratifica una de las informantes:

- *“Exactamente no tengo claro cuántas veces he consumido ayahuasca. Creo que he asistido a unas quince ceremonias. Siempre la he ingerido en un contexto ceremonial y con el cuidado de los Taitas o con personas que están a cargo del proceso, que tienen ya su camino en la medicina, personas confiables que hacen el proceso seguro. La primera vez que tome ayahuasca fue hace como 3 años. Yo siempre que voy a una ceremonia de ayahuasca, entrego todo, me entrego a la planta y al proceso. Así acepto con gran amor y gratitud lo que ella me quiera mostrar en su inmensa sabiduría, en su inmenso amor. Cada una de las experiencias así lleves tomando años las plantas, son totalmente diferentes.”*

- femenina quiteña de 32 años, practicante habitual, psicóloga industrial, no es integrante de la organización 'Ayahuasca en Ecuador'

De la misma forma, la predisposición para acudir a una ceremonia es distinta. En el siguiente comentario se puede apreciar que en un inicio, la informante se encontraba renuente a asistir, pero en una siguiente ocasión, sintió mucho apremio por acudir:

- *“La primera ceremonia estaba súper negativa, de verdad, como esperando todo, no sé muy bien, diciendo ‘eso es una medicina, ya ajá’ pero exigiendo. En la segunda toma, sentí el llamado porque ya fue como una desesperación de decir ‘no, yo necesito encontrar la plata, el dinero para ir’, pero no una desesperación mala sino que estaba tranquila porque hasta el final no había conseguido todo el dinero para irme, y al final logré ir. En esta tomé tres veces.”*

- femenina quiteña de 19 años, practicante ocasional, estudiante universitaria, no es integrante de la organización 'Ayahuasca en Ecuador'

Un sentimiento previo que sí puede estar presente en todas las ceremonias de ayahuasca, es el temor o nerviosismo del que también se habló en secciones anteriores. Esta ansiedad puede estar promovida por pensamientos anticipatorios sobre experiencias de distrés psicológico o rememoraciones dolorosas durante la ingesta de la ayahuasca, así como preocupación por las incomodidades físicas que pueden vivirse en un ambiente ritual:

- *“Mi primera vez fue en la cascada de Peguche en Otavalo, fue una experiencia increíble, totalmente maravillosa y muy clara. Con la última vez que tomé ayahuasca, creo que fue la octava vez. En cada ceremonia lo máximo que he tomado han sido dos veces, nunca ha llegado la tercera vez ni a tomar dos días seguidos. Hasta ahora siento el mismo miedo antes de una ceremonia; siempre que voy a hacer la toma hay un temorcito, una ansiedad extraña y yo siento que es el ego que te dice ‘¿qué no quieres ver?’. O de otra forma es ‘vas a vomitar, te va a dar mucho frío, vas a sentir estas incomodidades en tu dimensión humana y física...’. Y eso, junto a otros temores que se manifiesten como el miedo al que el otro te mire en tu*

vulnerabilidad, en tu instinto, en tu animalidad. Bueno, yo lo tenía y sumado a esto como 'no me gusta el sabor'."

- femenina quiteña de 33 años, practicante ocasional, terapeuta holística, no es integrante de la organización 'Ayahuasca en Ecuador'

La ingesta de ayahuasca puede ser motivada por el uso y consumo de otros enteógenos y, al mismo tiempo, los efectos benéficos de la propia ayahuasca pueden motivar a tomas consiguientes, como se ve en este testimonio:

- *"Llevo tomando ayahuasca desde hace unos 5 años, sin contar el año de pandemia. He tomado yagé unas 35 veces en total. Tomé San Pedro a los 25 años. Dije 'qué lindo, qué hermoso esto'. A los 29 años tomé yagé. La forma en la que llegué al yagé es porque me sentía muy herido con la separación que tuve con mi pareja de ese entonces. En mi primera toma tuve un primer paso de apertura de que yo necesitaba cambiar en mi vida, me dio las respuestas y mucho entendimiento. Desde la primera vez que tomé yagé, me sostuvo. Con el yagé me empecé a sentir feliz. Yo ya empecé a ir más seguido a las ceremonias, cada 3 o 4 meses. Ya me sentía más tranquilo. Yo dije 'aquí está la respuesta y quiero seguir caminando con los taitas'. Ahí uno tiene que ir descubriendo sus herramientas. Yo siento con estas medicinas estoy resolviendo cosas de mi mamá, de mi papá, de mis hermanos... Cuando uno va sanando, luego se llega a la familia y tiene otra forma de comunicar las cosas y la gente entiende."*

- masculino quiteño de 34 años, practicante habitual, terapeuta alternativo/empleado privado, no es integrante de la organización 'Ayahuasca en Ecuador'

Una de las informantes cuenta que, tras múltiples viajes y experiencias repetidas con distintas ayahuasas, pudo encontrarse con su vocación de ser terapeuta, aun habiendo tenido estudios dirigidos hacia el turismo:

- *"A los 20 años viajé a Venezuela donde pude conocer la ayahuasca, ahí la tomé por primera vez en el año 2010, creo que tenía unos 24 años, con un grupo de personas entre las cuales estaba mi ex pareja. Esta primera vez que tomé ayahuasca fue como conectarme a un mundo dentro de mí que yo ya sospechaba que tenía. Tuve una relación con mi ex pareja que duró algunos años, nos venimos para Ecuador y continuamos con la ayahuasca. No tenía casi ayahuasca acá; los grupos eran muy herméticos. Era muy hermoso todo el ritual que tenían, pero yo no me sentí parte de ese grupo como sí me sentí en Venezuela cuando tomé ayahuasca. Yo no tomaba tanta ayahuasca aquí en Ecuador, era de vez en cuando, después de unos 3 meses y así. A veces a mi ex pareja le mandaban y ahí podía tomar. Hasta que un día vino una chamana de Perú y ella trajo una ayahuasca peruana. Después de esto, fui a Venezuela y tomé ayahuasca allá nuevamente con estos chamanes que iban de Colombia. Después de haber tomado ayahuasca un buen tiempo, unos dos años o más, pude iniciar este camino de ser terapeuta. Antes yo estudiaba turismo y creo que aún sigue en mí la viajera; el turismo de alguna manera lo ejerzo ahora, es el turismo mágico con la ayahuasca, el turismo de salud también, y ecoturismo."*

- femenina de La Maná, residente quiteña de 34 años, practicante habitual, terapeuta emocional, es integrante de la organización 'Ayahuasca en Ecuador'

En el testimonio pasado se aprecia el concepto de “turismo de salud”, que, según Arias (2012), son todas las formas en que una persona viaja desde su lugar de residencia en búsqueda de mejorar su salud o ganar bienestar. Esto está enlazado al “turismo de ayahuasca” que ha sido difundido en Ecuador durante un par de décadas y hace algunos años, ha tenido más auge. Para Cabanilla (2014), esto genera algunas connotaciones negativas, como un impacto distorsionado en el rol del chamán porque se ha transformado en un guía turístico debido a la necesidad de ingresos económicos personales y la demanda continua de turistas, así como el aumento de los costos para acceder a ceremonias con yagé. Este autor registra algunos precios de circuitos relacionados con el chamanismo y la ayahuasca, pudiendo ir desde \$93.75 hasta \$3555.

Uno de los entrevistados comenta acerca de los sobrepagos en turismo ayahuasquero:

- *“Lo que pasa es que en la pandemia no hubo ceremonias, yo estaba buscando y buscando, solo había ceremonias de \$200 y eso es negocio, ya no es medicina.”*

- masculino quiteño de 34 años, practicante habitual, terapeuta alternativo/empleador privado, no es integrante de la organización ‘Ayahuasca en Ecuador’

En otro orden de ideas, uno de los guías de ‘Ayahuasca en Ecuador’ fue entrevistado, y comentó que su camino espiritual evolucionó gracias al yagé:

- *“Nací en Venezuela en una fraternidad, en un instituto espiritual de yoga. De ahí los caminos me llevaron a conocer la ayahuasca. Me interesó, continué profundizando con las ceremonias, conociendo taitas por allá, apoyando. Conocí al yagé de adulto. Sí tenía un camino espiritual más o menos evolucionado poco a poco en cuestión de doctrinas, entendimiento y prácticas. Pero a los veintitantos conocí a la ayahuasca y fue una revolución porque todas las ideas en que yo estaba basando mi vida cayeron en falso. Se mostró la poca profundidad y el fingimiento de llevar una espiritualidad que no era real. Fueron interesantes los primeros años con la ayahuasca, mucha desestructuración de cosas que yo tenía en creencias e intenciones corporales. Más tarde, en una segunda etapa de la ayahuasca, sí me tocó escarbar toda la parte psicológica y todo el cuento que uno se monta. Hay tareas que uno se va guardando y con la ayahuasca se van abriendo muchos procesos de interiorización, uno va dándose cuenta muy poco a poco pero muy decisivamente. La ayahuasca me mostró una profundidad más ineludible de la vida.”*

- masculino venezolano, residente quiteño de 42 años, practicante habitual, programador, es integrante de la organización ‘Ayahuasca en Ecuador’

Así mismo, mencionó que su actitud de servicio en las ceremonias se dio de manera natural, como el inicio de ser guía en estos procesos:

- *“No me apareció una decisión de servir ayahuasca, fue algo normal. Primero empecé yendo como paciente y después me tocó la oportunidad de organizar ceremonias allá en Venezuela, aunque desde entonces ya tenía la predisposición de estar al lado de los taitas y mantenerme paradito al servicio. Me gusta esa forma activa de llevar las ceremonias. Fue poco a poco,*

naturalmente. Y luego vine aquí a Ecuador. Llevó más de veinte años con la ayahuasca, no recuerdo bien. He tenido rachas de estar algunos años tomando tres veces a la semana, en ceremonias organizadas con taitas y viajando. Tenía otras épocas en que ha habido poca ayahuasca como pasó durante la pandemia. Entonces varía un poco pero siempre la medicina hace parte integral de mi vida.”

- masculino venezolano, residente quiteño de 42 años, practicante habitual, programador, es integrante de la organización 'Ayahuasca en Ecuador'

Finalmente, y como se ha revisado anteriormente, el yagé inspira al arte. A estos informantes les motivó a inmiscuirse en el aprendizaje de la música:

- *Igualmente empecé con la música andina, empecé a tocar la quena, la flauta traversa, la flauta de caña.”*

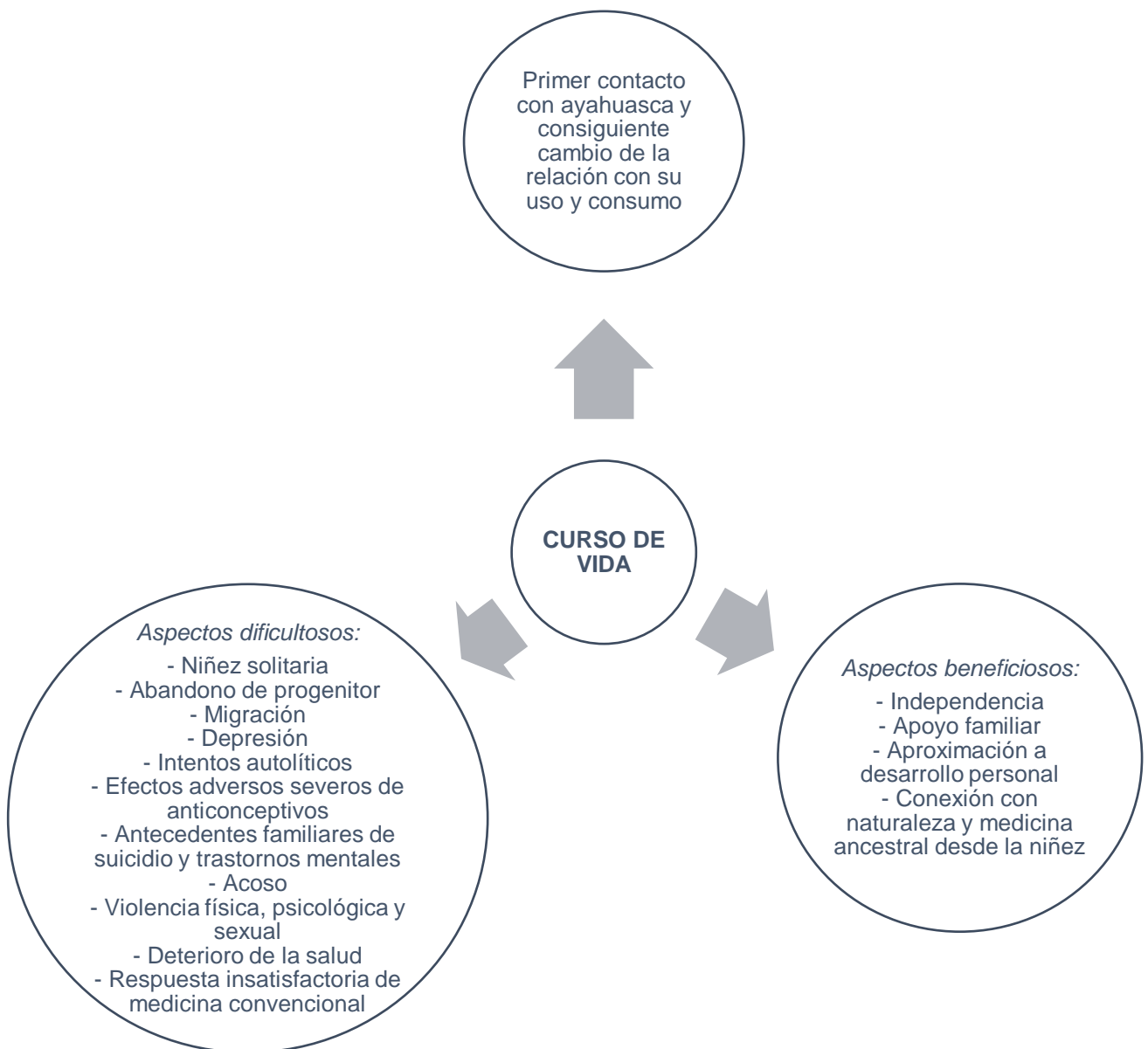
- masculino quiteño de 34 años, practicante habitual, terapeuta alternativo/empleador privado, no es integrante de la organización 'Ayahuasca en Ecuador'

- *“La primera vez viví toda la intensidad de la ayahuasca con un poco de miedo porque me agarró de sorpresa. De ahí pasé uno o dos años sin tomar ayahuasca. Había conocido a Sergio, Mercedes y Florangel que son las tres personas que trabajan con la medicina, en una montaña en Venezuela. Cuando vine acá en Ecuador me encontré a Sergio en la calle y así se fue tejiendo hasta que fui a la casa que era de Sergio y Mercedes a tomar ayahuasca, me invitaron y ahí me contaron de la música de medicina. La chuma ahí fue bien fuerte; no había ni siquiera terminado de salir de la chuma en la mañana cuando ya me estaban contando de la música medicina, pidiéndome que sacara una canción. En este tiempo comenzó el estudio con la música, de elegir las canciones para el repertorio. La ayahuasca en ese tiempo se convirtió para mí en mi núcleo familiar, comencé a pasar mucho tiempo con Sergio y Mercedes, con los viajeros que llegaban aquí. Pude ver esa hermandad que a veces nace alrededor de la medicina o las personas que están buscando crecimientos en común. Desde entonces he estado aprendiendo y poco a poco involucrándome más, desde hace unos 8 años. Desde la perspectiva de una persona que no conoce la ayahuasca, han sido bastantes ocasiones en que he tomado ayahuasca, porque ha sido como ocho años tomando una vez al mes o más, y cuando no he tomado en algún mes, se ha compensado en otros meses donde sí he tomado varias veces. Desde la perspectiva de un ciudadano, es bastante; desde la perspectiva indígena quizás no es bastante.”*

- masculino venezolano, residente quiteño de 33 años, practicante habitual, músico/profesor/intérprete, es integrante de la organización 'Ayahuasca en Ecuador'

Gráfico 34

Esquema de Giddens: Curso de Vida



Elaborado por: Rodríguez (2023)

4.3.3.5 “Todo me Parecía Hermoso e Insignificante”.

Experiencia Psiquedélica: Reacciones Corporales.

Gráfico 35

Reacciones Corporales



Elaborado por: Rodríguez (2023)

Los testimonios descritos en párrafos inferiores describen las reacciones corporales registradas por los 17 informantes, sin embargo, es remarcable mencionar que no se encontró un relación entre el grado psiquedélico de cada uno con su vivencia de reacciones corporales. Es decir, aun si el grado psiquedélico fue leve, el individuo podía experimentar respuesta corporal, y así en todos los niveles de intensidad.

Vómito

El efecto corporal más registrado en practicantes tanto experimentales como ocasionales y habituales, es el vómito. Es una de las primeras reacciones que un individuo puede sentir tras ingerir yagé. Musalem (2014) infiere que en la mitología alrededor del uso y consumo de la ayahuasca, la purga digestiva (mediante vómito y/o diarrea), limpia el cuerpo, la mente y el espíritu al mismo tiempo que libera al individuo. Por esta razón, a la acción de vomitar en una ceremonia de ayahuasca se le conoce coloquialmente como “aliviar”, y puede verse en el siguiente testimonio:

- *“Vomitó, y eso se llama ‘sacar alivio’. Saqué el alivio y por suerte solo fue una vez, siempre ha sido así. Una sola vez y ya, quietito. Me recosté, me sentía mejor. Expulsas por las cosas malas que has hecho aparte de no prepararte físicamente. Lo malo que yo hice y aprendí y recordé fueron un par de cosas: la una es que últimamente he botado muchas fundas que no he usado porque generalmente las lavo y las guardo, últimamente me ha dado hasta pereza entonces tengo que ser más consciente de eso; y lo otro también, es que no me he involucrado con mi familia.”*

- masculino ibarreño de 28 años, practicante ocasional, fotógrafo/profesor; experimentó psicodelia leve

La purga, entendiéndola simbólicamente a partir del testimonio anterior, representaría una consecuencia punitiva de haber tomado decisiones incorrectas o de haber realizado acciones con resultados cuestionables. De la misma forma, este proceso de limpieza enmarcado en el vómito, representa a la salida de una “energía negativa” que habitaba al individuo, como se puede observar en el siguiente testimonio:

- *“Comenzó la náusea y vomité, pero era un vómito que no paraba, sentía que botaba líquidos y luego sentía que me salía algo oscuro de mis entrañas; o sea, ya no era líquido sino que era como una energía negativa que estaba en mis entrañas desde hace mucho tiempo. Entonces yo botaba y botaba y me sentía más aliviada. Mientras pasaba eso escuchaba la música ceremonial que estaban tocando y eso me ayudaba a sacar más y con más fuerza toda esa energía negativa que ni siquiera me había dado cuenta de que estaba muy dentro en mi cuerpo. Entonces a ratos como que me desvanecía, soñaba, luego me despertaba y me venían las náuseas y los vómitos. Sentía que el momento en que yo vomité, boté toda esa parte física que tenía en mi cuerpo, era una purga física y mental. Me sentí muy aliviada. Miraba a la gente a mi alrededor y todos tenían un semblante traslúcido, se les miraba como descargados a todos, e igual me sentía yo.”*

- femenina quiteña de 51 años, practicante experimental, ama de casa; experimentó psicodelia moderada

O puede representar una carga emocional que va disminuyendo al vomitar:

- *“Vomitó tanto, y lloraba. Lo que me causó más sufrimiento fue vomitar porque estaba muy consciente de todos los procesos emocionales que había llevado y que me causaron mucho peso. Y estuve ahí confrontándome conmigo misma.”*

- femenina quiteña de 33 años, practicante ocasional, terapeuta holística; experimentó psicodelia leve

O una limpieza corporal que sirve como paso inicial de “conexión con la planta”, para que en la siguiente toma de ayahuasca, ya se puedan desencadenar otros efectos de índole mental:

- *“En mi primera experiencia yo no vi nada, no tuve visión, no sentí chuma, solamente estuve aliviando toda la noche. Pensé que pagué para que me hicieran vomitar. Pero me aclararon*

las dudas, y claro, era mi primera vez entonces la planta necesitaba purgarme físicamente para que con esa limpieza ella pueda conectar conmigo.”

- femenina quiteña de 32 años, practicante habitual, psicóloga industrial, experimentó psicodelia moderada

El vómito es también concebido como una desintoxicación:

- *“Se sugiere que la primera toma de ayahuasca en una ceremonia solo es para desintoxicar, y la segunda toma como que te integra; pero no, a mí la segunda toma siguió desintoxicándome y ya no tuve otro tipo de aclaración”.*

- femenina quiteña de 33 años, practicante ocasional, terapeuta holística; experimentó psicodelia leve

Por otro lado, la purga puede ser un prelude del “trance”, que podría definirse como un estado onírico – psiquedélico caracterizado principalmente por imaginería elemental y compleja, que puede acompañarse de grados variables de reducción de vigilia y movimientos corporales involuntarios. En el siguiente informe se denota esto, y se aprecia al vómito referido como un acto de limpieza:

- *“Ya cuando comenzó un poquito más, después de que vomité y me limpió la ayahuasca, entré en un trance. Luego regresé porque dijeron ‘segunda dosis’ y yo dije ‘jalo’. En la segunda toma fue cuando todo se salió más de control porque me volvió a limpiar la ayahuasca. Después, en la tercera toma, la ayahuasca solo me limpió”*

- masculino de Sto. Domingo de los Tsáchilas, residente quiteño de 27 años, practicante experimental, empleado privado; experimentó psicodelia leve

Al contrario, la imaginería visual pueden aparecer justo antes del vómito, y podrían percibirse como una somatización del estado mental del individuo:

- *“Luego comencé a ver muchas escenas terroríficas en mi cabeza y ahí recién vomité. Mientras vomitaba sentía que sacaba mucha basura mental y espiritual.”*

- masculino quiteño de 24 años, practicante experimental, auxiliar mecánico; experimentó psicodelia moderada

Existen ideas alrededor de cuánto tiempo debe pasar entre la ingesta de la ayahuasca y el acto de vomitar, entendiendo a esta purga como algo controlable y voluntario. En círculos ayahuasqueros se promueve que un individuo que ha tomado yagé, no vomite o evite hacerlo por el mayor tiempo posible para que la ayahuasca sea absorbida y metabolizada con el fin de sentir adecuadamente sus efectos:

- *“Cuando tomé, no pude tener mucho tiempo a la ayahuasca dentro de mí y alivié. Me sentí muy mal físicamente, las ganas de vomitar eran bastantes.”*

- femenina quiteña de 19 años, practicante ocasional, estudiante universitaria; experimentó psicodelia fuerte

- *“Yo he sentido tras algunas ceremonias a las que he asistido, es el poder aguantar más la medicina en mi cuerpo. Las primeras veces sentía a la primera que quería aliviar y me iba de una y aliviaba; sentía que la medicina no se estaba quedando mucho tiempo en mi cuerpo y no hacía tanto efecto. Esta vez creo que sí aguanté bastante tiempo en no aliviar y logré ser más fuerte pidiéndoselo a la medicina, porque la medicina también a través de estos procesos es un poco fuerte, vomitiva, o a veces sientes que ya no puedes más y en muchos sentidos te viene a mostrar lo fuerte que eres. Así como en la vida; te da esos procesos tan fuertes para hacerte saber que tú puedes, que si eso estás pudiendo entonces también eres capaz de lograrlo todo ahí afuera en la vida.”*

- femenina quiteña de 32 años, practicante habitual, psicóloga industrial, experimentó psicodelia moderada

Como comentario final, es remarcable mencionar que los practicantes del uso y consumo de ayahuasca, no vomitan siempre; es un proceso distinto en cada ingesta, así como son las demás manifestaciones encontradas en la experiencia psiquedélica:

- *“Me llamó la atención porque vomité mucho y yo no suelo vomitar. Ha habido veces que no he vomitado nada”.*

- femenina quiteña de 33 años, practicante ocasional, terapeuta holística; experimentó psicodelia leve

Mareo

El mareo fue referido como un síntoma inicial, sin estar necesariamente asociado al vómito:

- *“Después, traté de sentarme un rato porque me sentía un poco mareada.”*

- femenina quiteña de 18 años, practicante experimental, estudiante, experimentó psicodelia fuerte

- *“Al principio, cuando tomé la ayahuasca pasó el tiempo y me comencé a sentir un poco mareado.”*

- masculino de Sto. Domingo de los Tsáchilas, residente quiteño de 27 años, practicante experimental, empleado privado; experimentó psicodelia leve

Pero también fue referido como uno de los síntomas que permanecía hasta 12 horas después de la toma de yagé:

- *“En la primera toma me sentía un poco mareada pero nada más. Me paraba y como que no tenía equilibrio, pero algo suave. Cuando ya me dieron una segunda toma, me sentía más mareada, muy mareada. Al día siguiente me sentí bastante mareada.”*

- femenina quiteña de 51 años, practicante experimental, ama de casa; experimentó psicodelia moderada

Alteraciones Sensoperceptivas

Otra de las primeras reacciones y más comentadas, son las alteraciones sensoperceptivas. La sensación es la excitación de los órganos de los sentidos que permite obtener una impresión del entorno, mientras que la percepción es un proceso a través del cual se adjudican significados a las sensaciones (Correa, 2012).

De forma general, tras la ingesta de yagé, este puede percibirse en partes inespecíficas o en todo el cuerpo como vibración, picazón, entumecimiento, o amortiguamiento:

- *“Sentí un poco de amortiguamiento en mi cuerpo.”*

- femenina quiteña de 51 años, practicante experimental, ama de casa; experimentó psicodelia moderada

- *“Fui sintiendo la ayahuasca que básicamente, sube desde tus pies hasta tu cabeza o viceversa, o a tu estómago. Crece una sensación que vibra, que pica, que entumece un poco. El químico mismo rodea todos tus nervios y vasos sanguíneos, lo puedo describir así yo. Y cuando llega a la cabeza es cuando explota.”*

- masculino ibarreño de 28 años, practicante ocasional, fotógrafo/profesor; experimentó psicodelia leve

La percepción de los sentidos puede verse intensificada o disminuida:

- *“Al inicio, mis sentidos se intensificaron, el tacto, el oído, el olor, eran más agudos; era como estar más conectada con mi alrededor. En la mañana, tenía mis sentidos ralentizados”*

- femenina quiteña de 18 años, practicante experimental, estudiante, experimentó psicodelia fuerte

- *“De pronto, se me fue la chuma y estaba casi como nuevo otra vez, pero mis sentidos estaban muy activos.”*

- masculino quiteño de 24 años, practicante experimental, auxiliar mecánico; experimentó psicodelia moderada

Y surge un tema interesante, que es la percepción de energías en el entorno. Esta energía no tiene que ver con el concepto de medir la capacidad para realizar un trabajo, sino que tiene acepciones distintas: es una fuerza o esencia no – física e interpersonal que se encuentra en todo lo existente y proviene de una misma fuente omnisciente y omnipresente (Jonas, 2003). No existe literatura científica extensiva sobre esto, ni ha sido demostrada su existencia. Con la ingesta de ayahuasca, es posible reconocer este fenómeno en uno mismo o en el ambiente, con efectos adversos en quien lo percibe ya que puede resultar muy abrumador para su organismo:

- *“Podía sentir la energía de las tres personas cerca de mí; fue muy incómodo, casi me volví loco.”*

- masculino quiteño de 24 años, practicante experimental, auxiliar mecánico; experimentó psicodelia moderada

- *“Sentía la energía de todos y me afectó bastante.”*

- femenina quiteña de 19 años, practicante ocasional, estudiante universitaria; experimentó psicodelia fuerte

- *“Fue fuerte, muy fuerte porque sentí la energía de todos los procesos psíquicos de las personas que estábamos presentes y ahí fue cuando tuve este denominado ‘arrastre’, este revolcamiento. Fue durísimo. Nunca había tenido esta experiencia.”*

- femenina quiteña de 33 años, practicante ocasional, terapeuta holística; experimentó psicodelia leve

En círculos ayahuasqueros, es común escuchar que “la ayahuasca te revuelca”, como se evidencia en el último testimonio. Según la Real Academia Española (2023), revolcar significa derribar a alguien y maltratarlo. El revolcamiento entonces, podría entenderse como un estado transitorio producido por la ingesta de yagé, en que el cuerpo pierde fuerza y la mente se manifiesta intensamente de forma confrontativa, así el individuo es incapaz de generar movimiento corporal adecuado por sentirse aplastado, y se ve obligado a enfrentar pensamientos o emociones difíciles de procesar.

Audición

Mencionado como una de las primeras manifestaciones tras ingerir yagé, las alteraciones auditivas pueden comenzar siendo susurros, sonidos leves o ruidos disonantes:

- *“Lo primero que se siente son los sonidos, yo digo que se le puede llamar ‘las voces de los esenciales’, porque te hablan en susurros y hay ciertos tics de sonidos.*

- masculino ibarfeño de 28 años, practicante ocasional, fotógrafo/profesor; experimentó psicodelia leve

- *“Luego de tomar ayahuasca, entré a una carpita y me acosté; cerré los ojos y ahí comenzó ese viaje fuerte en el que sentía muchos ruidos.”*

- femenina quiteña de 51 años, practicante experimental, ama de casa; experimentó psicodelia moderada

También pueden presentarse como la parte protagonista de una experiencia psiquedélica, representadas como una voz que le habla a quien consumió yagé:

- *“Fue rarísimo porque escuchaba una voz que me decía ‘yo lo único que quiero es que ustedes sean felices, que permanezcan en un estado de amor tan incondicional para que yo pueda ser regenerada’. Era un contenido muy complejo porque yo venía de una historia con mucho resentimiento y mucho odio, bastante misantropía. Ahí empezó mi camino de entender; sabía que éramos uno solo, pero el amor que pude experimentar esa primera y única vez, se me quedó.”*

- femenina quiteña de 33 años, practicante ocasional, terapeuta holística; experimentó psicodelia leve

La tolerancia frente a estímulos auditivos puede disminuir, volviendo incómodos a los sonidos normales del entorno:

- *“Los quejidos y llantos de los dos que estaban a mi lado me desconcentraba un montón. No sé, era algo muy perturbador. Fui el primero en salir de ese laberinto y tuve que aguantarlos toda la noche.”*

- masculino quiteño de 24 años, practicante experimental, auxiliar mecánico; experimentó psicodelia moderada

Sin embargo, los sonidos armónicos parecerían ser mejor aceptados, sobre todo en forma de música:

- *“Estaba conectada un montón con la música.”*

- femenina quiteña de 32 años, practicante habitual, psicóloga industrial; experimentó psicodelia moderada

Olfato

Solo una informante registró aumento intenso de percepción en su olfato, que le obligó a alejarse de la fuente productora del olor por ser un estímulo nauseoso:

- *“Después empezaron a quemar tabaco, y apenas olí eso me entraron unas ganas horribles de vomitar. Me senté de una. No me gusta vomitar así no más, me da cosas, entonces fui corriendo al baño. Me quedé ahí un buen rato, no podía oler eso, era insoponible. Oía un poquito y sentía que me iba a morir, que se me salía el alma, literalmente sentía eso, no exagero. No sé cuánto tiempo estuve en el baño, me fueron a ver porque no salía, y a la chica que me sacó del baño le dije que no podía respirar así que empecé a respirar por la boca, era más soportable que por la nariz ya que estaba muy intensificado mi sentido de olfato; le dije que necesitaba una ventana, porque yo quería ir afuera a respirar pero me dijo que no podía. Me explicó que ese olor ayuda a purificar físicamente y a sacar los traumas que no hayas superado. Me puse a pensar en por qué me afecta tanto ese olor si se supone que es por eso. Pensé en cosas que creí haberlas superado, pero tal vez no. Entonces, eso me ayudó a tener una introspectiva en mí, de si en realidad estoy superando las cosas o las estoy guardando.”*

- femenina quiteña de 18 años, practicante experimental, estudiante, experimentó psicodelia fuerte

Como acotación adicional y en referencia al uso simbólico y ritual de otros elementos ceremoniales, se le aduce a ciertos sahumerios un poder purificador del ambiente y expositor beneficioso de situaciones traumáticas reprimidas; de la forma en que comenta la informante.

Tacto

Solamente una informante registró aumento de su percepción táctil, a un punto tan alto que era capaz de sentir claramente al viento contra su cuerpo:

- *“Yo sentía cómo corría el viento y todo.”*

- femenina de La Maná, residente quiteña de 34 años, practicante habitual, terapeuta emocional; experimentó psicodelia muy leve

Gusto

La misma informante que registró cambios en su olfato, mencionó también que en el segundo vaso que tomó de yagé, el sabor se volvió menos soportable que en el primer vaso, indicando así un posible aumento en la percepción del gusto:

- *“El sabor era un poquito desagradable entonces me dieron arcadas pero respiré, me tranquilicé y me acosté otra vez.”*

- femenina quiteña de 18 años, practicante experimental, estudiante, experimentó psicodelia fuerte

Visión

Si bien la imaginación visual es clásicamente categorizada como una alteración sensorio-perceptiva, por motivos de ajuste académico, será revisada en secciones posteriores. En este inciso, solo se mencionarán testimonios que refieran otro tipo de fenómenos visuales en los informantes, que en este caso, son la visión borrosa, el aumento de la percepción del brillo y el cambio en la velocidad de la capacidad visual:

- *“La mañana siguiente, veía medio borroso. Todo era tan brillante que se veía borroso. Veía por la ventana los árboles y las nubes que eran muy lentas. Todo estaba como en cámara lenta y cámara rápida porque yo pensaba a mil por hora pero las cosas pasaban a menos de un segundo por hora.”*

- femenina quiteña de 18 años, practicante experimental, estudiante, experimentó psicodelia fuerte

- *“De a poco ya fui mirando así borroso a la gente que estaba en alrededor.”*

- femenina quiteña de 51 años, practicante experimental, ama de casa; experimentó psicodelia moderada

Las alteraciones visuales descritas aquí, fueron producidas aproximadamente 4 horas después de la primera ingesta de yagé ceremonial, por lo que se los podría aceptar como indicadores de que la experiencia psiquedélica ya ha pasado su pico máximo.

Sinestesia

La sinestesia se define como una experiencia perceptiva en la que el individuo tiene sensaciones añadidas de una modalidad sensorial distinta a la que habitualmente induce el estímulo; sucede cuando se perciben conjuntamente varias modalidades sensoriales a partir de un mismo estímulo, de forma consistente e involuntaria. Neurofisiológicamente, también es conceptualizada como una interferencia de varias sensaciones en un mismo acto perceptivo. Esto se traduciría, por ejemplo, en que se pueda percibir un sabor al tocar una textura o ver un color al leer una palabra (Adán, 2017).

Los psiquedélicos como la ayahuasca pueden causar alucinaciones sinestéticas de manera común, sobre todo del tipo audio – visual; significando que un sonido podría gatillar percepciones visuales a parte de las auditivas (Dell’Erba, 2018).

En una informante se pudo apreciar una experiencia sinestética en que estímulos auditivos producían percepción visual:

- *“Dependía de la canción el escenario en mi mente. Me acuerdo de un árbol porque había una canción sobre pajaritos; era un árbol seco, solo eran ramas pero mientras avanzaba la canción, el árbol se descascaraba y quedaba de color blanco desde el tronco hasta las ramas y se iban volando esas cascaritas, y se posaban ahí pajaritos de colores.*

- femenina quiteña de 18 años, practicante experimental, estudiante, experimentó psicodelia fuerte

Y en otra, el estímulo visual se percibió como auditivo:

- *“Escuchaba a la Tierra que latía, escuchaba que los árboles respiraban.”*

- femenina de La Maná, residente quiteña de 34 años, practicante habitual, terapeuta emocional; experimentó psicodelia muy leve

Relajación

Aparece como uno de los primeros síntomas en uno de los informantes:

- *“Primero comencé a sentirlo corporalmente con una relajación total, casi no se sentía el cuerpo”.*

- femenina quiteña de 50 años, practicante experimental, auditora, experimentó psicodelia muy leve

Cansancio

El cansancio y el deseo de dormir pueden mostrarse al inicio de la ceremonia, sobre todo en individuos que no han tenido suficiente descanso en los días previos:

- *“No tuve deseos de aliviar ese momento pero tenía sueño. Venía con días de no haber dormido bien.”*

- femenina quiteña de 33 años, practicante ocasional, terapeuta holística; experimentó psicodelia leve

Puede aparecer solo al realizar ciertos movimientos como la apertura mantenida de los ojos:

- *“Abría los ojos para ver qué tal y era cansado abrir los ojos, hasta me aburría.”*

- masculino ibarreño de 28 años, practicante ocasional, fotógrafo/profesor; experimentó psicodelia leve

O se produce después de que los efectos del pico máximo de la ayahuasca hayan disminuido o terminado:

- *“Me dormí como un ángel hasta la mañana que me despertaron para tomar fotos.”*

- masculino ibarreño de 28 años, practicante ocasional, fotógrafo/profesor; experimentó psicodelia leve

Sudoración

Un informante registró haber sudado durante toda su experiencia psiquedélica:

- *“En mi primera ceremonia estaba sudando y luego me dio frío.”*

- masculino ibarreño de 28 años, practicante ocasional, fotógrafo/profesor; experimentó psicodelia leve

Hipotensión Arterial

Una informante tenía antecedentes de haber sufrido episodios de hipotensión arterial, en grado variable:

- *“A diferencia de las otras experiencias no se me bajó mucho la presión.”*

- femenina quiteña de 33 años, practicante ocasional, terapeuta holística; experimentó psicodelia leve

Dolor

Una informante declaró haber sentido dolor generalizado al inicio de su experiencia psiquedélica:

- *“Nos dijeron que debíamos tomar, me levanté, tomé la primera dosis y me acosté. Estaba tratando de meditar, de pensar en mí, de centrarme. Después de un momento, no me sentía mal pero me dolía el cuerpo como cuando estoy enferma.”*

- femenina quiteña de 18 años, practicante experimental, estudiante, experimentó psicodelia fuerte

Movimiento Corporal

Los movimientos del cuerpo pueden ser voluntarios e involuntarios. Los movimientos voluntarios se informaron como imposición de manos en búsqueda de sanación:

- *“Cuando yo estaba en el viaje, yo quería sanarme a mí misma. Ponía mis manos en mi cuello para sanarme, indicando que quiero estar sana y que se cure esa parte de mi cuerpo.”*

- femenina quiteña de 50 años, practicante experimental, auditora, experimentó psicodelia muy leve

Como cierre de ojos en búsqueda de concentración:

- *“Después, me fui a acostar, cerraba los ojos para concentrarme y no vomitar.”*

- femenina quiteña de 18 años, practicante experimental, estudiante, experimentó psicodelia fuerte

Y como danza meditativa:

- *“Esta fue mi primera vez consumiendo ayahuasca. Creo que aguanté con la medicina adentro una hora porque cuando sentí sus efectos comencé a bailar con mis manos, moviéndome como una serpiente mientras seguía sentado. Luego de eso comencé a hacer bulla meditando muy fuerte y uno de los guías me explicó que debía hacerlo en silencio porque mis ruidos afectaban a las personas a mi alrededor.”*

- masculino quiteño de 24 años, practicante experimental, auxiliar mecánico; experimentó psicodelia moderada

Aun cuando ningún informante declaró haber tenido movimientos corporales involuntarios, sí se observaron fenómenos de ese tipo en algunos practicantes, al menos en 6 de las 12 ceremonias tomadas en cuenta para este estudio. Estos movimientos compartían la característica de ser un temblor generalizado y evidente, con más acentuación en miembros superiores e inferiores del cuerpo, en individuos que mantenían una postura en decúbito supino y usualmente, repetían verbalizaciones que no tenían significado apreciable.

Malestar Inespecífico

Un informante declaró haberse sentido tan abatido corporalmente, que no podía levantarse durante la mayor parte de su experiencia con ayahuasca. A esto, el chamán que guiaba esa ceremonia le recomendó mantenerse tranquilo y continuar respirando conscientemente:

- *“Terminé en el en el suelo sin poder levantarme porque no sostenía ese nivel de intensidad, la cabeza dando vueltas con los pensamientos y el chamán diciéndome que respirara no más, que estuviera tranquilo; las instrucciones clásicas.”*

- masculino venezolano, residente quiteño de 33 años, practicante habitual, músico/profesor/intérprete; experimentó grado nulo de psicodelia

Unas 12 horas después de la primera ingesta de ayahuasca, 2 informantes comentaron sentirse mal, sin especificar de qué forma:

- “En la mañana yo seguía sintiéndome bien mal, enferma.”

- femenina quiteña de 18 años, practicante experimental, estudiante, experimentó psicodelia fuerte

- “Cuando ya amaneció estuve súper mal, no podía levantarme cuando ya todos estaban bien, pero al final me tranquilicé y eso también me gustó porque me permití vivir ese momento de vulnerabilidad y llenarme de energía.”

- femenina quiteña de 19 años, practicante ocasional, estudiante universitaria; experimentó psicodelia fuerte

Experiencia Psicodélica: Reacciones Mentales

Gráfico 36

Reacciones Mentales



Elaborado por: Rodríguez (2023)

Las reacciones emocionales, cognitivas y psicológicas son recogidas a continuación, algunas siendo enmarcadas dentro de dimensiones o subescalas de la experiencia psiquedélica.

De forma inicial, es importante mencionar, así como se apreció en la sección de reacciones corporales, que aquí tampoco se encontró una relación entre grado de intensidad psiquedélica con la aparición de reacciones mentales.

Reestructuración Visual

Imaginería

La imaginería visual es un concepto que engloba a lo que clásicamente se conoce como alucinaciones, pseudoalucinaciones y alucinosis. Según Triglia (2017), estas son percepciones que no se producen por un elemento real, pero se diferencian según el grado de reconocimiento individual sobre el estado en que se encuentra: una alucinación no es reconocible ni distinguible por el individuo que lo experimenta; en una pseudoalucinación el individuo que las experimenta sí es capaz de reconocerlo como proveniente de su propia psique; y en una alucinosis, el individuo reconoce que es producto de su conciencia y que no es perceptible para las demás personas. Y en base a esto, se clasifica a la imaginería como elemental (patrones geométricos simples, colores, luces) y compleja (inmersión total en escenarios distintos al entorno) (Roseman, 2019).

La imaginería, sin embargo, incluye a otras manifestaciones de la psique, como el cambio en el significado de preceptos. Un precepto, según el diccionario Cambridge (2023), se define como un regla que dirige una acción o una conducta, específicamente obtenida de un pensamiento moral. Así, estas reglas se verían trasmutadas en una experiencia psiquedélica a través de visiones, permitiendo nuevas rutas de acción y conducta en el individuo que pierde su rigidez moral previa. La imaginería incluye también a la facilitación en el proceso de rememoración y de imaginación. Y en general, sucede más frecuentemente cuando la persona cierra sus ojos.

En el presente estudio, este fenómeno fue el más reportado dentro de las reacciones mentales tras el consumo de yagé tanto en practicantes habituales como ocasionales y experimentales. La imaginería en los informantes abordó varias temáticas, y en todos se experimentó tanto el tipo elemental como el tipo complejo, usualmente en ese orden temporal.

A continuación, se describirán todas las experiencias subjetivas relacionadas a imaginería. Para iniciar, se informaron acerca de visiones con los ojos abiertos que se

corresponderían con un fenómeno de desrealización que, en su mayoría, son positivos en los testimonios recogidos. Tienen como temas, por ejemplo, al cambio de apreciación en texturas y visualización de halos coloridos alrededor de personas:

- *“Después todo comenzó a verse como olas, más o menos como ‘La Noche Estrellada’, con este tipo de texturas en la habitación. Veía a las cosas, las paredes, el suelo con ese tipo de texturas pero era algo vago, no era muy marcado. A las personas las veía normales. Cuando era más niño veía cierta luz afuera de las personas, y en la ayahuasca volvía a ver eso; era un pequeño reflejo fuera de la persona, como una sombra alrededor de toda la persona. De niño veía esa sombra de las personas con colores diferentes pero esta vez lo vi como un mismo color todo.”*

- masculino de Sto. Domingo de los Tsáchilas, residente quiteño de 27 años, practicante experimental, empleado privado; experimentó psicodelia leve

○ visualizaciones de la energía contenida dentro del agua, materializada como un mandala que, según la Real Academia Española (2023), es un dibujo complejo hindú y budista, generalmente circular, que representa las fuerzas que regulan el universo:

- *“Yo pude ver la energía del agua que formaba muchos mandalas dentro del agua, y su energía tan poderosa, tan limpia y fluida. Esa fue una experiencia súper bonita que tuve de manera visual.”*

- femenina quiteña de 32 años, practicante habitual, psicóloga industrial, experimentó psicodelia moderada

○ la energía formada al hacer actividades como orar y agradecer, representada como colores que se elevan hacia el cielo:

- *“También tuve una visión de que yo estaba orando con mi pareja y la planta me hizo ver qué importante es el orar energéticamente. Pude ver que cuando tu levantas una oración al cielo, a Dios, o a quien tú creas, la ayahuasca me hizo ver qué tan bonita era la energía que se formaba al orar, al agradecer. Pude ver colores que se levantan hacia el cielo y la planta me mostró que esa era la energía que se formaba cuando tu agradecías u orabas a Dios. Ahí me hizo caer en cuenta y me enseñó que siempre tenemos que dar gracias por todo, por la comida, cuando nos despertamos por el nuevo día, cuando nos acostamos porque estamos completos, porque Dios nos protegió de todo. Pero la visión que más tuve fue el dar gracias por los alimentos y era algo que yo no estaba haciendo muy seguido; no tenía esa conciencia de dar gracias siempre, entonces me mostró eso. Me llenó el corazón un montón. A veces uno da por sentado que tiene todo pero en realidad eres muy bendecido al tener cada día lo que tienes y lo que no tienes porque todo es perfecto.”*

- femenina quiteña de 32 años, practicante habitual, psicóloga industrial, experimentó psicodelia moderada

Se registró visualización de geometría sagrada que, para Calter (2020), es un conjunto de formas y patrones geométricos presentes tanto en la naturaleza como en algunos sitios

considerados sagrados, que implican significados esotéricos y simbólicos basados en sus propiedades:

- *“Abrí mis ojos y vi la famosa geometría sagrada; hasta el aire tenía pequeños rombos unidos perfectamente entre sí.”*

- masculino quiteño de 24 años, practicante experimental, auxiliar mecánico; experimentó psicodelia moderada

Y distorsiones en la forma del entorno ceremonial, que sería la única desrealización ansiosa encontrada en los informantes:

- *“Vi las plantas y me parecieron monstruosas y después en la mañana, las volví a ver y me llamó la atención que ya no las veía así.”*

- masculino venezolano, residente quiteño de 33 años, practicante habitual, músico/profesor/intérprete; experimentó grado nulo de psicodelia

Al contrario, cuando los informantes cerraban sus ojos podían tener visiones con otro tipo de contenido. Se mencionaron visiones relacionadas con luces y colores provenientes de dimensiones alternas:

- *“Veía muchas luces en mi cerebro. Lo que miraba es como que fui a otra dimensión, morí, salí de mi cuerpo y sólo miraba colores y escuchaba sonidos, pero no podía tener recuerdos ni nada, sólo miraba eso.”*

- femenina quiteña de 51 años, practicante experimental, ama de casa; experimentó psicodelia moderada

Representaciones de los miedos en el individuo:

- *“La primera visión que tuve con ayahuasca esa primera toma acá, fue que estaba alejándome de toda mi familia, estaban desapareciendo o muriendo. Fue muy fuerte ver eso con la sensación de soledad; la interpretación más certera que tengo de la experiencia es que me mostró el miedo a estar solo.”*

- masculino venezolano, residente quiteño de 33 años, practicante habitual, músico/profesor/intérprete; experimentó grado nulo de psicodelia

- *“En la noche no vi nada, sólo me acuerdo ver como un payaso y a mí me da mucho miedo los payasos.”*

- femenina quiteña de 19 años, practicante ocasional, estudiante universitaria; experimentó psicodelia fuerte

La aparición de seres con características animales:

- *“Lo primerito que vi fue, cuando cerré los ojos, fueron lombrices de colores y de ahí nació todo mi estado onírico-psicodélico, que fue como una malla de colores y dentro de esta malla había un ser que yo ya lo había visto. De hecho, este ser me ha acompañado desde hace mucho, incluso es el logo de mi empresa. Es como un pulpo, algo sí, y está bien presente. Después todo se empezó a distorsionar un poco más y más y más. Yo seguí respirando.”*

- masculino ibarreño de 28 años, practicante ocasional, fotógrafo/profesor; experimentó psicodelia leve

Escenarios cósmicos o estelares que cambian hacia escenarios donde aparecen personas:

- *“Luego de eso, me fui como cuando estás en el Cosmos, que miras todas las estrellas y las lucecitas; vi un momento no más eso, como que no tenía miedo pero decía ‘tengo que regresar a personas’. Tenía que solucionar cosas personales, con gente de aquí mismo. Entonces empecé a mirar personas, empecé a comprender muchas cosas de esas personas que me habían afectado a mí. Empecé a mirar, a entender. Tenía una parte de mí que me hablaba y otra que respondía o conversaba. Pero yo sabía que era yo misma.”*

- femenina quiteña de 50 años, practicante experimental, auditora, experimentó psicodelia muy leve

- *“Durante toda la noche me aparecieron algunas imágenes full fugaces: al inicio, como un túnel de estrellas, del espacio, como un agujero de gusano que se cruzaba por mi mente con un color celeste, y yo lo atravesaba. Las estrellas se encontraban muy cerca, con las nebulosas del Universo y así. Era full cambiante. Estuve así un buen rato; cerraba los ojos y veía como arte abstracto o veía estrellas, nebulosas de colores, el Universo en su máxima expresión. Cada vez que cerraba los ojos, sentía que los abría, era como parpadear al revés. Cuando abría los ojos, todo era borroso; los cerraba, y me sentía en paz en ese mundo diferente. Después apareció la cara de un chico, no le conozco pero tengo su cara clarita en mi mente hasta ahora. Supongo que lo conoceré o por algo me apareció, pero no tengo idea de quien podría ser.”*

- femenina quiteña de 18 años, practicante experimental, estudiante, experimentó psicodelia fuerte

En los testimonios anteriores, se puede apreciar la intensificación de la imaginería al cerrar los ojos. Así mismo, se aprecia cómo en ocasiones, una visión es manejable a través del control de pensamientos o el enfrentamiento de una situación difícil, lo cual se ratifica con el siguiente informe:

- *“Y cuando yo veía algo que era muy raro, muy extraño, que asomaba por ahí, lo que yo decidí hacer aquí es verlo a los ojos. Y cuando yo decidía verlo, aparecía muy temeroso, pero se abría y se hacía hermoso. Entonces de ahí supongo que aprendo que al enfrentarte directamente a lo difícil, puedes encontrar el bien; que básicamente es una línea de pensamiento filosófico. Las más parecidas son las de Seneca y Marco Aurelio que utilizan eso: para poder crecer como persona, tú debes voluntariamente verte frente a situaciones difíciles*

para ti e incómodas y así podrás crecer como ser, persona, hombre, mujer... para cualquier ámbito, desde pedirle un aumento a la persona con la que trabajas hasta enfrentar un mal pensamiento en tu familia. Entonces, aprendí eso.”

- masculino ibarreño de 28 años, practicante ocasional, fotógrafo/profesor; experimentó psicodelia leve

Por otro lado, se mencionaron escenarios pertenecientes a la naturaleza:

- *“También vi diferentes escenarios de naturaleza. De ahí seguían pasando las imágenes y solo quedó en negro, hasta el otro día.”*

- femenina quiteña de 18 años, practicante experimental, estudiante, experimentó psicodelia fuerte

Se informaron visiones sobre sí mismo y las personas que conforman su vida:

- *“Tuve demasiadas visiones, la mayoría de darme cuenta sobre el resto y sobre mí.”*

- masculino cubano, residente quiteño de 32 años, practicante experimental, profesor; experimentó psicodelia extrema

- *“Después me acosté y comencé a ver escenas de otro nivel, en donde el protagonista era yo y mi familia.”*

- masculino quiteño de 24 años, practicante experimental, auxiliar mecánico; experimentó psicodelia moderada

La exploración de niveles inconscientes en el individuo se visualizó como un descenso gradual a través de una escalera de caracol:

- *“Vi como una escalera de caracol que iba para abajo y tenía vueltas como pasillos; eran escaleras de piedra antigua con un tono verdoso. Yo estaba descendiendo por esas escaleras y bajando por esos pasadizos, yendo muy muy abajo. Lo tomé como estar bajando hacia el vacío, a lo más profundo del ser. Después llegué a una parte donde ya se acababa todo, no había más suelo, paredes o techo, nada, solo oscuridad.”*

- masculino de Sto. Domingo de los Tsáchilas, residente quiteño de 27 años, practicante experimental, empleado privado; experimentó psicodelia leve

Tejidos o telares cuyos puntos de unión representan a la persona que tiene esa visión y a las personas de su entorno, infiriendo una experiencia de unidad:

- *“En la segunda toma vi todo como telares. A las personas las seguía viendo de carne y hueso pero las paredes eran como un telar infinito de formas y colores. Cuando cerraban los ojos seguía viendo ese telar. Entendí que en ese telar infinito estoy yo y que si yo faltó, ese telar se comienza a romper; entonces vendría a ser que mi vida sí vale.”*

- masculino de Sto. Domingo de los Tsáchilas, residente quiteño de 27 años, practicante experimental, empleado privado; experimentó psicodelia leve

- *“Y justo cuando empiezo ya a sentir la pinta, lo que pude ver es la integralidad de todas y de todos. Les pude ver a toditos y éramos como como una manada, como este tejido sagrado, todos así como como un atrapasueños.”*

- femenina quiteña de 33 años, practicante ocasional, terapeuta holística; experimentó psicodelia leve

La representación simbólica de un nacimiento tras haber experimentado visiones sobre la muerte propia:

- *“Cuando ya se terminó el efecto, yo sentí que salía de una matriz. Vi la luz mientras todo estaba oscuro. El efecto duró bastante tiempo y para mí era eterno porque todo era en cámara lenta; pero ya cuando vi la luz, o sea cuando sentí ese nacer, me tocaba la cara y lo primero que dije fue ‘estoy vivo’. Y comencé a reír hasta cuando la risa era un tanto incontrolable; me reía pero no era una risa de gracia sino de felicidad. Al final fue algo tan maravilloso porque literalmente me sentí morir, vi mi muerte, vi mi oscuridad y eso fue lo aterrador. Al final, luego de haber sentido ese terror que fue horroroso, comencé a reír y sentí felicidad. Sentí una felicidad tal que yo mismo me acariciaba y decía ‘estoy vivo, ya no me siento un muerto en vida’. Es una experiencia tan maravillosa.”*

- masculino quiteño de 48 años, practicante experimental, empleado público; experimentó psicodelia moderada

Se reportó imaginería dirigida hacia alertas de salud. En el próximo testimonio específicamente, la ayahuasca permite que la informante note que el implante anticonceptivo que llevaba en su brazo le está produciendo daño corporal:

- *“Tuve la visión de que era ese implante lo que me estaba destruyendo el cuerpo, literalmente era como un bicho o un demonio que estaba dentro de mí. La ayahuasca me dijo ‘ya debes quitártelo’.”*

- femenina de La Maná, residente quiteña de 34 años, practicante habitual, terapeuta emocional; experimentó psicodelia muy leve

Y la observación simbólica de la persona encargada de la preparación de la ayahuasca:

- *“A mí me suele pasar que suelo ver el espíritu de la persona que cocina el yagé. Me pasó muchas veces, me despertaba de la ceremonia y les comentaba la forma y decían ‘sí, es que tal persona la hizo, por eso te has conectado’.”*

- femenina quiteña de 33 años, practicante ocasional, terapeuta holística; experimentó psicodelia leve

Finalmente, en la organización ‘Ayahuasca en Ecuador’ se promueve que los asistentes ceremoniales mantengan una postura activa, lo que quiere decir que su espalda debe estar alineada con la pared y no es recomendable que se acuesten. Un informante comentó sobre imaginaria autorreferencial dirigida hacia entender el razonamiento detrás del mantenimiento de una postura erguida en ceremonia:

- *“Una vez que me indicaron tener la postura recta con la espalda en la pared, tomé una respiración profunda en el diafragma y esos dos movimientos provocaron toda una visión en la que si yo me encorbaba, todas las personas se encorbaban y comenzaban a vomitar embolados y si yo me enderezaba y me tranquilizaba, todos se enderezaban y todo se armonizaba.”*

- masculino venezolano, residente quiteño de 33 años, practicante habitual, músico/profesor/intérprete; experimentó grado nulo de psicodelia

Sorpresivamente, no se registraron informes sobre visiones de animales selváticos, como se encuentra en relatos clásicos de consumidores de ayahuasca. Esto puede deberse a que las ceremonias aquí estudiadas son celebradas en entornos rurales y urbanos de la Sierra ecuatoriana, no en la selva amazónica como se consume tradicionalmente.

De forma similar, existieron testimonios de practicantes experimentales quienes informaban no haber tenido ninguna visión. ICEERS (2023) encuentra que la posible razón tras esto, es que las visiones de ayahuasca “parecerían necesitar cierto aprendizaje cognitivo y visual antes de ser experimentadas”.

Significado Cambiado de Preceptos

Algunos informantes reportaron haber podido observar nuevas perspectivas en dilemas antiguos y capacidad aumentada de cambiar ideas arraigadas en ellos. Se mencionaron cambios en ideas relacionadas a la familia, a heridas del pasado y a la insignificancia de problemas cotidianos:

- *“Una cosa que me pasó con mi mamá fue que yo siempre he estado en contra de lo que ella dice, pero con la ayahuasca yo vi como ella fue cambiando de lo que tiene la edad ahora. En*

mi viaje se fue haciendo más joven cada vez hasta que llegó a ser niña y yo veía todo lo que ella iba pasando en su mundo y entendía por qué ella era así. Entendí completamente por qué ella es como es. Tenía la idea y hasta ahora me ha pasado que trato de ayudarla. Yo me acuerdo que decía en el viaje que eso me va a quedar grabado, que cuando yo toque su cuerpo, mis manos van a ser sanadoras para mi mamá y para mi papá. Entonces, era entenderle a mi madre y por qué ella es así como es, sin tener problemas. Y así me pasó con varias personas... cómo entender, cómo no estar con algún tipo de resistencia, cómo estar bien y en paz con las otras personas.”

- femenina quiteña de 50 años, practicante experimental, auditora, experimentó psicodelia muy leve

- *“En ese nivel de comprensión, no me importaba que me hayan herido, todo estaba bien, ya era un milagro que me hayan concebido y era el regalo más grande estar viva. Todo lo que mi madre me pudo dar o hacer por mí, yo pude valorarlo todo, agradecerlo todo y bendecirlo todo, incluso el implante que fue mi maestro. A partir de ahí, la mujer sabia pudo florecer porque pudo reconocer todo y agradecer. Sentí que la ayahuasca me tomó en sus brazos como una gran madre cósmica y me enseñó, fue como mi madre, me llevó a lo que yo llamaba Las Cimas Profundas, estas cimas de ir a los abismos interiores, pero con tanto amor que yo podía comprender el dolor de mi madre, de mis padres, perdonar incluso todo desde la comprensión de que en realidad, nunca quisieron herirme y agradecer la vida.*

- femenina de La Maná, residente quiteña de 34 años, practicante habitual, terapeuta emocional; experimentó psicodelia muy leve

- *“En ese momento, todo me parecía insignificante. Pensaba en los problemas por lo que nos preocupamos, en que las personas no son empáticas con los demás... un montón de cosas tan simples en las que los humanos nos preocupamos y nos estresamos. Me parecía tan tonto todo, que me ponía a llorar.”*

- femenina quiteña de 18 años, practicante experimental, estudiante, experimentó psicodelia fuerte

Rememoración Facilitada

Solo una informante comentó que había podido recordar con más facilidad a su infancia, sus ancestros y su conexión con la naturaleza:

- *“Sentí mucho la naturaleza como en el recuerdo de mi infancia conectado con la naturaleza desde el nacimiento. Fue más que todo recordar mi memoria de origen y volver a mis ancestros, recordar a mis abuelas. Ahí sentí mucho a mis abuelas, a mis abuelos también pero creo que más a las abuelas porque siento que mi conexión se despertó nuevamente con la ayahuasca y me llevó a recordar el linaje femenino.”*

- femenina de La Maná, residente quiteña de 34 años, practicante habitual, terapeuta emocional; experimentó psicodelia muy leve

Imaginación Facilitada

Una informante reportó que se le facilitó el proceso de imaginación dirigido hacia la alineación de su propio cuerpo:

- *“Después me empecé a imaginar como cuando te sales de tu cuerpo, como si tu cuerpo y tu alma fueran dos distintos. Empecé a imaginar frecuencias de sonido, en ondas; una onda era mi cuerpo y otra era mi alma. Estaban desiguales y me puse a pensar ‘tengo que alinear esto’.”*

- femenina quiteña de 18 años, practicante experimental, estudiante, experimentó psicodelia fuerte

Infinitud Oceánica

Despersonalización Positiva

Según Cruzado (2013), la despersonalización es un estado en el que el individuo se siente a sí mismo como distante y extraño, percibiéndose como un mero observador de su cuerpo y su mente; forma parte de este fenómeno la descorporización, que alude a la vivencia de no sentirse presente en el propio cuerpo, con autoobservación incrementada. Se añade a este concepto que, para ser considerada positiva, no debe causar reacciones ansiosas, atemorizantes o nerviosas en el individuo que la experimenta. En el siguiente testimonio, se aprecia una despersonalización descorporizante:

- *“Mientras iba en el auto, empecé a sentirme más desencajada, empecé a sentir que mi cuerpo estaba más lento de lo normal. Pensaba en mover la mano y después se me movía la mano. Quería escribir algo en el celular y me pesaban los dedos. No podía controlar mi cuerpo. Entonces me acosté en el asiento de atrás del carro, alzaba el brazo y sentía que no era mío. Yo no estaba en mi cuerpo, no sé cómo explicarlo, pero yo no estaba en mi cuerpo. Me cogía la mano con la otra mano y sentía que no era mi cuerpo. Me hacía el dedo para atrás, para un lado, para el otro... podía haberme roto la mano y no haber sentido nada. Sabía que era mi mano, pero no lo sentía así”.*

- femenina quiteña de 18 años, practicante experimental, estudiante, experimentó psicodelia fuerte

Esta misma informante declaró también una sensación abrumadora consistente en la llegada de su propia muerte, tras la cual adquirió una mayor capacidad de entendimiento y tolerancia frente al dolor:

- *“Supe también que no todo lo que te hace entender las cosas es bonito, porque al inicio sentía que me iba a morir. Decía ‘si me muero aquí, me muero porque toca, no hay más’, pero no, también necesitas una fuerza de voluntad de los dioses para no rendirte sino tratar de entenderte y entender por qué estas teniendo tal reacción. Es como cuando dices que mientras más dolor, más entiendes. Así. En el dolor también hay entendimiento, y si lo comprendes, el dolor se va y solo hay felicidad. Hay que saber cómo manejar las situaciones.”*

- femenina quiteña de 18 años, practicante experimental, estudiante, experimentó psicodelia fuerte

Y en el siguiente testimonio, se evidencia la muerte o disolución del ego, que se define como una distorsión en la experiencia subjetiva del "yo" o del ego de uno mismo, con una reducción en la conciencia autorreferencial dictada por la vigilia normal. Desde un enfoque psicoanalista, es una ruptura de los límites del yo, lo que resulta en una difuminación de la distinción entre la representación del yo y la representación de otros objetos. Está relacionado con experiencias místicas caracterizadas por un sentimiento de unidad con el entorno, que está explícitamente relacionado con los límites del ego perturbados. Es probable que la psicología previa del sujeto y el entorno en el que toma un psiquedélico influyan en si una experiencia de disolución del ego es bienvenida y sentida como algo positivo, o temida y que se vuelve algo contra lo que se lucha (Nour, 2016).

- *“En la primera dije ‘este viaje es para mí’, fue la muerte del ego.”*

- femenina quiteña de 19 años, practicante ocasional, estudiante universitaria; experimentó psicodelia fuerte

Ánimo Positivo

Una informante reportó haber sentido una exaltación en su ánimo en la mañana siguiente a su ingesta de ayahuasca, mencionando sentir “plenitud extrema”:

- *“Sientes que las cosas tienen más sentido y que sabrás tomar las mejores decisiones para tu vida. Simplemente te das cuenta de que no vale la pena estresarse o preocuparse por algunas cosas, llegas a estar en un estado de plenitud extrema en donde comprendes cosas muy profundas del universo y la humanidad. Al menos así lo sentí yo.”*

- femenina quiteña de 18 años, practicante experimental, estudiante, experimentó psicodelia fuerte

Disolución Ansiosa del Ego

Despersonalización Ansiosa

Pocos informantes reportaron un fenómeno de despersonalización que les provocó reacciones ansiosas o atemorizantes, refiriendo sentirse perdidos o desesperados al notar que los límites en su autoconciencia se difuminaban:

- *“Yo sentía que estaba full perdida, no era yo, me dieron más ganas de vomitar. Yo seguía mal, mal, mal.”*

- femenina quiteña de 18 años, practicante experimental, estudiante, experimentó psicodelia fuerte

- *“También fue una experiencia donde no me sirvió nada de lo que estaba practicando espiritualmente, que si concentrarme en la respiración, que si sentir el cuerpo por dentro... Porque hice todo eso pero para salir de la experiencia y no funcionaba. Fue bastante desesperante, sentí que mi cuerpo ya no estaba en mi cuerpo, estaba bien alterado.”*

- masculino venezolano, residente quiteño de 33 años, practicante habitual, músico/profesor/intérprete; experimentó grado nulo de psicodelia

Como se observa en el testimonio anterior, es aconsejable llevar una respiración fluida, consciente e intencionada así como notar estímulos propioceptivos en el cuerpo para calmar a la ansiedad dentro de una ceremonia con ayahuasca. Sin embargo, existen ocasiones en que la psiquedelia se vuelve abrumadora, y no resulta útil ninguno de estos ejercicios, por lo que solo se puede esperar a que los efectos del yagé vayan disminuyendo con el tiempo.

Miedo a Perder Autocontrol

Un practicante experimental vivió un episodio atemorizante, que le hizo generar pensamientos sobre pérdida de su autocontrol:

- *“A momentos fue algo aterrador. Hubo un momento aterrador en el que yo vi mi oscuridad porque vi cosas terribles y sentía, palpaba, tocaba cosas. Sí hubo un momento de terror en el que yo dije ‘ya no más, ya no más, que se acabe esto, que se acabe el efecto’. Hubo un momento en el que yo me levanté y prendí la luz del miedo. Apagaron la luz y me dijeron que esté tranquilo y me acosté. Mi pensamiento era levantarme, salir corriendo, abrir la puerta, coger mis zapatos e irme a la casa; pero después yo mismo me dije ‘tranquilo, tú tienes el control’. Ahí poco a poco las cosas fueron mejor.”*

- masculino quiteño de 48 años, practicante experimental, empleado público; experimentó psicodelia moderada

Una practicante ocasional mencionó haberse sentido desesperada en algunas ocasiones por la abrumadora sensación psíquica que le hacía pensar que no podría aguantar más, pero recalca que estos episodios desafiantes son causa de salud a largo plazo:

- *“Hay algunas personas que les da bien fuerte y a veces a mí misma me ha pasado que he tenido experiencias de ‘por favor no más, ya no me muestres más, ya no quiero por favor, ya no’. Es algo que ya quieres terminar en ese rato, sientes desesperación y muchas cosas que no son tan cómodas, pero que sepan que ese es el proceso por el cual necesitas pasar para poder trascender muchas cosas que están dentro de ti. Son experiencias fuertes pero al final tienen su recompensa de mucha sanación y de mucho amor y de muchas cosas buenas.”*

- femenina quiteña de 32 años, practicante habitual, psicóloga industrial, experimentó psicodelia moderada

Reducción de la Vigilia y Deterioro del Control y la Cognición

El deterioro de la cognición y la reducción de la vigilia fueron informadas como encontrarse perdidos o desmayarse:

- *“Mi reacción al pensar estaba desconfigurada. No me acordaba de mucho ese rato y no sentía que me pasó la gran cosa, estaba perdida y era medio lento todo.”*

- femenina quiteña de 18 años, practicante experimental, estudiante, experimentó psicodelia fuerte

- *“Yo creo que eso sería unas dos o tres horas, de todo eso en que yo a ratos podía mirar y abrir los ojos y luego como que me desmayaba y seguía con mis sueños.”*

- femenina quiteña de 51 años, practicante experimental, ama de casa; experimentó psicodelia moderada

Una informante acotó sobre esta temática, que tras consumir ayahuasca el individuo no llega a niveles de sopor o coma en su conciencia ya que no es una “droga” como coloquialmente se conoce a cualquier sustancia estupefaciente con efectos sedantes:

- *“Sí debo decir que nunca te deja inconsciente ni que es una droga como muchos creen.”*

- femenina quiteña de 32 años, practicante habitual, psicóloga industrial, experimentó psicodelia moderada

Introspección

La introspección, según la Real Academia Española (2023), es la observación interior de los propios actos, conciencia o estados de ánimo. En las entrevistas realizadas a informantes, este fenómeno fue de los más reportado dentro de las reacciones mentales tras el consumo de yagé tanto en practicantes habituales como ocasionales y experimentales.

Se evidenciaron algunas temáticas dentro de este ámbito, por ejemplo, el enfrentamiento y superación de los miedos:

- *“La última vez que tomé ayahuasca no pude cerrar los ojos durante mucho tiempo porque tuve miedo. Temí demasiado lo que ví, no entendí para nada y fue muy fuerte. Después me arrepentí de eso. Ahora lo quise ver de nuevo; entonces se puede decir que perdí un miedo de mi subconsciente e inconsciente.”*

- masculino ibarreño de 28 años, practicante ocasional, fotógrafo/profesor; experimentó psicodelia leve

El control de los propios pensamientos con el fin de maximizar los efectos psiquedélicos que propician una experiencia de armonía y amor:

- *“He logrado tener un control de mis pensamientos lógicos en este estado semiconsciente, así que si yo pienso en amor, veo imágenes de mi mamá y de mi familia. Entonces, ahí te das cuenta de que si es que tu piensas algo negativo y te cierras en eso, sí es más difícil. A veces es inevitable porque sí tienes algo que enfrentar.”*

- masculino ibarreño de 28 años, practicante ocasional, fotógrafo/profesor; experimentó psicodelia leve

- *“Entonces dije ‘¿cómo me alineo? No sentía miedo, sabía que encontraría la forma de alinear mi cuerpo y mi alma, eso sí sucede, todos somos frecuencias y vibramos en una misma frecuencia. Me puse a pensar en qué me gusta hacer a mí para lograr eso, para tranquilizarme, y pensé en la música. Dije ‘la música es una frecuencia así que si logro vibrar con ella, tal vez me tranquilice y vuelva a mí’. Me tenía que levantar pero era tan pesado, tan difícil controlar mi cuerpo y alcanzar mis audífonos y ponerlos en mi oído, pero logré hacerlo.”*

- femenina quiteña de 18 años, practicante experimental, estudiante, experimentó psicodelia fuerte

La previsión de consecuencias negativas en el individuo si no es capaz de generar cambios en su vida:

- *“La ayahuasca me hizo ver todo lo malo que me iba a llevar si seguía viendo las cosas desde la avaricia o cada vez queriendo más.”*

- femenina quiteña de 19 años, practicante ocasional, estudiante universitaria; experimentó psicodelia fuerte

La importancia del agradecimiento, del rezo y del ritual en las actividades cotidianas:

- *“Al principio tome la medicina, a mí inmediatamente no me da efecto, no siento inmediatamente la chuma que le llamamos. Estuve en introspección. La ayahuasca me despertó mucho el orar y el agradecer. Mientras estaba en introspección, comenzando a sentirle a la medicina, en mi interior empecé a dar gracias por todo lo que tenía hasta ese hoy, por todo lo que era, por todo lo que he logrado, por toda la abundancia que sentía. Entonces agradecí muchísimo y esto no siempre me pasa, empecé a pedirle muchísimo a la planta que me ayudara en mis procesos. Así estuve como dos horas pidiendo. Es como que me activó mi verbo para agradecer, crear y pedir.”*

- femenina quiteña de 32 años, practicante habitual, psicóloga industrial, experimentó psicodelia moderada

La exploración en el inconsciente, contrastado en el siguiente testimonio con otro tipo de introspección dirigida hacia el encuentro con la misión de vida y más específicamente, con una misión ecológica:

- *“Esta vez fue algo muy personal, muy de mi inconsciente porque sería la segunda vez que voy como un ser con menos complejo mesiánico. Todas las veces iba como ‘permíteme ver cuál es mi misión para sanar la Tierra’, siempre para afuera para afuera para afuera.”*

- femenina quiteña de 33 años, practicante ocasional, terapeuta holística; experimentó psicodelia leve

Los estados emocionales y la influencia de la postura en ellos:

- *“Otra de las cosas que noté en esos mismos tiempos era cómo mi postura afectaba a mi estado emocional dentro de la chuma. Por ejemplo, en las primeras tomas yo me encorbaba y de inmediato entraba en un estado emocional como muy carente, como de debilidad, de miedo. Un día viví una chuma en la que entré en ese estado, sentí mi postura, erguí la espalda y el estado emocional desapareció inmediatamente. Eso fue vivir ese vínculo que dicen entre la postura y el estado emocional pero más allá de la teoría.”*

- masculino venezolano, residente quiteño de 33 años, practicante habitual, músico/profesor/intérprete; experimentó grado nulo de psicodelia

Y el entendimiento de la experiencia psiquedélica basada en consumo de ayahuasca como una herramienta bioprogramadora, mencionada a continuación como una cirugía donde pueden extraerse pensamientos, emociones y conductas de forma permanente:

- *“Entendí que esto es una cirugía, y ahí de forma consciente empecé a trabajar tal y cual cosa, soltando, bioprogramándome lo que quiero sanar, lo que me quiero permitir y fue maravilloso.”*

- femenina quiteña de 33 años, practicante ocasional, terapeuta holística; experimentó psicodelia leve

Por otro lado, algunos informantes respondieron que la ayahuasca solo aclaró afirmaciones que ellos ya conocían con antelación, sin ofrecer nuevos auto – descubrimientos:

- *“El Universo me bombardeaba de ideas pero eran cosas que yo ya sabía. No puedes tener aclaraciones sin conocimiento. La ayahuasca me recordó muchas cosas que yo ya sabía. Las drogas, ya sean marihuana, éxtasis, ayahuasca, hongos... te regresan a lo que una vez fuiste o supiste.”*

- masculino cubano, residente quiteño de 32 años, practicante experimental, profesor; experimentó psicodelia extrema

- *“Para mí, las revelaciones fueron más bien una aclaración donde la mamita ayahuasca me dijo ‘ya tienes claro que todo está en ti, aquí solo lo vas a reafirmar conmigo, y más nada’.”*

- masculino ibarreño de 28 años, practicante ocasional, fotógrafo/profesor; experimentó psicodelia leve

- *“Incluso, dentro de este mismo proceso, uno a veces se comunica y la planta le dice ‘ya no, ¿qué haces aquí? tú no necesitas esto, ¿tú a qué vienes? sabes que la respuesta es esta, no te engañes.’ Y claro, es definitivamente un proceso que la mayoría no quiere por miedo al cambio; porque le abre la posibilidad, que en su cabeza lo ven como un sacrificio, a dejar o el victimismo o el narcisismo porque es una planta que limpia.”*

- femenina quiteña de 33 años, practicante ocasional, terapeuta holística; experimentó psicodelia leve

Otro informante mencionó que le fue difícil encontrarse en estado introspectivo, sin embargo, se encontró con ideas de autoreconocimiento:

- *“No pude introspectar más allá de las cosas, pero me pude a ver a mí mismo y pude ver a esa parte mía con la que converso.”*

- masculino quiteño de 24 años, practicante experimental, estudiante universitario; experimento psicodelia moderada

Como un comentario adicional, en algunos testimonios aparece el término “chuma”, que podría definirse como un estado de introspección caracterizado por una conversación interna y adquisición de enseñanzas, que puede acompañarse de sensación corporal de mareo, de imaginería simple e infrecuentemente, de imaginería compleja. En algunos grupos yageceros, lo utilizan como sinónimo del término “pinta”, mencionado por una de las informantes:

- *“Y comencé a tener algunas visiones y a tener pintas que es ver colores y formas y ver a veces hasta animales y cosas así.”*

- femenina quiteña de 32 años, practicante habitual, psicóloga industrial, experimentó psicodelia moderada

Movimiento Emocional

Las emociones que más se comentaron fueron la tristeza y la felicidad, desencadenadas por pensamientos sobre sí mismo o la naturaleza:

- *“Por primera vez me vi a mí mismo desde adentro y no me gustó lo que vi. Dije ‘¿qué te hice durante tanto tiempo?’. Sí me da mucha pena no haberme tratado amablemente por tanto, no haberme amado un poco más o haberme forzado a ser algo más que no soy.”*

- masculino quiteño de 24 años, practicante experimental, estudiante universitario; experimento psicodelia moderada

- *“Era tan lindo, yo chillaba un montón y decía ‘no valoramos el planeta, no valoramos las cosas simples y los pequeños detalles como los pájaros, las nubes, el agua, las hojas, los árboles, la tierra, los gusanitos, los animales en general. Pensamos que todo eso es nuestro cuando en realidad nosotros somos de eso, nacimos de eso, venimos de eso, y lo matamos, lo aprovechamos como que fuera inagotable y no es así. Me dio full tristeza por los animales que nos comemos; comía ensalada y pensaba en que eso salía de la tierra, ‘¿Cómo sale algo tan perfecto?’. Todo me parecía hermoso e insignificante en cuestión de sociedad e inventos sociales que hemos hecho. Después de chillar un montón, como si me hubiera dejado mi ex, lloraba de felicidad y de entendimiento y de comprensión, me empecé a tranquilizar con la música.”*

- femenina quiteña de 18 años, practicante experimental, estudiante, experimentó psicodelia fuerte

Paz y Purificación

La calma, quietud, libertad, seguridad, adquisición de claridad y sensación de estar limpios fueron reportados por algunos informantes aproximadamente 8 horas después de su primera ingesta de yagé, lo que indicaría que, si bien algunas reacciones mentales pueden ser desafiantes en un inicio, con el paso del tiempo se pueden volver reconfortantes:

- *“Pasó, después estaba más calmo, me movía despacio, del frío no más me movía más rápido. Luego ya me levanté, fui al fuego, me calmé, solamente estaba callado escuchando, me repetía un par de mantras que yo sé para mí. Traté de hacer sonidos con mis chasquidos porque a mí me gusta escuchar sonidos de tambor y percusión, me encanta.”*

- masculino ibarreño de 28 años, practicante ocasional, fotógrafo/profesor; experimentó psicodelia leve

- *“Veía colores, veía polvito de hadas, como en Tinkerbell, dorado, verde, rosa, fucsia, morado, celeste... fueron tantas cosas y tantos sentimientos de libertad, de que voy a tomar la mejor decisión para mí. Llego más confianza en mí y en el control de mi vida. Veía full luces, como una protección alrededor mío, entre mí y el exterior, que me aseguraba que yo podía con todo.”*

- femenina quiteña de 18 años, practicante experimental, estudiante, experimentó psicodelia fuerte

- *“Sentía que me quedaba limpia, que había una luz en mi cuerpo, que tenía claridad. Era por el fuego, por la música, por el verde de las plantas y sentía que estaba purificado mi cuerpo.”*

- femenina quiteña de 51 años, practicante experimental, ama de casa; experimentó psicodelia moderada

Apreciación de Belleza

Aproximadamente 12 – 14 horas después de la ingesta de ayahuasca, una informante comentó sentir un mayor aprecio por la vida y la belleza estética de todo su entorno, sobre todo de la naturaleza:

- *“Yo estaba respirando y viendo por la ventana, todo me parecía bonito: los colores más brillantes, el cielo, las nubes, el sol, sentía que todo combinaba perfectamente. Me daban ganas de llorar por las nubes tan bonitas, el sol, sentía que las plantas eran una maravilla de otro mundo. Me sentía con muchísimo cariño a todo eso, quería llorar de ternura, estaba muy sensible.”*

- femenina quiteña de 18 años, practicante experimental, estudiante, experimentó psicodelia fuerte

La belleza era apreciada tanto en estímulos visuales como en estímulos auditivos como la música:

- *“Entonces, ese momento en que todo era hermoso y con la música, yo escuchaba la melodía y era tan bonita, tan bonita. Ahora escucho esa canción y me acuerdo de todo eso y la hermosura del momento. Con decir hermosura no es suficiente.”*

- femenina quiteña de 18 años, practicante experimental, estudiante, experimentó psicodelia fuerte

Gráfico 37

Numinosidad, Misticismo y Espiritualidad



Elaborado por: Rodríguez (2023)

Las experiencias en donde el individuo se ha relacionado con una fuerza superior, creadora o integradora y/o hace contacto con la divinidad, son recogidos en los siguientes testimonios, pudiendo verse como meramente espiritual:

- *“Creo que fue para mí la primera y la última vez que pude contactar con la divinidad de la no dualidad.”*

- femenina quiteña de 33 años, practicante ocasional, terapeuta holística; experimentó psicodelia leve

- *“Siempre me conecto a este tipo de experiencias con tres factores: filosofía, matemática y música. Todo a través del ojo del arte. Básicamente, eso es esencial para nuestra concepción no teológica de Dios, una concepción más filosófica, más artística.”*

- masculino ibarreño de 28 años, practicante ocasional, fotógrafo/profesor; experimentó psicodelia leve

O a través de la presencia de simbolismo religioso que, en este caso, fue perteneciente al catolicismo. En su primera ceremonia con ayahuasca, reportó sentir a Dios de una forma más cercana:

- *“Yo siempre fui bastante religiosa, conectada mucho con Dios; siempre me gustó mi religión que era la católica. Cuando tomé ayahuasca sentí a Dios; antes la religión era una creencia pero desde el tomar ayahuasca, fue algo más real.”*

- femenina de La Maná, residente quiteña de 34 años, practicante habitual, terapeuta emocional; experimentó psicodelia muy leve

De la misma forma, en otra de sus experiencias tomando yagé y habiendo llegado con un largo episodio de depresión, informó haberse sentido como una hija de la creación lo cual le permitió notar que debía realizar un cambio en su estado emocional:

- *“La tomé y me destapó el infinito, me volví a sentir como un feto, sentí los brazos de la Gran Madre Universal. Como yo soy católica, siempre creí en la virgen María y para mí era esta virgen María; abría los ojos y la miraba en la pared, tuve visiones muy fuertes y ella me tenía abrazada, yo era un feto de la creación. Me veía con ramas de árboles, nidos de pájaros que me cantaban, era como una gran celebración de mi existencia. De ahí llegó esta gran reconciliación con mi vida, con el amor por vivir, y me sentí muy mal de los dos años de depresión, me sentía culpable de haber llorado, de haber sufrido, de haber odiado mi vida. Fue como ‘wow, ya no puedo seguir más así’.”*

- femenina de La Maná, residente quiteña de 34 años, practicante habitual, terapeuta emocional; experimentó psicodelia muy leve

Experiencia Psicodélica: Reacciones Subagudas y a Mediano Plazo

Gráfico 38

Reacciones Subagudas y a Mediano Plazo



Elaborado por: Rodríguez (2023)

Según Uthaug (2018), la ayahuasca produce efectos agudos hasta 12 – 24 horas después de su ingesta, efectos subagudos hasta 48 – 72 horas después, y efectos crónicos que pueden ser a mediano plazo (hasta 4 semanas después) y a largo plazo (a partir de las 4 semanas).

Dentro de los efectos subagudos y a mediano plazo, resalta un fenómeno descrito en la literatura estadounidense, como ‘*afterglow*’ que según el diccionario de Cambridge (2023), es un efecto o sentimiento placentero producido después de una experiencia o un logro; pero

aduce también a un brillo remanente donde la luz ha desaparecido. Para propósitos de clarificación, será traducido como “resplandor del alba” en el presente estudio. El resplandor del alba puede entenderse como un estado persistente de ánimo elevado y vigorizado, que se acompaña de la liberación de preocupaciones pasadas, una mayor flexibilidad cognitiva y un comportamiento más consciente. La disposición de un individuo para entablar relaciones cercanas con otros puede aumentar y, frecuentemente, se mejora la eficacia de las intervenciones psicoterapéuticas en este período, por lo que se podría tomar como el comienzo de beneficios a largo plazo (Majic, 2015).

En el período de 24 horas posterior a la administración de ayahuasca el individuo adquiere una mayor atención plena, específicamente en el ámbito de observación, descripción, y actuación con conciencia, sin reactividad. El resplandor del alba disminuye gradualmente tras 2 – 4 semanas posteriores a la ingesta de ayahuasca (Murphy – Beiner, 2020).

Adicional a esta conceptualización académica mencionada, se escoge el término ‘resplandor del alba’ tomando en cuenta que las ceremonias de ayahuasca tradicionalmente se celebran durante la noche y madrugada, llegando a un fin con el alba que simboliza la llegada hacia la luz (entendimiento, calma, seguridad, etc.) después de la oscuridad (disolución ansiosa del ego, rememoración de traumas, recuerdos conflictuantes, etc.).

El resplandor del alba se evidencia, en los siguientes testimonios, de forma inicial como confusión, renovación e interconexión con el entorno. Con el paso del tiempo se transforma hacia una mayor capacidad de aclarar dudas, de organización espacial, de paz/alivio, autovaloración, autoentendimiento, amor y compromiso consigo mismo aumentado, mayor percepción sensorial y reconocimiento de las emociones en personas del entorno:

- *“En ese momento me sentía confundido. Al llegar a mi casa, todo ese día estuve aclarando mis ideas. Me dio como ataque de limpieza hasta ver que todo brille. Me relajé y pasé tiempo de calidad conmigo mismo, me daba mimos, me ponía música, me ponía películas y estuvo muy bueno. Luego dormí y el domingo hubo cambios. Sentí mucha paz, fue raro; sentí que mi energía tenía que ver con todo esto. El lunes después de la toma, tuve mucha sensibilidad: oía cosas y sentía muchas emociones. El martes se redujo mi sensibilidad y sentía mi cuerpo más placentero, me di cuenta de que ahora veo más sonrisas en mis familiares y en mí mismo La primera semana después de la ceremonia no tenía muy claro quién era, sentía que tenía un cuerpo nuevo. Después de esa semana comencé a ver las cosas y a entenderme a mí mismo de otra manera..”*

- masculino quiteño de 24 años, practicante experimental, auxiliar mecánico; experimentó psicodelia moderada

- *“Durante esta semana que ha pasado desde que tomé ayahuasca, me he sentido aliviado de muchas cosas. La experiencia de la vida ha cambiado mucho, me he comprometido mucho más conmigo mismo.”*

- masculino cubano, residente quiteño de 32 años, practicante experimental, profesor; experimentó psicodelia extrema

- *“Cuando salí de la ayahuasca me sentí más conectado con la energía de todo el mundo, me sentí renovado, conectado otra vez con la energía del mundo y conmigo mismo. Ya no me odio tanto.”*

- masculino de Sto. Domingo de los Tsáchilas, residente quiteño de 27 años, practicante experimental, empleado privado; experimentó psicodelia leve

- *Me entregó la confianza y la fuerza que había perdido hace 5 años, es maravilloso. Ha sido la semana que más he hecho y he hecho lo que mueve a mi corazón que es el tema de cuidar de la Tierra, de los animales y eso a mí me ha dado dignidad. Dentro del parámetro clínico se dice que la gente tiene depresión y ansiedad o no tiene oficio, pero lo que no se comprende de eso es que lo que pasa está en que se repriman los sueños porque uno tiene confianza para manifestarlo, porque no ve posibilidad de acción ni se cree lo suficiente. Entonces todas estas estas taras a mí se me borraron, trabajado mucho con la autodependencia y la idealización, dándome cuenta de que ya no tienen sentido y es maravilloso. Somos seres mortales; lo que cambia y se conoce como sanación es tu aproximación, es cómo lo vives pero no es el mal denominado ‘poner de parte’ o ‘ponerle voluntad, mejora el ánimo’. No, no va por ahí porque es una cuestión orgánica. Lo que he podido manifestar es que me siento yo, he conectado con muchas áreas que no conectaba antes como mucha indignación y mucha molestia pero que la disfruto porque sé que también me da energía, que no me frustra, no me causa sufrimiento. Sí me siento más lúcida y muy yo, muy salvaje. Ya no siento que debo ocultarlo ni domesticarme para estar menos mal.”*

- femenina quiteña de 33 años, practicante ocasional, terapeuta holística; experimentó psicodelia leve

Se identifica al resplandor como una reducción de síntomas nerviosos y ansiosos, inclusive como una mayor capacidad de apreciación frente al arte:

- *“En los días posteriores a la ceremonia sentí muchos cambios que la verdad, no me imaginé que iba a sentir. He sido una persona muy ansiosa, muy nerviosa inclusive para conducir, no toleraba los ruidos fuertes; pero desde ese momento, en esa semana empecé a escuchar música y sentía la energía de la música que entraba a mi cuerpo y ya no me molestaba, ya no me causaba temblor en mis manos.”*

- femenina quiteña de 51 años, practicante experimental, ama de casa; experimentó psicodelia moderada

Como una sensación distinta e inespecífica en el cuerpo y la mente:

- *“Al día siguiente mi cuerpo estaba muy diferente, no estaba en mí misma durante ese día. Después, ya pasó. Mi mente sí ha variado en algunos días, hasta estas fechas que ya es una semana y media después.”*

- femenina quiteña de 50 años, practicante experimental, auditora, experimentó psicodelia muy leve

O simplemente como “sentir la esencia de la ayahuasca”:

- *“Pero aun siento hasta ahora y voy a sentir toda la semana, toda la esencia de la ayahuasca.”*

- masculino ibarreño de 28 años, practicante ocasional, fotógrafo/profesor; experimentó psicodelia leve

- *“Después de que ya vas a la ceremonia, la ceremonia empieza afuera porque la planta sigue trabajando por muchos más días, te sigue dando información y te sigue sonando. Hay que ser consciente de que la planta va a estar en ti mostrándote cuando tú también te abres y te conectas con ella.”*

- femenina quiteña de 32 años, practicante habitual, psicóloga industrial, experimentó psicodelia moderada

Una informante declaró que la primera vez que acudió a una ceremonia de ayahuasca, inicialmente no sintió ningún efecto agudo; sin embargo, en el período subagudo tuvo activación onírica:

- *“Cuando ya me levanté a la siguiente mañana, estaba muy decepcionada. Yo necesitaba que la ayahuasca tenga un efecto en mí y no pasó nada. Un amigo con el que fui me decía ‘tranquila, en el transcurso de los días algo te ha de pasar’; y eso justo fue porque cuando estaba durmiendo, nunca he sido de las que habla, y empecé a decir cosas como de la energía, del cuerpo y así muchas cosas, todo en un transcurso de unos cuatro días. Tuve bastantes sueños muy inspiradores que me llenaban de energía y motivación.”*

- femenina quiteña de 19 años, practicante ocasional, estudiante universitaria; experimentó psicodelia fuerte

Otra informante reportó una capacidad aumentada de apreciación frente a la vida y un reconocimiento de la unidad existente en el universo, pero destacó la dificultad de integrarse a la comunidad tras una experiencia psiquedélica o con efectos del resplandor del alba:

- *“Cuando regresas más a la realidad es un poco difícil aplicarlo porque no todos lo ven así. No todos ven esa realidad que tu viste en ese instante. No todos disfrutaron el momento o las cosas que tiene. Ahí entendí el verdadero significado de disfrutar las pequeñas cosas y los detalles, porque son tan preciados, son cosas simples pero perfectas para mí ahora. Algo tan simple como una gota de agua es la perfección total del planeta. Y ando viviendo así. Todos somos carne y hueso aquí en la Tierra, todos tenemos las mismas funciones vitales, el mismo cuerpo que hace lo mismo; lo que nos diferencia son nuestras almas.”*

- femenina quiteña de 18 años, practicante experimental, estudiante, experimentó psicodelia fuerte

Sobre reacciones distintas al resplandor del alba, una informante registró sentir fatiga corporal, aumento del deseo de dormir y rememoración de visiones, hasta dos semanas después de su ingesta de ayahuasca:

- *"He estado con mucho sueño, todo el tiempo. Tal vez duermo en la noche muy tarde, no sé qué pasa. En mi oficina me caigo del sueño, y cuando duermo empiezo a ver otra vez lo que vi en ayahuasca, veo el espacio, es como una luz. Anoche ya me tuve que acostar bien temprano porque estaba de mal genio por el sueño. Quiero pedir permiso en el trabajo un día solo para dormir, es lo que me hace falta. Estoy muy cansada, ya no quiero nada, estoy muy cansada."*

- femenina quiteña de 50 años, practicante experimental, auditora, experimentó psicodelia muy leve

Y cabe destacar que, si bien los entrevistados no refirieron sentir ansiedad en el período subagudo o a mediano plazo, los cuestionarios aplicados sí mostraron un aumento de esta variable en algunos participantes del estudio y especialmente, en 3 informantes de género femenino. Esto podría deberse a algunas razones que se hipotetizan a continuación:

1. *Síntomas Agudos Persistentes* → En el momento de aplicación de los tests, que es aproximadamente 10 horas después de la primera ingesta de yagé dentro de la ceremonia, los síntomas agudos continúan manifestándose en el individuo como dificultad para descargar la tensión y para relajarse, sentimientos de inquietud, reacciones exageradas a estímulos convencionales y poca tolerancia. Es decir, continúan experimentando psicodelia aun cuando la ceremonia de ayahuasca ha terminado. En aquel momento, se ha disuelto el compromiso de silencio y quietud dentro del entorno que se mantuvo durante la noche y madrugada; así mismo, se ha empezado a ver luz dentro del espacio ritual, que horas antes había sido inexistente. Así, se puede deducir que en algunas personas, los estímulos auditivos y lumínicos

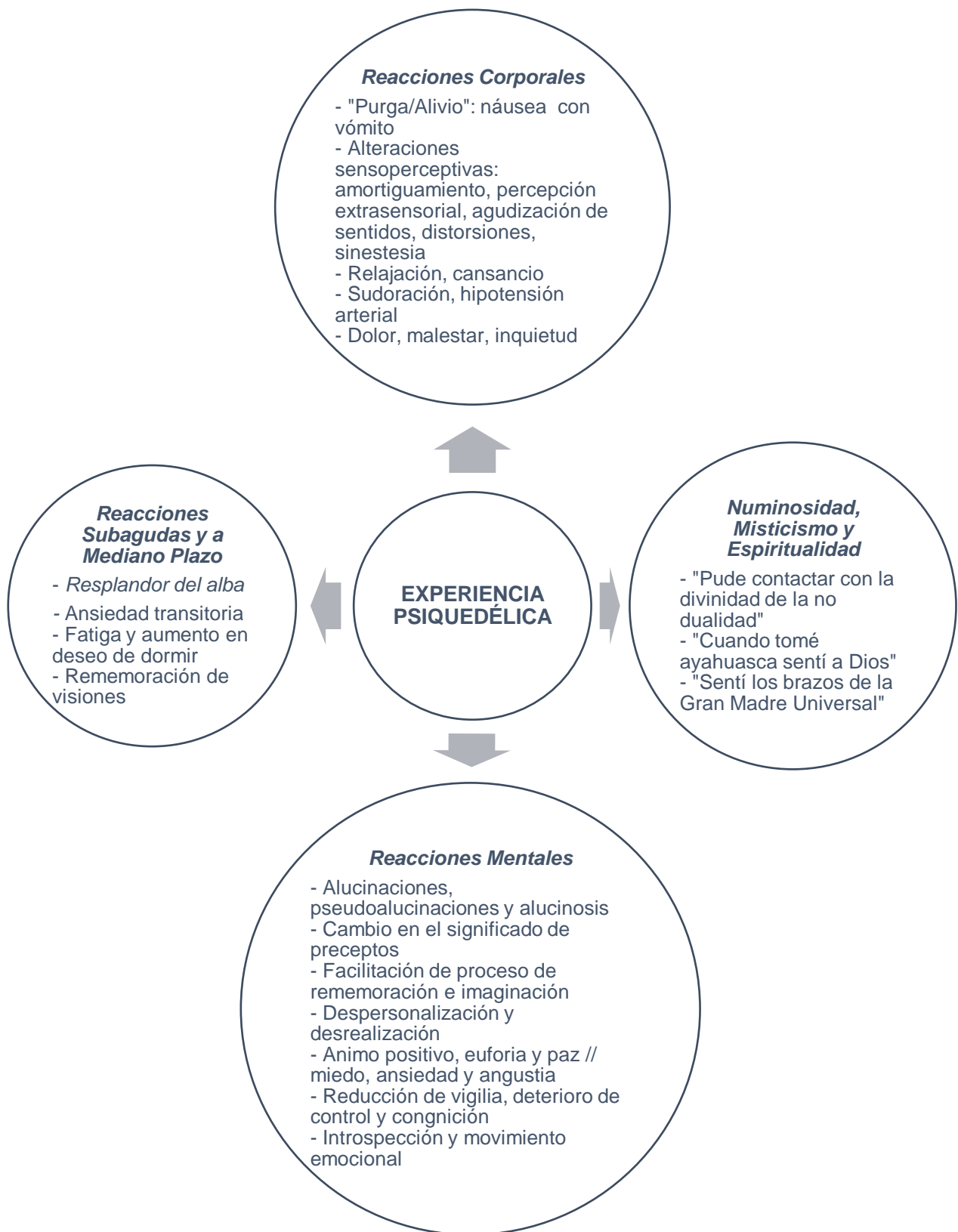
serían gatilladores de síntomas ansiosos leves y transitorios en las 2 – 4 horas siguientes al fin de la ceremonia con ayahuasca.

2. *Cansancio Corporal y Mental* → Las ceremonias de ayahuasca empiezan generalmente a las 20:00 y terminan a las 08:00 del día siguiente; en este período, los guías motivan a los asistentes a que se mantengan despiertos, con una postura de meditación o sentados y que se esfuercen por permanecer activos. Entonces, los practicantes yageceros deben someterse a al menos 12 horas en un estado de relativa alerta. Durante las primeras horas de la mañana, sienten fatiga corporal tras haber mantenido una postura similar durante varias horas, y fatiga mental tras haber contemplado numerosas catarsis y procesos de manifestación psiquedélica. A partir de este agotamiento, se desencadenan sentimientos leves y transitorios de falta de iniciativa para realizar actividades y sensación de que se ha usado excesivamente la energía vital.
3. *Concientización Confrontativa* → la ayahuasca lleva memorias, pensamientos y emociones reprimidas desde el inconsciente hacia el consciente. Estas ideas era desconocidas para el individuo antes de ingerir yagé, y en un período corto de tiempo, debe enfrentar a todas. Si normalmente se vive con un autoconcepto incoherente con la realidad, al ser capaz de observarlo sin el velo psíquico cotidiano, el individuo podría sentir leve y transitoriamente, desilusión, tristeza o ánimo bajo e incapacidad de pensamientos/sentimientos positivos.

En conclusión, los practicantes del uso y consumo de ayahuasca durante su experiencia psiquedélica presentan síntomas corporales como vómito, náusea, mareo y alteraciones sensorio-perceptivas; encuentran sentimientos de amor, autocompasión, aceptación, felicidad, dicha, satisfacción, así como ansiedad, miedo, tristeza, dolor, desesperación y confusión. En ocasiones, llegan a una catarsis donde son capaces de apartar ideas, emociones o conductas no saludables y adoptar nuevas perspectivas más saludables a través de la exposición y procesamiento de traumas subyacentes o la mejora de estados patológicos como depresión, ansiedad e ideas suicidas. Pueden tener encuentros espirituales o religiosos que les abren a una mayor conciencia mística, más aprecio por la vida y la belleza estética y sentido de interconexión aumentado. Al término de su experiencia, podrían vivenciar un aumento leve y transitorio de sus síntomas ansiosos; tienen una sensación remanente de confianza en sí mismos, empoderamiento, autoeficacia, menos preocupación y menos síntomas depresivos, ansiosos o de estrés; se producen cambios en la identidad propia, se mejoran las relaciones interpersonales y en general, aumenta su calidad de vida.

Gráfico 39

Esquema de Giddens: Experiencia Psíquica



Elaborado por: Rodríguez (2023)

4.3.3.6 “Ahora Disfruto”.

Los efectos de la ayahuasca a largo plazo (a partir de las 4 semanas después de su consumo) serán expuestos a continuación, relacionándolos a cambios de salud en el individuo.

Cambios en la Salud Tras la Toma de Ayahuasca: Salud Física

Gráfico 40

Salud Física Tras la Toma de Ayahuasca



Elaborado por: Rodríguez (2023)

La salud física se ve mejorada a través de varias aristas, que serán analizadas en esta sección. Para empezar, la ayahuasca permitió una reducción de síntomas físicos causados por la ansiedad que en esta informante, son concebidos como una alteración del sistema nervioso desencadenada al escuchar ruidos fuertes:

- “La ayahuasca me formateó mi sistema nervioso y comencé desde cero. Ahora siento que mi sistema nervioso puede aguantar lo que sea porque ya me desahogué de todos mis 52 años de alteraciones y ahora estoy en cero. Sí generó un cambio total en mi salud porque lo más fuerte en mí era el problema del sistema nervioso alterado y ahora lo siento muy relajado. Antes yo escuchaba música a volumen alto y tenía una especie de temblor en mis manos que me obligaba a bajar el volumen, pero ahora ya no. Ahora disfruto la música y siento que entra en mi cuerpo y me da energía.”

- femenina quiteña de 51 años, practicante experimental, ama de casa; experimentó psicodelia moderada y, según los cuestionarios aplicados, mejoró su salud física pero aumentó levemente sus síntomas de ansiedad

En un informante distinto, la ansiedad se mostraba en el cuerpo como una respiración rápida, que pudo disminuirse tras el consumo de ayahuasca:

- *“Sentía que podía respirar suavemente de nuevo, sentía que me dieron un cuerpo nuevo, no sé, algo nuevo sentí que me dieron.”*

- masculino quiteño de 24 años, practicante experimental, auxiliar mecánico; experimentó psicodelia moderada y según los cuestionarios aplicados, mejoró su salud física y no presentó ningún síntoma emocional posterior a la ingesta de ayahuasca.

Tras consumir ayahuasca, el cuerpo adquiere más resistencia y vigor para realizar actividades físicas, basando este avance en la capacidad de automotivación aumentada:

- *“Físicamente me siento mucho más resistente a las cosas, siento que viene ligado con el poder de la mente porque antes yo decía ‘no, de verdad no, no voy a poder’ y mi cuerpo solo daba hasta ahí, ahora sí me siento con mucha más energía, vitalidad y resistencia. También hay cosas que antes me gustaba comer bastante y ahora no sé, siento que me ha hecho tener un estilo de comer más saludable.”*

- femenina quiteña de 19 años, practicante ocasional, estudiante universitaria; experimentó psicodelia fuerte y, según los cuestionarios aplicados, no hubo ningún cambio en su salud

En la última frase del testimonio pasado, se puede observar también la capacidad de la ayahuasca para mejorar hábitos de vida como la alimentación, la realización de ejercicio físico y el mejor manejo del consumo lúdico de estupefacientes con una visión más responsable, como se detalla a continuación:

- *“También me permitió cambiar hábitos, el estilo de vida, hacerme un programa de lo que quiero vivir y en el presente empezar a cambiar todas esas cosas.”*

- femenina de La Maná, residente quiteña de 34 años, practicante habitual, terapeuta emocional; experimentó psicodelia muy leve y, según los cuestionarios aplicados, no obtuvo cambios en su salud

- *“El cambio que la ayahuasca ha tenido en mí ha sido muy fuerte, muy fuerte; más física que psicológicamente. Sí me ha hecho ver diferente las cosas. Por ejemplo, casi todo este año he tenido un uso compulsivo de cannabis, o más bien desde los veinte o veintiún años, y ahora está disminuyendo. Pero al tomar ayahuasca, mi perspectiva de las cosas cambió y ya no tengo la necesidad de fumar marihuana como loco sino que ahora en realidad le quiero buscar un propósito o una razón. De igual manera con el alcohol y el tabaco. Ahora siento que todo debe hacerse con medida; todo con equilibrio tiene un fin y un propósito. A mí me gusta la cerveza, pero ya no la tomo como antes, e igual el tabaco ahora me da asco.*

- masculino quiteño de 24 años, practicante experimental, estudiante universitario; experimentó psicodelia moderada y, según los cuestionarios aplicados, mejoró su salud física, su nivel de espiritualidad y no presentó ningún síntoma emocional posterior a la ingesta de ayahuasca.

- *“Imagínate consumir droga con energía densa así como cocaína, bazuco, marihuana prensada, alcohol desmedidamente... es muy distinto. Toda la visión que tengo, la comprensión de las plantas sagradas y de lo que voy consumiendo. Es ser responsable de lo que consumo porque antes era irresponsable, me mandaba lo que podía”.*

- masculino quiteño de 34 años, practicante habitual, terapeuta alternativo/empleado privado; experimentó psicodelia leve y, según los cuestionarios aplicados, y mejoró su salud física y disminuyeron sus síntomas de depresión

Por otro lado, se mejoran contracturas musculares y se endereza la postura corporal, partiendo de la mejora en aspectos confrontativos de la salud mental:

- *“Yo vi cómo cambié las contracturas de la boca, las contracturas que tenía a nivel de los ojos, ciertas durezas en mi cuerpo. Ahora es natural que mi columna se vaya irguiendo, y eso aprendí con la ayahuasca. Mi columna pudo enrectarse conforme yo superé ciertos escalones de mis centros de energía, cuando yo pude recuperar la confianza en la vida, cuando pude superar la avaricia, la furia y todos estos estados, y llevarlos a entender la pureza, la confianza, a sanar el orgullo o el poder, el control sobre los demás. Mi columna ya se puede sostener según yo voy trabajando en mí misma.”*

- femenina de La Maná, residente quiteña de 34 años, practicante habitual, terapeuta emocional; experimentó psicodelia muy leve y, según los cuestionarios aplicados, no obtuvo cambios en su salud

La mejora de la postura y la conciencia del estado emocional a través de aprendizajes adquiridos tomando ayahuasca, se reflejan también en el siguiente testimonio donde un informante registra haber disminuido satisfactoriamente su gastritis crónica:

- *“Uno de los procesos resaltantes es que antes tenía una gastritis bastante marcada, todavía queda un poco pero es mucho más suave. Me dolía mucho el estómago cuando tomaba ayahuasca y una de las experiencias que tuve fue ver el nivel emocional de ese dolor así como ver mi resistencia a ese dolor, mi postura. Eventualmente yo seguí tomando ayahuasca pero también me estaba tratando con sábila y se me quitó lo del estómago.”*

- masculino venezolano, residente quiteño de 33 años, practicante habitual, músico/profesor/intérprete; experimentó grado nulo de psicodelia y según los cuestionarios aplicados, no obtuvo cambios en su salud

Este mismo informante reporta haber sentido que con el consumo reiterado de ayahuasca se curó una alteración neurológica, presumiblemente amnesia:

- *“Algunas chumas me mostraron que yo estaba teniendo algo en el cerebro, como que se me estaba aproximando un nivel de amnesia, durante la chuma experimentaba que se me olvidaban cosas y podía sentir esa desorientación que era como si esa enfermedad latente salía o resurgiera. Siguiendo tomando, ya después no sucedió; probablemente ahí curó algo bien profundo a nivel neurológico.”*

- masculino venezolano, residente quiteño de 33 años, practicante habitual, músico/profesor/intérprete; experimentó grado nulo de psicodelia y según los cuestionarios aplicados, no obtuvo cambios en su salud

Para recalcar la naturaleza progresiva de la mejoría en salud con el uso del yagé, otra informante menciona que a través de varias ceremonias ayahuasqueras, ha podido mejorar aspectos de su corporalidad, optimizar hábitos de vida saludables y trabajar en emociones que se exteriorizan mediante la salud física:

- *“Siento que últimamente sí ha mejorado bastante mi salud ya que también ese es uno de los propósitos de la medicina, el limpiarte físicamente y purgarte. A través de esta limpieza, el cuerpo se queda liviano para poder crear nuevas células, nuevos genes incluso. Entonces sí siento que ha mejorado mi salud física; energéticamente también siento que he limpiado un montón de cosas. O sea, no es que de una ceremonia a otra me he curado totalmente pero sí siento que ha ido trabajando en mí esas memorias. También siento que todas las enfermedades son emocionales, se derivan de las emociones: estás tan cargada de ciertas emociones que ya no puedes soltarlo y se manifiesta ya en tu cuerpo físico como enfermedades. Siento que sí ha ido sanando algunas memorias internas, algunas cosas emocionales y así también el cuerpo físico va sanando. He ido mejorando un montón, pero también depende de cómo cuidas tu cuerpo. La medicina crea esa conciencia en ti para poder alimentarte mejor, hacer ejercicio, estar en equilibrio con tu cuerpo que es tu templo, estar en equilibrio con la vida. Desde ahí puedes mejorar tu salud también.”*

- femenina quiteña de 32 años, practicante habitual, psicóloga industrial, experimentó psicodelia moderada y según los cuestionarios aplicados, su ansiedad aumentó moderadamente

Como se observa en el testimonio anterior, la ayahuasca es concebida como capaz de limpiar el organismo para que se produzca renovación a nivel celular. Esto no ha sido respaldado en literatura científica pero, como fue expuesto en el marco teórico, la ayahuasca sí tiene rutas de activación molecular que le otorgan propiedades de proliferación y supervivencia celular. Igualmente, sus alcaloides interfieren con la replicación y síntesis celular, presentando efectos antitumorales. De la misma forma, todavía es muy escasa la literatura que evidencie efecto epigenético de la ayahuasca, pero se ha podido observar que beber ayahuasca podría afectar la expresión epigenética del gen SIGMAR1 (encargado de codificar un receptor envuelto en acciones de tejidos endócrinos, nerviosos e inmunológicos), sin reflejar cambios reales en la expresión génica o algún impacto biológico significativo (Ruffell, 2021).

Una de las informantes que labora como terapeuta, ratifica la acción transformadora de la ayahuasca en el aspecto celular, añadiéndole una mención en propiedades inmunológicas y sin perder la perspectiva de que es un cambio gradual para el que se necesitan dosis acumuladas de yagé:

- *“La ayahuasca me llevó a este punto sólo después de haber tomado bastante; creo que en el cuerpo se necesita unas dosis que alcancen un nivel de transformación en la célula, de desprogramación de ciertas cosas, ahora como terapeuta diría desestructura de creencias nucleares que están alojadas en el cuerpo, en el nivel en el que tú vas reseteando el sistema inmunológico en la memoria celular, al punto de cambiar de verdad.”*

- femenina de La Maná, residente quiteña de 34 años, practicante habitual, terapeuta emocional; experimentó psicodelia muy leve y, según los cuestionarios aplicados, no obtuvo cambios en su salud

La ayahuasca a nivel inmunológico produce principalmente, una reducción transitoria en los niveles de células CD3 y CD4 y niveles elevados de células NK pero a largo plazo, estos niveles vuelven a la normalidad (dos Santos, 2014). Otro término que se menciona en el testimonio anterior, es el de ‘memoria celular’, que denota una hipótesis que postula sobre la capacidad de almacenamiento de un recuerdo dentro de células ubicadas fuera del cerebro (Karolinska Institutet, 2013). No existe evidencia científica contundente que respalde este fenómeno o que defienda una relación entre este y la ingesta de ayahuasca.

De forma similar, se expone a la ayahuasca como una cirugía donde se extirpan elementos nocivos o se repara una parte del cuerpo:

- *“Ahora sí siento literalmente como una cirugía, como una extirpación, y siento que eso es la ayahuasca que llega a extirpar lo que no es compatible con tu biología. Así de simple, sea lo que sea”.*

- femenina quiteña de 33 años, practicante ocasional, terapeuta holística; experimentó psicodelia leve y, según los cuestionarios aplicados, mejora su salud física sin presentar ningún síntoma emocional posterior.

En otro orden de ideas, se entiende a la mejora física como un proceso a través del cual, eventualmente, se podrán dejar de lado tratamientos farmacológicos para enfermedades crónicas:

- *“Dejé de tomar las pastillas para el hipotiroidismo durante el tiempo que iba a tomar ayahuasca, porque quería dejar que ella actúe en mi cuerpo. Hoy empecé a tomar nuevamente, porque es un proceso el que hace la ayahuasca, no va a terminar de un día al otro. Le dejé actuar, y yo estoy casi segura de que cuando vuelva a hacerme exámenes, pienso que van a haber bajado los nódulos tiroideos o algo. Pero si no pasa eso, igual, no importa, yo siento que estoy bien.”*

- femenina quiteña de 50 años, practicante experimental, auditora, experimentó psicodelia muy leve y según los cuestionarios aplicados, su estrés disminuyó

Gracias a la ayahuasca, se pueden tomar decisiones de continuar o no con un tratamiento farmacológico que produzca efectos adversos marcadamente nocivos en el cuerpo. Por ejemplo, en el siguiente testimonio se muestra cómo las enseñanzas provistas por el yagé permitieron que la informante se retire un método anticonceptivo que le trajo consecuencias desfavorables en su salud:

- *“Por fin, cuando volví a tomar ayahuasca con un médico tradicional, pude quitarme el implante anticonceptivo ya desde un equilibrio. Este implante fue como el demonio que me enseñó y creo que sin eso no hubiera aprendido todo lo que aprendí. Después de eso, me dejó el cuerpo dañado; tenía dolores que nunca antes había tenido, no se me iban totalmente esos calorones, no se me iban estos efectos hormonales. Ahí trabajó la ayahuasca conmigo, me tomó en sus brazos desde esa ceremonia en la que de verdad comprendí que tenía que quitármelo, que la ayahuasca que recorría por mi sangre me enseñó muchas cosas.”*

- femenina de La Maná, residente quiteña de 34 años, practicante habitual, terapeuta emocional; experimentó psicodelia muy leve y, según los cuestionarios aplicados, no obtuvo cambios en su salud

Y se pueden descontinuar tratamientos alternativos como la homeopatía, que deben ser consumidos por largos períodos de tiempo:

- *“Físicamente, la ayahuasca me ayudó a dejar la homeopatía.”*

- masculino venezolano, residente quiteño de 33 años, practicante habitual, músico/profesor/intérprete; experimentó grado nulo de psicodelia y según los cuestionarios aplicados, no obtuvo cambios en su salud

Finalmente, la ayahuasca genera una visión más amplia sobre el respeto y la atención plena que se debe ofrecer al cuerpo:

- *“La herramienta más poderosa que me ha permitido descubrir, ha sido mi cuerpo. La ayahuasca te permite ver cosas y entender, pero todo sucede desde el cuerpo, la ayahuasca me enseñó lo sagrado de mi cuerpo y que lo más poderoso es la fuerza de la vida en mi cuerpo: el poderme caminar, el poder levantarme, hacer lo que yo quiero, ir hacia donde yo quiero, vivir como yo quiero; eso siento que ha sido lo más valioso, volver a mi cuerpo. Si bien la ayahuasca es una planta espiritual, te da la capacidad de volver a tu cuerpo, de bajar de la mente. Algunas personas creen que todo sucede en su mente; cuando yo atiendo en terapia individual de ayahuasca, las personas vienen viviendo un montón de fantasías en su mente y cuando empiezan a sentir su cuerpo hasta se asustan, se dan cuenta que su corazón sí late de verdad, lo escuchan por primera vez y suena tan fuerte que les da miedo.”*

- femenina de La Maná, residente quiteña de 34 años, practicante habitual, terapeuta emocional; experimentó psicodelia muy leve y, según los cuestionarios aplicados, no obtuvo cambios en su salud

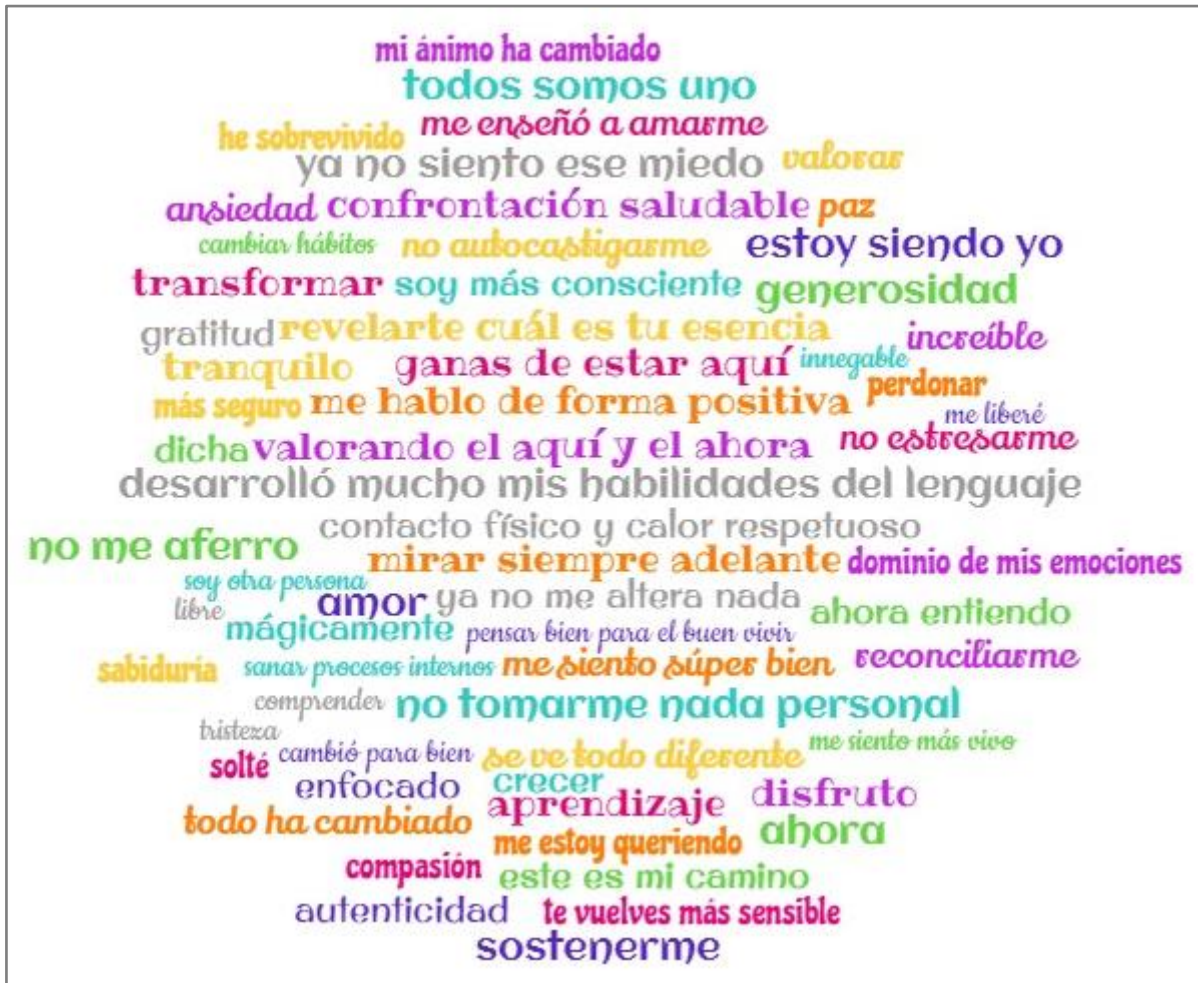
Algo que resalta en la mayoría de los testimonios, es la forma en que las emociones y los pensamientos se encuentran estrechamente ligados a la salud física. Este fenómeno

podría englobarse en la concepción de 'somatización' que, según Muñoz (2009), es el proceso cognitivo, afectivo y conductual mediante el cual una persona experimenta malestar emocional a través de síntomas físicos sin una causa orgánica documentada. Para la medicina convencional esto es visto como un trastorno infrecuente; al contrario, para la medicina tradicional y complementaria, es una consecuencia esperable y común de no precisar mecanismos emocionales regulatorios que son provistos en algunas ocasiones por la ayahuasca. Según Oorsouw (2022), el yagé disminuye los síntomas de somatización especialmente en practicantes que experimentan infinitud oceánica tras su ingesta.

Por otro lado, es interesante notar que algunos informantes enfocan a la ayahuasca como una herramienta biotecnológica, entendiendo que a partir de un organismo vivo (liana de ayahuasca y chacruna/chaliponga) se crea un producto (yagé) con fin terapéutico en beneficio humano.

Gráfico 41

Salud Mental Tras la Toma de Ayahuasca



Elaborado por: Rodríguez (2023)

El uso y consumo de yagé generó varios cambios en la salud mental de todos los entrevistados, que serán categorizados y analizados a continuación.

Depresión

Los síntomas depresivos disminuyeron o desaparecieron inmediatamente después de terminada la ceremonia con ayahuasca, y se mantuvieron así hasta 4 semanas después. En el siguiente testimonio se aprecia la mejora de una informante, quien remarca lo confrontativo de su proceso de autoobservación que le llevó a generar salud:

- “Eso me hizo salir mucho de ese trastorno depresivo que estaba viviendo y para mejor. Ahora me siento súper bien, de verdad cambió mi perspectiva de muchas cosas. Es un camino un

poco difícil porque te muestra muchas cosas que no te gustan de ti, lidiar con eso es un poco difícil pero me gusta saber que estoy haciendo un cambio en mí.”

- femenina quiteña de 19 años, practicante ocasional, estudiante universitaria; experimentó psicodelia fuerte y, según los cuestionarios aplicados, no hubo ningún cambio en su salud

Un informante aludió a la “magia” detrás de su mejora, que podría explicarse con la acción manifestadora de los psikedélicos, que muestra procesos mentales inconscientes y facilita su procesamiento para sanar memorias subyacentes de un proceso patológico como la depresión:

- *“Antes de la toma de ayahuasca estaba deprimido y después mágicamente me sentía en paz. El hecho de que mi energía haya aumentado y me haya hecho ver cosas como el temperamento de las personas o saber cuidarse uno mismo, valorar a tu familia, o sea, el hecho de ser más consciente de lo que te rodea... Pienso que eso hace la diferencia entre aguantar tu propia depresión, inseguridades y errores, que no son errores sino simplemente intentos. Te liberas de unas cadenas que son tu mente.”*

- masculino quiteño de 24 años, practicante experimental, auxiliar mecánico; experimentó psicodelia moderada y según los cuestionarios aplicados, mejoró su salud física y no presentó ningún síntoma emocional posterior a la ingesta de ayahuasca.

Como un comentario agregado, otro informante da luz sobre la concepción mágica que se le atribuye al uso de enteógenos como la ayahuasca, infiriendo que se deriva de la poca capacidad de medios investigativos científicos dirigidos hacia psikedélicos para descifrar un cambio tan drástico y trascendental en un período tan corto de tiempo:

- *“A veces he sentido que las plantas de poder tienen una magia... Digamos ‘magia’ porque todavía no tenemos una descripción entera racional de cómo las experiencias con las plantas de poder pueden hacer que el estado interno de una persona cambie tan drásticamente después de una ceremonia y que alcance entendimientos de cosas que les han pesado por años.”*

- masculino venezolano, residente quiteño de 33 años, practicante habitual, músico/profesor/intérprete; experimentó grado nulo de psicodelia y según los cuestionarios aplicados, no obtuvo cambios en su salud

El diccionario Oxford Languages (2023) define a la magia como un “conjunto de conocimientos y prácticas con los que se pretende conseguir cosas extraordinarias con ayuda de seres o fuerzas sobrenaturales”. Entonces, efectivamente el uso ritual del yagé podría considerarse mágico también si se visualiza a la mejora inmediata de salud como algo extraordinario, y si se toma en cuenta que los guías yageceros tienen la capacidad de comunicarse con seres sobrenaturales que favorezcan el proceso terapéutico.

Siguiendo con otro testimonio, la ayahuasca disipa ideas y deseos autolíticos relacionados con la depresión:

- *“Yo a veces digo que por la ayahuasca es que he sobrevivido. Por lo menos una etapa de depresión disminuyó mucho mi energía corporal y la ayahuasca era lo único que me mantenía con una gota de vida. En muchos desfallecimientos que he tenido, la ayahuasca ha sido fundamental en sostenerme y tener esas ganas de estar aquí y de vivir con energía.”*

- masculino venezolano, residente quiteño de 42 años, practicante habitual, programador; experimentó psicodelia muy leve y según los cuestionarios aplicados, disminuyeron sus síntomas de depresión y ansiedad

Y mejora el estado de ánimo, combatiendo a la tristeza constante, el cansancio y la anhedonia, la desesperanza y la visión negativa del entorno y del futuro. Sin embargo, a más de ofrecer una evanescencia de los síntomas depresivos, sana las situaciones problemáticas que fueron origen de la depresión:

- *“Yo era como un muerto en vida, estaba súper mal. Me siento mucho mejor ya, me siento más vivo, me siento más tranquilo, mi ánimo ha cambiado. Sé que me falta mucho pero quiero lograrlo.”*

- masculino de Sto. Domingo de los Tsáchilas, residente quiteño de 27 años, practicante experimental, empleado privado; experimentó psicodelia leve y según los cuestionarios aplicados, no hubo ningún cambio en su salud.

- *“Libera un montón, salir de la depresión y sembrar eso con firmeza en tu palabra y en tus actos, y no quedarse callados donde uno puede decir.”*

- femenina de La Maná, residente quiteña de 34 años, practicante habitual, terapeuta emocional; experimentó psicodelia muy leve y, según los cuestionarios aplicados, no obtuvo cambios en su salud

- *“Igual me ha ayudado con mi tristeza y mi perspectiva de la vida. Ya intento no tomarme las cosas tan personales, ahora me doy cuenta de que cuando se toman las cosas de esa forma, uno solo se carga de rencor, odio y resentimiento. Con la ayahuasca solté muchas cosas, muchos resentimientos y odios por situaciones que hacían mis compañeros. Todo se liberó.”*

- masculino quiteño de 24 años, practicante experimental, estudiante universitario; experimento psicodelia moderada y, según los cuestionarios aplicados, mejoró su salud física, su nivel de espiritualidad y no presentó ningún síntoma emocional posterior a la ingesta de ayahuasca.

Ansiedad

Los síntomas ansiosos disminuyeron progresivamente después de la ingesta de ayahuasca, desde el período subagudo en adelante:

- *“Al conducir ya no me acelero, no me da miedo, no me causa una alteración en mis nervios. Siento una tranquilidad total. Ya no exploto de ira. Ya no me altera nada. Miro todo con mucha tranquilidad y realmente siento un cambio muy muy grande. Le doy más importancia a tratar de estar más para las personas; yo siempre he sido así pero ahora más. Por ejemplo, yo antes tenía temor de que se caiga una cosa y de que se rompa; ahora ya no. Me siento súper relajada por ese lado.”*

- femenina quiteña de 51 años, practicante experimental, ama de casa; experimentó psicodelia moderada y, según los cuestionarios aplicados, mejoró su salud física pero aumentó levemente sus síntomas de ansiedad

El yagé disminuye la preocupación excesiva por eventos cotidianos, los problemas para concentrarse, la irritabilidad y mejora los sentimientos de nerviosismo, la inquietud y la dificultad para relajarse; así como el estrés acompañante. Con la calma que genera, permite aumentar la autovaloración, el amor propio y la capacidad de autoactualización:

- *“Me siento un poco más libre conmigo mismo, siento que me estoy sanando y me estoy queriendo un poquito más poco a poco. Ya no sobrepienso las cosas y trato de tener paz mental. Trato de hacer que las cosas no me afecten tanto como antes y dejar que la vida fluya y no tomarme nada personal. Me siento más tranquilo y un poquito más enfocado en tratar de hacer mejor las cosas cada día para ser mucho mejor persona y más que nada, no estresarme por cosas que no debería estresarme.”*

- masculino de Sto. Domingo de los Tsáchilas, residente quiteño de 27 años, practicante experimental, empleado privado; experimentó psicodelia leve y según los cuestionarios aplicados, no hubo ningún cambio en su salud.

Resiliencia

Linares (2017) define a la resiliencia como la capacidad de adaptación frente a situaciones adversas con producción de resultados positivos; caracteriza a alguien resiliente como apto para identificar una situación de manera optimista; apto para interpretar y encauzar acontecimientos con una misión, visión y valor; y capaz de organización estratégica. La ayahuasca desarrolla todas estas habilidades en quienes la consumen, exponiéndose en los siguientes testimonios como un mejor análisis y entendimiento emocional que permite un manejo más conveniente de cualquier situación:

- *“Me di cuenta de que cuando estamos enojados o cuando tenemos un mal día, el problema no son los demás sino los problemas de uno mismo. Si uno mismo no tiene la capacidad de gobernar sus emociones, nunca va a progresar en la vida..”*

- masculino quiteño de 24 años, practicante experimental, auxiliar mecánico; experimentó psicodelia moderada y según los cuestionarios aplicados, mejoró su salud física y no presentó ningún síntoma emocional posterior a la ingesta de ayahuasca.

- *“El dominio de mis emociones, más que todo es la fluidez con mis emociones; pude comprender cómo las emociones transitan a través del ser humano. Si me toca estar triste, voy a estar triste y voy a llorarme esta tristeza pero no le voy a aumentar cosas que no están en la realidad; aprendiendo a respirar la emoción y desarrollando herramientas para soltar eso, para permitir la fluidez.”*

- femenina de La Maná, residente quiteña de 34 años, practicante habitual, terapeuta emocional; experimentó psicodelia muy leve y, según los cuestionarios aplicados, no obtuvo cambios en su salud

La visión optimista para afrontar problemas se identifica como una conversación interna que motiva y no genera caos en el individuo:

- *“Antes de tomar la ayahuasca, cuando cometía errores, en mi mente me hablaba de forma negativa y por primera vez en mi vida soy consciente de eso y ahora en vez de hablarme de forma negativa, me hablo de forma positiva y tengo más energía.”*

- masculino quiteño de 24 años, practicante experimental, auxiliar mecánico; experimentó psicodelia moderada y según los cuestionarios aplicados, mejoró su salud física y no presentó ningún síntoma emocional posterior a la ingesta de ayahuasca.

Asertividad

El yagé aumenta la confianza en uno mismo y la comunicación segura, adecuada y respetuosa con el entorno:

- *“Ahora me estoy mostrando más seguro en el trabajo, en los círculos, estoy cantando, estoy siendo yo. Wow, desperté del letargo en el que estaba. Siempre estuve en bajo perfil, no mostrándome mucho, bien resguardado, pero ahora sí me estoy mostrando. En eso se está trabajando todos los días.”*

- masculino quiteño de 34 años, practicante habitual, terapeuta alternativo/empleador privado; experimentó psicodelia leve y, según los cuestionarios aplicados, y mejoró su salud física y disminuyeron sus síntomas de depresión

Así mismo, impulsa la extroversión y la toma de riesgos:

- *“Todas las cosas que me he atrevido a hacer desde que tomo ayahuasca, eran inimaginables para ese yo anterior.”*

- masculino venezolano, residente quiteño de 33 años, practicante habitual, músico/profesor/intérprete; experimentó grado nulo de psicodelia y según los cuestionarios aplicados, no obtuvo cambios en su salud

Consciencia

La ayahuasca genera mayor conocimiento responsable de la existencia de uno mismo, de otros individuos y del entorno, generando un aumento en la atención plena que, a su vez, produce calma en el individuo. En estos testimonios se evidencia lo mencionado, con frases como “me doy cuenta” o “soy más consciente”:

- *“La ayahuasca me permitió aumentar consciencia sobre mí mismo. Si no fuera por la ayahuasca, no seríamos conscientes de nuestro poder mental, consciencia sobre uno mismo y sobre quién eres tú realmente.”*

- masculino cubano, residente quiteño de 32 años, practicante experimental, profesor; experimentó psicodelia extrema y según los cuestionarios aplicados, mejoró su salud física y disminuyeron marcadamente sus síntomas de ansiedad y estrés.

- *“Yo ya tengo una buena percepción quizás, lo suficientemente buena para entender la importancia de la conexión pero soy más consciente, eso sí, un poco más consciente de lo que debo hacer.”*

- masculino ibarreño de 28 años, practicante ocasional, fotógrafo/profesor; experimentó psicodelia leve y según los cuestionarios aplicados, su salud física mejoró

- *“Siento que había cosas que ya sabía, pero después de todo ahora soy consciente de ellas. Y así logro sentirme mucho mejor cuando algo me saca de mi zona de confort o me estresa. Ahora vivo el presente y lo disfruto, me siento mucho más conectada conmigo misma, con la naturaleza y con el universo.”*

- femenina quiteña de 18 años, practicante experimental, estudiante, experimentó psicodelia fuerte y según los cuestionarios aplicados, sus síntomas de ansiedad aumentaron levemente

- *“Se ve todo diferente, no es igual para nada. Cambió para bien, me doy mucha más cuenta de todo, y eso no es como muy sencillo porque las personas siempre actuamos como robots. Por ejemplo, si manejas, vas rápido, quieres llegar rápido a tu casa... Pero ahora disfruto el viaje, escucho la radio y lo hago conscientemente, manejo conscientemente por la naturaleza, veo a los policías que antes me molestaban mucho y digo 'están trabajando, ellos quieren el bienestar', o si el auto de al lado quiere pasarme digo 'bueno, pase, pase, debe tener algún lío'. Y eso sería tan sencillo, pero no es.”*

- femenina quiteña de 50 años, practicante experimental, auditora, experimentó psicodelia muy leve y según los cuestionarios aplicados, su estrés disminuyó

- *“Todo ha cambiado desde la primera vez que tomé ayahuasca. Es otro personaje con otra conciencia de vida. Todo va cambiando, los recuerdos quedan pasados. Soy otra persona.”*

- masculino venezolano, residente quiteño de 42 años, practicante habitual, programador; experimentó psicodelia muy leve y según los cuestionarios aplicados, disminuyeron sus síntomas de depresión y ansiedad

Una de las informantes amplía al concepto de atención plena, llamada también ‘mindfulness’ que según Moñivas (2012) significa prestar atención a la experiencia del momento presente con interés, curiosidad y aceptación. En el siguiente testimonio, esto se evidencia como “estar en el aquí y el ahora”, y produce una práctica mantenida de agradecimiento beneficioso para la salud mental, además de paz y equilibrio:

- *“Creo que lo más importante que ha llegado a mí a través de la ayahuasca y las medicinas que he tomado en este tiempo, ha sido el estar valorando el aquí y el ahora, estar en la presencia del hoy, disfrutando el hoy porque es lo único que tenemos; o sea, el valorar la vida, el celebrar la vida, el estar feliz con lo que tengo y dar gracias y gratitud por los procesos que a veces decimos que son cosas malas que nos pasan pero me ha hecho entender que no son cosas malas sino que son cosas que necesitamos vivir para poder trascender en este camino. Me siento más en paz, en equilibrio, me ha ayudado a sanar procesos internos que he tenido. Esa es una de las tantas cosas que ha cambiado en mí la medicina, el ser consciente de todos los procesos que vives, tomarlos con amor, con sabiduría y no diciendo ‘¿por qué a mí me pasan estas cosas?’, si no agradeciendo desde el amor, el poder vivir eso porque sabes que eso te está llevando a un próximo nivel, te está llevando a lo próximo. También me ha cambiado totalmente mi forma de pensar en cuanto a muchas cosas en mi vida.”*

- femenina quiteña de 32 años, practicante habitual, psicóloga industrial, experimentó psicodelia moderada y según los cuestionarios aplicados, su ansiedad aumentó moderadamente

La atención plena se menciona también como simplemente “estar”:

- *“Mi mayor aprendizaje fue estar. Estás ahí. Estás valiendo *****, estás pasando hambre, pero estás. En un rincón plasmado para ti, estás, estás. Todo es un pensamiento porque nos imaginamos tantas cosas, y siempre imaginamos el futuro tratando de previsualizar eso sin darnos cuenta de lo que tenemos en el presente.”*

- masculino cubano, residente quiteño de 32 años, practicante experimental, profesor; experimentó psicodelia extrema y según los cuestionarios aplicados, mejoró su salud física y disminuyeron marcadamente sus síntomas de ansiedad y estrés.

Por otro lado, un informante saca a relucir el concepto de “inconsciente colectivo” propuesto por Carl Jung en 1916, que defiende la existencia de dos sistemas psíquicos, el personal y el colectivo que no posee un desarrollo individual sino que es hereditario y consta de formas preexistentes definidas que se presentan dentro de algunos contenidos psíquicos:

- *“Quería experimentar el conocimiento que me puede dar años y años y siglos de tradiciones porque el inconsciente colectivo está conectado con todos nosotros entonces tenemos memorias y recuerdos de nuestros antepasados o de las vibraciones del mundo, del pasado hasta del futuro.”*

- masculino de Sto. Domingo de los Tsáchilas, residente quiteño de 27 años, practicante experimental, empleado privado; experimentó psicodelia leve y según los cuestionarios aplicados, no hubo ningún cambio en su salud.

Se deduce entonces, que el consumo de ayahuasca es buscado no solamente por su capacidad de manifestar la psique personal sino que puede también descubrir las memorias hereditarias que se encuentran almacenadas en el inconsciente.

Calma

Un estado de quietud y tranquilidad mental es fundamental para la salud, tanto para la prevención como para el tratamiento de estados patológicos en este ámbito. El yagé proporciona paz a sus consumidores, desencadenada del no juicio a sí mismos o a sus circunstancias que se relaciona con la disminución del sentimiento de culpabilidad:

- *“La ayahuasca me ha dado mucha paz. Antes me culpaba de muchas cosas, del pasado, de lo que no hice, de lo que sí hice. Ahora sé que lo que no hice fue aprendizaje y lo que sí he hecho también ha sido aprendizaje. Me da mucha paz, muchísima, muchísima, muchísima.”*

- masculino quiteño de 34 años, practicante habitual, terapeuta alternativo/empleado privado; experimentó psicodelia leve y, según los cuestionarios aplicados, y mejoró su salud física y disminuyeron sus síntomas de depresión

- *“Otra cosa que he aprendido con la ayahuasca es a mirar siempre adelante, a ver que la vida es un viaje de evolución y que no hay vuelta atrás, no importa cuánto te hayas equivocado, no importa lo que hiciste, ya pasó, solo queda avanzar de aquí en adelante, sólo queda mejorar.”*

La humanidad no tiene más opción que crecer, estamos aquí para aprender. Ese es uno de los mensajes más valiosos que me ayudaron a no autocastigarme porque siempre me sentía culpable de cosas y de vez en cuando esa mente acostumbrada a culparse, quiere aparecer a decirme 'ay es que no hiciste esto' y yo digo 'es que estoy aprendiendo'. Si antes no me di cuenta, ahora me estoy dando cuenta y ahora puedo mejorar."

- femenina de La Maná, residente quiteña de 34 años, practicante habitual, terapeuta emocional; experimentó psicodelia muy leve y, según los cuestionarios aplicados, no obtuvo cambios en su salud

La ayahuasca mejora el contenido del flujo de consciencia que según Potter (2014) es la corriente de pensamientos en la mente consciente, mencionándose en el siguiente testimonio como "pensar bien para vivir bien", percibiendo al mundo exterior como una manifestación del mundo interno del individuo. Si en la mente hay calma, en la vida hay calma:

- *"Esa capacidad de pensar así es algo que desarrollé con ayahuasca, es el sumak yuyay, el pensar bonito o pensar bien para obtener el sumak kawsay que es el buen vivir."*

- femenina de La Maná, residente quiteña de 34 años, practicante habitual, terapeuta emocional; experimentó psicodelia muy leve y, según los cuestionarios aplicados, no obtuvo cambios en su salud

De la misma forma, la paz se genera tras enfrentar heridas traumáticas productoras de miedo. En este caso específico, el informante superó una herida de abandono por la cual sentía miedo a la pérdida:

- *"Ahora me siento en paz, ya no siento ese miedo a perder."*

- masculino quiteño de 24 años, practicante experimental, auxiliar mecánico; experimentó psicodelia moderada y según los cuestionarios aplicados, mejoró su salud física y no presentó ningún síntoma emocional posterior a la ingesta de ayahuasca.

Flexibilidad Cognitiva

El yagé abre nuevas rutas de entendimiento y proporciona nuevas perspectivas sobre situaciones habituales que antes causaban conflicto, aludiendo a una mejora en la flexibilidad cognitiva que se define como "la habilidad que implica cambiar la atención de un paradigma perceptual a otro con el fin de adaptar la actividad mental y el comportamiento de acuerdo con las demandas del ambiente (Enciclopedia Argentina de Salud Mental, 2023).

La adquisición de flexibilidad cognitiva con el consumo de ayahuasca podría tener su base en la vivencia de imaginería visual que cambia el significado de preceptos, dentro de la experiencia psiquedélica.

- *“Ahora veo las cosas de diferente manera. Pasa lo mismo, tienes tus hijos, tienes tu trabajo, tienes tu vida diaria; pero la forma en que tú ves las cosas es diferente. Puede pasar lo mismo, pero tú lo ves diferente.”*

- femenina quiteña de 50 años, practicante experimental, auditora, experimentó psicodelia muy leve y según los cuestionarios aplicados, su estrés disminuyó

- *“Analizo si las cosas que me hacen sentir mal, si realmente tienen la importancia que les estoy dando. En general, cambió mucho mi forma de ver el mundo. Es como si pudiera ver las cosas de una manera mucho más objetiva y clara.”*

- femenina quiteña de 18 años, practicante experimental, estudiante, experimentó psicodelia fuerte y según los cuestionarios aplicados, sus síntomas de ansiedad aumentaron levemente

- *“Ahora entiendo las cosas de mejor manera.”*

- masculino cubano, residente quiteño de 32 años, practicante experimental, profesor; experimentó psicodelia extrema y según los cuestionarios aplicados, mejoró su salud física y disminuyeron marcadamente sus síntomas de ansiedad y estrés.

Apreciación de Belleza y Excelencia

Según Martínez (2016), la apreciación de la belleza y la excelencia es la habilidad de identificar y disfrutar aquello que es admirable en el mundo; se enfoca en tres cualidades que son la belleza física, los talentos y la bondad moral. Esta apreciación puede generar asombro, admiración o elevación moral ayudando al individuo a desenfocarse positivamente de sí mismo y a encontrar significado y alegría en el mundo. Similarmente, un individuo con esta habilidad se encuentra más abierto a las experiencias, a la extraversión y a la simpatía, sin perder su capacidad para ser introspectivo e idealista; se encuentra más satisfecho con su vida, tiene más bienestar y crecimiento tras una adversidad.

La apreciación de la belleza permanece enaltecida tras consumir ayahuasca, aun después de haberse terminado el período del resplandor del alba, pudiendo significar que el individuo encuentra mayores fortalezas en su carácter:

- *“El otro día vi cantar a un señor en la calle y me pareció tan hermosa la música pero tan hermosa y que él tenga que estar ahí... me quedé un rato viéndolo; es que tú te vuelves más sensible que antes. Estás más en la Tierra, más presente en cada cosa.”*

- femenina quiteña de 50 años, practicante experimental, auditora, experimentó psicodelia muy leve y según los cuestionarios aplicados, su estrés disminuyó

Proyecto de Vida

La ayahuasca provee autoconocimiento y valoración de habilidades propias para realizar actividades laborales, al mismo tiempo que conecta con deseos y/o pasiones antes ocultas o reprimidas. Esto esclarece el plan de vida y facilita la formulación de objetivos personales:

- *“Siento que este es mi camino; las medicinas me dieron el mensaje de que el camino es la medicina para mí.”*

- masculino quiteño de 34 años, practicante habitual, terapeuta alternativo/empleado privado; experimentó psicodelia leve y, según los cuestionarios aplicados, y mejoró su salud física y disminuyeron sus síntomas de depresión

- *“La ayahuasca empezó a revelar mis propios dones, a recordarme lo que yo ya sabía, cómo usar las plantas, cómo comprender a los demás; creo que ser terapeuta se desarrolló antes. Empecé a conquistar mis dones, a traerlos a mi parte racional y consciente, a empoderarme de ellos, a ver esta capacidad que yo tenía para poder entender a las personas. Mi sensibilidad se desarrolló en gran medida por la ayahuasca, me mostró el camino por donde debía yo caminar y vivir. La ayahuasca puede revelarte cuál es tu esencia porque uno puede estar muy perdido en la vida debido a que uno se está comparando con los demás e intenta imitar o seguir el ejemplo de otros y no se pone a descubrir qué es lo que uno es y qué es lo que uno tiene como dones o talentos.”*

- femenina de La Maná, residente quiteña de 34 años, practicante habitual, terapeuta emocional; experimentó psicodelia muy leve y, según los cuestionarios aplicados, no obtuvo cambios en su salud

Optimización de Habilidades

El uso de yagé propone un uso más eficiente del lenguaje en la comunicación:

- *“Hoy he podido abrirme también porque la medicina me está ayudando a hablar.”*

- masculino quiteño de 48 años, practicante experimental, empleado público; experimentó psicodelia moderada y según los cuestionarios aplicados, mejoró su salud física y no presentó ningún síntoma emocional posterior a la ingesta de ayahuasca.

- *“La ayahuasca desarrolló mucho mis habilidades del lenguaje porque dentro del trance uno piensa en un segundo, cientos de cosas, en una imagen ve universo, en un parpadeo, en un color, en los ojos de ese tigre veo el infinito, y luego verbalizar esa comprensión es como que ordena mucho la mente. Ese rato no puedes decir nada, es como que el tiempo fuera infinito y no pudiera decir en palabras todo lo que estoy mirando pero cuando regreso del viaje de la ayahuasca viene el orden, la claridad de las comprensiones, y se queda solo lo mejor.”*

- femenina de La Maná, residente quiteña de 34 años, practicante habitual, terapeuta emocional; experimentó psicodelia muy leve y, según los cuestionarios aplicados, no obtuvo cambios en su salud

Y potencializa los valores humanos, como la compasión, la generosidad, el respeto, la honestidad, el amor y el cuidado:

- *“El ayahuasca puede ayudar a que el ser humano alcance su humanidad, logre ser realmente humano, que se desarrolle la compasión, la generosidad, el orden en la palabra, que se viva la confrontación saludable y sana, que haya contacto físico y calor respetuoso. Te enseña a cuidarte y amarte. La ayahuasca es el viaje del retorno a la autenticidad. Me permitió ser más amorosa conmigo.”*

- femenina de La Maná, residente quiteña de 34 años, practicante habitual, terapeuta emocional; experimentó psicodelia muy leve y, según los cuestionarios aplicados, no obtuvo cambios en su salud

Facilitación de Procesos Terapéuticos

Después de haber vivido una experiencia psiquedélica basada en el consumo de ayahuasca, un individuo se encuentra más abierto a tomar decisiones que le traigan bienestar tanto físico como mental y espiritual. Por ejemplo, empieza un acompañamiento psicológico o busca herramientas cognitivas para su autodesarrollo:

- *“Empecé a trabajar sobre todo con la ira, con esas partes dentro de mí, a reconciliarme con una parte de mí que estaba dividida. Sentí que había un demonio dentro de mí y yo era muy mala; acepté esas dos fuerzas y al final, pude ver la luz que yo era para mí misma. Pude reconciliarme con mi sombra, comprender al demonio y mimarlo, saber para qué estaba aquí igual, saber que eso es parte de mí, es mi sombra y de ahí nacen cosas geniales también.”*

- femenina de La Maná, residente quiteña de 34 años, practicante habitual, terapeuta emocional; experimentó psicodelia muy leve y, según los cuestionarios aplicados, no obtuvo cambios en su salud

Otros

Un practicante habitual declaró no saber si la ayahuasca le ha generado salud mental, lo cual podría deberse a constante manifestación de partes de su psique que no son adecuadamente integradas tras la experiencia psiquedélica:

- *“A nivel de salud mental, no estoy seguro todavía, no he terminado ese capítulo porque hay a veces momentos de mucha dicha por sentir más sensibilidad respecto a la vida pero también viviendo una etapa de dificultad con la intensidad emocional que ha ido surgiendo en ese camino. Normalmente nuestra idea de salud mental es un equilibrio, que una persona esté tranquila y en paz, pero yo he estado experimentando últimamente más bien toda la ansiedad que tenía dentro, la tristeza, probablemente eso es sano mentalmente pero no es nada cómodo.”*

- masculino venezolano, residente quiteño de 33 años, practicante habitual, músico/profesor/intérprete; experimentó grado nulo de psicodelia y según los cuestionarios aplicados, no obtuvo cambios en su salud

Otro informante habitual reportó una visión similar de su salud, enmarcándola en un concepto de “constante descubrimiento”:

- *“Mi situación al momento va muy bien. No es como que todo estaba mal y cuando empecé a tomar ayahuasca ya fue mejorando. No es la gráfica de la curva hacia arriba, es siempre una exploración, un descubrimiento. A veces uno tiene bien armadita la vida pero viene otro ayahuascazo y descubres algo que te desbarata todo; entonces hay que volver a construir, volver a comenzar.”*

- masculino venezolano, residente quiteño de 42 años, practicante habitual, programador; experimentó psicodelia muy leve y según los cuestionarios aplicados, disminuyeron sus síntomas de depresión y ansiedad

En otro orden de ideas, una informante afirma que los cambios producidos en la salud no son producto de un milagro sino consecuencias reales del uso y consumo enteogénico que provee manifestación desafiante de la psique:

- *“Hubo un cambio en mi salud, eso es innegable. No creo que sea una cuestión de no creer porque no es fe, no es una cuestión teísta o de ser dioses ni eso. ¿Qué hay más real que una liana que crece al contrario de todo, que te está diciendo que el camino es adentro? Y adentro está todo, está lo que no quieres mirar; así como las capas de la atmósfera y de la Tierra. La capa más profunda donde todo el mundo tiene miedo de ir, sería en este caso el infierno desde la lógica occidental, es donde está la respuesta. El tema es no asumirlo como un calvario y un sacrificio. Ahí sí puedo decir que no es una cuestión mística o abstracta que el inconsciente se inventa. Evidentemente lo que uno ve sí es simbólico pero el resultado no, es totalmente medible, cuantificable, calificable mucho más; puede ser sometido a cualquier método de investigación riguroso y ortodoxo. No por nada hace más de 50 años se hace la investigación en la molécula sagrada.”*

- femenina quiteña de 33 años, practicante ocasional, terapeuta holística; experimentó psicodelia leve y, según los cuestionarios aplicados, mejora su salud física sin presentar ningún síntoma emocional posterior.

Cambios en la Salud Tras la Toma de Ayahuasca: Salud Espiritual

Gráfico 42

Salud Espiritual Tras la Toma de Ayahuasca



Elaborado por: Rodríguez (2023)

El consumo de yagé aumenta el nivel espiritual en algunos de sus practicantes, lo que promueve su bienestar general:

- *“Ha despertado un montón mi espiritualidad, mucho más de lo que ya era antes, de lo que ya sabía un poco desde niña. Me ha conectado con mi espiritualidad. Ha sido un gran regalo para mí y siento que todo es perfecto y tuvo que ser en el tiempo correcto para que yo pueda pasar todas estas experiencias a través de la medicina.”*

- femenina quiteña de 32 años, practicante habitual, psicóloga industrial, experimentó psicodelia moderada y según los cuestionarios aplicados, su ansiedad aumentó moderadamente

- *“Me siento más limpio por dentro. He recapitado de algunas cosas, entonces es como echarle agüita al alma.”*

- masculino ibarreño de 28 años, practicante ocasional, fotógrafo/profesor; experimentó psicodelia leve y según los cuestionarios aplicados, su salud física mejoró

Produce experiencias numinosas que son la base de nuevas creencias relacionadas a la religión. En el siguiente testimonio se evidencia además, que esta espiritualidad encontrada con la ayahuasca sana traumas y heridas emocionales en el individuo volviéndolo más resiliente:

- *“No creía en Dios pero la medicina me ha hecho conectar con el Todo, con entender que sí hay esta entidad que nos cuida. Sobre todo porque yo tenía este abandono de mi papá y me di cuenta de que no puedo estar luchando con esto de buscar la atención de mi padre porque quizás él no quiera eso, pero sí tengo la atención del Gran Espíritu, de él sí tengo, de él no me siento abandonado. Se ha roto ese abandono, esa soledad y esa tristeza del abandono con felicidad por sentirme conectado con el Gran Misterio. Me ha dado muchísima paz en el corazón. Me ha puesto pruebas duras pero ha sido pruebas para que yo entienda lo que tengo que hacer porque si no las enfrentaba quizás me quedaba atorado y atascado en cosas del pasado. Ahora vivo mucho el presente, me siento muy conectado con mi familia. Ahora siento la magia del Gran Misterio en todo.”*

- masculino quiteño de 34 años, practicante habitual, terapeuta alternativo/empleo privado; experimentó psicodelia leve y, según los cuestionarios aplicados, y mejoró su salud física y disminuyeron sus síntomas de depresión

Fomenta las creencias místicas y la identificación con la naturaleza que, como se expuso en el marco teórico, está relacionado a una mejor salud en su totalidad:

- *“Desde ahí siento que estoy más conectada con el Universo, sus señales y en todo eso que yo sí creo. Me siento más libre, conectada con la naturaleza.”*

- femenina quiteña de 18 años, practicante experimental, estudiante, experimentó psicodelia fuerte y según los cuestionarios aplicados, sus síntomas de ansiedad aumentaron levemente

Facilita la intuición como herramienta cognitiva y espiritual, la conexión con lo divino y la percepción extrasensorial basándose en la armonización de centros energéticos en el individuo proporcionada por el yagé:

- *“Es como si se te abriera el tercer ojo pueda y pudieras sentir y ver cosas que otros no sienten. Es algo tan especial.”*

- masculino quiteño de 24 años, practicante experimental, auxiliar mecánico; experimentó psicodelia moderada y según los cuestionarios aplicados, mejoró su salud física y no presentó ningún síntoma emocional posterior a la ingesta de ayahuasca.

El tercer ojo que es mencionado en el testimonio anterior es un concepto místico que defiende la existencia de un centro energético ubicado en el entrecejo que cuando se encuentra equilibrado, produce en el individuo una percepción más amplia de lo que podría percibir con su visión corporal ordinaria. Corresponde a la glándula pineal y se considera uno de los siete chakras o centros de energía en el cuerpo (Rohr, 200).

Strassman (2001) postula que la glándula pineal fisiológicamente produce y secreta DMT, que es el mismo compuesto enteógeno contenido en el brebaje ayahuasca.

Otra informante también mencionó la facilitación de intervenir en centros energéticos gracias al yagé:

- *“De verdad sentí que trabajé por centros de energía; cuando llegué al corazón había gente a la que no podía perdonar, no importaba cuanta ayahuasca tomara. Pero pude soltar, perdonar, entender que todos somos uno y comprender la cadena de sufrimiento que se genera cuando uno alimenta el odio con más odio, el círculo vicioso de la venganza o del enojo, de cómo eso se retroalimenta. Yo ya no quería retroalimentar eso, yo podía empezar a proyectar otro mensaje, la luz, el amor en mí, aceptando esta parte oscura, buscando la evolución del ser.”*

- femenina de La Maná, residente quiteña de 34 años, practicante habitual, terapeuta emocional; experimentó psicodelia muy leve y, según los cuestionarios aplicados, no obtuvo cambios en su salud

No existe evidencia científica que corrobore la existencia de estos centros energéticos. Sin embargo, en algunos textos religiosos o sobre medicina alternativa, se recoge el conocimiento de que la psicología y emocionalidad de un individuo puede llevar un exceso o escasez de energía en estos centros y consecuentemente, causar enfermedades somáticas en los órganos que se corresponden a la parte del cuerpo donde se encontraría ubicado el chakra “desarmonizado” (Brennan, 1988).

Gráfico 43

Cambios en las Relaciones Interpersonales



Elaborado por: Rodríguez (2023)

Algunos practicantes reportaron que sus relaciones interpersonales obtuvieron una mejoría después de asistir a una sola ceremonia con ayahuasca o después de su uso continuado en el tiempo:

- *“Después de que tomé ayahuasca, mis relaciones con los demás han mejorado muchísimo; veo amor en cada una de las personas que yo conozco, incluso si van con mala cara, yo ya no juzgo ni espero nada de esas personas.”*

- masculino quiteño de 24 años, practicante experimental, auxiliar mecánico; experimentó psicodelia moderada y según los cuestionarios aplicados, mejoró su salud física y no presentó ningún síntoma emocional posterior a la ingesta de ayahuasca.

Esta mejora está caracterizada por una mayor aceptación del otro sin juicios o presión por cambiarlo, fundada en el amor filial, compasivo y abarcador:

- *“El amor ha sido lo más importante que me ha dado la medicina; experimentar el amor universal en todo, el vivir más liviana de cargas y estar en equilibrio con la vida, con las personas que te rodean, con la naturaleza.”*

- femenina quiteña de 32 años, practicante habitual, psicóloga industrial, experimentó psicodelia moderada y según los cuestionarios aplicados, su ansiedad aumentó moderadamente

Hay mayor confianza en las personas y en uno mismo:

- *“Antes no tenía tanta fe en la humanidad, ahora la tengo un poco más y tengo un poco más de fe en mí también. Salí un poco más conectado con las vibraciones del mundo.”*

- masculino de Sto. Domingo de los Tsáchilas, residente quiteño de 27 años, practicante experimental, empleado privado; experimentó psicodelia leve y según los cuestionarios aplicados, no hubo ningún cambio en su salud.

Se analizan y señalan menos los defectos del otro, con muestra de más solidaridad:

- *“Recuerdo que a todo el mundo criticaba y le veía feo, sentía que todos me querían hacer daño. Antes no me interesaba ayudar a mis amigos, yo vivía en mi mundo y no me importaba el resto; ahora quiero apoyarles.”*

- masculino quiteño de 24 años, practicante experimental, estudiante universitario; experimento psicodelia moderada y, según los cuestionarios aplicados, mejoró su salud física, su nivel de espiritualidad y no presentó ningún síntoma emocional posterior a la ingesta de ayahuasca.

Las relaciones interpersonales mejoran cuando el practicante de yagé es más reflexivo sobre sus propias reacciones frente a la opinión de los demás y aumenta su empatía:

- *“Sobre los demás, ya no me afecta tanto las cosas, más veo por qué me afecta a mí lo que hacen los demás; igual trato de cuidar mi convivencia con el resto porque ahora me siento un poco más empática del proceso que cada uno vive y me siento más positiva.”*

- femenina quiteña de 19 años, practicante ocasional, estudiante universitaria; experimentó psicodelia fuerte y, según los cuestionarios aplicados, no hubo ningún cambio en su salud

- *“Mi habilidad para comprender la mala actitud de los demás y mantenerla ajena a mí se agudizó.”*

- femenina quiteña de 18 años, practicante experimental, estudiante, experimentó psicodelia fuerte y según los cuestionarios aplicados, sus síntomas de ansiedad aumentaron levemente

La comunicación interpersonal se vuelve más asertiva y las creencias personales que antes eran rígidas se flexibilizan, dando pie a que se estructure más sólidamente una relación:

- *“Antes era más cruel y violenta en la manera de manejar mi palabra y era más cerrada en las cosas que creía. Con la ayahuasca me di cuenta de que sí importa cómo yo digo las cosas y que no puedo considerar mis amigos a todo el mundo. Me enseñó a comunicarme de mejor manera y a relacionarme de mejor manera incluso con mi familia y a no ser tan hiriente con mi palabra.”*

- femenina de La Maná, residente quiteña de 34 años, practicante habitual, terapeuta emocional; experimentó psicodelia muy leve y, según los cuestionarios aplicados, no obtuvo cambios en su salud

El autoconcepto se vuelve más coherente, lo que promueve la instalación de límites saludables entre el yo y el otro, sin buscar reconocimiento externo:

- *“Antes me importaba bastante él qué dirá de la gente, cómo me ven, lo que el mundo dice de mí, había una búsqueda de reconocimiento pero a través de la ayahuasca aprendí a ser como a mí me da la gana más allá de lo que la gente espere o quiera de mí, mientras yo respete y no ofenda a los demás. Ya no hay una búsqueda de ser lo que no soy ni tampoco una máscara, siento que me he quitado las máscaras, la necesidad de agradar o incluso de verme linda, yo me veo linda como soy ahora.”*

- femenina de La Maná, residente quiteña de 34 años, practicante habitual, terapeuta emocional; experimentó psicodelia muy leve y, según los cuestionarios aplicados, no obtuvo cambios en su salud

Se difuminan los apegos de tipo ansioso y la dependencia emocional:

- *“Me siento mucho más libre de dejar ir a la gente cuando ya no aporta nada en mi vida, puedo soltar cuando es necesario hacerlo y no me aferro a cosas del pasado.”*

- femenina quiteña de 18 años, practicante experimental, estudiante, experimentó psicodelia fuerte y según los cuestionarios aplicados, sus síntomas de ansiedad aumentaron levemente

Hay progresos en las relaciones familiares, propiciados por el entendimiento conseguido tras ingerir ayahuasca:

- *“Ahora no he visto a mi mamá como ocho meses y ella ya no me hace exigencias de verme. Con mis hermanos también. Respetan mucho ahora lo que hago sin juzgar y yo tampoco los juzgo. Con mi papá me di cuenta de que lo juzgaba mucho y yo no soy nadie para juzgarlo; me siento tranquilo, quiero entender por qué él nos abandonó.”*

- masculino quiteño de 34 años, practicante habitual, terapeuta alternativo/empleado privado; experimentó psicodelia leve y, según los cuestionarios aplicados, y mejoró su salud física y disminuyeron sus síntomas de depresión

Y se genera una mayor capacidad de mostrarse de forma auténtica en entornos sociales y en cualquier tipo de relación (familiar, amistosa, amorosa, etc.):

- *“Ahora puedo mirar a las personas más a los ojos porque probablemente antes tenía como una máscara, era muy alegre pero estaba escudeando la vulnerabilidad. Probablemente estoy más callado que en ese tiempo que empecé a tomar ayahuasca. Tengo más independencia. Tengo más interés en las personas, sobre todo en el contexto ceremonial, quizá no tanto en la vida cotidiana pero en el contexto ceremonial sí tengo una nueva dimensión de relación con los demás. Con mi familia ha sido un doble movimiento: por un lado, solté varios juicios que tenía sobre ellos y por otro lado, al soltarlos, me he permitido ser yo mismo; quizá no he sido un familiar tan complaciente de estar todo el tiempo en contacto y así, pero ya con más tranquilidad dentro de mí respecto a lo que ellos son. Con mis parejas no ha sido como un camino de puras flores sino que ha sido muy intenso y un escenario para que salgan muchos patrones míos o de la persona que está conmigo en esas situaciones que he vivido; entonces ha representado un aumento de la intensidad emocional de la personalidad, del ego, pero*

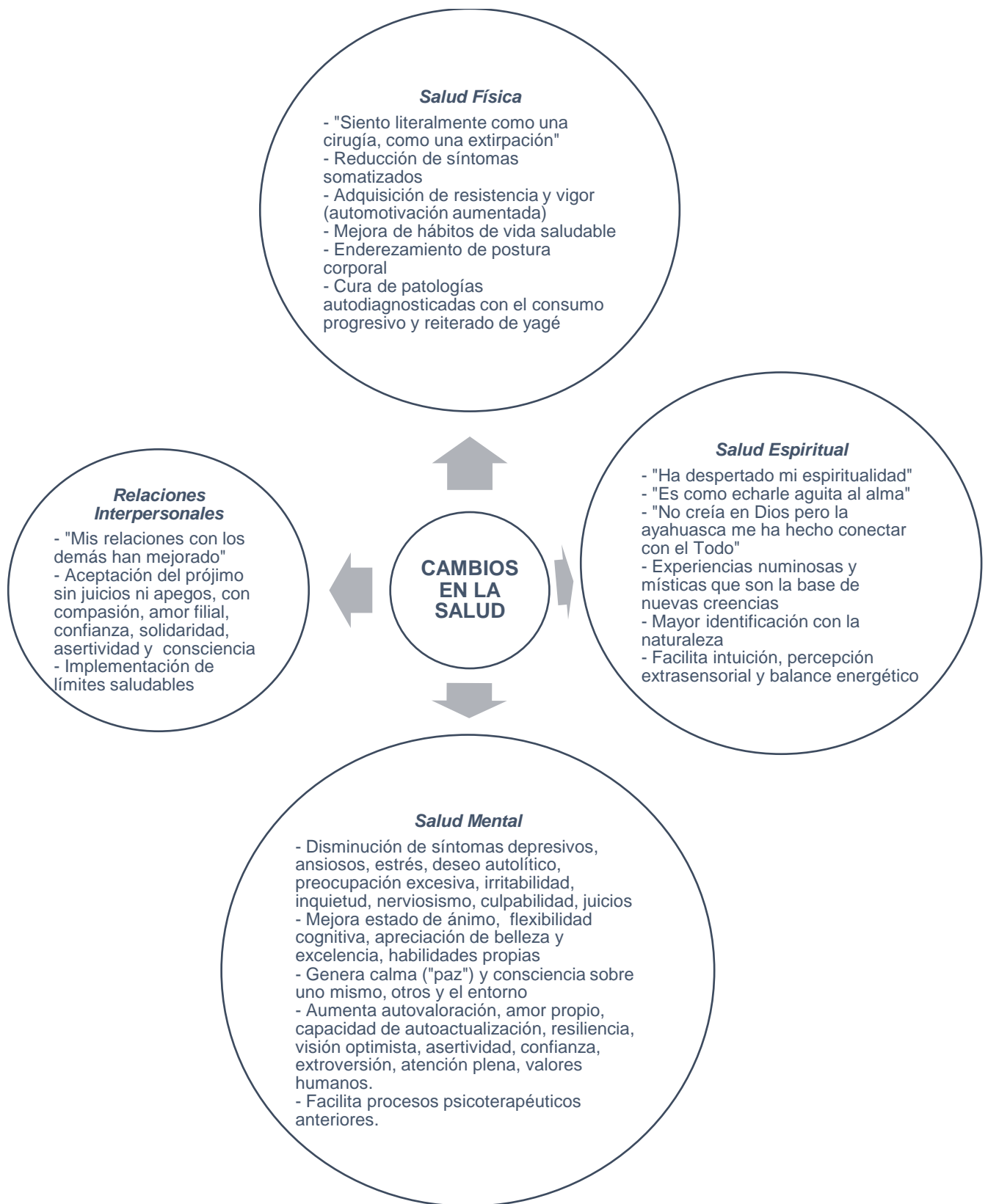
también un aumento de la espiritualidad, de lo que es la conexión con alguien más, ha sido como un llegar más profundo y explorar espacios de dolor que antes no era conscientes. Y con los amigos igualmente.”

- masculino venezolano, residente quiteño de 33 años, practicante habitual, músico/profesor/intérprete; experimentó grado nulo de psicodelia y según los cuestionarios aplicados, no obtuvo cambios en su salud

En definitiva, un punto común en la salud de los practicantes del uso y consumo de ayahuasca tras vivir una ceremonia yagecera es menor somatización emocional, más consciencia de sí mismos y su entorno, paz, adaptación hedónica, resiliencia y capacidad para relacionarse sin juicios.

Gráfico 44

Esquema de Giddens: Cambios en la Salud Tras la Toma de Ayahuasca

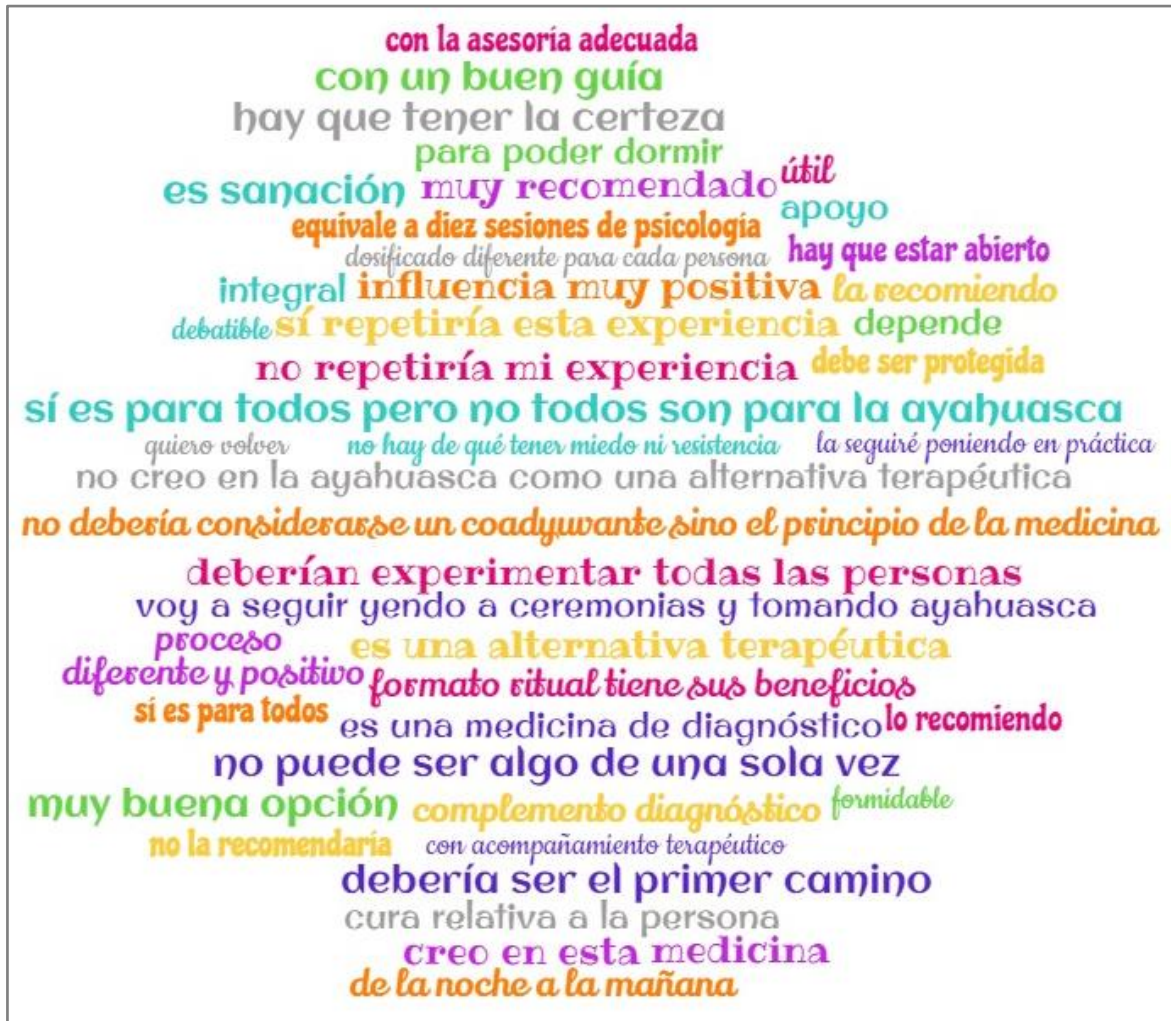


Elaborado por: Rodríguez (2023)

4.3.3.7 “La Ayahuasca Sí Es Para Todos pero No Todos Son Para la Ayahuasca”.

Gráfico 45

Opinión sobre Uso Terapéutico de Ayahuasca



Elaborado por: Rodríguez (2023)

Se indagó la opinión de los informantes acerca de su postura frente al uso terapéutico de la ayahuasca y sobre su predisposición tanto para volver a consumirla como para recomendarla. Esto se investigó tomando en cuenta que la práctica de la ayahuasca se transmite mayoritariamente de forma oral, basándose en experiencias de gente que la ha podido experimentar y luego difunde sus beneficios.

Opinión sobre la Ayahuasca: Uso de Ayahuasca como Alternativa Terapéutica

Al preguntar a los informantes si creen que la ayahuasca puede ser utilizada como una terapia alternativa, se obtuvieron varias respuestas que se categorizarán a continuación.

“Sí”

- *“Es una muy buena opción para poder llevar procesos de salud. Creo que la ayahuasca despierta en ti ese sentido de estar en equilibrio con la vida que representa estar en equilibrio con tu salud, con tu cuerpo físico, con tu mentalidad, con lo que piensas, con lo que sientes. Siempre la medicina te entrega ese regalo de estar en equilibrio. Partiendo desde ahí, puedo decir que la medicina, por ejemplo para problemas de ansiedad o de adicción y ese tipo de cosas, es una muy buena opción porque la ayahuasca a través de su energía y su sabiduría, llega a esos lugares profundos para sanar interiormente.”*

- femenina quiteña de 32 años, practicante habitual, psicóloga industrial; sus síntomas de ansiedad aumentaron levemente tras ingerir ayahuasca

- *“Creo en esta medicina porque me está dando resultados; sí es todo verdadero, y más que nada, como es natural, no tiene nada para que una persona se haga dependiente. Por ejemplo, en el caso del cáncer les dan quimioterapias que matan células buenas y malas entonces a la final no se sabe si es mejor la cura o la enfermedad; y eso no pasa con este tipo de medicina.”*

- masculino quiteño de 48 años, practicante experimental, empleado público; sus síntomas de depresión, ansiedad y estrés fueron nulos tras ingerir ayahuasca

- *“Puede ser usada terapéuticamente para condiciones tanto físicas como psicológicas.”*

- femenina quiteña de 51 años, practicante experimental, ama de casa; su salud física mejoró pero sus síntomas de ansiedad aumentaron levemente tras ingerir ayahuasca

- *“Porque he estado durante más de diez años con psicólogos y cinco años con psiquiatras; y que de la noche a la mañana me sintiera libre y tranquilo al tomar una bebida junto a un ritual con personas adecuadas en un lugar específico, wow. Sirve para interiorizar en uno mismo y ver otra perspectiva de la vida.”*

- masculino quiteño de 24 años, practicante experimental, estudiante universitario; sus síntomas de depresión, ansiedad y estrés fueron nulos tras ingerir ayahuasca

- *“Porque es un viaje a cosas que no conocemos de nosotros mismos, entonces al conocerlas ya podemos saber cómo curarlas.”*

- femenina quiteña de 19 años, practicante ocasional, estudiante universitaria; no hubo cambio en su salud tras ingerir ayahuasca

Aquellos informantes que están a favor del uso terapéutico incondicional del yagé, lo defienden alegando que produce armonía entre todos los componentes de la salud, no genera tolerancia ni dependencia, es raro que genere efectos adversos a largo plazo y sus resultados beneficiosos son rápidos y comprobables; contrario a lo que sucede con la medicina o psicología convencional en algunas ocasiones.

“Sí, pero...”

... Solo tendrá efecto salutogénico si el individuo acude voluntariamente y preparado para una manifestación confrontativa de su psique al ingerir ayahuasca:

- *“Solo serviría si la persona que va a tomarla quiere hacerlo y es consciente de lo que tiene que enfrentar internamente. Se debe tener un nivel de entendimiento acorde a lo que demanda este tipo de ceremonia.”*

- femenina quiteña de 18 años, practicante experimental, estudiante; sus síntomas de ansiedad aumentaron levemente tras ingerir ayahuasca

... Para estados patológicos específicos como trastornos del estado de ánimo, insomnio, astenia o bloqueos energéticos; siempre con acompañamiento terapéutico:

- *“La ayahuasca tiene una influencia muy positiva en el sistema de la serotonina entonces para personas con depresión o trastornos del estado de ánimo, sí es una buena opción con la asesoría adecuada. A nivel de tratamiento físico, probablemente tiene potenciales que no he experimentado o casos que no he visto pero, por la relajación muscular que genera y lo que ayuda por ejemplo en la parte de la melatonina para poder dormir, probablemente se puede usar también para esos casos de insomnio o de falta de energía en el día. Ahí le veo un potencial. Terapia física energética también en el sentido de que quizá tendría que ser usada con cierto nivel de frecuencia, pero para una persona que tenga mucho bloqueo energético en el cuerpo experimentando desgano, puede tener bastante potencial, sobre todo cuando ese desgano ya se ha instalado en el cuerpo hormonalmente. Como terapia mental o emocional, creo que también tendría que tener acompañamiento a menos que la persona esté bien familiarizada, y sí puede ayudar a ver cosas y soltar tensiones que quizás con terapias que no son asistidas con enteógenos toma un poco más de tiempo.”*

- masculino venezolano, residente quiteño de 33 años, practicante habitual, músico/profesor/intérprete; no hubo cambio en su salud tras ingerir ayahuasca

... Con acompañamiento terapéutico de un curandero especialista en uso de ayahuasca o de un profesional de salud entrenado en asistencia psiquedélica:

- *“Con un buen guía.”*

- masculino quiteño de 24 años, practicante experimental, auxiliar mecánico; sus síntomas de depresión y ansiedad fueron nulos tras ingerir ayahuasca

... En dosis personalizadas según el usuario/consumidor:

- *“Debería ser dosificado diferente para cada persona porque no reaccionan igual.”*

- masculino de Sto. Domingo de los Tsáchilas, residente quiteño de 27 años, practicante experimental, empleado privado; no hubo cambio en su salud tras ingerir ayahuasca

... Se necesita entender a la salutogénesis ayahuasquera como un proceso que empieza con un individuo que confía en que conseguirá sanación con esta terapia y que está dispuesto a hacer ingestas repetidas en el tiempo con el fin de llegar a un bienestar óptimo:

- *"Yo pienso que, sinceramente, no puede ser algo de una sola vez, como cualquier medicina. La tradicional tú la tomas y tiene que hacer efecto en un determinado tiempo y tiene que ser tomada por un período. La ayahuasca debe ser igual, porque no con la primera vez ya todo ha terminado. Entonces es un proceso en el que primero debes tener la voluntad, hay que estar abierto a la recepción, como con cualquier medicina. Hay que tener la certeza de que te va a hacer bien. La ayahuasca sí es para todos, siempre y cuando la persona esté dispuesta a curarse o a que le haga bien."*

- femenina quiteña de 50 años, practicante experimental, auditora; sus síntomas de estrés disminuyeron tras ingerir ayahuasca

- *"La ayahuasca se debe tomar en varias dosis, con una sola sesión no es que te curas."*

- femenina quiteña de 33 años, practicante ocasional, terapeuta holística; mejoró su salud física y sus síntomas de depresión, ansiedad y estrés fueron nulos tras ingerir ayahuasca

... Sin perder de vista que no todos los practicantes ayahuasqueros generan salud:

- *"Las medicinas no son para todos. No sé si les pueda ayudar a todos de la misma manera. La medicina del yagé puede ser milagrosa, muy milagrosa. Hay gente que se ha salvado del cáncer con el yagé, pero eso no pasa siempre y no es para todos. Es una cosa de tenerle fe a la medicina, pero yo creo que es bastante particular y hay que cogerle con pincitas para poder utilizarla. Hay gente que con la medicina dice 'no, yo nunca sentí nada', entonces sí depende mucho de cada uno."*

- masculino quiteño de 34 años, practicante habitual, terapeuta alternativo/empleado privado; mejoró su salud física y sus síntomas de depresión disminuyeron tras ingerir ayahuasca

... Como una herramienta diagnóstica que enrumba tanto al terapeuta como al consultante para saber el siguiente paso salutogénico:

- *"La ayahuasca es una medicina de diagnóstico que me enseña a usar otras plantas. No se puede usar solo la ayahuasca para curar, sí puede curar pero es relativa a la persona y a la respuesta del sistema inmunológico, a la respuesta emocional y de intencionalidad y espiritual de la persona. Uno no puede decir que la ayahuasca va a curar a la persona de algo. A veces hay gente que se cura del cáncer, hay pacientes con VIH cuyo sistema inmunológico sube y mejora pero eso no significa que una persona que venga con cáncer se va a curar del cáncer; puede ser que sí porque no sabemos la respuesta que va a tener. Cuando tú tomas ayahuasca y empiezas a vomitar y a depurar, te das cuenta qué tan enfermo y contaminado está tu cuerpo; entonces, en el plano físico puede ser depurativa, limpiar toxinas, limpiar la sangre, es como un desparasitante que limpia el cuerpo. En el plano emocional también hace un efecto en el que tú lloras, tienes recuerdos, vas a tus heridas y traumas, tienes comprensiones y te das cuenta cuáles son los cambios que tienes que hacer en el momento presente para adaptar. También te puede pasar en el plano espiritual con cosas que no has podido perdonar, te das cuenta del enredo en el que estaba*

tu mente, de la basura mental, de las películas o series que estás viendo, de los distraído que pasas en el celular, de cómo vives tu día a día, de las cosas incoherencias que dices. Por eso es una planta de diagnóstico, te permite mirar todo esto en los distintos niveles de los cuatro cuerpos. Puede ser que te sirva para tratar depresión; si es que yo diría que la ayahuasca sí puede curar, sería en el plano emocional y en el plano espiritual con cosas que no puedes perdonar. Y en ese sentido, tiene una respuesta física después cuando tu corazón se alivia y ya no hay esa contracción, pero sí necesitas un remedio físico. Por ejemplo, si la presión sanguínea tiendes a tener alta, la ayahuasca te puede regular temporalmente unos días pero luego tienes que continuar tu tratamiento porque la ayahuasca te regula mientras se bajan los niveles de tensiones en la mente y se resetea en el cuerpo, pero luego continúas tu tratamiento y te das cuenta qué es lo que te está haciendo tener presión sanguínea alta, qué tipo de pensamientos, comportamientos o actitudes. Entonces quizás no tengas que dejar el tratamiento hasta que cambies todo ese tipo de actitudes o hábitos relacionados para que suceda el cambio y puedas disminuir la pastilla. Puede ir muy bien con otras medicinas.”

- femenina quiteña de 33 años, practicante ocasional, terapeuta holística; mejoró su salud física y sus síntomas de depresión, ansiedad y estrés fueron nulos tras ingerir ayahuasca

... Sin relegar a la ayahuasca a ser solamente una terapia de beneficio terapéutico humano, entendiéndola como un regalo de la naturaleza:

- *“Puede pasar que si uno relega la ayahuasca a fines terapéuticos, uno está siguiendo solo un objetivo que es la terapia y la ayahuasca queda en un segundo plano. La ayahuasca es un regalo de la naturaleza y los movimientos terapéuticos en cualquier plano del ser humano pueden servirse de ella pero en un ámbito de integración con la naturaleza y el ser.”*

- masculino venezolano, residente quiteño de 42 años, practicante habitual, programador; sus síntomas de depresión y ansiedad disminuyeron tras ingerir ayahuasca

... Sin considerar a la ayahuasca como una terapia alternativa o un coadyuvante, sino como la primera opción para personas que buscan ser saludables:

- *“Todas las plantas y en particular la ayahuasca, no debería considerarse un coadyuvante ni una alternativa sino el principio de la medicina; debería ser el primer camino con acompañamiento terapéutico y también con una preparación previa de mínimo de un mes. Si no entendemos que la base del equilibrio y de la curación de los terrícolas es integrarse, no hacemos nada. La ayahuasca tendría que llamarse como tal, es medicina, y más que medicina, es sanación; porque no es un suministro, no es un paliativo. La paz debería ser la base de la estructura de la de la salud, no solo ser funcionales. Hay que entender a la ayahuasca como un caso integral, no solo como alternativa o como coadyuvante sino como un estado de emergencia de la salud del mundo. Por eso mismo viene tanta gente de Occidente a sanarse porque no tienen una información ancestral.”*

- femenina quiteña de 33 años, practicante ocasional, terapeuta holística; mejoró su salud física y sus síntomas de depresión, ansiedad y estrés fueron nulos tras ingerir ayahuasca

“Es Debatible”

Se necesita una correcta preparación previa en aquellas personas que están próximas a ingerir ayahuasca, para que puedan ser capaces de atravesar por experiencias psíquicas desafiantes a nivel corporal y mental. Entonces, el uso terapéutico sería debatible para el informante, porque no todos se considerarían aptos para participar en una ceremonia de yagé:

- *“La ayahuasca sí es para todos pero no todos son para la ayahuasca. Es difícil decir a quién sí y a quién no. Hay personas que se les hace muy difícil el acceso o saber si quiera que existan o cuando beben es muy fuerte. He visto personas a quienes les ha afectado a un punto en el que se pierden a sí mismas, totalmente han parecido poseídas, y también personas que se han enamorado. Entonces varía mucho, se necesita un perfil muy específico de personas para hacer eso. Deberían ser personas que sean instruidas y que se vayan conectando con la naturaleza, que tengan experiencias con plantas de poder o medicina de a poco. Yo creo que esas son las personas más adecuadas, más preparadas en ese sentido. Hay extranjeros que llegan aquí, están en Montañita por ejemplo y están en una fiesta y dicen ‘vamos a hacer ayahuasca mañana’ y van. Entonces, debatible. Se necesita un perfil muy específico porque la ayahuasca es fuerte, incluso la ligera es fuerte.”*

- masculino ibarreño de 28 años, practicante ocasional, fotógrafo/profesor; mejoró su salud física tras ingerir ayahuasca

“No”

El individuo debe ser capaz de generar sus propias herramientas de autoconocimiento y ya debe tener autoconsciencia antes de tomar yagé:

- *“No creo en la ayahuasca como una alternativa terapéutica. La persona tiene que aprender primero a ser consciente de sí misma antes de cualquier tipo de estimulante psíquico, psicoterapéutico o psicodélico. Todo está en tu cabeza, no depende de la planta o de la sustancia que estés tomando. Simplemente eres tú. No es que la ayahuasca no sea para todos, es que antes de tú consumir, tienes que ser consciente de ti mismo. No es una droga que te hace abrir los ojos, tú ya debes tener los ojos abiertos para decir ‘sí, yo quiero estar en este estado y disfrutarme así’.”*

- masculino cubano, residente quiteño de 32 años, practicante experimental, profesor; su salud física mejoró y sus síntomas de depresión, ansiedad y estrés fueron nulos tras ingerir ayahuasca

Opinión sobre la Ayahuasca:

Predisposición a Repetir el Uso y Consumo de Ayahuasca

Al preguntar a los practicantes, sobre todo a los experimentales, si volverían a ingerir ayahuasca en un entorno ritual, 16 de los 17 informantes respondieron afirmativamente.

Algunas de las razones mencionadas para su predisposición fueron los cambios que observaron en su vida o simplemente porque les gustó:

- *“Sí repetiría esta experiencia, me encantó.”*

- femenina quiteña de 18 años, practicante experimental, estudiante; sus síntomas de ansiedad aumentaron levemente tras ingerir ayahuasca

- *“Sí quiero volverlo a hacer, incluso voy a empezar con microdosis de ayahuasca en cápsulas. Las cosas evolucionan y mejoran, y yo creo que este es el mejor camino de la medicina; volver atrás antes que seguir adelante. Es mejor volver a la medicina antigua. Yo antes pensaba que la ayahuasca era algo del diablo, algo de brujos, pero ahora sé que era mi ignorancia y mi atrevimiento para opinar de cosas que no conocía.”*

- masculino quiteño de 48 años, practicante experimental, empleado público; sus síntomas de depresión, ansiedad y estrés fueron nulos tras ingerir ayahuasca

- *“Creo que en mi vida sí hizo una diferencia y pienso volver a tomarla muy pronto.”*

- masculino quiteño de 24 años, practicante experimental, auxiliar mecánico; sus síntomas de depresión y ansiedad fueron nulos tras ingerir ayahuasca

- *“La ayahuasca a mí sí me ha cambiado la vida, y es algo que me gustaría volver a intentar.”*

- masculino quiteño de 24 años, practicante experimental, estudiante universitario; sus síntomas de depresión, ansiedad y estrés fueron nulos tras ingerir ayahuasca

Una de las informantes reportó deseos de asistir a ceremonias de ayahuasca con la mayor frecuencia posible:

- *“Voy a seguir yendo a ceremonias y tomando ayahuasca, claro que sí. Me gustaría muchísimo seguir sanando porque uno nunca termina de aprender ni de sanar, por lo que pasa en la vida, porque la vida es así. Quiero seguir haciéndolo siempre, si por mi fuera haría a semanas seguidas siempre pero por temas personales de trabajo, no tengo tiempo suficiente para ir cada semana.”*

- femenina quiteña de 32 años, practicante habitual, psicóloga industrial; sus síntomas de ansiedad aumentaron levemente tras ingerir ayahuasca

Otros destacaron que les gustaría acudir a una ceremonia de ayahuasca cuando ésta “les llame” o después de un período (entre 4 a 12 meses) para permitirse integrar su experiencia:

- *“Claro que repetiría. Lo haría a los tiempos nada más. No sabría decirte cuándo, generalmente lo mejor es cuando la ayahuasca te llama. Pero sí, definitivamente, de aquí para toda la vida. Yo he de morir haciendo ayahuasca, ojalá.”*

- masculino ibarreño de 28 años, practicante ocasional, fotógrafo/profesor; mejoró su salud física tras ingerir ayahuasca

- *“Repetiría mi experiencia con ayahuasca, pero no rápido. Tienes que dejar que todo el alboroto se asiente. Incluso el sabor y todo eso es fuerte, te tiene que pasar. Yo diría que en unos 4 o 5 meses; sabes que te vas a sentir bien, te sientes más calmada y ya tienes un antecedente; puedes esperar cosas diferentes.”*

- femenina quiteña de 50 años, practicante experimental, auditora; sus síntomas de estrés disminuyeron tras ingerir ayahuasca

- *“Sí repetiría esta experiencia porque yo creo que siempre va a haber un viaje diferente, vas a conseguir diferentes cosas. Ya con el simple hecho de que te purgue tu cuerpo y saque todas esas toxinas aunque no tengas una cuestión psicológica grande. Entonces sí me gustaría volver a experimentar, yo pienso que sí me encantaría hacerlo una vez a los seis meses o al año al menos. Me encantaría y lo voy a hacer.”*

- femenina quiteña de 51 años, practicante experimental, ama de casa; su salud física mejoró pero sus síntomas de ansiedad aumentaron levemente tras ingerir ayahuasca

Y solo un informante declaró que no está dispuesto a ingerir ayahuasca en una nueva ocasión:

- *“No repetiría mi experiencia. Ya sé que es lo que veo en mí, ya lo sabía desde hace mucho. No siento que necesite eso para encontrarme o para saber.”*

- masculino cubano, residente quiteño de 32 años, practicante experimental, profesor; su salud física mejoró y sus síntomas de depresión, ansiedad y estrés fueron nulos tras ingerir ayahuasca

Opinión sobre la Ayahuasca:

Predisposición a Recomendar el Uso y Consumo de Ayahuasca

De la misma manera, al preguntar a los practicantes si recomendarían el uso y consumo de ayahuasca en un entorno ritual, los 16 informantes volvieron a responder afirmativamente.

Una informante que labora como terapeuta, focaliza al uso de ayahuasca como una fuente única de sanación para malestares emocionales y espirituales, pero como un coadyuvante en malestares físicos:

- *“Yo no la recomendaría como un tratamiento único para un tema físico; sí recomendaría como tratamiento para un tema emocional como un tristeza profunda, un duelo, una adicción. Para temas emocionales e incluso espirituales sí se puede tomar como una terapia; para los temas físicos como un complemento diagnóstico y como apoyo.”*

- femenina quiteña de 33 años, practicante ocasional, terapeuta holística; mejoró su salud física y sus síntomas de depresión, ansiedad y estrés fueron nulos tras ingerir ayahuasca

Las razones para recomendar la ingesta de yagé se relacionaron con la búsqueda del amor, la belleza y el placer así como la autoexploración, el desarrollo personal y la atención integral de la salud:

- *“Recomiendo mil veces esta experiencia. Espero que todos puedan probarla, recomendarla y puedan sentir el amor de los demás.”*

- masculino quiteño de 24 años, practicante experimental, auxiliar mecánico; sus síntomas de depresión y ansiedad fueron nulos tras ingerir ayahuasca

- *“Pienso que es algo que deberían experimentar todas las personas, nadie debería eximirse de esta experiencia tan hermosa. Realmente es muy recomendado.”*

- femenina quiteña de 51 años, practicante experimental, ama de casa; su salud física mejoró pero sus síntomas de ansiedad aumentaron levemente tras ingerir ayahuasca

- *“Es muy bonito, algunos toman una ayahuasca y eso les hace descubrir algo con lo que están satisfechos por el resto de su vida. Hay veces en que se abre y deja abierta el hambre. Es infinito lo que estoy descubriendo, es un crecimiento muy integral en varias facetas. No hay de qué tener miedo ni resistencia, todo es parte de lo que uno está desarrollando. Es bonito también implementarlo y unirlo a un propósito de terapia, de atender a la salud de forma integral.”*

- masculino venezolano, residente quiteño de 42 años, practicante habitual, programador; sus síntomas de depresión y ansiedad disminuyeron tras ingerir ayahuasca

Algunos añadieron que, aunque la práctica de ingerir yagé sea recomendable, aquel que la busque debe acudir al entorno ceremonial voluntariamente y con actitud respetuosa, entendiendo que es un proceso salutogénico en el cual deberá esforzarse:

- *“Sí lo recomiendo, pero todas las personas deben tener la voluntad total de ir. Para nada obligados o pensando que se van a curar de un día al otro. El proceso es de uno, es personal y tú tienes que darte cuenta de las cosas. La ayahuasca te guía, te dice lo que pasa pero las cosas salen solas.”*

- femenina quiteña de 50 años, practicante experimental, auditora; sus síntomas de estrés disminuyeron tras ingerir ayahuasca

- *“Sí recomendaría esta experiencia, pero a personas que sé que se lo tomen con seriedad.”*

- femenina quiteña de 18 años, practicante experimental, estudiante; sus síntomas de ansiedad aumentaron levemente tras ingerir ayahuasca

Y otro informante agregó que acudir a un entorno ritual con un propósito claro no es obligatorio pero es lo más deseable:

- *“Esta experiencia con la ayahuasca es súper recomendada, es increíble y más si vas con un propósito. Y aún si no vas con un propósito, es una buena experiencia porque si sientes ese*

llamado y lo haces en el momento adecuado, yo creo que te puede enseñar bastante, muchísimo, muchísimo. Si lo vas a hacer por quedar bien con alguien más, no lo hagas. Es un proceso muy personal.”

- masculino de Sto. Domingo de los Tsáchilas, residente quiteño de 27 años, practicante experimental, empleado privado; no hubo cambio en su salud tras ingerir ayahuasca

Adicionalmente, el uso ritual de la ayahuasca presenta beneficios en sí mismo, que lo hacen recomendable también:

- *“Me gustaría exponer el beneficio que podría tener la apertura a experimentar una medicina completamente natural con estos potenciales. Si bien el contexto en el que normalmente se comparte es muy chamánico o muy aborígen, que lo hace sentir muy ajeno para algunos, sí se ve más respecto a los beneficios. Incluso el formato ritual tiene sus beneficios pero eso se entiende con el tiempo. Si se pone la mirada en los beneficios, sí estaría bonito una apertura social en ese sentido, sí se podrían beneficiar de una herramienta de este tipo.”*

- masculino venezolano, residente quiteño de 33 años, practicante habitual, músico/profesor/intérprete; no hubo cambio en su salud tras ingerir ayahuasca

Por otro lado, se recalcó que no sería recomendable de forma universal, por las subjetividades encontradas, por ejemplo, en el uso farmacológico depresivo o antecedentes personales/familiares psicóticos, que son casos que deben ser manejados con precaución:

- *“Depende, porque por ejemplo, si alguien está tomando antidepresivos puede causar interacción o si alguien tiene niveles de psicosis muy altos o está usando otra planta de poder que lo tenga en procesos intensos, hay que tener precauciones con eso. Pero para el ciudadano común, que a veces tenemos un sistema digestivo y emocional muy cargado, una toma mensual sí podría ser una opción de limpieza bien positiva.”*

- masculino venezolano, residente quiteño de 33 años, practicante habitual, músico/profesor/intérprete; no hubo cambio en su salud tras ingerir ayahuasca

Una practicante habitual ofreció consejos a aquellos que se interesen por esta terapia alternativa, enfocándolos hacia ser compasivos frente a su propio miedo a lo desconocido. Así mismo, resaltó la rápida recuperación de salud que logra el uso y consumo de ayahuasca:

- *“Yo recomiendo un montón, y a las personas que de pronto tienen miedo, decirles que es normal al principio. Tomar estas medicinas de forma terapéutica para desde ahí poder sanar lo físico, lo espiritual, lo energético, todo. He visto muchos casos de personas que la toman terapéuticamente, no sólo tomar una vez por experimentar y no más, si no hacerlo según las indicaciones del taita o de la persona que esté dando la medicina para poder curar procesos interiores o psicológicos. Lo recomiendo porque la medicina va trabajando interiormente y para mí, es algo completo. He escuchado a Taitas que dicen que una ceremonia de ayahuasca equivale a diez sesiones de psicología o de terapia, porque la ayahuasca llega a lo que tú necesitas trabajar. Si tú le pides mucho a la ayahuasca, te va a dar mucho, si tú le pides poco te va a dar poco pero si no le pides nada, te va a dar todo. Entonces el secreto de las ceremonias es no pedir nada para que la ayahuasca te dé todo lo que necesitas saber, lo que*

necesita sanar, lo que necesitas trabajar e interiorizar. Y a las personas que vayan por primera vez, que tengan la fortaleza y la sabiduría de que si sienten el llamado, que lo hagan sin ningún miedo. Si lo hacen con personas que están en el camino, que tienen experiencia, que pueden guiar bien en un lugar seguro, no va a haber ninguna cosa mala que les pase sino todo lo contrario.”

- femenina quiteña de 32 años, practicante habitual, psicóloga industrial; sus síntomas de ansiedad aumentaron levemente tras ingerir ayahuasca

Una practicante ocasional remarcó que así como es recomendable usar y consumir ayahuasca, es recomendable tomar consciencia ecológica, entendiendo que los humanos somos parte del ecosistema y somos responsables de salvaguardar el bienestar de la naturaleza:

- *“La recomiendo al 100%. Recomiendo que la gente pierda el miedo a su ser y que recobre y recupere la pasión por ser, por estar, esa ingenuidad, esa capacidad de asombro que se ha mitigado con el espectáculo artificial porque no es que va a ir a ver lucecitas o cosas lindas con la ayahuasca. Todo el tiempo vemos lucecitas gratis como las estrellas y los amaneceres. Esa es la ayahuasca. Todo lo que no podemos entender, lo que no podemos pagar y que constantemente lo minimizamos o lo volvemos insignificante, ahí está la ayahuasca conectándonos. Sobre todo debemos empezar a averiguar caminos de relación, de comunicación directa con la planta y cuidarla mediante el cuidado de absolutamente todas esas especies que están en la naturaleza, todos los seres, empezar a sembrar lo más nativo posible. Nosotros somos un fractal y una proyección de la tierra.*

- femenina quiteña de 33 años, practicante ocasional, terapeuta holística; mejoró su salud física y sus síntomas de depresión, ansiedad y estrés fueron nulos tras ingerir ayahuasca

Por último, el mismo informante que no repetiría su experiencia con el yagé, tampoco lo recomendaría:

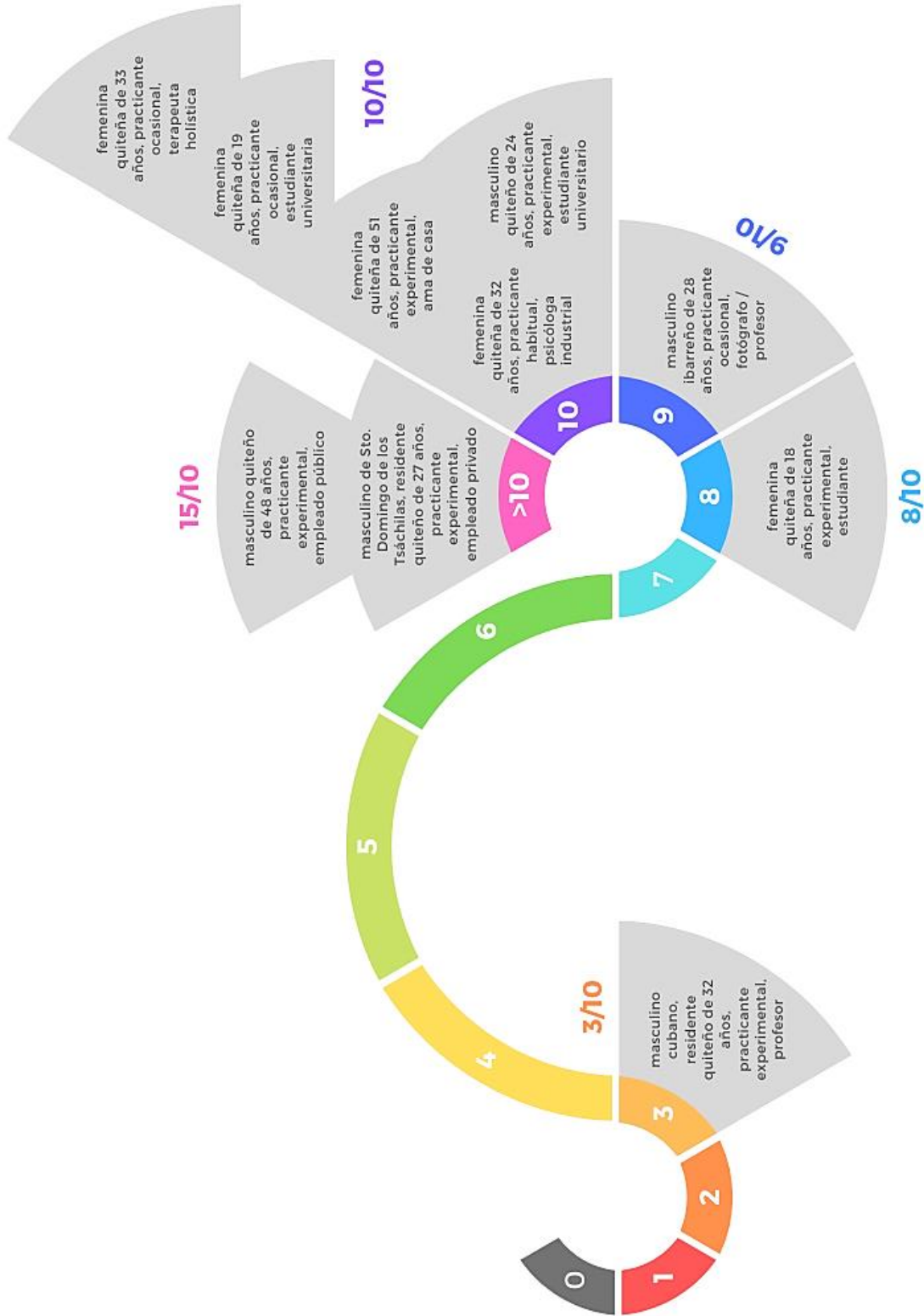
- *“No la recomendaría porque si no estás listo para ser lo suficientemente consciente, solo vas a sufrir, vas a vomitar y sentirte mal. Si no estás listo, te falta vivir más o ser más consciente de tu existencia que implica saber que respiras, saber que puedes ver, que puedes escuchar, que puedes estar.”*

- masculino cubano, residente quiteño de 32 años, practicante experimental, profesor; su salud física mejoró y sus síntomas de depresión, ansiedad y estrés fueron nulos tras ingerir ayahuasca

Opinión sobre la Ayahuasca:
Valoración Subjetiva de la Experiencia al Tomar Ayahuasca

Gráfico 46

Valoración Subjetiva de la Experiencia al Tomar Ayahuasca



Elaborado por: Rodríguez (2023)

Al solicitar a los practicantes que puntúen a la experiencia que vivieron tras consumir ayahuasca en una escala del 0 al 10 (siendo 0 'horrible' y 10 'espléndido'), la mayoría de las respuestas se situaron entre 8 y 10, inclusive con algunas respuestas siendo mayores de 10. Solamente el informante que no repetiría ni recomendaría el uso y consumo de ayahuasca, puntuó su experiencia con un 3.

A continuación, se recogen algunos testimonios destacados que justifican la valoración otorgada:

- *“Esta noche, en lo personal, la experiencia no fue para nada fea. Quizás hubo un momento en el que expulsé una visión que al principio no entendía pero después dejé de ver, diría que fue difícil ahí. De ahí fue hermoso, excelente, yo digo 8 o 9, 8.5”*

- masculino ibarreño de 28 años, practicante ocasional, fotógrafo/profesor; mejoró su salud física tras ingerir ayahuasca

- *“Del 1 al 10, mi experiencia fue un 8, porque si bien es cierto que me hizo sentir muy bien al último, al inicio vomité mucho y me sentía como enferma. Pero valió la pena.”*

- femenina quiteña de 18 años, practicante experimental, estudiante; sus síntomas de ansiedad aumentaron levemente tras ingerir ayahuasca

- *“Mi experiencia con ayahuasca del 1 al 10, estarían en un 10. La experiencia de cada persona individual es totalmente diferente y siempre es un proceso nuevo.”*

- femenina quiteña de 32 años, practicante habitual, psicóloga industrial; sus síntomas de ansiedad aumentaron levemente tras ingerir ayahuasca

- *“Mi experiencia del uno al diez, la califico con un tres porque no me hizo falta la ayahuasca para sentirme bien ni para cambiar nada, simplemente una persona que me entienda y que sepa guiarme.”*

- masculino cubano, residente quiteño de 32 años, practicante experimental, profesor; su salud física mejoró y sus síntomas de depresión, ansiedad y estrés fueron nulos tras ingerir ayahuasca

A dos informantes les resultó complicado poner una valoración numérica a lo que vivieron, por lo que decidieron otorgarle adjetivos como “excelente”, “diferente”, “positivo”, “mejor” y “formidable”:

- *“No se puede calificar a la experiencia del 1 al 10. Entonces, para mí fue excelente. Más que una calificación del 1 al 10, yo diría que es diferente y positivo. Diferente para mejor.”*

- femenina quiteña de 50 años, practicante experimental, auditora; sus síntomas de estrés disminuyeron tras ingerir ayahuasca

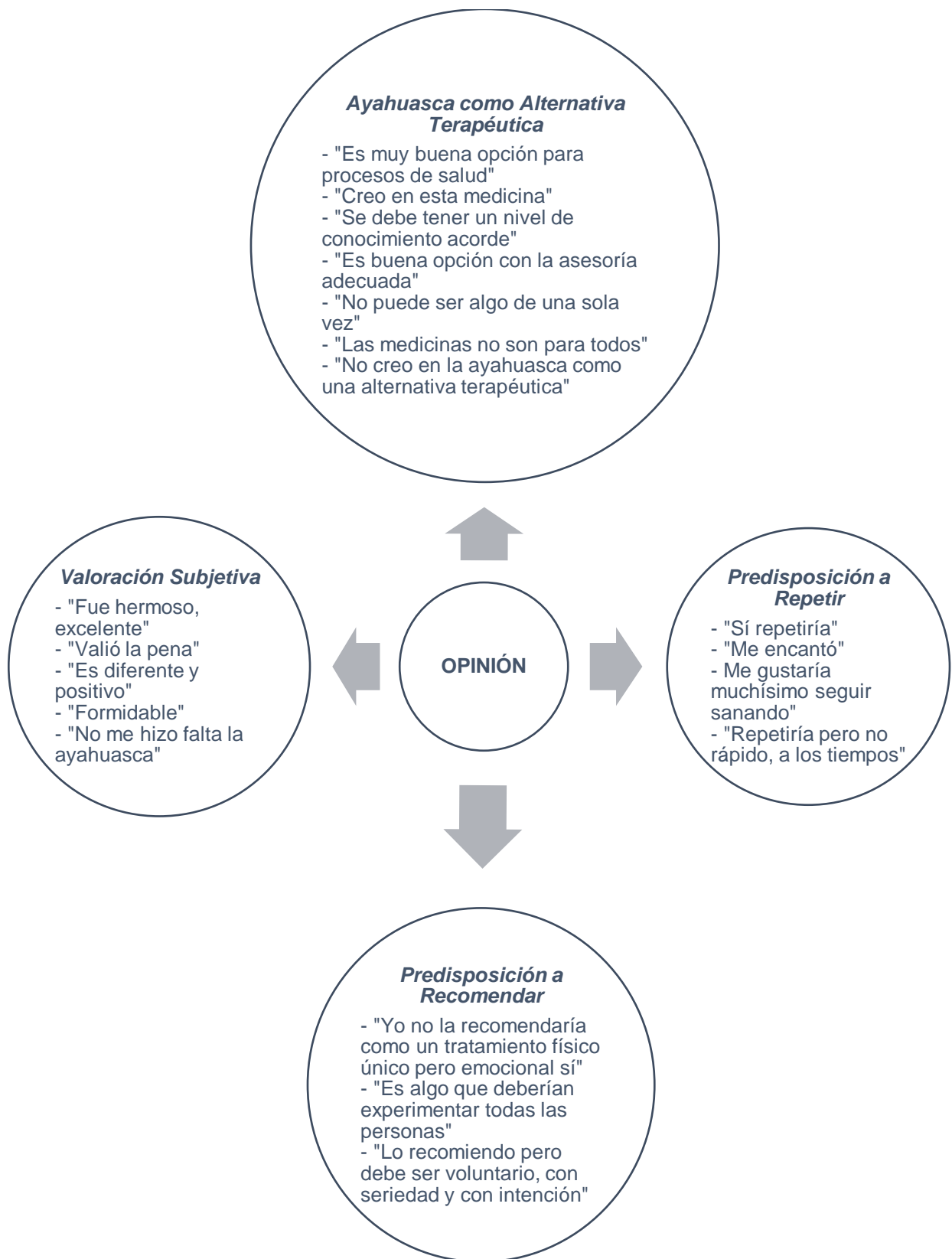
- *“Yo siento que calificar a mi experiencia con ayahuasca con un 10/10 es un número muy bajo. Obviamente le pondría 10, pero quizás me fuera por valores más cuantificables, quizás como ‘bueno’, ‘no tan bueno’ o ‘excelente’, y en esos términos para mí es formidable porque integra una visión holística donde tú tienes una preparación más radical en el tema de la alimentación. Quizás es necesaria más información, explicando a la gente qué es esta liana, su importancia, su curación, qué procesos psíquicos va a trabajar, cuáles son las oportunidades que las personas tienen.”*

- femenina quiteña de 33 años, practicante ocasional, terapeuta holística; mejoró su salud física y sus síntomas de depresión, ansiedad y estrés fueron nulos tras ingerir ayahuasca

En conclusión, casi la totalidad de informantes se encuentra a favor del uso y consumo terapéutico de la ayahuasca gracias a sus propiedades salutogénicas seguras y de rápida acción. Sin embargo, el individuo que busque sanar a través de esta alternativa, deberá seguir un proceso previo de preparación, un adecuado acompañamiento por personal capacitado y un proceso posterior de integración, mostrándose siempre respetuoso en el entorno ritual y con plena convicción de que sus malestares se irán después de consumir yagé.

Gráfico 47

Esquema de Giddens: Opinión Sobre la Ayahuasca



Elaborado por: Rodríguez (2023)

4.4 Manejo Terapéutico de la Ayahuasca

“Alma mía, ¿dónde estás? ¿Me oyes? Yo te hablo, yo te llamo. ¿Estás ahí? He regresado, estoy aquí de vuelta. He sacudido el polvo de todas las tierras de mis pies y he llegado a ti. Estoy contigo. Después de muchos años vagando, he regresado a ti. ¿Debería contarte todo lo que he visto, experimentado y bebido? ¿O quieres escuchar sobre todo el ruido de la vida y el mundo? Una cosa debes saber: lo más importante que aprendí es que debes vivir esta vida. Esta vida es el camino, el arduamente buscado camino a lo insondable, a eso que llamamos lo divino. No hay otro camino, todo otro camino es un sendero falso. Encontré el camino correcto, me llevó a ti, a mi alma. Regreso templado y purificado. ¿Todavía me conoces? ¡Cuánto tiempo duró la partida! Todo se ha vuelto tan diferente. ¿Y cómo te encontré? ¡Cuán extraño fue mi viaje! ¿Qué palabras debería usar para contarte de los caminos torcidos a través de los cuales una buena estrella me ha guiado hacia ti? Dame tu mano, mi casi olvidada alma. Qué cálida la alegría de verte otra vez, a ti alma abandonada. La vida me ha llevado de regreso hacia ti. Permítenos dar las gracias por la vida que he vivido, por todas sus horas felices y todas sus horas tristes, cada alegría y cada tristeza. Alma mía, mi viaje debe continuar contigo. Iré contigo y ascenderé a mi soledad”

*(Carl Jung,
en ‘Libro Rojo’, 2009)*

Se cuenta, según los yachacs quechua, que la primera vez que la humanidad conoció a la ayahuasca, fue hace miles de años, en la época en que llegó la lepra a la comunidad. Un abuelo buscaba incesantemente una cura para esta enfermedad y una noche, le fue revelado a través de un sueño, que debía buscar la liana de ayahuasca y la hoja de chaliponga, para después cocinarlas juntas; ese sería el remedio que tanto buscaba. Al día siguiente, el abuelo se adentró en la vegetación y el espíritu de una de aquellas plantas se acercó a decirle “yo soy el que buscabas, yo soy ayahuasca”. Este espíritu después le dio instrucciones sobre cómo preparar el brebaje, y cuando estuvo listo le dijo “toma tú primero, cúrate y luego le das a tus hijos”. La enfermedad quedó lejos, lejos. El abuelo le transmitió este conocimiento a un yachac para mostrarle el poder de la ayahuasca. Y así, se pasó este saber a las generaciones venideras. Los yachacs dicen “ustedes, hijos míos, si toman ayahuasca tienen que concentrarse y el ayahuasca tiene el poder para ayudarles”.

El poder terapéutico del yagé no reside únicamente en el brebaje resultante de la decocción ayahuasca más chaliponga/chacrana. Va más allá. Desde sus inicios, la ayahuasca se ha concebido a través de un velo místico, ritual y encantado. Sin embargo, a partir de la urbanización y mestizaje de su uso y consumo, se vuelve notorio que la salud deriva de aristas distintas a solo los efectos producidos por la bebida. Con base en este

entendimiento, surge la importancia del concepto “interno y entorno”, así como otros aspectos destacados y factores no-psiquedélicos a tomar en cuenta dentro de la terapéutica con ayahuasca.

La Sociedad de Psicología Australiana (2021) sugiere que los efectos saludables prometedores de los psiquedélicos como la ayahuasca, pueden obtenerse casi exclusivamente en conjunto con psicoterapia ya que estas sustancias permiten que salga a la superficie material emocional que antes no estaba disponible para luego ser procesado e integrado. De esta forma, se vuelve imperante mencionar a la terapia asistida con psiquedélicos que, clásicamente, se basa en tres momentos: sesiones de preparación, sesiones activas y sesiones de integración.

En esta sección, se explora el manejo terapéutico ideal del uso y consumo de ayahuasca en un marco urbano, tomando como referencia a modelos y protocolos de terapia psiquedélica y basándolo en testimonios de practicantes yageceros de la comunidad creada por la organización ‘Ayahuasca en Ecuador’. Así, los enfoques dirigidos hacia la búsqueda de salud pueden ser organizados como pasos previos y posteriores a la asistencia a una ceremonia con ayahuasca:

- 1) *Evaluación Individual* → valoración física y mental, indagación de antecedentes personales y familiares y exploración de motivantes.
- 2) *Preparación Previa* → interno (motivaciones, expectativas, dieta, etc.) y entorno (sitio físico, herramientas de sanación, contexto religioso/ritual/clínico, etc.); generación de relación terapeuta – consultante basada en la confianza y la información educativa oportuna y asertiva.
- 3) *Psiquedelia Activa* → ingesta de ayahuasca con acompañamiento psiconáutico, chamánico, terapéutico o religioso.
- 4) *Integración Posterior* → interpretación del material recolectado durante la ceremonia yagecera, reafirmación de enseñanzas obtenidas para un beneficio a largo plazo y empleo de rutas de incorporación a la cotidianidad tras el consumo de ayahuasca.
- 5) *Círculo Trascendental, ¿Cierre o Reapertura?* → seguimiento y planteamiento sobre continuación o no de terapia asistida con psiquedélicos.

Estos pasos derivan de los resultados obtenidos en este trabajo investigativo así como recopilación literaria psiquedélica y la experiencia propia de la autora.

4.4.1 Evaluación Individual.

Evaluar a un posible practicante de ayahuasca busca garantizar que asistir a una ceremonia yagecera sea seguro para el mismo, tanto física como psicológicamente. De manera ideal, esta evaluación debería ser llevada a cabo por un médico y un psicólogo; sin embargo, es posible que sea guiada también por un terapeuta con entrenamiento en medicina ancestral o psiquedélica.

El International Center for Ethnobotanical Education, Research and Service (ICEERS, 2023) promueve que todo posible asistente de una ceremonia con ayahuasca se reúna en primer lugar, con un psicólogo para que sea evaluada su salud mental y en segundo lugar, con un médico que evalúe su estado físico y uso farmacológico.

4.4.1.1 Evaluación de Salud Mental.

El terapeuta especializado en salud mental explorará las motivaciones y objetivos del posible asistente ceremonial, a la vez que indagará sobre diagnósticos psiquiátricos actuales o sus antecedentes personales y familiares de trastornos psicóticos, trastorno bipolar, manía u otro tipo de trastorno psiquiátrico ya sea propio o inducido por el uso de antidepresivos u otras sustancias.

Según dos Santos (2017), estos estados podrían ser vistos como un riesgo al ingerir ayahuasca, por lo que la realización de un cribado psicológico/psiquiátrico previo al uso de psiquedélicos es fundamental para reducir la posible aparición de reacciones adversas. ICEERS (2023) menciona que dentro de las reacciones adversas más preocupantes se encuentra la permanencia de los efectos agudos por más tiempo del esperado, es decir, hasta después de terminada la ceremonia yagecera. Sin embargo, cabe recordar que no hay ningún informe publicado de reacciones psicóticas prolongadas asociadas con el uso de ayahuasca en entornos controlados.

Idealmente, si un posible usuario de yagé es detectado como no apto debido a su historial de salud mental, se debe informar y recomendar que no sea partícipe de una ceremonia con ayahuasca. No obstante, si el individuo voluntariamente entiende todos los posibles riesgos y aun así decide continuar con su experiencia psiquedélica, esta debería proveerse con dosis menores a las ofrecidas regularmente y con constante evaluación de un profesional de la salud dentro de la ceremonia con ayahuasca y después del fin de esta.

Es importante que todos aquellos interesados en practicar esta medicina alternativa tengan presente los riesgos que conlleva y que sean honestos con su historial clínico.

4.4.1.2 Valoración Médica.

Un médico deberá revisar el historial patológico del posible usuario, prestando especial atención al uso de fármacos o al consumo de estupefacientes. Así mismo, identificará cualquier problema que pueda afectar la experiencia psiquedélica, recopilará información sobre los signos vitales y realizará una evaluación física no invasiva.

El ICEERS (2023) recomienda que aquellos posibles usuarios que tengan trastornos cardiovasculares graves se abstengan de ingerir ayahuasca ya que incrementa ligeramente la presión arterial. No obstante, no se han encontrado alteraciones prolongadas en otras funciones del organismo ni hay modificaciones en parámetros bioquímicos analizados en un laboratorio tras la toma de yagé.

De la misma forma, se debe considerar el uso farmacológico, no solo de antidepresivos inhibidores de la monoaminoxidasa (IMAO) o inhibidores de la recaptación de serotonina (ISRS); sobre todo con medicación crónica cuyo uso podría coincidir con la toma de ayahuasca y con fármacos cuyo metabolismo sea hepático o similar al del yagé.

Si existiera alguna contraindicación absoluta (ingesta actual de fármacos antidepresivos IMAO/ISRS o uso concomitante de otros psiquedélicos y estupefacientes), no se debería permitir la asistencia a una ceremonia con ayahuasca para evitar un posible síndrome serotoninérgico que lleve a la consecuente muerte del practicante. Si existiera tiempo para realizar una preparación adecuada, se puede disminuir y discontinuar el uso antidepresivo con cautela hasta la ingesta de yagé.

Por otro lado, si existiera contraindicaciones relativas (enfermedades crónicas como hipertensión arterial) se deberá informar al posible usuario sobre efectos a corto, mediano y largo plazo de la ingesta de ayahuasca, y dejar a su elección personal la asistencia a una ceremonia de yagé. Si el posible usuario presenta alguna enfermedad crónica, se deberá analizar de forma individual si es posible hacer una pausa farmacológica mientras se prepara para su experiencia psiquedélica para luego retomar sus medicamentos.

4.4.2 Preparación Previa.

Se debe entender a la experiencia psiquedélica como un viaje simbólico que consiste en embarcarse en un trayecto desde un sitio metafórico (en este caso, sería desde la enfermedad o infelicidad) hacia otro (la salud o bienestar) transportando una carga (bagaje emocional, psicológico y creencias espirituales). Para este viaje, es importante pasar por un

proceso de organización y preparación previa, con el fin de entender lo que se va a vivenciar, cómo enfrentarlo, minimizar reacciones adversas y maximizar beneficios.

Esta preparación debe implicar la esfera física y mental como base y puede ser llevada a cabo por un médico, psicólogo o terapeuta que tenga entrenamiento en terapia psiquedélica; en una o varias sesiones previas a la toma de ayahuasca (2 a 4 encuentros, en general). Igualmente, en esta fase se debería entregar un consentimiento informado escrito al practicante.

4.4.2.1 Física.

ICEERS (2023) recomienda de forma general consumir comidas sanas y ligeras compuestas principalmente por frutas y verduras; también mantener una buena condición física para facilitar una experiencia fluida y probablemente más segura al tomar ayahuasca.

Dieta

Tradicionalmente, se recomienda evitar alimentos ricos en tiramina que es una monoamina presente en productos fermentados como quesos maduros, carnes ahumadas, nueces, tofu, salsa de soja, vino o cerveza, entre otros. Es importante evitarla ya que si se combina con ayahuasca, podría producir crisis hipertensivas con síntomas como taquicardia, náusea, vómito, sudoración y en casos infrecuentes, hemorragias cerebrales y muerte (ICEERS, 2023).

Así mismo, en los días previos a la toma de ayahuasca se deben evitar preparados herbales que contengan Ginkgo biloba, alcohol, estimulantes, opiáceos y otros estupefacientes. Se recomienda mantener una adecuada hidratación y descanso suficiente.

De igual manera, es preferible que se mantenga un ayuno de 6 a 8 horas antes de la toma de ayahuasca para evitar vómitos abundantes y frecuentes durante la ceremonia.

Sin embargo, la dieta no es alimentaria únicamente sino que también implica abstenerse de mantener relaciones sexuales y de consumir multimedia con contenido violento o explícito. Una informante reportó haber cumplido con la dieta alimenticia y sexual:

- *“Un día antes yo tenía un evento donde estaba de modelo de frutas, y la gente comía fruta de mi cuerpo; yo estaba casi desnuda. Yo había leído que no se puede mantener coito previo a la ceremonia y obviamente no lo hice, lo cual no me dio ningún problema y el tema de la dieta con alimentos mucho menos.”*

- femenina quiteña de 33 años, practicante ocasional, terapeuta holística

Uso de Fármacos Antidepresivos

Si un individuo que busca consumir ayahuasca utiliza antidepresivos, es aconsejable que pause su uso de 2 a 6 semanas antes de ingerir yagé, bajo supervisión médica o psiquiátrica:

Tabla 33

Recomendaciones para Descontinuación del Uso de Antidepresivos Antes de Ingerir Ayahuasca

ANTIDEPRESIVO		RECOMENDACIÓN
Inhibidores Selectivos de la Recaptación de Serotonina	<ul style="list-style-type: none">- Paroxetina- Sertralina- Citalopram- Escitalopram- Fluoxetina- Fluvoxamina	Disminuir y descontinuar al menos 2 semanas antes de ingerir ayahuasca (todos excepto fluoxetina) o 6 semanas antes (solo fluoxetina) por el posible riesgo de intoxicación serotoninérgica.
Inhibidores de la Recaptación y Agonistas Parciales de la Serotonina	<ul style="list-style-type: none">- Vortioxetina	Estrictamente contraindicado porque si se combina con ayahuasca, puede ocurrir una toxicidad que ponga en riesgo la vida del consumidor.
Inhibidor de la Recaptación de Dopamina y Noradrenalina	<ul style="list-style-type: none">- Bupropion	Disminuir y descontinuar al menos 2 semanas antes de ingerir ayahuasca debido a efectos adversos potenciales; no obstante, es improbable que ocurra toxicidad serotoninérgica.
Tetracíclicos Atípicos	<ul style="list-style-type: none">- Mirtazapina	Disminuir y descontinuar al menos 2 semanas antes de ingerir ayahuasca para evitar que se pierdan los efectos psiquedélicos. La mirtazapina bloquea al receptor 5HT2A por lo que podría mitigar o anular los efectos del yagé. No se ha asociado con toxicidad serotoninérgica.
Tricíclicos	<ul style="list-style-type: none">- Amitriptilina- Nortriptilina- Clomipramina- Imipramina- Clorfeniramina	Disminuir y descontinuar al menos 2 semanas antes de ingerir ayahuasca por el posible riesgo de intoxicación serotoninérgica. El riesgo es mayor con clomipramina, Imipramina y clorfeniramina.

Elaborado por: Rodríguez (2023) con información de Malcolm (2021)

Prácticas Contemplativas

La meditación, atención plena, biorretroalimentación o ejercicios de respiración consciente y yoga son algunas prácticas recomendadas para que un consumidor de ayahuasca se prepare antes de su experiencia psiquedélica ya que actúan como un entrenamiento para que la mente se enfoque en el propio cuerpo, anclándose al momento presente y manteniendo la serenidad. Así se obtienen herramientas para sentir menor disolución ansiosa del ego o reducción de la vigilia durante la toma de yagé, sin perder componentes psiquedélicos beneficiosos a largo plazo como la despersonalización y la desrealización armoniosas.

La respiración es mencionada por los informantes como una de las herramientas más eficaces cuando se presentan momentos desafiantes dentro de la experiencia psiquedélica; concentrarse en la respiración permite relajarse y fluir con los efectos del yagé. Es útil entrenar respiraciones lentas y profundas como parte de la preparación previa.

Purga

ICEERS (2023) menciona que en algunas comunidades yageceras hacen purgas previas con plantas como el tabaco o Yawar panga (que tiene propiedades eméticas) con el fin de sensibilizar al cuerpo y la mente para que la ayahuasca produzca mayores beneficios al momento de tomarla.

4.4.2.2 Mental.

El terapeuta que acompañe al practicante en su preparación deberá comprender de forma más profunda su experiencia de vida, permitiéndole enfocar su objetivo y su búsqueda de salud hacia la autoconsciencia, considerando los recuerdos del pasado, el presente y las expectativas del futuro. ICEERS (2023) menciona que “cuanto más se haya reflexionado sobre estos aspectos antes de tener la experiencia, más podrá funcionar la ayahuasca como catalizador de este proceso”.

La preparación puede valerse de sesiones habladas impulsadas por alguna sustancia como rapé. Uno de los pioneros en terapia psiquedélica, Al Hubbard, utilizaba óxido nitroso para preparar al individuo antes de su experiencia mística (Eisner, 1997).

Si el practicante desea trabajar en sus relaciones interpersonales, podría beneficiarse de abrir diálogo con aquellas personas implicadas en el conflicto con el fin de establecer vínculos de confianza y red sólida de apoyo.

Eisner (1997) agrega que una preparación ideal debería atar cualquier cabo suelto o tareas incompletas que el consultante presente antes de ingerir ayahuasca; no debería tener actividades difíciles o inminentes por completar. Es decir, se debe limpiar el campo para que no existan distracciones innecesarias.

Igualmente, el terapeuta debe ofrecer información actualizada y basada en evidencia científica sobre la ayahuasca, las dosificaciones y aquello que podría ser parte de la experiencia psiquedélica del practicante. Deberá motivar a que el usuario no presente expectativas ni compare su proceso con el de sus pares antes de ingerir yagé para evitar sentirse desilusionado después. Una de las informantes mencionó que si bien su proceso no había sido similar al esperado, fue provechoso:

- *“Yo esperaba cosas diferentes, como un viaje astral o cosas así, pero lo que pasó fue diferente y también me ayudó.”*

- femenina quiteña de 50 años, practicante experimental, auditora.

Se busca confiar en el proceso ya que cualquiera que sea su resultado, será beneficioso para el crecimiento personal y la salud individual. Esta confianza es mencionada por informantes como “control de sí mismo” y “rendición”:

- *“Cuando estás con ayahuasca debes tener un control de ti. A la vez que te abres también hay que tener control. El control no permite que la desesperación te gane. A la vez, también existe descontrol porque te dejas llevar por eso, te dejas ayudar.”*

- femenina quiteña de 50 años, practicante experimental, auditora.

- *“Dentro del conocimiento está el tema de la rendición, que es una aceptación pero no es un aguante, no es una resignación.”*

- femenina quiteña de 33 años, practicante ocasional, terapeuta holística.

Mientras más preparado esté un practicante, encontrará más facilidad en permitirse fluir con la experiencia, sin intentar controlarla o detenerla.

Como parte de una preparación momentos antes de ingerir yagé, la organización ‘Ayahuasca en Ecuador’ ofrece una actividad que consiste en que cada practicante debe tomar una carta de tarot proyectivo Osho con el fin de que su significado le permita clarificar y estructurar su objetivo de sanación. Además, los practicantes se sientan en círculo y cada uno tiene un momento para expresar sus intenciones y su propósito de sanación mientras las demás personas escuchan con atención; esto es llamado “círculo de palabra” y tiene el fin de que los deseos sean verbalizados y compartidos entre todo el grupo que se encuentra próximo a ingerir ayahuasca.

Imagen 8

Tarot Osho Usado por ‘Ayahuasca en Ecuador’.



Autoría: Rodríguez (2023)

Imagen 9

Círculo de Palabra Previo a la Toma de Ayahuasca en Ceremonia



Autoría: Esteban Yar (2022)

4.4.3 Psiquedelia Activa.

La ayahuasca utilizada por 'Ayahuasca en Ecuador' es traída a Quito desde la selva de Putumayo donde es cocinada por un taita del pueblo Cofán; sin embargo, no se conoce su concentración de DMT ni de β -carbolicinas. De igual manera, no existe una dosificación estándar al momento de servir el yagé a cada individuo. El costo para acudir a una ceremonia con esta organización es de \$55 USD por persona, pero no se comercializa de forma independiente el brebaje.

Sobre la dosificación, si bien no es estandarizada, los guías yageceros comprenden los posibles efectos y a partir de su experiencia, brindan una cantidad de ayahuasca que va entre los 20 y 100 ml, con intensidad farmacológica distinta en cada individuo.

Uno de los informantes menciona que el guía le instruyó sobre la posible intensidad del brebaje antes de ofrecérselo, basado en su experiencia personal:

- *“El Taita me dijo que la medicina de esta noche fue ligera, entonces me confié en eso y fue así: ligero, rápido y fuerte. El hecho de que haya sido rápido es lo que lo hizo ligero, porque una ayahuasquita fuerte, dura y tu liberación del ego puede ser tan fuerte que te puedes*

asustar realmente de lo que ves y sientes. Es tan aplastante así como es bonito, y tienes que saber manejarlo.”

- masculino ibarreño de 28 años, practicante ocasional, fotógrafo/profesor

Además, existen varios tipos de ayahuasca según su preparación. Es por esto que la duración e intensidad de cada experiencia vivida en una sesión con yagé puede ser tan variable. Según ICEERS (2023), existen comunidades yageceras donde se utilizan ayahuascas muy potentes y otros donde se hacen varias tomas de decocciones más suaves; igualmente, muchos facilitadores no dan dosis altas a practicantes experimentales con el fin de que se familiaricen con los efectos de la ayahuasca antes de ofrecerles dosis mayores. Según los datos cuantitativos obtenidos en el presente estudio, se podría concluir que ‘Ayahuasca en Ecuador’ facilita un yagé de intensidad leve a moderada en varias tomas (hasta 5 o más) durante la velada ceremonial.

Por otra parte, al momento de ingerir ayahuasca, resulta crucial el concepto de ‘interno y entorno’, que fue popularizado en 1964 por Timothy Leary, Ralph Metzner y Richard Alpert:

La naturaleza de la experiencia depende casi por completo de la actitud (mental) y el entorno. La actitud denota la preparación del individuo, incluyendo la estructura de su personalidad y su estado de ánimo al momento. El entorno es físico – el clima, la atmósfera de la habitación; social – sentimientos de las personas presentes entre sí; y cultural – puntos de vista prevalecientes sobre lo que es real (Leary, Metzner & Alpert, 1964).

Según Hartogsohn (2013), la hipótesis del interno y entorno es fundamental y se encuentra ampliamente aceptada en estudios psiquedélicos; esta abarca:

- *Interno (set)* → personalidad, expectativas, pensamientos y sentimientos del practicante.
- *Entorno (setting)* → ambiente físico y social circundante en el que se realiza la toma de ayahuasca.

Así, se entiende que una experiencia psiquedélica será diferente para cada individuo según como se encuentre su estado interno (físico, mental y espiritual) y su entorno al momento de ingerir ayahuasca. En la actualidad, la evidencia científica sugiere que los efectos de factores no farmacológicos, como el interno y entorno, son responsables de la mayor parte de los beneficios terapéuticos obtenidos con psiquedélicos (Hartogsohn, 2017). Además, a esta teoría se añade el concepto de ‘matriz’, que engloba al entorno general más amplio de un practicante.

4.4.3.1 Interno.

Lo “interno” en una experiencia psiquedélica es todo lo relacionado al estado de una persona, incluyendo su personalidad, preparación previa, intención, estado de ánimo, expectativas, deseos y miedos (Hartogsohn, 2017). Así mismo, se considera parte del “interno” al estado anímico con el que se encuentra el practicante el día mismo de la toma de ayahuasca (Haden, 2019).

Las sesiones de preparación previa ayudan al terapeuta a entender la personalidad del practicante y clarifican sus expectativas e intenciones con el fin de que su ‘interno’ sea lo más favorable posible y resulte provechoso para su salud.

Una informante reportó diferencias en la experiencia que vivieron ella y su hija aun estando en el mismo entorno ceremonial, por presentar distintos estados internos:

- *“A mi hija le hizo lo que yo hubiera esperado que me haga a mí. Ella es un ser más puro, más nuevo, con menos experiencias dolorosas en esta vida al menos, o diferentes. Entonces, uno como que está con una coraza más fuerte, entonces hasta romper eso, es un proceso.”*

- femenina quiteña de 50 años, practicante experimental, auditora.

Por otro lado, un elemento que destaca del interno es la intención. Golden (2022) informa que el acto de plantearse una intención antes de ingerir ayahuasca confiere beneficios, sobre todo si está relacionada a conectar con la naturaleza o tener una vivencia espiritual/terapéutica. Cuando están presentes estas intenciones favorecen una experiencia mística más intensa y mayor bienestar general, contrario a lo que sucede cuando no existen intenciones previas.

4.4.3.2 Entorno.

El “entorno” en una experiencia psiquedélica es todo lo relacionado al ambiente en que se desarrolla la ingesta de ayahuasca, incluyendo el lugar físico, el clima social/emocional y cultural – las ideas y creencias prevalentes en la sociedad sobre el uso y consumo de sustancias, el estado social del mundo en general y los aportes psicológicos y emocionales ofrecidos por el grupo de practicantes dentro de una misma ceremonia de ayahuasca (Hartogsohn, 2017).

Puede estar enfocado hacia distintos modelos:

- *Ceremonial* → guiado por yageceros, taitas, médicos indígenas y terapeutas alternativos; se usan herramientas de sanación aunque su fin no sea siempre el

generar salud sino que se puede motivar la adivinación y el contacto con seres sobrenaturales. Es el modelo más utilizado para la ingesta de ayahuasca.

- *Psiconáutico* → guiado por un cuidador con experiencia (llamado coloquialmente ‘*trip sitter*’) quien acompaña al practicante mientras explora su mente bajo los efectos psiquedélicos; no se basa en uso ritual y usualmente se lleva a cabo en espacios domésticos o donde exista naturaleza. No se utiliza ampliamente para consumir ayahuasca pero sí para otras sustancias como LSD, psilocibina, MDMA, entre otros.
- *Terapéutico* → guiado por un médico y un psicólogo en un ambiente clínico valiéndose de protocolos psicoterapéuticos y medicina basada en evidencia con el objetivo de curar enfermedades físicas o mentales. Se emplea mayormente para estudios clínicos e investigaciones científicas que requieran condiciones controladas con el consumo de yagé.
- *Religioso* → guiado por cultos sincréticos como el Santo Daime y el Centro Espiritual de Beneficencia de la Unión del Vegetal, con el objetivo de utilizar a la ayahuasca como un sacramento ritual. Este modelo no es empleado por el público general.
- *Lúdico / Adulto* → sin guías, con objetivo hedonista; no se ha registrado este uso para consumo de yagé en el presente estudio.

Dentro del marco urbano en que se presenta este trabajo investigativo, una ceremonia con yagé permite explorar la mente (psiconáutica) y gestionar salutogénesis a partir de los entendimientos recopilados (terapéutica) dentro de la experiencia psiquedélica. De esta forma, se denota que el enfoque ceremonial se encuentra estrechamente vinculado al psiconáutico que a su vez, está ligado al terapéutico.

En este trabajo investigativo, se profundizará en el ámbito ceremonial que es el que maneja la organización ‘Ayahuasca en Ecuador’ y engloba a la psiconáutica y la terapéutica.

Ceremonia

La mayoría de las ceremonias celebradas por 'Ayahuasca en Ecuador' siguen una estructura similar:

Tabla 34

Estructura de una Ceremonia con 'Ayahuasca en Ecuador'

N°	ACTIVIDAD	HORA
1	Bienvenida a los practicantes al sitio ceremonial Los guías saludan a los asistentes y les dirigen a sus puestos asignados para la noche.	20:00
2	Descanso y familiarización con el entorno físico y social Los practicantes se conocen entre sí y pueden despejar cualquier duda con los guías o explorar el espacio físico en que se encuentran.	20:00 – 21:30
3	Utilización de rapé Como un prelude a la ingesta de ayahuasca, se invita a que los practicantes se acerquen al altar para que se les provea de rapé. Después, se les motiva a que vuelvan a sus sitios y adopten una postura meditativa.	21:30 – 22:00
4	Ritual de cantos dirigidos al altar y a la ayahuasca Los guías ceremoniales realizan un ritual danzando y cantando alrededor del altar que contiene al yagé y otras herramientas de sanación.	22:00 – 22:30
5	Ingesta de yagé Los practicantes son llamados consecutivamente para que se acerquen de manera individual al altar donde reciben una copa con dosis distintas de yagé y beben su contenido. Después, se les exhorta que vuelvan a sus sitios y adopten una postura meditativa o activa durante toda la noche; es preferible no recostarse ni dormir según indicaciones de los guías.	22:30 – 23:00
6	Empleo de rezos, cantos e icaros Durante toda la velada, los guías tocan instrumentos como la guitarra, el tambor o la armónica y cantan; acompañándolo con icaros en lenguas nativas.	00:00 – 06:00
7	Utilización de otras herramientas de sanación Si los guías notan que un practicante se encuentra en un momento desafiante de su experiencia, se acercan a él y lo curan soplándole humo de tabaco, rociándolo con alcohol etílico o pasando un atado de plantas por su cuerpo.	
8	Limpia Al amanecer, se pide a todos los practicantes que se sitúen juntos formando un círculo o unos frente a otros y que dejen su torso con la menor cantidad de ropa que resulte cómodo para que el guía les realice una limpieza energética.	06:30 – 07:00

N°	ACTIVIDAD	HORA
9	Círculo de palabra y desayuno ligero Los practicantes comparten y verbalizan momentos destacados de su experiencia psiquedélica, así como enseñanzas que se llevan de la ceremonia. Se les invita a ingerir un desayuno que consiste principalmente de frutas, pan y té.	07:30 – 08:00
10	Fin de la ceremonia y despedida Una vez que los efectos agudos de la ayahuasca se han desvanecido y los practicantes se encuentran en un estado adecuado para retirarse, pueden ir a sus hogares.	08:00

Elaborado por: Rodríguez (2023)

Lugar Físico

Las reuniones celebradas por ‘Ayahuasca en Ecuador’ se llevan a cabo en zonas urbanas y rurales de la Sierra ecuatoriana, mayoritariamente en propiedades privadas cerradas. Esto constituye un entorno bastante distinto al que se lleva en el imaginario colectivo (selvático, amazónico, al aire libre, con naturaleza circundante):

Tabla 35

Características del Entorno Físico proporcionado por ‘Ayahuasca en Ecuador’

LUGAR	CARACTERÍSTICAS	N° DE CEREMONIAS
Centro Terapéutico “El Templo de Artemisa”	Departamento ubicado en un edificio residencial del barrio Quitumbe con capacidad máxima aproximada de 15 personas. La ceremonia se lleva a cabo en un espacio doméstico con decoración que evoca a animales amazónicos, y los asistentes tienen acceso a un baño. Antes de ingresar, se solicita a los practicantes que dejen su calzado en la puerta y se les asigna un sitio para que se sienten en colchonetas compartidas durante la noche. No se permite la salida del espacio hasta el fin de la ceremonia.	7
Centro Holístico “Teos Experiences”	Salón circular amplio construido con el fin de ser un espacio apropiado para realizar retiros y ceremonias enteogénicas, rodeado de múltiples zonas verdes y vistas panorámicas. Es parte de una residencia privada en la parroquia de Tumbaco. Los practicantes pueden recostarse sobre colchonetas individuales durante la noche y está permitida su salida hacia la zona verde exterior. Tienen acceso a baños femeninos y masculinos con ducha.	2

LUGAR	CARACTERÍSTICAS	N° DE CEREMONIAS
Hostal “Aya Huma” (Sala Múltiple 'Kuricancha')	<p>Salón amplio de eventos con decoración tradicional indígena, rodeado de naturaleza y ubicado junto a un río. Tiene una capacidad de hasta 100 personas; cuenta con una chimenea, cocina, baños masculinos y femeninos; además mantas, esteras, cojines y colchones a disposición de los asistentes.</p> <p>Los practicantes pueden recostarse sobre colchonetas individuales durante la noche y está permitida su salida hacia la zona exterior cercana. Se les exhorta a vomitar con dirección hacia la vegetación, si desearan hacerlo.</p>	1
Villa “Victoria”	<p>Jardín espacioso dentro de una residencia privada rural, con árboles, plantaciones y decoración psiquedélica.</p> <p>La ceremonia se lleva a cabo al aire libre, y los participantes pueden sentarse en el césped o en sillas de madera, está permitido llevar carpas para que se alojen y tienen libertad de moverse por todo el lugar, sin salir de los límites circundantes. Tienen acceso a un baño.</p>	1
Residencia Rural	<p>Casa de dos pisos ubicada en una zona despejada y con vista panorámica de la parroquia de Tumbaco, con un patio externo amplio.</p> <p>Los practicantes pueden recostarse sobre colchonetas individuales posicionadas dentro de los espacios domésticos durante la noche o pueden sentarse en el patio externo. Tienen acceso a un baño.</p>	1

Elaborado por: Rodríguez (2023)

Imagen 10

Entorno del Centro Terapéutico “El Templo de Artemisa”



Autoría: organización ‘Ayahuasca en Ecuador’ (2022)

Imagen 11

Entorno del Centro Holístico “Teos Experiences”



Autoría: Rodríguez (2022)

Imagen 12

Entorno de la Sala 'Kuricancha' en el Hostal "Aya Huma"



Autoría: Esteban Yar (2022)

Imagen 13

Entorno de la Villa "Victoria"



Autoría: Rodríguez (2022)

Imagen 14

Entorno de la Residencia Rural



Autoría: Rodríguez (2022)

Haden (2019) recomienda que el lugar donde se realice una terapia psiquedélica sea profesional, privado, seguro, relajante y cómodo. Debe limitarse o anularse la transmisión acústica de personas o entornos ajenos al ceremonial. La decoración debe ser atractiva, componiéndose de plantas (especialmente flores) por su aporte natural y bello. No obstante, la ayahuasca siendo un enteógeno podría ser ingerida en un espacio físico distinto. Idealmente, las ceremonias con ayahuasca deberían ser celebradas en lugares cercanos a la naturaleza. Como lo afirma Gandy (2020), el contacto con la naturaleza y la administración de psiquedélicos se han relacionado con los mismos mecanismos psicológicos: afecto negativo y rumiación mental disminuidos, mayor conexión psicológica, apreciación de belleza, capacidad de asombro y aumento de capacidades relacionadas con la atención plena y experiencias trascendentales; todo esto vinculado a mejoras en la salud:

Los entornos basados en la naturaleza pueden tener propiedades tranquilizadoras inherentemente psicológicas que pueden complementar todas las etapas de la terapia

psicodélica (principalmente preparación e integración) al tiempo que potencian la mejora en la relación con la naturaleza, trayendo consigo los beneficios psicológicos asociados (Gandy, 2020) .

De igual manera, deberían ser sitios seguros donde la integridad física o mental del practicante no sean puestas en riesgo, con escasos objetos que puedan interferir; con delimitación espacial para que no se alejen del grupo y con acceso a un servicio sanitario privado e iluminado. Adicionalmente, un ambiente ideal específico podría ser el tradicional amazónico ya que constituye una simbología mayor para el practicante que busca embarcarse en una aventura salutogénica.

De todas formas, si bien una modalidad doméstica no ofrece vínculo directo con la naturaleza, presenta otros beneficios como mayor control del espacio, seguridad para los guías y los practicantes y comodidad (por ejemplo, al no tener que estar sometido a bajas temperaturas durante la velada). Nuevos riesgos aparecen también con esta modalidad, como daño al mobiliario del hogar producido por practicantes que desencadenan un episodio ansioso intenso. Haden (2019) apoya lo mencionado, agregando que cuando el practicante (y el guía) se encuentra en un sitio cerrado, cálido, seguro y privado es más fácil que no se distraiga o se preocupe por interrupciones permitiéndole generar la experiencia introspectiva deseada.

Guías

Aquellas personas que guían, acompañan y asisten una ceremonia yagecera efectiva tienen la misión de facilitar el viaje hacia lo inconsciente, con total presencia e integridad, informados sobre ciencia y medicina (ya sea psiquedélica o ancestral), manteniéndose centrados en todo momento. Deben proveer seguridad sin ser intrusivos en la experiencia del participante, establecer lazos de confianza, crear un entorno cómodo y seguir protocolos de actuación ya sean basados en enseñanzas ancestrales de curanderos o en literatura psiquedélica. El guía yagecero le muestra al practicante su habilidad innata para sanarse a sí mismo y le empodera para que sea responsable de su propio proceso curativo a través del empuje que ofrece la ayahuasca (Vaid, 2022).

Según Haden (2019), la presencia del guía, sus intenciones, interpretaciones, acciones, conocimiento teórico, habilidades, personalidad e intuición (es decir, su cuerpo, mente y espíritu completos) tienen influencia sobre el interno y entorno. Por esto, y basándose en el autor citado, se reúnen algunas destrezas y habilidades que deberían estar presentes en un guía ideal al momento de acompañar una ceremonia ayahuasquera:

- Experiencia y sabiduría para entender cuándo actuar, intervenir o abstenerse.

- Puede enfrentar constructivamente a los peligros y obstáculos de la psique.
- Aprecia plenamente estar vivo, entendiendo las agonías y éxtasis de la existencia humana.
- Entiende y puede explicar la farmacología y efectos posibles o esperados del yagé en el cuerpo.
- Confía en la ayahuasca y en el proceso de sanación proveniente del mismo practicante para generar bienestar.
- Puede mantenerse relajado y anclado cuando el practicante se muestra ansioso o con emociones intensas.
- Entiende los beneficios que pueden obtenerse de los estados alternos de conciencia.
- Comprende que cada experiencia es única y es un momento donde se accede a la intuición, a las expresiones sentimentales y a la vulnerabilidad mientras se espera a ver qué se desplegará con el yagé.
- Tiene conocimiento sobre diferentes teorías psicológicas en relación con la consciencia pero también sobre saberes ancestrales/indígenas que defienden a la mente como un lugar donde habitan entidades, espíritus y seres que interactúan con el practicante en estados psiquedélicos.
- Sigue códigos de ética y mantiene límites profesionales.
- Es humilde, compasivo y aprecia las limitaciones del lenguaje entendiendo el practicante podría encontrar difícil el hablar o comunicarse durante su toma de ayahuasca.

Un informante destaca la capacidad de los guías de ‘Ayahuasca en Ecuador’ para mantenerse serenos y transmitir paz durante la ceremonia de yagé:

- *“La compañía de los maestros que estuvieron ahí guiándonos estuvo increíble. Transmitían paz que yo creo que es lo más importante en cualquier ceremonia.”*

- masculino de Sto. Domingo de los Tsáchilas, residente quiteño de 27 años, practicante experimental, empleado privado

Además, es importante destacar que los guías ceremoniales manipulan el interno y entorno a través de su propia vestimenta, accesorios e indumentaria así como el uso de ícaros, silbidos, humo de tabaco y succión en partes del cuerpo de practicantes. Estas manipulaciones exteriores al efecto de la ayahuasca se consideran parte esencial de las hazañas sanadoras (Hartogsohn, 2017). Una de estas herramientas de sanación es la creación de música dentro de la ceremonia, que vista desde la perspectiva de dos informantes, es conceptualizada como “estar al servicio” y consiste en permanecer alerta para cuidar al otro pero permitirse introspectar cuando sea necesario:

- *“Fue una noche muy especial porque estaba también apoyando un poquito en el proceso, haciendo un poco de música, ayudando a cantando y así. Creo que es diferente cuando estás solamente de participante porque te entregas totalmente, a cuando estás también apoyando un poquito en la ceremonia, que ese fue mi caso, cuando estás al servicio de los demás. Vives tu proceso interno pero también tienes que estar al servicio.”*

- femenina quiteña de 32 años, practicante habitual, psicóloga industrial.

- *“Fueron esos primeros tiempos donde yo no estaba todavía mucho en servicio sino que era nada más tratando de tocar la guitarra en algún momento de la ceremonia, casi nunca podía. Había un espacio para que se abrieran esos procesos en mí sin yo encargarme de nadie. Después vino un tiempo que duró bastante, donde mi proceso todavía se abría pero ya estaba la responsabilidad también de ayudar a los demás. Entonces ahí comenzó la observación de los procesos de las demás personas y esta posibilidad de ver cómo mi proceso emocional en las ceremonias, por fuerte que fuera, no era el universo. De pronto podía ver que el otro también estaba en el suelo, en esto, en lo otro... Entonces ahí se abrió una dimensión nueva y poco a poco comenzó a entrar más posibilidad de poder tocar en las ceremonias y sentir la música a un nivel nuevo de más sensibilidad y más profundidad. Es algo que todavía me gusta y por eso hago la música de medicina.”*

- masculino venezolano, residente quiteño de 33 años, practicante habitual, músico/profesor/intérprete

Sin embargo, debido a este trasfondo cultural ancestral e indígena que enmarca a la ayahuasca, se genera un diálogo sobre si las personas mestizas deberían o no ser guías en una ceremonia. Una de las informantes menciona que si bien un yagecero tradicional podría ser visto como alguien apto, también sería útil que entienda protocolos psicoterapéuticos y conocimientos sociológicos:

- *“Hay personas que dicen ‘si eres mestizo no puedes hacer acompañamiento de ayahuasca, tiene que ser un Taita indígena porque si no incluso sería considerado una usurpación cultural, un robo o un hurto’. Siento que sí es real pero también el chamán o la mama que guía la ceremonia podría estudiar psicología, psicoterapia, antropología para que pueda comprender no a la gente de occidente o la gente de ciudad, sino para que pueda también comprender que hay procesos que quizás ellos por el propio sincretismo y ritualidad, no se han permitido observar. Entonces es no caer en la colonización pero tampoco en el romanticismo.”*

- femenina quiteña de 33 años, practicante ocasional, terapeuta holística.

Haden (2019) agrega que al existir solamente un contexto ritual sin contrastes, podría generarse un problema de asunción de creencias y valores impuestos al practicante por el guía a través de rituales. Hay que reconocer que no todos los que buscan salud a través de la ayahuasca u otros psikedélicos están de acuerdo con las creencias metafísicas o espirituales. El uso hábil de los rituales requiere que los guías sean adaptables para maximizar el potencial curativo de la experiencia.

Como comentario interesante, dentro de la investigación cualitativa de este trabajo se encontró que dos practicantes habituales que asisten en experiencias psiquedélicas pero no tienen una profesión relacionada a la salud mental, presentan peor salud que otra practicante que sí es psicoterapeuta. De cualquier manera, aunque se entiendan los procesos psicológicos y la forma de gestionarlos, los practicantes no están exentos de sentirse ansiosos tras la ingesta de ayahuasca, como fue el caso de una informante distinta que también trabaja como psicoterapeuta y sus niveles de ansiedad ascendieron tras tomar yagé.

Cualquiera que sea la conclusión sobre la problemática de un guía mestizo o indígena, queda a decisión del practicante que deberá hacer una elección asertiva considerando sus propias creencias y actitudes frente al uso y consumo de ayahuasca, tomando en cuenta las recomendaciones del perfil en un guía expuestas anteriormente.

Imagen 15

Guías Ceremoniales



Autoría: Esteban Yar (2022)

Herramientas de Sanación

Rituales

Los rituales yageceros son en sí mismos una herramienta de sanación y a la vez, son un performance compuesto por varios elementos u acciones con alto valor simbólico combinados cuidadosamente para mejorar el proceso curativo inducido por el yagé, amplificando y controlando sus efectos. Los rituales también le rinden tributo al espíritu de la ayahuasca.

Para Pineda (2017), los rituales son una muestra de respeto, veneración y comunicación con seres mágicos y dioses extraterrenales. Estos ritos demandan espacios sagrados, imágenes, cantos y danzas.

Haden (2019) sostiene que el enfoque ritualista de una sesión psiquedélica aporta algunas ventajas como crear un contenedor de seguridad que puede ser utilizado en respuesta a la angustia o al comportamiento desorganizado gatillado por un proceso desafiante. Así mismo, destaca su simbología que produce trascendencia en el usuario:

Los rituales pueden estar imbuidos de una amplia variedad de significados y, por lo tanto, hacen que la experiencia sea más significativa personalmente para el participante. Los rituales curativos y espirituales pueden ser 'genéricos' y, por lo tanto, ser apropiados para personas con una amplia variedad de necesidades curativas o espirituales (Haden, 2019).

Una informante comentó sobre la importancia del ritual dentro de la ceremonia con ayahuasca, indicando que estos alimentan al espíritu y benefician a la mente inconsciente del practicante:

- *“Considero que el uso ritual que se le da la ayahuasca y a las plantas de poder es valioso para alimentar el cuerpo espiritual del ser humano que es nuestra energía más sutil. La vida misma tiene que ser un ritual. Lo más valioso de la ayahuasca es el uso ritual, el poder levantar un altar con respeto en donde se puede honrar a la madre naturaleza, a la madre Tierra, a los cuatro elementos, donde uno puede reconocer lo sagrado de las cosas y de la vida; el levantar un fuego y agradecer. Es importante servir la ayahuasca durante la noche con un fuego encendido y levantar un altar con el uso de ciertos instrumentos que mueven la energía sutil como la wayra, los ícaros que son invocaciones que mueven en el plano inconsciente del cuerpo. Los ícaros vibran en los átomos y traen recuerdos de memorias antiguas. El uso ritual es muy sagrado y valioso, recomiendo hacerlo en este uso porque ahí la sanación ocurre de verdad y es completa.”*

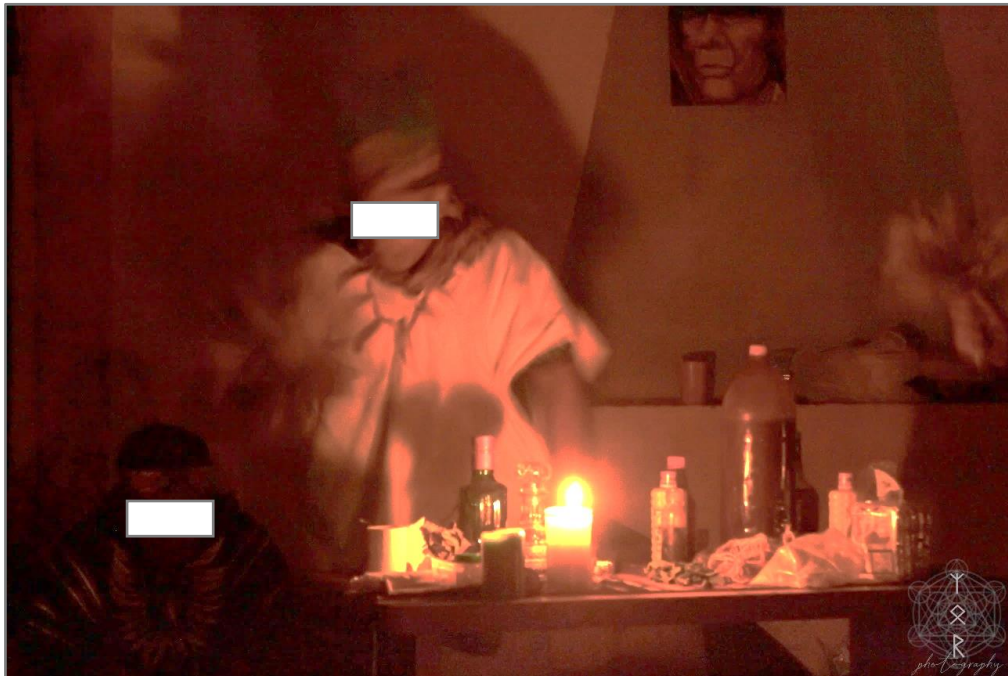
- femenina de La Maná, residente quiteña de 34 años, practicante habitual, terapeuta emocional.

Si bien los rituales pueden ser útiles para brindar seguridad y significado a la experiencia psiquedélica, también pueden ser problemáticos. Si los rituales son inflexibles y no se adaptan a las circunstancias cambiantes dentro de una ceremonia, podría resultar conflictivo para el

asistente. Aquellos practicantes que no se sientan en sincronía con un ritual también pueden sentir que es una imposición; Haden (2019) explica que para que los rituales sean verdaderamente valiosos, los significados, los símbolos y las creencias tanto de los guías como los practicantes deben compartirse en cierta medida. Para algunas personas, demasiado uso ritual puede ser alienante y desagradable.

Imagen 16

Ritual Previo a la Ingesta de Ayahuasca



Autoría: Esteban Yar (2022)

Altar

Es el lugar escogido para que el dios venerado haga presencia, es donde se deposita la confianza y la fe en seres sobrenaturales; facilita la comunicación para demandarles favores y rendirles tributo a través de ofrendas y sacrificios (Pineda, 2017). En este contexto, es un espacio donde se muestra respeto y honor al espíritu de la ayahuasca ya que a través de él, este espíritu pasará del plano espacial al plano terrenal. Se construye sobre una mesa de madera y se compone de objetos que pueden usarse como herramientas de sanación o son símbolos que representan a los elementos de la naturaleza como alcohol etílico, fragancias, tabaco, piedras, minerales, agua, velas y plantas medicinales, entre otros. Debe ser purificado y tratado con sumo cuidado antes, durante y después de la ceremonia.

En este espacio, los guías o chamanes también reposan sus accesorios o vestimentas cuando no los están utilizando ya que los consideran implementos sagrados que les permiten protegerse a sí mismos y curar a los asistentes ceremoniales.

Imagen 17

Altar en Ceremonia de Ayahuasca



Autoría: Esteban Yar (2022)

Fuego

Los cinco elementos de la naturaleza deben ser representados dentro de la ceremonia, como se mostró en la construcción del altar. Sin embargo, un elemento es el más destacado: el fuego; tal vez por su potencial transmutador o porque muestra el camino de sanación propia. Este no permanece dentro del altar solamente sino que puede encenderse en un espacio separado, donde provea luz y calor a los practicantes que acuden cerca de él para sentirse confortados y enraizados al momento presente:

- *“Es difícil llevar un viaje de ayahuasca fuerte sin que haya un fuego en medio, he aprendido eso, debe haber fuego; eso ayuda bastante. Influye también la comunidad, el agua, la música por supuesto, y la fuerza.”*

- masculino ibarreño de 28 años, practicante ocasional, fotógrafo/profesor.

- *“Luego salí de la carpa y estuve cerca de la hoguera. El fuego me ayudaba a regresar a la realidad, al momento presente en el que estaba. Me pareció muy bonito pasar eso en medio de la naturaleza y con el fuego.”*

- femenina quiteña de 51 años, practicante experimental, ama de casa.

Imagen 18

Fogata en Ceremonia de Ayahuasca



Autoría: Esteban Yar (2022)

Tabaco

Dentro de una ceremonia de 'Ayahuasca en Ecuador' el tabaco tiene tres funciones: enrolado es una ofrenda que se deja en el altar, en rapé actúa como un prelude para la ingesta de ayahuasca, y su humo tiene propiedades extirpatorias/curativas durante las limpiezas o rituales de purificación.

El tabaco en forma de rapé es utilizado como uno de los primeros pasos dentro de la ceremonia con ayahuasca ya que los guías proclaman que ayuda a conectar con el propio cuerpo, despejando la vía respiratoria y gastrointestinal para que el yagé tenga un camino libre para producir mayores beneficios en la salud y facilitando la claridad mental:

- *“El tabaco es una planta muy respetada, una planta de poder también. Conecta mucho con la intuición y tiene propiedades desintoxicantes física y energéticamente, por eso se sopla el humo de tabaco para limpiar a la gente. Tiene un poder energizante y limpiador. El tabaco en forma de rape está la tradición cofán y en las tradiciones yageceras de Colombia y Ecuador, es una medicina importada que nos abre en varios sentidos: en la limpieza porque limpia la nariz y ayuda a respirar mejor, limpia la garganta, si alguien necesita vomitar o ir al baño también les ayuda; va abriendo los caminos respiratorios y digestivos para que la ayahuasca pueda trabajar más fácilmente. También despierta la energía del cuerpo de una forma que el*

cuerpo está más preparado que cuando viene con las cargas de la ciudad y de la vida cotidiana, trabaja en la glándula pineal y pituitaria entonces también asiste meditaciones previas a la ayahuasca para que las personas profundicen con su propósito.”

- masculino venezolano, residente quiteño de 33 años, practicante habitual,
músico/profesor/intérprete

El guía sopla el tabaco a través de un proyector en forma de tubo dentro de las fosas nasales del practicante, quien después presenta síntomas físicos como hipotensión arterial, incremento de la sudoración, taquicardia, náusea, expulsión de mucosidad nasal y flema; en algunos casos, desencadena vómito y diarrea. Permite mayor concentración y atención plena del movimiento corporal. Todos los síntomas son transitorios, con una duración aproximada de 20 – 40 minutos. Sin embargo, pueden volverse muy intensos para ciertos practicantes, quienes encuentran difícil respirar y mantener la calma:

- *“Como a las 10:00 – 11:00 PM nos dieron que consumamos rapé que era para liberar el sistema respiratorio y para que la glándula pineal esté más sensible a la experiencia. Cuando me dieron rapé, sentía que me iba a morir porque no lo había probado hace como 3 años; comencé a sudar full y tenía ganas de vomitar durante una hora que me duró ese malestar.”*

- masculino quiteño de 24 años, practicante experimental, auxiliar mecánico.

- *“Así que con este miedo e incluso con el rape que yo sé que eso es lo más recomendable, fue fuerte. Es la primera vez que el rapé me deja inconsciente.”*

- femenina quiteña de 33 años, practicante ocasional, terapeuta holística.

Para que la experiencia con rapé resulte más armoniosa para el practicante, los guías le instruyen inhalar por la boca de manera lenta y profunda mientras se mantiene en un estado meditativo:

- *“Cuando me pusieron rapé, yo me decía 'a ver, ¿por qué viniste acá? Es para esto, no te asustes, tu viniste por esto, concéntrate'.”*

- femenina quiteña de 50 años, practicante experimental, auditora.

Sobre sus beneficios, los guías ceremoniales comentan que alivia síntomas respiratorios de sinusitis y rinitis, previene y trata cefaleas, disminuye el miedo y la ansiedad, provee relajación mental y corporal, da serenidad, alinea los campos energéticos del cuerpo y específicamente para la ceremonias yageceras, se cree que el tabaco rapé intensifica o libera procesos psicológicos que el individuo se encuentre experimentando.

Una informante reporta que con el uso continuo de rapé han disminuido sus síntomas respiratorios:

- *“El rapé me ha ayudado bastante porque yo sufría de flema en las mañanas y con eso se liberó bastante, me permitió respirar mejor.”*

- femenina quiteña de 19 años, practicante ocasional, estudiante universitaria

Sahumos

Al quemar plantas medicinales, se proclama que es posible limpiar, curar, proteger y alinear el cuerpo, la mente y el espíritu. Sus propiedades medicinales y su aroma realizan una acción terapéutica sobre el espacio ceremonial y sobre los practicantes a quienes calma, relaja y provee claridad, consciencia y atención plena (Contreras, 2022).

Tradicionalmente se utiliza copal para sahumar los espacios donde se celebran ceremonias con ayahuasca, pero puede emplearse una amplia variedad de inciensos o plantas.

Aromaterapia

Malcolm (2021) refiere que los aceites esenciales y fragancias dentro de una sesión psiquedélica pueden ayudar a direccionar armoniosamente la experiencia e intensificarla, teniendo en cuenta que el sentido del olfato está estrechamente relacionado con la memoria.

En ‘Ayahuasca en Ecuador’ se usan fragancias y agua florida de forma tópica, sobre todo en rituales de purificación.

Música

Tradicionalmente, los protocolos de terapia asistida con psiquedélicos buscan que el usuario viva una experiencia activa mística mientras tiene sus ojos cubiertos por un antifaz y audífonos con música especialmente diseñada para darle un contexto armonioso a su estado introspectivo. Sin embargo, en ceremonias grupales de ayahuasca se integran sonidos orgánicos como cantos realizados por los guías, ícaros, silbidos e instrumentos como la guitarra, la armónica y el tambor.

O’Callaghan (2020) informa que desde 1965 se utiliza a la música como un acompañante y complemento de las experiencias psiquedélicas ya que provee continuidad en estados que no poseen tiempo ni estructura, facilita la liberación emocional y experiencias cumbre que según Maslow (1964), son momentos subjetivos transformadores con alto impacto emocional que inciden fuertemente en el individuo, en su forma de comprenderse y reconocerse a sí

mismo. En un estado alterno de conciencia, esta cumbre se caracteriza por euforia, sensación de unidad, trascendencia, reverencia, asombro, significancia e inefabilidad; todo esto vivido en una persona auto – actualizante, es decir, alguien que ha satisfecho sus necesidades corporales y del ego para sentirse completamente desarrollado y con su potencial máximo alcanzado (Corsini, 1998).

La música correctamente seleccionada también permite aliviar las respuestas psicóticas y mejora el estado de ánimo, disminuye la ansiedad, incentiva la imaginación visual y tiene el potencial de conectar a los practicantes con introspecciones profundamente representativas y terapéuticas. Sonidos como el toque de un tambor, un cuenco tibetano o un gong, pueden usarse para significar un cambio dentro de la experiencia que está viviendo el practicante dentro de la ceremonia con yagé. No obstante, la música podría ser también un distractor para el practicante que desea concentración en silencio (O’Callaghan, 2020).

Haden (2019) enfatiza en que la música es particularmente importante al ser un medio de comunicación intercultural, sin ser propensa a posibles malas interpretaciones y desacuerdos que pueden ocurrir cuando se comunica con palabras en estados alternos de conciencia. La interpretación de la música es más universal, minimiza los desacuerdos y se promueve la sanación. Por su lado, Golden (2022) sostiene que cuando al practicante le gusta, resuena y se muestra abierto a la música que suena durante una sesión psiquedélica, se pueden predecir resultados terapéuticos.

Dentro de la organización ‘Ayahuasca en Ecuador’ se utiliza mayoritariamente la llamada “música medicina” que consiste en cantos con temas alusivos a la naturaleza, la existencia del ser, alabanzas a dioses o espíritus y ofrendas a la ayahuasca, entre otros. Son acompañados por guitarra y tambor; tienen el fin de satisfacer necesidades terapéuticas en el plano físico, mental, social y/o espiritual.

Algunos de los entrevistados mencionan a la música como capaz de elevar el espíritu hacia la divinidad, relajar corporal y mentalmente cuando se presentan ideas desafiantes, armonizar y facilitar la atención plena del momento presente:

- *“Siento que una parte fundamental de una ceremonia de ayahuasca es la música porque te ayuda a conectar con tu ser divino, a relajarte un poquito cuando estás en el proceso de que ya no puedes más.”*

- femenina quiteña de 32 años, practicante habitual, psicóloga industrial.

- *“La música tiene una función armonizadora como lo tiene por ejemplo la aromaterapia o la meditación que armoniza a niveles fisiológicos y energéticos. Tiene patrones armoniosos que reflejan funcionamientos armoniosos del cuerpo y de la mente; y los guías pueden expresarla a través de la armónica o a través de sus propios cantos también. La música es importante por*

lo que genera como oportunidad para recordar que nosotros estamos allí escuchando, allí sentados, allí sintiendo; es como los objetos de meditación: la respiración o la temperatura corporal te recuerda a ti pero el punto eres tú. En ese sentido, la música está haciendo sólo un acompañamiento del recuerdo de sí mismos.”

- masculino venezolano, residente quiteño de 33 años, practicante habitual,
músico/profesor/intérprete

De la misma forma, la música promueve mayor apreciación por la belleza y el arte. Además, se menciona que la música genera rapport que, según Stewart (1998), es un fenómeno en el que dos o más personas se sienten en sintonía emocional y psicológica al reconocerse similares. En este caso, la sintonía se ve representada entre el practicante y la evocación emocional producida por la música:

- *“Hay un rapport positivo con la música, en el que empatiza con las personas. De pronto la canción está alineada con el estado emocional o el nivel de energía con la ayahuasca. Otra forma de empatizar es la que más bien acompaña a la persona a hacer una transición desde ese estado hacia otro; no es una ciencia exacta pero sí sucede ese tipo de fenómeno. A veces las personas se benefician de escuchar una canción que describa su estado emocional como para poder profundizar en él y poder llorar; otras personas más bien experimentan resistencia con la música, ha pasado pocas veces pero me han dicho ‘cállate, ya no toques’, por la intensidad que genera la música emocionalmente, a veces también cuando es fuerte o rápida. Hay personas que han expresado un agradecimiento por la buena energía de algunas canciones cuando elevan la energía o tienen mensajes bonitos o son para Dios y les llega esa oración. Entonces la ayahuasca parece tener esa magia de ponernos en un estado de expresividad y receptividad que permite que el arte nos toque a niveles más profundo.”*

- masculino venezolano, residente quiteño de 33 años, practicante habitual,
músico/profesor/intérprete

Imagen 19

Música en Ceremonia de Ayahuasca



Autoría: Esteban Yar (2022)

Ornamentación

El arte y la estética son pilares importantes dentro de la salud física, social y espiritual; la exposición a artes visuales puede disminuir emociones negativas como la depresión, el duelo y la fatiga, a la vez que mejora las conexiones sociales y la valoración personal (Golden, 2022). Así, la ornamentación también es importante en la salutogénesis individual y comunitaria ya que incorpora arte, sonido, diseño biofílico y espacios verdes.

Las locaciones donde se celebran ceremonias de ‘Ayahuasca en Ecuador’ contienen piezas de arte prehispánico, pinturas alusivas a la naturaleza, elementos que presentan geometría sagrada, flores y otras plantas, telas con folklor andino, entre otros. Los practicantes entrevistados encontraron que estas ornamentaciones les permitieron sentir calma y armonía durante su proceso psíquico:

- *“Lo único que me puedo mantener en pie fueron las plantas que estaban alrededor de la casa.”*

- femenina quiteña de 33 años, practicante ocasional, terapeuta holística.

- *“La geometría que haya en la decoración del lugar también nos armoniza psicológicamente porque muestra patrones de la naturaleza.”*

- masculino venezolano, residente quiteño de 33 años, practicante habitual, músico/profesor/intérprete.

Imagen 20

Arte Prehispánico en Ceremonia de Ayahuasca



Autoría: Esteban Yar (2022)

Imagen 21

Algunas Herramientas de Sanación



Autoría: Rodríguez (2022)

Normas de Comportamiento

Ceremonialmente, existen comunidades donde se respetan normas estrictas de comportamiento como movilizarse por caminos premarcados, no hablar en lo absoluto o separarse por grupos según el sexo. 'Ayahuasca en Ecuador' permite gran libertad en sus practicantes, pero se les insta para que permanezcan en silencio durante toda su experiencia psiquedélica, que se mantengan dentro de los límites físicos del lugar ceremonial y que se encuentren activos sin dormir durante la velada.

Una informante realiza una crítica a estos reglamentos ceremoniales, y menciona que para un fin salutogénico, no es necesario mantener conductas estrictamente monitoreadas y que se podría conseguir más beneficio terapéutico si el practicante puede descansar cuando lo necesite o expresar verbalmente su experiencia si así lo desea:

- *"He ido a otros espacios donde son extremadamente ortodoxos en el tema ritual y todo este discurso litúrgico que 'no por la derecha, por la izquierda, date la vuelta, aquí está el taita y el chamán, es un espacio sagrado, no te saltes por aquí, no animales, no niños, no mezclar*

mujeres y hombres, etcétera.’ También si quieres tú verbalizar tu experiencia durante la ayahuasca, dicen que no lo hagas. Yo siento que hay gente que tiene que hablarlo. Y sí, todos estamos en nuestro proceso pero sería importante hacer las ceremonias en un espacio más amplio y que haya una persona para que escuche lo que quiera decir el otro porque también no todas ni todos queremos estar en silencio, necesitamos manifestarlo de otra forma. O durmiendo; hay gente que te dice que no te duermas y yo entiendo a dónde va eso, pero oye, si tú necesitas dormir y necesitas descansar, tal vez tengas una actividad de sobreesfuerzo y esto te invita a la quietud, a estar presente. Y si tu manera de estar presente es con los ojos cerrados y en una etapa REM, a mí no me parece negativo en la medida de que nadie se exponga y que te expliquen los protocolos de comportamiento, que no te pongas en peligro porque tal vez el grupo tampoco está preparado para esta contingencia.”

- femenina quiteña de 33 años, practicante ocasional, terapeuta holística.

4.4.3.3 Matriz.

La ‘matriz’ es aquel entorno general del que proviene el individuo (su familia y su situación de convivencia), el entorno en el que vive mientras realiza las sesiones con ayahuasca, y el entorno al que regresa después de una ceremonia exitosa; es el espacio de la vida cotidiana (Eisner, 1997).

Dass (1971) cuenta la importancia de la matriz, a través de su experiencia como psicólogo y psiconauta:

Y bien, entonces nos dimos cuenta de que lo que teníamos que hacer era crear determinados tipos de entornos que, después de que una persona se hubiera encontrado en otro estado de consciencia, aportaran un tipo específico de apoyo ambiental que permitiera a esa persona verse a sí misma de un modo diferente. Al fin y al cabo, si te ves a ti mismo como Dios y después vuelves de ese estado y alguien te dice: ‘¡Oye, Sam, saca la basura!’, eso te vuelve a atrapar en el modelo de ‘yo soy Sam, el que saca la basura’. No se pueden mantener estos tipos nuevos de estructuras. Cuesta cierto tiempo darse cuenta de que Dios puede sacar la basura (Dass, 1971).

Una matriz adecuada para el practicante sería un buen grupo familiar o un buen matrimonio, un lugar donde se respeten los mejores intereses de todos los individuos en un contexto de convivencia y que pueda expandirse para contener el crecimiento adicional del individuo quien cambia y madura tras su experiencia con ayahuasca.

Eisner (1997) menciona que la comunidad terapéutica donde y con quienes se lleven a cabo las sesiones psiquedélicas debe estar dedicada al cambio para que el individuo que busca sanar, acepte las transformaciones con entusiasmo. El grupo, o comunidad terapéutica, sería ideal si es multigeneracional ya que sirve como una familia extendida para sus miembros. De la misma forma, el entorno al que regresa el practicante tras haber

consumido yagé debe contener una estructura armoniosa ya que el cambio se integra más fácilmente en un entorno ordenado que en uno caótico. El cambio rápido es muy difícil de sostener si el entorno de vida es el mismo que causó las dificultades en primer lugar.

4.4.4 Integración Posterior.

La integración es un proceso en el que una persona (un practicante del uso y consumo de ayahuasca) revisa y se involucra activamente en dar sentido, trabajar, traducir y procesar el contenido de su experiencia psiquedélica. A través de su esfuerzo intencional y prácticas de apoyo, este proceso le permite al individuo capturar e incorporar gradualmente las lecciones y conocimientos emergentes en su vida, moviéndose así hacia un mayor equilibrio y plenitud, tanto internamente (mente, cuerpo y espíritu) como externamente (estilo de vida, relaciones sociales y el mundo natural) (Bathje, 2022).

Desde el enfoque de terapia psiquedélica, el paso fundamental para aprovechar el máximo beneficio salutogénico es la integración; de forma imperativa para practicantes que hayan experimentado psiquedelia intensa que les deja con ansiedad, confusión y desorientación transitoria posterior. Estos síntomas no generan preocupación si son hábilmente manejados con herramientas de integración. Es posible ver esto en uno de los informantes quien, aunque sentía incertidumbre al terminar la ceremonia, tenía seguridad de que con la integración y el tiempo, su proceso vivido se iría clarificando:

- *“Si una persona tiene una experiencia más fuerte, cambia más ¿no? La verdad es que yo creo que eso deja pensando y es difícil saber al otro día, qué sí o qué no, pero después de un rato lo sabes.”*

- masculino ibarreño de 28 años, practicante ocasional, fotógrafo/profesor.

Haden (2019) enfatiza que el proceso de integración comienza al día siguiente de la experiencia y puede continuar en tantas sesiones como sean necesarias para el practicante, sin perder de vista su inteligencia de sanación interna durante todo el proceso. La integración tiene algunos objetivos:

- 1) Reducir los sentimientos negativos después de la experiencia psicodélica.
- 2) Trabajar sobre los conocimientos adquiridos durante la experiencia.
- 3) Mantener una conexión positiva con el guía.
- 4) Construir y mejorar conexiones con personas que apoyan los cambios emocionales y conductuales saludables.

Existen algunos modelos de integración, ya sean basados en prácticas indígenas / ancestrales o en conceptos modernos (psicología de Jung, transpersonal, somática; modelos

biopsicosocialespirituales; reducción de daños y riesgos, entre otros). Coder (2017) postula la 'Integración de Medicina Vegetal Visionaria', aplicable para practicantes de uso y consumo de ayahuasca, y esta consiste en darle sentido a la experiencia vivida, autorreflexión, escucha interna, expresión creativa, creación y mantenimiento de prácticas psicoespirituales, generación de espaciosidad y tiempo, conexión con la naturaleza, cuidado físico y cultivación de virtudes. En esta sección, se explorarán algunas herramientas de integración que son llevadas a cabo por la organización y otras que podrían implementar los practicantes para que maximicen sus beneficios terapéuticos, sin seguir un modelo específico pero basándolas en continuos que toman en cuenta todas las esferas de vida de un individuo y engloban rutas de integración:

Gráfico 48

Rutas de Integración Psiquedélica



Fuente: Bathje (2022)

Traducido por: Rodríguez (2023)

Bathje (2022) explica que el hexágono refleja seis dominios de existencia interconectados, estando los más personales hacia el centro. Los anillos exteriores reflejan continuos en los que pueden ubicarse las actividades de integración que deben tomar en cuenta todas las esferas de la vida y equilibrarse.

4.4.4.1 Herramientas de Integración.

La ceremonia de ayahuasca termina con la llegada del amanecer. Los guías de 'Ayahuasca en Ecuador' instan a los practicantes a que se mantengan en su lugar hasta que se sientan listos para ir al exterior; recomiendan comer ligero y repasar los conocimientos adquiridos durante la experiencia psiquedélica para después recostarse a dormir. No es aconsejable conducir inmediatamente después.

Las herramientas de integración pueden ser proximales (técnicas que el practicante puede realizar por su cuenta, sin ayuda de un terapeuta capacitado) o distales (técnicas ofrecidas por un terapeuta integrador).

Proximal

Física

El practicante debe darle atención a las necesidades fisiológicas y físicas con el descanso posterior al fin de la ceremonia de ayahuasca, una ducha, adecuada hidratación e ingesta de comida ligera.

En 'Ayahuasca en Ecuador' se ofrecen pambamesas consistentes, de forma general, en pan o galletas integrales, frutas varias y agua de horchata. Igualmente, se motiva a que la dieta en días posteriores se mantenga saludable, evitando grasas, condimentos fuertes y alimentos procesados, así como cárnicos en caso de que el practicante lo decida:

- *“Entonces al menos por esta semana no hay que consumir ají, no hay que comer carnes rojas, si es que quieres tampoco carnes blancas y bastante agua como siempre.”*

- masculino ibarreño de 28 años, practicante ocasional, fotógrafo/profesor.

El cambio hacia una dieta vegetariana o baja en azúcar se ha reportado como un estilo de vida que se adopta antes de ingerir ayahuasca y que permanece a largo plazo:

- *“He visto muchas experiencias similares: un amigo me decía desde que tomó ayahuasca ya no puede consumir azúcar, ya no le gustan los dulces, o cárnicos o lácteos porque evidentemente es así, o sea, no hay un sentido de ser. Y es claro, si te piden que para hacer ceremonia te desintoxiques de la crueldad; son animales que sufren, son seres que están ahí*

siendo víctimas de verdad y ese mismo victimismo uno se traga por un lado y ni qué se diga de los alimentos procesados porque unos Doritos no nacen de los árboles.”

- femenina quiteña de 33 años, practicante ocasional, terapeuta holística.

Sobre dietas, Bathje (2022) recomienda también mantener una dieta saludable pero agrega ayuno intermitente, naturopatía e irrigaciones colónicas.

Imagen 22

Pambamesa



Autoría: Rodríguez (2022)

De forma similar, el ejercicio físico debe mantenerse suave durante los días posteriores a la ingesta de ayahuasca, pudiendo consistir en entrenamiento cardiovascular de baja a moderada potencia y yoga/pilates/estiramientos, con el fin de promover una conexión segura con el cuerpo. Los ejercicios o movimientos somáticos recomendados por Bathje (2022) para integrar son: danza, Qigong, Tai Chi, relajación muscular progresiva, artes marciales, masajes, acupuntura, aromaterapia, saunas, privación sensorial, reír, caminatas en la naturaleza, mantener relaciones sexuales y realizar movimientos activos como ir en bicicleta o andinismo.

Mental

El practicante debe realizar un procesamiento cognitivo y emocional de su vivencia al haber acudido a una ceremonia con ayahuasca, y crear sentido de su experiencia psiquedélica a través de ciertas técnicas enunciadas por Aixelá (2022) y Bathje (2022):

- *Tiempo de Inactividad* → autorreflexión, introspección, descanso, lectura, espacio para liberación emocional, nuevos hobbies.
- *Arte* → dibujo o pintura de mandalas, collages, creación de esculturas, baile, música, canto.
- *Comunicación* → relato de la experiencia (escrito o verbalizado) – con journaling; trabajo con cuentos, historias y películas.
- *Proyección* → cartas del tarot.
- *Contemplación* → meditación, atención plena, biorretroalimentación, ejercicios de respiración.
- *Onironáutica* → exploración y entendimiento de estados oníricos – con journaling.
- *Naturaleza* → tiempo en naturaleza, caminatas y horticultura.
- Técnicas de expresión, procesamiento emocional e insight.

De forma esencial, la integración de la esfera mental es imperativa en practicantes que han tenido momentos desafiantes de introspección durante la toma de ayahuasca ya que la ansiedad que esto les provocó en la ceremonia puede prolongarse hasta días después. Tanto los practicantes experimentales como los ocasionales y habituales se encuentran en riesgo de que esto suceda, y como se ha visto en los testimonios rescatados en este estudio, los terapeutas que tienen entrenamiento ancestral/psiquedélico también podrían sufrir de desestructuración emocional posterior a la ingesta de ayahuasca. Esto es esperable, y parte normal del proceso de sanación. Un entrevistado anónimo anexo comenta que el aumento transitorio de la ansiedad podría explicarse con que el practicante encuentra, a través de la ayahuasca, un camino de honestidad consigo mismo que podría generar disonancia cognitiva ansiosa en un inicio:

- *“También el caso de los terapeutas y acompañantes que están ansiosos o que no tienen una espiritualidad elevadísima o que experimentan efectos muy leves nos ilustra bien el caso de que el camino de la ayahuasca no conduce necesariamente a una armonía absoluta, y que eso no está mal. Creo que es anormal estar totalmente equilibrado en el mundo en el que vivimos. Si arruinamos los ecosistemas, si sistemáticamente se sigue recreando un mundo ajeno a los valores que más amamos, y si somos sinceros al verlo y no hacemos de la vista gorda, creo que pese a todo el amor y luz del mundo que tengamos, no podremos vivir en una armonía absoluta. Si la ayahuasca amplifica la conciencia y tiende a conectarte con la naturaleza, y si antes tenías un aparente equilibrio basado en obviar un montón de cosas que pasen, creo que es inevitable el aumento de la ansiedad.”*

- informante anónimo.

Las técnicas mencionadas ayudan al practicante a volver a su cotidianidad, sin embargo, existen algunos casos en los que esto no ocurre. Haden (2019) informa que aquellos usuarios

podrían beneficiarse de fármacos temporales o incluso de un tratamiento continuado para salir del estado de confusión, paranoia, ideas de autorreferencia y delirio. Estos casos son raros, pero existen y son muy diferentes de los episodios de miedo o de confusión que pueden ocurrir bajo los efectos de la ayahuasca, los cuales resultan transitorios y frecuentemente forman parte de la experiencia.

Espiritual

Al término de la ceremonia, los guías de 'Ayahuasca en Ecuador' solicitan que los practicantes retiren sus vestimentas para poder recibir una limpia donde se emplean varias herramientas de sanación. Aparicio (2009) conceptualiza a las limpias como una práctica médica y un modo de devolver a la persona al estado de bienestar general u operatividad de la vida cotidiana; es un procedimiento etnomédico que reequilibra las esferas:

- a) *Emocional* → la dinámica emocional crea y estanca residuos que terminan generando malestares físicos. La limpia moviliza y elimina los residuos para que fluyan nuevas emociones.
- b) *Espiritual* → la limpia ayuda a reencontrar rumbo verdadero y bloquea o minimiza la entrada de elementos espirituales dañinos como posesiones espirituales malignas.
- c) *Mental* → la energía vital individual se ve consumida y obstruida por situaciones como estrés, exceso de trabajo intelectual, preocupaciones, falta de descanso, desgaste, fatiga, entre otros. La limpia ayuda a la revitalización del sujeto.
- d) *Físico* → la funcionalidad equilibrada del organismo se ve consumida y degradada por deficiencias del sistema inmunitario o circulatorio, exceso de actividad laboral, deficiencia alimentaria, cansancio muscular, excesos y abusos de hábitos no saludables, entre otros. La limpia desbloquea, descarga tensión muscular y nerviosa y elimina residuos corporales a través de vías excretorias fisiológicas.
- e) *Energético* → en ocasiones, un individuo se encuentra con personas, lugares o situaciones de las que puede receptor "energías" desagradables. La limpia ayuda a eliminar estas, movilizando y neutralizando influencias negativas proyectadas por otros (a través de envidias, malos deseos, malos pensamientos, entre otros).

Así, las limpias producirían el descanso mental, la neutralización de la ansiedad, el reequilibrio emocional, la armonización energética y el bienestar físico general. Se dice que son una práctica saludable y, habitualmente, emplean elementos como ramos de plantas que son desplazadas alrededor del cuerpo ya que se cree que tienen propiedades para movilizar, absorber y neutralizar energía contenida; humo de incienso (sahumo con copal) que, al ser

más denso que la energía sucia que contiene el individuo, puede extirparla; huevos, que se pasan por partes del cuerpo afectadas absorbiendo la negatividad; vapor, aromas, colores, velas, lociones, entre otros. Se acompañan de cantos, rezos, oraciones o frases recitadas por sanadores, curanderos, terapeutas, chamanes o limpiadores (Aparicio, 2009).

En 'Ayahuasca en Ecuador', se pasan ramos de plantas medicinales sobre los cuerpos de los practicantes y a su alrededor:

Imagen 23

Paso de Plantas Medicinales en Limpia



Autoría: Esteban Yar (2022) y Rodríguez (2022)

Se les sopla humo de tabaco, que tiene facultad extirpatoria en rituales de purificación dentro de la ceremonia de ayahuasca, y aleja a las fuerzas malignas del individuo:

Imagen 24

Soplo de Humo de Tabaco en Limpia



Autoría: Esteban Yar (2022)

Se les rocía de licor, que el guía escupe con fuerza desde su boca para “espantar” y eliminar a espíritus negativos viviendo en el individuo:

Imagen 25

Licor en Limpia



Autoría: Esteban Yar (2022)

Y se les entrega loción para que la apliquen directamente sobre su piel; en ocasiones, se les da suaves azotes con ortiga ya que permite mejor circulación sanguínea. Al mismo tiempo, se toca la armónica y la guitarra o se cantan/silban ícaros:

Imagen 26

Aplicación de Loción y Música en Limpia



Autoría: Rodríguez (2022)

Los practicantes informaron sentir los beneficios de la limpia que se les realizó, ya que les permitió “limpiar malas vibras”, aliviarse, limpiar residuos energéticos y apreciar belleza y amor:

- *“Esta limpia hermosa ha sido bella. Estoy agradecido, y con mucho amor.”*
- masculino ibarreño de 28 años, practicante ocasional, fotógrafo/profesor.
- *“En la mañana nos hicieron la limpia y siento que me limpió todas las malas vibras que traía.”*
- masculino de Sto. Domingo de los Tsáchilas, residente quiteño de 27 años, practicante experimental, empleado privado.
- *“Nos hicieron la limpia y me sentí full liberada y aliviada.”*
- femenina quiteña de 18 años, practicante experimental, estudiante de bachillerato.
- *“Cuando el shamán nos hizo la limpia, fue una experiencia muy linda también porque inclusive sentí como que convulsionaba mientras escuchaba la música, sentía que me sacudía y que con esos espasmos sacaba todo el líquido restante que tenía dentro de mi cuerpo y terminó de salir por completo.”*
- femenina quiteña de 51 años, practicante experimental, ama de casa.

Además de la limpia espiritual, otras técnicas integrativas provechosas, según Aixelá (2022) y Bathje (2022) son:

- *Prácticas espirituales* → mantras, práctica de gratitud / apertura / presencia / consciencia, establecimiento de intenciones, rezos / oraciones, tarot, astrología, escucha interna, explorar relación con la muerte, reflejarse en los elementos de la naturaleza.
- *Rituales* → organización, limpieza y confort.
- Creación y mantenimiento de altares o santuarios.
- Contacto con la naturaleza.

Social

‘Ayahuasca en Ecuador’ motiva a que, después de haber sido “limpiados”, los practicantes comenten sobre momentos destacados de su experiencia en la ceremonia y verbalicen las enseñanzas que pudieron obtener gracias a la ingesta de ayahuasca; a esto se le denomina ‘círculo de palabra’:

- *“Fue una experiencia muy bonita y también el cierre, el compartir, la verbalización. Yo siento que no por nada estuvieron justo estas personalidades en ese momento. Coincide mucho con el estado astronómico y astrológico por el que estamos pasando y obviamente la coyuntura mundial, la guerra, el debacle ecológico, etcétera. Entonces eso pude también integrarlo; pensé que iba a ser como un poco más salvaje.”*

- femenina quiteña de 33 años, practicante ocasional, terapeuta holística.

- *“Al siguiente día cuando hicieron el círculo de palabra para compartir las experiencias, yo estaba totalmente decepcionada.”*

- femenina quiteña de 32 años, practicante habitual, psicóloga industrial.

Aixalá (2022) y Bathje (2022) agregan que pueden emplearse otras técnicas específicas de compartir, como participación comunitaria, voluntariado, activismo, servicio, donación y compasión; recordando implementar límites, generando conexiones, mejorando la comunicación, pidiendo ayuda si es necesario, practicando contacto físico no sexual y pasando tiempo con los seres amados.

Distal

Idealmente, un practicante de ayahuasca debería acudir con un terapeuta que le facilite integrar su experiencia enteogénica preguntando por su estado de salud y anímico actual, permitiéndole detectar aspectos positivos y desafiantes de la sesión activa; discutiendo su intención, objetivos y expectativas que fueron planteadas en la fase de preparación; preguntando sobre el ambiente de su hogar y contactos sociales significativos; y haciendo un examen detallado de las lecciones aprendidas.

Una informante resalta la capacidad autoreflexiva que despierta al tomar ayahuasca, y que puede ser aprovechada al momento de integrar:

- *“Tú mismo consigues tus respuestas y no las recibes de un tercero.”*

- femenina quiteña de 18 años, practicante experimental, estudiante de bachillerato.

Haden (2019) aconseja que los practicantes entiendan que su proceso de autoconocimiento y mejora inicia cuando termina la ceremonia con ayahuasca:

Las ‘lecciones aprendidas’ se desaprenden rápidamente si no trabajamos duro para cambiar nuestros pensamientos / comportamientos / sentimientos / relaciones. Durante la experiencia psicodélica, uno se da cuenta de los bucles de cinta inconscientes (a menudo poco saludables) que pueden impulsar patrones de comportamiento y emociones

aparentemente automáticos. El desafío de la integración es formar bucles de cinta inconscientes nuevos y sanos y luego elegir conscientemente actuar a partir de estos nuevos bucles de cinta. Los antiguos bucles de cinta no desaparecerán rápida y completamente, pero es necesario permitir que se vuelvan inactivos lentamente a medida que se fortalecen los nuevos bucles de cinta. Los bucles de cinta inconscientes son como bíceps: cuanto más los ejercitas, más fuertes se vuelven. La integración se trata de construir y eliminar repetidamente procesos internos saludables. Cambiar los comportamientos que son impulsados por bucles de cinta inconscientes a menudo es incómodo al principio y se necesita apoyo y comprensión para persistir en caminar por este camino de curación (Haden, 2019).

ICEERS (2023) informa que generalmente, los practicantes vuelven a su matriz tras ingerir ayahuasca, con nuevas perspectivas de vida, ganas de generar conductas nuevas, impulsos nuevos en dinámicas interpersonales, entre otros; por lo que recomienda que se aproveche lo aprendido para ponerlo en práctica lo antes posible ya que “esta energía nueva no se queda para siempre, sobre todo la semana después de la toma está más fuerte”. Así, los aprendizajes obtenidos durante la ceremonia presentan menos riesgo de ser olvidados.

Si el practicante reporta mayor ansiedad, angustia o desorientación después de su integración proximal, puede beneficiarse del enfoque en mantener una buena dieta, hacer ejercicio suave, dormir adecuadamente, hablar sobre problemas subyacentes con un consejero o amigo cercano, evitar ingesta de sustancias como alcohol / cafeína / drogas y aceptar apoyo social.

Sobre modelos específicos, Cohen (2017) se enfoca en integrar ceremonias yageceras, y recomienda un marco psicoespiritual jungiano en que el practicante abraza su propia transformación a través de la obtención de armonía entre su consciente e inconsciente, entendiendo dimensiones de procesamiento emocional, psicológico, somático y espiritual. Bathje (2022) por su lado, recomienda biblioterapia, terapia de constelaciones familiares y/o terapia grupal, sistémica, emocional y transpersonal.

Finalmente, para Haden (2019) el proceso de integración puede ser corto o llevar muchos años ya que su objetivo final es facilitar la creación y mantenimiento de los cambios psicológicos, sociales, emocionales, ambientales o físicos necesarios para mejorar la calidad de vida del practicante. La mayor enseñanza que transmite este autor es que “los psiquedélicos por sí solos no son una cura, pero estas experiencias cuidadosamente estructuradas pueden dar como resultado conocimientos profundos que luego deben actuar para realizar cambios a largo plazo”.

4.4.5 Círculo Trascendental.

Después de que un practicante ha integrado su experiencia psiquedélica basada en uso y consumo de ayahuasca, vuelve a un estado de reposo del que eventualmente, sentirá emerger alguna necesidad terapéutica, espiritual o de desarrollo personal y autorrealización. El último paso del círculo trascendental de la ayahuasca es el cambio de visión del mundo y la creación de una nueva orientación para la vida a partir de los cuales podrían emerger nuevos objetivos que podrían llevar al cierre o la reapertura del círculo. A continuación, se explorará las distintas vías de seguimiento que un practicante puede darle a su experiencia con ayahuasca, sea en compañía de un terapeuta o no.

4.4.5.1 Reapertura.

Si bien 'Ayahuasca en Ecuador' no realiza un seguimiento estricto de sus practicantes, estos tienen la capacidad de volver a una ceremonia cuando sientan necesario y siempre se les recomienda que acudan con un terapeuta si así lo desean. Una informante destaca esta acción, entendiendo que es fundamental para un proceso salutogénico completo:

- *“Lo que más me llamó la atención y me parece increíble es que en la ceremonia de ayahuasca siempre se les exhortó a las personas que deben tener proceso terapéutico posterior para que integren y comprendan cómo se les está manifestando esta sanación, que no es nada de magia, no es un milagro, no es por destino, no es por karma ni nada; es ciencia, es totalmente científico, es ciencia que se encuentra en cada ser y nos devuelve en realidad la propia información genética con la que ya veníamos, no se integra nada nuevo, solo se regresa.”*

- femenina quiteña de 33 años, practicante ocasional, terapeuta holística.

A partir de nuevos objetivos generados, el círculo trascendental puede reaperturarse y un individuo puede darle solución a su búsqueda de salud a través de la ingesta reiterada de ayahuasca, de otros enteógenos, en un entorno similar al ceremonial ofrecido por la organización o en uno distinto.

Consumo Único de Ayahuasca

Esta reapertura basada en ingesta única de ayahuasca fue enmarcada por los informantes como un “regalo” que les provee con la sabiduría de la Pachamama que no podrían encontrar si no fuera porque el brebaje les permite ingresar a estados alternos de consciencia en los que pueden experimentar una perspectiva distinta de su vida:

- *“Siempre es un regalo cada vez que voy a una ceremonia porque puedo sanar y puedo aprender muchas cosas.”*

- femenina quiteña de 32 años, practicante habitual, psicóloga industrial.

- *“Pachamama, muchas gracias por darme tu sabiduría.”*

- masculino de Sto. Domingo de los Tsáchilas, residente quiteño de 27 años, practicante experimental, empleado privado

- *“Siento que eso no se puede lograr en un estado ordinario de consciencia. Con la ayahuasca se entra en el plano más sutil de nuestro ser, sobre todo en esta experiencia que confronta con la muerte, para llegar a tener todas estas comprensiones.”*

- femenina de La Maná, residente quiteña de 34 años, practicante habitual, terapeuta emocional.

Es aconsejable que si el círculo vuelve a abrirse, se sigan las recomendaciones mencionadas para la evaluación, preparación, psiquedelia activa e integración. ICEERS (2023) recomienda que siempre se tome en cuenta el lugar al que se va a acudir para ingerir ayahuasca, buscando una comunidad donde no solo estén lucrando con la búsqueda de la salud sino que exista compromiso real de cuidado al practicante.

De la misma forma, debe entenderse que aunque se consuma ayahuasca regularmente, no es una panacea y los problemas o dificultades cotidianas seguirán surgiendo:

- *“Esto es muy específico de trabajar con la ayahuasca, quizás no todos lo viven. Surgió esto de que por estar trabajando con ayahuasca, no dejaba de la realidad humana, que yo tuviera desacuerdos o que el otro estuviera en desacuerdo conmigo. Incluso pasó pocas veces pero en medio de alguna ceremonia vivir la intensidad de eso, de mis propias posiciones emocionales.”*

- masculino venezolano, residente quiteño de 33 años, practicante habitual, músico/profesor/intérprete.

Ayahuasca y/u otros Enteógenos

Los practicantes del uso y consumo de ayahuasca tienden a mostrar apertura por experimentar con otro tipo de enteógenos como mezcalina (cactus San Pedro) y psilocibina (hongos Psilocybe). Mediante estos, los practicantes podrían ir tras un proceso salutogénico que genere experiencias de psiquedelia activa distinta pero con similar eficacia terapéutica.

Algunos informantes comentaron sobre los diferentes efectos de cada enteógeno, teniendo la semejanza de haber enseñado al practicante, mientras le generan sentimientos de amor y gratitud:

- *“Cada una creo que tiene su particularidad en cuanto a síntomas físicos y también en cuanto a lo que te entregan. Por ejemplo, a la ayahuasca en comparación con el San Pedro, la he sentido como mucho más dura, más fuerte tanto a nivel físico como a nivel emocional. Si estás viviendo procesos de sanación; la ayahuasca te da bien duro y desde ahí te levanta con más*

fuerza. El san Pedro y los honguitos han sido más amorosos, me han hecho despertar ese amor propio por la vida, la gratitud, el honrar la vida, lo que tienes cada día, celebrar el hoy, el aquí, el ahora. Me han llenado de ese amor universal, estoy feliz y completa en este hoy con lo que tengo. La ayahuasca también sí te hace vivir esos procesos pero sí he sentido en mi experiencia personal que es más fuerte; a veces te da contra el suelo, te revuelca y desde ahí te levanta y aprendes los procesos. A nivel físico también es vomitiva por ejemplo, entonces eso es algo más fuerte a diferencia de los otros que no son vomitivos y te dan más amorcito, como que te abrazan más, son más sutiles. Pero súper bien con todos, yo honro muchísimo la medicina sagrada. Mi experiencia con las plantas maestras han sido de que 'no tienes que pedir mucho, no tienes que pedir poco sino recibir lo que te dé'. Quiero dar gratitud a las plantas sagradas por haber llegado a mi existencia, por haberme mostrado el camino, el amor, la presencia del hoy y por haberme enseñado tantas cosas."

- femenina quiteña de 32 años, practicante habitual, psicóloga industrial.

Un informante recalcó que aunque una persona no desee ingerir ayahuasca en una nueva ocasión, debe mantenerse abierta a experimentar con otros enteógenos hasta que encuentre aquel que es compatible con su búsqueda de salud:

- *"Yo creo que las medicinas de plantas sagradas son la respuesta para sanar a la humanidad. Si tú no conectas con el yagé, hay tantas medicinas con las que puedes conectar. Tenemos este conocimiento muy limitado que son San Pedro, ayahuasca, honguitos pero existen otras plantas de poder como el yopo que no lo conocen mucho pero también es una planta de poder muy buena, la iboga que es del África, el tepezcohuite de México... entonces hay muchas medicinas y cada uno tiene la capacidad de poder conectar con alguna y poder encontrar las respuestas como yo las encontré con el yagé. Es sólo que uno tiene que permitirse y abrirse a encontrar esa respuesta."*

- masculino quiteño de 34 años, practicante habitual, terapeuta alternativo/empleador privado.

Además, una informante destacó que es fundamental proteger a todos los enteógenos si se desea continuar usándolos para la búsqueda de salud:

- *"Todo lo que es enteógenos y la ayahuasca en particular debe ser protegida. Si quieren tener sanación con ayahuasca, no debería haber actividad extractiva en las zonas, no debería haber una competencia y una imposición con los centros de salud hegemónicos."*

- femenina quiteña de 33 años, practicante ocasional, terapeuta holística.

Ayahuasca en un Entorno Distinto

Los practicantes con un círculo trascendental que comienza a abrirse, podrían beneficiarse de experimentar con nuevos entornos, nuevos guías, nuevas rutas de integración... que amplíen sus perspectivas y cumplan con la salutogénesis requerida.

Una informante menciona que para ella, es importante ingerir ayahuasca con un nuevo enfoque no dualista basado en la terapia holística y conocimiento académico, no solamente ancestral y sin reglas ceremoniales absolutistas:

- *“Es necesario que se deje la postura dual de ‘es que son mestizos o son indígenas’ porque sí hay un limbo cultural que es innegable. Somos la población mestiza y esa es una carencia porque no tenemos historia, sólo tenemos ansiedad y deseos, no hay un norte porque no hay un origen. Entonces nos abocamos a lo que más o menos nos haga sentido viendo afinidad o identificación pero en ese camino otra vez se cae en un tipo de discriminación. No voy a dudar que una persona con hábitos de ciudad civilizada y domesticada no va a entender lo que es estar debajo de la lluvia una semana, pero quisiera que se establezca puentes de comunicación. Yo creo que el conocimiento y el compartimiento de saberes abren esta posibilidad. Ves una cierta inocencia en algunas y algunos seres que llevan a cabo las ceremonias pero que después empiezan a haber otros aspectos como estos vicios ciudadanos, y como no hay una comprensión quizás académica de lo que está sucediendo, la gente se aliena. Por eso para mí es más emergente que las comunidades indígenas que se dedican al cuidado, a la medicina, a la terapia, reciban formación académica holística, no la típica que le dieran a un médico occidental. Es mejor esto a que sólo las personas mestizas vayan a aprender porque quizás para una persona mestiza puede ser tres a cuatro años en la Amazonía, le va a tocar aprender y se va a forzar mucho. Pero ya un taita o a una mama se le va a hacer más simple porque lo tiene integrado. Y sobre todo, las personas que practican esto de manera ortodoxa deben comprender que si uno va con la ropa de otro color, no va a influir en su proceso terapéutico. Esto no es una competencia y se puede integrar totalmente. Las plantas no son alternativas a la medicina, la medicina se basa en la inteligencia y la sabiduría de la naturaleza. Eso no se puede debatir, porque llegamos después. Hay muchos terapeutas que dicen que la ayahuasca es una tecnología, la obsidiana es otra tecnología, el cannabis otra tecnología y se lo denomina tecnología porque son métodos, pero yo siento que a la final todo el deseo o la capacidad mental humana nunca va a poder sintetizar en una fórmula ni en un compendio todo lo que la naturaleza nos sigue comunicando.”*

- femenina quiteña de 33 años, practicante ocasional, terapeuta holística.

Medicina Alternativa integrada a la Medicina Convencional

Los practicantes podrían beneficiarse de los recursos combinados de la biomedicina convencional / alopática y la psicología con los de la medicina alternativa / tradicional / complementaria. Esto ofrece una visión holística del ser, que podría traer mayores beneficios a largo plazo; es defendida por algunos informantes como el equilibrio más armonioso en búsqueda de salud:

- *“Hay un punto medio donde integras plantas, terapias y comportamiento.”*

- femenina quiteña de 33 años, practicante ocasional, terapeuta holística.

- *“De todas formas tampoco deifico a las plantas de poder, más bien estoy viviendo un momento en el que tengo que mirar mucho para adentro porque para no deificar ni a los terapeutas ni a las plantas de poder, sino ver que hay una parte de las plantas de poder que es muy sanadora y otra que es también muy diagnóstica porque te muestra lo que has estado cargando. A veces*

te lo puede dejar ahí como para que lo sigas sintiendo en la vida cotidiana y vivirlo tú sin necesariamente decirte ‘así se sale de ahí’. Sin embargo, sí conozco casos de personas a las que han ayudado mucho con terapia y también otras que han trascendido cosas fuertes con la ayahuasca. Puede ser muy relativo.”

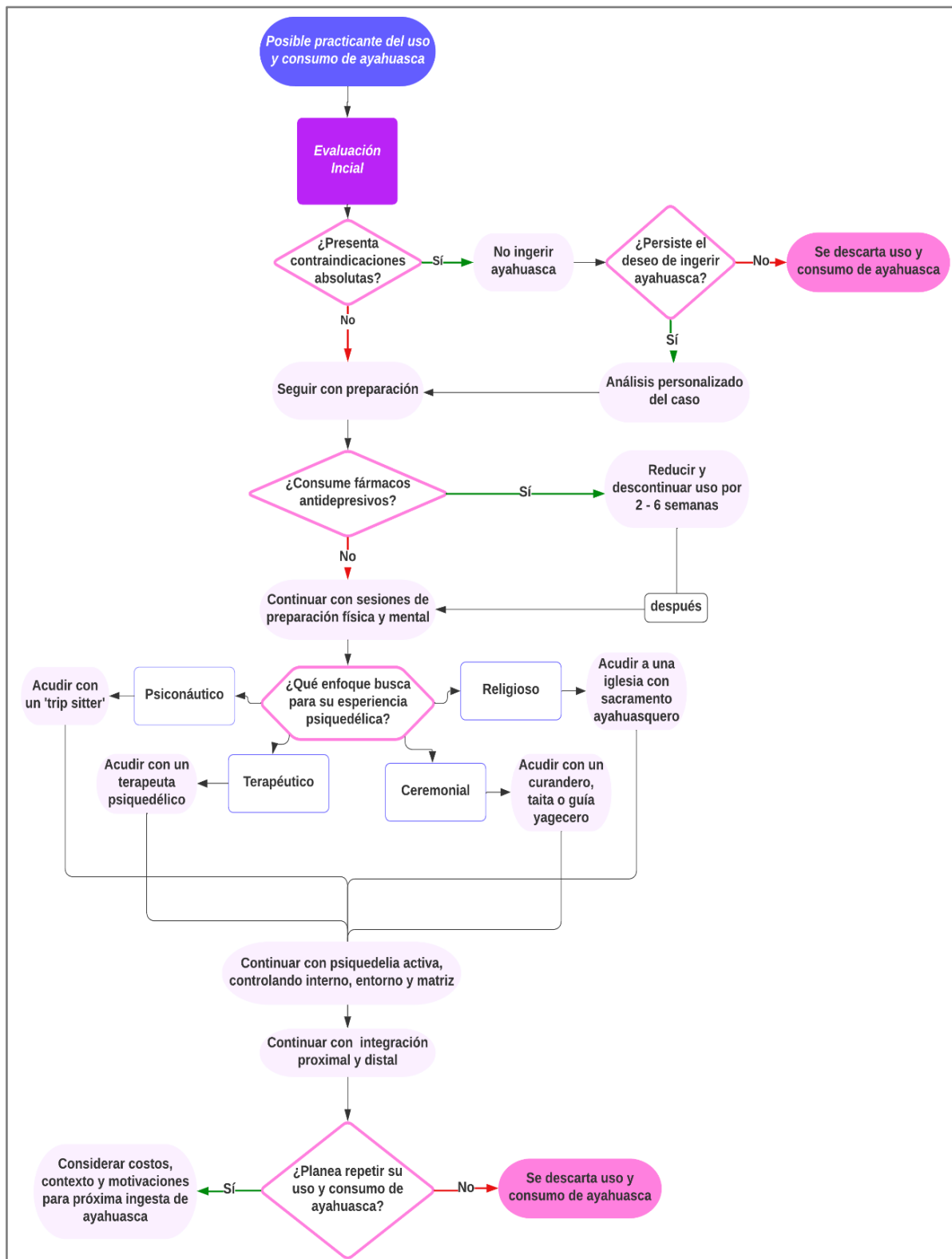
- masculino venezolano, residente quiteño de 33 años, practicante habitual,
músico/profesor/intérprete

4.4.5.2 Cierre.

En el presente trabajo investigativo, la mayoría de los practicantes mostraban un deseo de darle resolución a sus círculos trascendentales venideros a través de la ingesta de ayahuasca (o en su defecto, con psiquedélicos y enteógenos varios). Sin embargo, otros practicantes podrían beneficiarse de entender a los psiquedélicos como Huxley (1954) lo hizo en una de las primeras obras literarias que mencionaba a estas sustancias: Las Puertas de la Percepción. Los psiquedélicos como la ayahuasca permiten que la realidad sea vista sin los filtros que usualmente utiliza el cerebro para entenderla; al obtener estas comprensiones en un estado alterno de consciencia, el practicante puede elegir quedarse con sus nuevas perspectivas y no continuar ahondando en su propia psique y su propia visión de la realidad. Así, el círculo trascendental de la ayahuasca se cerraría, y posiblemente podría redirigirse hacia otros círculos de experiencia basados en, por ejemplo, búsqueda espiritual a través del budismo o búsqueda de salud mental a través de procesos psicoterapéuticos. Los psiquedélicos pasarían a ser entonces, puertas que se abren para que el individuo tome un camino distinto porque ya es un ser distinto al que era antes de consumirlos.

Gráfico 49

Diagrama de Flujo de Decisión para Uso y Consumo de Ayahuasca



Elaborado por: Rodríguez (2023)

CAPÍTULO 4. CONCLUSIONES Y RECOMENDACIONES.

“Lo que se necesita es un nuevo fármaco que alivie y consuele a nuestra sufrida especie sin hacer más daño a largo plazo que el bien a corto plazo. Esta droga debe ser potente en dosis mínimas y sintetizable. Si no posee estas cualidades, su producción, al igual que la del vino, la cerveza, los licores y el tabaco, interferirá con la obtención de alimentos y fibras indispensables. Debe ser menos tóxica que el opio o la cocaína, menos susceptible de producir consecuencias sociales indeseables que el alcohol o los barbitúricos, menos inimitable para el corazón y los pulmones que los alquitranes y la nicotina de los cigarrillos. Y, en el lado positivo, debería producir cambios en la conciencia más interesantes, más intrínsecamente valiosos que la mera sedación o ensoñación, los delirios de omnipotencia o la liberación de la inhibición.”

*(Aldous Huxley,
en ‘Las Puertas de la Percepción’, 1954)*

5.1 Conclusiones

Los practicantes del uso y consumo de ayahuasca que acuden a ceremonias celebradas por la organización “Ayahuasca en Ecuador” en la sierra ecuatoriana son, en su mayoría, hombres mestizos de entre 26 y 35 años, nacidos y residentes en Ecuador, de clase socioeconómica media, que ingieren ayahuasca de forma experimental y que no presentan antecedentes patológicos personales ni uso de fármacos. Conceptualizan a la salud como un estado óptimo y armónico de procesos relacionados con el cuerpo, la mente, el espíritu y las relaciones interpersonales, que se fomenta con hábitos de vida saludables y se expresa mediante el vigor para realizar actividades cotidianas y la conciencia sobre sí mismos. En su mayoría, los practicantes se autoperciben como sanos, por lo que se puede inferir que acuden a terapias alternativas con el fin de entender de dónde nace, cómo se forma y cómo mantener su salud o por experimentación. Su dialéctica se ve más apegada hacia frases como “deseo alcanzar la salud” y se aleja del deseo de curar estados patológicos específicos; esto podría estar relacionado a la comprensión de integralidad detrás de lo que podrían obtener al ingerir ayahuasca, a diferencia de lo que se obtiene al consumir fármacos convencionales que se dirigen mayormente a tratar síntomas y no buscan el origen de la enfermedad.

De forma general, los practicantes no acuden a médicos alopáticos o psicólogos por pérdida de confianza y credibilidad en sus métodos y resultados, pero sí practican o se encuentran más abiertos a probar formas de medicina tradicional, alternativa y complementaria; no basan su búsqueda de salud en un camino único. Los motivantes detrás

de su aproximación al uso y consumo de ayahuasca son la búsqueda psiconáutica con consecuente apertura o mantenimiento de procesos salutogénicos y deseo de desarrollo personal, además de un fenómeno colectivo entendido como *el llamado de la ayahuasca*, que consiste en una necesidad inherente, natural, intuitiva, poco racionalizada pero muy determinante de ingerir yagé en un espacio y un momento específicos con la creencia vehemente de que solo así se alcanzarán los objetivos personales propuestos antes de una ceremonia.

De manera similar, los sucesos vitales compartidos por los practicantes que podrían influir en su acercamiento a la búsqueda de salud con ayahuasca, son haber vivido episodios caracterizados por síntomas depresivos persistentes e intentos autolíticos a repetición, abandono de uno de sus progenitores, soledad, migración, violencia y victimización, así como conexión con la naturaleza y conocimiento sobre medicina ancestral desde la niñez.

Se demostró que la práctica de esta medicina ancestral tradicionalmente compartida y transmitida de forma oral continúa siendo abordada desde la verbalización y recomendación directa de sus usuarios, aun cuando actualmente existen otros medios de difusión como las redes sociales. Sin embargo, al no haber suficiente divulgación científica con bases académicas médicas, se fomenta la creación de mitos alrededor de los usos de la ayahuasca que generan preocupación en el público que se siente atraído a experimentar con esta terapia alternativa.

Por su lado, los terapeutas que laboran con ayahuasca como una herramienta de sanación la denominan “medicina” y le confían una gran importancia al uso ritualístico del brebaje promoviendo el respeto hacia su trasfondo cultural ancestral e indígena. Puntualizan que la ayahuasca enfocada terapéuticamente puede ser utilizada como un complemento diagnóstico y coadyuvante frente a patologías corporales, y como un único tratamiento frente a desórdenes emocionales y espirituales/energéticos, tomando en cuenta la respuesta orgánica subjetiva de cada practicante. Además, tienen presente que no todos los posibles practicantes se encuentran aptos para ingerir ayahuasca por múltiples razones (por ejemplo, uso farmacológico de antidepresivos, antecedentes psicóticos o uso concomitante de otros enteógenos y psiquedélicos). Los terapeutas y guías ceremoniales entrevistados en el presente estudio recomiendan que se encuentre un equilibrio entre el uso de medicina convencional y medicina alternativa, sin verlos como excluyentes uno del otro.

Ahora, habiendo repasado sobre los conocimientos, actitudes y prácticas de los usuarios y consumidores de ayahuasca, es esencial exponer la construcción de salud obtenida a través de la ingesta de yagé en un entorno ceremonial. La ayahuasca produce una experiencia psiquedélica armoniosa caracterizada principalmente por infinitud oceánica, reestructuración

visual, sensación de unidad y encuentros con la espiritualidad, con efectos de intensidad subjetiva moderada que, de forma aguda, se presentan como vómito, náusea, mareo y alteraciones sensorio-perceptivas; los practicantes encuentran sentimientos de amor, autocompasión, aceptación, felicidad, dicha, satisfacción, así como ansiedad, miedo, tristeza, dolor, desesperación y confusión. En ocasiones, llegan a una catarsis donde son capaces de apartar ideas, emociones o conductas no saludables y adoptar nuevas perspectivas sobre su vida a través de la exposición y procesamiento de traumas subyacentes o la mejora de estados patológicos como depresión, ansiedad e ideas suicidas. Pueden tener encuentros espirituales o religiosos que les abren a una mayor conciencia mística, más aprecio por la vida y la belleza estética y sentido de interconexión aumentado. Al término de su experiencia, algunas personas podrían vivenciar un aumento leve y transitorio de sus síntomas ansiosos, confusión y fatiga; otras podrían sentirse revitalizadas y en calma. Con el paso de las horas tras el fin de una ceremonia, adquieren una sensación remanente de confianza en sí mismos, empoderamiento, autoeficacia, menos preocupación y menos síntomas depresivos, ansiosos o de estrés que podrían durar hasta cuatro o más semanas. A largo plazo, se producen cambios en la identidad propia, se mejoran las relaciones interpersonales y en general, aumenta su calidad de vida y bienestar general.

Tabla 36

Efectos de la Ayahuasca a Corto, Mediano y Largo Plazo en el Individuo

ESFERA	PLAZO		
	CORTO (hasta 24 horas tras ingesta)	MEDIANO (hasta 4 semanas tras ingesta)	LARGO (a partir de 4 semanas tras ingesta)
<i>Corporal</i>	Vómito, mareo, alteraciones sensorio-perceptivas, relajación, cansancio, sudoración, hipotensión arterial, dolor, movimiento corporal, malestar inespecífico.	Pueden existir reacciones de fatiga y aumento del deseo de dormir en algunos practicantes y en otros, mayor vigor corporal y energía para realizar actividades cotidianas.	Reducción de síntomas somatizados de ansiedad, estrés y depresión; aumento de resistencia corporal; mejora de hábitos de vida saludables.

ESFERA	PLAZO		
	CORTO (hasta 24 horas tras ingesta)	MEDIANO (hasta 4 semanas tras ingesta)	LARGO (a partir de 4 semanas tras ingesta)
<i>Mental</i>	<p>Imaginería visual, significado cambiado de preceptos, memoración e imaginación facilitadas, despersonalización positiva y ansiosa, ánimo positivo, miedo a perder el autocontrol, reducción de la vigilia, deterioro del control y la cognición, introspección, movimiento emocional, paz y purificación, mayor apreciación de belleza.</p>	<p><i>Resplandor del Alba</i>: estado persistente de ánimo elevado y vitalidad, que se acompaña de liberación de preocupaciones pasadas, mayor flexibilidad cognitiva, atención plena y un comportamiento más coherente basado en el aumento de consciencia de sí mismo y del entorno con reactividad emocional reducida. Inicia con episodios de confusión, renovación e interconexión y se transforma hacia una sensación de paz o alivio y una mayor capacidad de autovaloración, autoentendimiento, amor, compromiso y percepción sensorial.</p> <p>Además, puede existir ansiedad transitoria y memoración de visiones obtenidas en la experiencia psiquedélica.</p>	<p>Reducción de síntomas emocionales de ansiedad, estrés y depresión; capacidad aumentada de automotivación, resiliencia, asertividad, flexibilidad cognitiva, apreciación de belleza y excelencia; concientización sobre la existencia propia, de otros y del entorno; atención plena; calma; claridad sobre proyecto de vida; optimización de habilidades; facilitación de procesos psicoterapéuticos adyuvantes.</p>
<i>Espiritual</i>	<p>Encuentro con una fuerza superior, creadora o integradora; contacto con la divinidad; visión de simbolismo religioso.</p>	<p>Sensación de la “esencia de la ayahuasca” en el cuerpo, reconocimiento de la unidad existente en el universo.</p>	<p>Aumento de conexión con la esfera espiritual, renovación de creencias relacionadas a la religión y la divinidad, mayor identificación con la naturaleza, facilitación de intuición como herramienta cognitiva, mejora de percepción extrasensorial.</p>

ESFERA	PLAZO		
	CORTO (hasta 24 horas tras ingesta)	MEDIANO (hasta 4 semanas tras ingesta)	LARGO (a partir de 4 semanas tras ingesta)
<i>Interrelacional</i>	-	Mayor aceptación a otros sin juicios basada en el amor filial, compasivo y abarcador; más confianza en sí mismo y otros; solidaridad y empatía aumentadas; más asertividad en la comunicación interpersonal; flexibilidad de creencias personales con consecuente solidificación de relaciones sociales sin apego ni dependencia emocional; cese de búsqueda de reconocimiento externo.	

Elaborado por: Rodríguez (2023)

Los asistentes a ceremonias de ayahuasca, en su mayoría, tienen una salud física muy buena. Antes de ingerir ayahuasca, la mayoría de los participantes del estudio (69.3%) afirmó que su estado de salud actual era mejor que el que presentaban hace un año, la función física de la mayoría (93.8%) no se encontraba limitada para la realización de actividades, un 64.1% de los participantes presentaba un adecuado desempeño físico y un 53.9% presentó un adecuado desempeño social. Esto podría deberse a que, conociendo que tras la ingesta del brebaje podrían experimentar un proceso purgativo corporal, eligen acudir a ceremonias de ayahuasca cuando se sienten físicamente aptos para encaminarse en aquel proceso. De cualquier manera, se evidenció que la práctica del uso y consumo de ayahuasca mejora la autopercepción de salud física (63% de practicantes la calificó como “excelente” tras ingerir yagé); un 40.6% de practicantes afirmó que su estado de salud en general, es muy bueno, a diferencia de antes de ingerir ayahuasca donde la mayoría refería que su estado de salud era solo bueno; un 66.4% de los participantes afirmó que su estado de salud física después de tomar ayahuasca, fue mucho mejor que con el que llegaron el día previo; un 56.3% refirió que no sentía ningún dolor corporal tras tomar ayahuasca, y un 68.0% indicó que no tuvo ninguna dificultad en sus actividades dentro de la ceremonia debido al dolor.

Se evaluó la salud mental basada en síntomas emocionales previos a la ceremonia, encontrándose que la mayoría de los practicantes acudió con algún grado de sintomatología depresiva, ansiosa o de estrés, con un 51.6%, 52.3% y 53.1% respectivamente. Después de ingerir ayahuasca, estos disminuyeron notoriamente, con un 78.1% de síntomas depresivos nulos, 57.8% de síntomas ansiosos nulos y 72.7% de síntomas nulos de estrés. Se evidenció así, que el uso y consumo de ayahuasca produce un cambio favorable a corto plazo en la salud mental de sus practicantes; generó una mejora casi inmediata en los niveles de depresión, ansiedad y estrés en más de la mitad de todos los participantes del estudio.

Así mismo, se encontró que antes de ingerir ayahuasca, un 52.7% de practicantes tenían una autoconsciencia o autoconocimiento entre nulo y moderado y un 56.4% reflejaba nulas a moderadas prácticas espirituales. Empero, la importancia de las creencias espirituales y las necesidades espirituales se mostraron altas, con un 58.2% y un 64.1% respectivamente. Tras la ingesta de ayahuasca, aumentó la autoconsciencia, el autoconocimiento, las prácticas espirituales y la importancia de creencias espirituales y las necesidades espirituales. Se evidenció que un 78.9% (6% más que lo reportado previo a la ceremonia) presentó una alta espiritualidad, traduciéndose en una buena salud espiritual. De esta forma se muestra que, de manera general, la salud espiritual experimenta un incremento favorable leve a corto plazo después de tomar ayahuasca. Estos resultados parecerían explicarse teniendo en cuenta que los practicantes de esta terapéutica alternativa, acuden a ella por su capacidad enteogénica, mística y de conexión espiritual, por lo que su salud en este aspecto ya tiene un antecedente de ser buena y se mantiene así o tiene una mejoría leve posterior a su experiencia.

Así, se corrobora que la ayahuasca sí es una herramienta salutogénica integral que abarca la esfera corporal, mental, espiritual y social del individuo, que se vale de la psiconáutica como un paso inicial hacia el cambio positivo en la salud. Manifestar y explorar la mente en estados alternos de consciencia abre la puerta necesaria para generar cambios en el individuo que, eventualmente, conseguirá salud a través de su autoconocimiento. Los practicantes que están a favor de su uso terapéutico lo defienden alegando que produce armonía entre todos los componentes de la salud, pero sugieren que se debe acceder voluntariamente a esta terapia entendiendo los procesos confrontativos que podrían llegar a ocurrir, acompañados por guías capacitados, en actitud respetuosa y a sabiendas de que no todos los practicantes obtendrán la salud deseada.

Concluyendo, se puede afirmar que el uso y consumo de ayahuasca es una respuesta eficaz a la búsqueda de salud. Además, se presenta como una opción segura, con pocos efectos adversos, bajo costo para el individuo y la comunidad, que necesita de un corto plazo temporal para obtención de resultados eficientes y que ofrece múltiples beneficios comprobables para la salud integrativa del ser. En contraste, la medicina convencional se basa en la patologización y la paliación de síntomas, sin orientarse hacia la búsqueda del origen de los malestares físicos, mentales y menos aun de los espirituales. Es aquí donde el uso y consumo de ayahuasca entendido como una medicina tradicional, alternativa y complementaria presenta una ventaja ya que no busca patologizar sino permitir que el individuo se perciba como un ser integral con necesidades y vivencias distintas, y con una capacidad innata de curarse a sí mismo (*inteligencia de sanación interna*) con el acompañamiento de terapeutas holísticamente capacitados. La ayahuasca puede verse como un instrumento esperanzador frente al sistema de salud biomédico al cual es difícil

acceder y ofrece pocas garantías de sanación en todas las esferas que componen al individuo. Sin embargo, cabe recalcar que el uso de psiquedélicos (incluyendo a la ayahuasca) no actúa como una panacea y definitivamente requiere de trabajo interno constante proveniente de la persona que busca sanar.

Finalmente, es importante mencionar que la salutogénesis se alcanza a través el estado provocado por la ayahuasca y por los efectos químicos que esta produce en el cuerpo; ambos procesos son simultáneos e interdependientes.

5.2 Recomendaciones

5.2.1 Para Practicantes

Los practicantes deberían ser capaces de escoger asertivamente el espacio ceremonial al que desean acudir, sin perder de vista que deberán ser evaluados por un médico y un psicólogo entrenados en asistir procesos con psiquedélicos para conocer si son o no aptos para ingerir yagé; tomando en cuenta los perfiles de los guías ceremoniales o el centro al cual acudirán y los costos de la vivencia. Así mismo, deberían prepararse tanto física como mentalmente y después de asistir a la ceremonia, deberían integrar su experiencia y tener un período de seguimiento con adecuado acompañamiento profesional. No se debe asumir un enfoque estrictamente práctico, pero tampoco uno estrictamente etéreo o metafísico. No todos los aspectos de la experiencia serán integrados en sus vidas cotidianas, pero eso es parte del proceso terapéutico también. El error recaería en la nula integración y permanencia en lo inefable de la experiencia psiquedélica.

Es importante tomar en cuenta los posibles riesgos de consumir ayahuasca, por lo que una elección correcta de los facilitadores es esencial. Los practicantes deberían ser siempre honestos sobre su historial clínico para evitar inconvenientes más tarde y deberían percibir sinceridad en los guías por su bienestar. Si no es así, no es aconsejable ingerir el brebaje.

Se debería comprender al uso de psiquedélicos y a la práctica de medicina ancestral como herramientas salutogénicas, no como una panacea ni como un remedio a cualquier síntoma que aparezca en el individuo. El practicante que consume ayahuasca en búsqueda de salud debe estar consciente de que las enseñanzas que obtenga, las deberá implementar en su cotidianidad a través de su trabajo interno y el esfuerzo que quiera otorgarle a su propio bienestar, sin recaer en el apego ciego a las alternativas terapéuticas ni a la medicina/psicología convencional.

5.2.2 Para Guías Ceremoniales y Terapeutas Alternativos

Tanto los guías ceremoniales como los terapeutas alternativos que laboran utilizando ayahuasca, deberían mantenerse abiertos a poder colaborar con médicos y psicólogos especializados en el uso ancestral y protocolizado de psikedélicos, entendiendo que nadie se beneficia de vivir en competencia. Más bien, se debería buscar incorporar saberes e idealmente, estandarizar el uso terapéutico de enteógenos como la ayahuasca para que un practicante que desea aproximarse, se sienta seguro y tenga múltiples opciones disponibles para escoger. Así, se lograría un abordaje integral óptimo con equipos multidisciplinarios.

Actualmente, existe basta información para comprender los mecanismos salutogénicos de la ayahuasca basado en evidencia científica. Los guías ceremoniales y terapeutas alternativos deberían mantenerse al tanto de esa información, aun cuando no se sientan capacitados para evaluar, preparar o integrar a practicantes. Informarse con fuentes confiables permitirá que se disminuyan los posibles riesgos en un entorno ceremonial y que se eviten reacciones perjudiciales en el individuo, aun cuando estas sean vistas como parte normal del proceso terapéutico y puedan gestionarse con rituales y simbolismo ancestral.

De manera similar, si no se conciben como aptos para realizar un manejo terapéutico completo (con evaluación, preparación e integración) deberían ser capaces de referir a practicantes hacia un espacio o un profesional debidamente capacitado en el momento necesario.

Por otro lado, deberían ofrecer entornos ceremoniales seguros tanto para la esfera física como para la mental y espiritual del practicante. Así, la persona que acude a la ceremonia podrá sentirse en confianza y alcanzará los objetivos e intenciones que ha planteado previamente.

Además, el uso netamente psiconáutico de la ayahuasca eventualmente lleva al individuo a encontrar salud, aun si ese no es su objetivo principal; por lo que se debería respetar su búsqueda sin pretender que se vuelva algo que no ha solicitado.

5.2.3 Para Psiconautas

Aquellas personas que no están guiadas únicamente por motivos terapéuticos sino que buscan explorar, manifestar y expandir su consciencia a través del uso de ayahuasca podrían beneficiarse, al igual que los practicantes de esta terapia alternativa, de encontrar facilitadores capacitados que administren el brebaje comprendiendo el enfoque psiconáutico de la

experiencia que se viva, sin mayor intercepción y que respeten su deseo experimental sabiendo que de una u otra forma, generará salud.

Así mismo, sería ideal que acudan con un profesional que los evalúe, prepare e integre; sin embargo, si el psiconauta ya posee herramientas para atravesar y comprender su experiencia psiquedélica, se podría beneficiar de seguir algunas técnicas recomendadas de integración como las expuestas en la sección de 'Manejo Terapéutico de la Ayahuasca'.

Si bien no está ampliamente extendido el uso adulto de ayahuasca, se puede extrapolar de ese ámbito la visión de reducción de riesgos y daños así como la gestión de placeres hacia el uso psiconáutico, con el fin de que se resguarde la salud del individuo y que se maximice su experiencia basada en el derecho al propio placer.

5.2.4 Para Líderes Religiosos

Aun cuando en Ecuador no se hagan públicas las instituciones religiosas que usan como sacramento a la ayahuasca, los líderes de estas agrupaciones y de otros movimientos religiosos deberían tomar en cuenta que el diálogo inter – religioso acerca de los psiquedélicos es algo que crecerá dentro de los próximos años. Por esto, es recomendable que se informen y se actualicen para que se generen debates valiosos que enriquezcan al público y le permitan decidir a qué culto aproximarse.

5.2.5 Para Médicos y Psicólogos

Es altamente recomendable que tanto los médicos como los psicólogos se informen acerca de los avances investigativos actuales que existen sobre el empleo beneficioso de los psiquedélicos en la salud para no fomentar mitos acerca de su uso ni discriminar a aquellos consultantes que busquen alternativas integrales. Patologizar y sobrediagnosticar no es una solución efectiva, se debe entender que los individuos tienen distintas vivencias y neurodivergencias, y que podrían obtener mejores resultados si se los ve desde una perspectiva más amplia o con un enfoque integrativo que abarque todas las esferas de su existencia. De manera similar, hay que ser conscientes de los limitantes que presenta tanto la medicina convencional como la terapia psicológica para ser capaces de ver a otras técnicas como alternativas válidas y eficientes.

Además, es importante mantener apertura hacia la realidad espiritual en la que viven las comunidades indígenas que practican medicina ancestral ya que esto podría aplicarse a los consumidores de ayahuasca y servir como motivador dentro de su proceso terapéutico.

Específicamente a los doctores, se podría recomendar que no adopten un paradigma paternalista y comprendan que los pacientes tienen una capacidad interna de autorregulación y autosanación de la cual deberían valerse para guiarlos hacia el bienestar, sin imponer tratamientos convencionales y sin desvalorizar alternativas terapéuticas. Así también, podrían conocer sobre los efectos de la ayahuasca en el organismo y valerse de sus propiedades para coadyuvar al procesamiento de una patología.

Por su lado, a los psicólogos se les podría recomendar que se informen acerca del enfoque humanista y transpersonal de las psicoterapias actuales ya que estas conciben al individuo desde la totalidad de su ser y permiten hacer una aproximación distinta a la que logran otras ramas como la cognitiva – conductual o la psicoanalítica. Igualmente, deben mantenerse abiertos a que sus consultantes usen psiquedélicos asertivamente con el fin de acortar y facilitar el proceso psicoterapéutico en el que se encuentren.

Si un paciente o consultante que desee ingerir ayahuasca se acerca a su espacio y no desean brindar información o no se sienten aptos para hacerlo, deben referirle a un profesional que sepa manejarlo de manera adecuada.

Si están interesados en acompañar procesos terapéuticos con el uso y consumo de ayahuasca, deberían indudablemente capacitarse para poder evaluar, preparar, asistir e integrar practicantes.

5.2.6 Para Estudiantes de Medicina y Psicología

Los médicos y psicólogos en formación deben acudir a fuentes académicas de calidad e investigar objetivamente los beneficios y limitantes tanto de tratamientos convencionales como de los alternativos para que puedan discernir hacia dónde quieren dirigir su visión a futuro.

Deben ser coherentes con la realidad de su entorno para ir construyendo técnicas útiles en su quehacer profesional y guiarse a partir de aquello que resuene con sus ideales y pasiones ya que esto se reflejará en el trato que dan a sus consultantes.

5.2.7 Para Interesados/Curiosos

Aquellas personas que sientan curiosidad frente a la medicina alternativa o que se interesen por el consumo de ayahuasca, deben informarse adecuadamente para sopesar los aspectos positivos y negativos de su uso.

Los psiquedélicos no son medicamentos que puedan administrarse indiscriminadamente para paliar síntomas ni son una cura mágica para malestares; si se sienten atraídos a usar ayahuasca de forma terapéutica, deben entender que se necesitará esfuerzo constante para alcanzar el bienestar deseado.

5.2.8 Para el Estado Ecuatoriano

La terapia asistida con psiquedélicos está construyendo nuevos caminos para prácticas de salud a futuro por lo que se vuelve imperativo que se legalicen y regulen este tipo de terapias para ponerlas a disponibilidad del público general; sin considerarlas como alternativas, sino como la primera elección para prevenir, tratar y reducir el impacto negativo de las patologías en la calidad de vida de las personas. De igual manera, se debe proteger la ancestralidad de su uso, generando vías de resguardo ambiental y de cuidado hacia las comunidades originarias e indígenas, salvaguardando sus saberes y conocimientos valiosos.

Sería ideal que se creen normativas que respeten derechos humanos, que no excluyan ni estigmaticen a los usuarios de psiquedélicos. Es un derecho universal el explorar la conciencia, por lo cual el uso psiconáutico de sustancias como la ayahuasca debería ser respetado y normalizado. Se debería fomentar la educación integrativa para profesionales y se debería facilitar el acceso a la medicina tradicional, alternativa y complementaria.

Los enteógenos no están disponibles solo para curar enfermedades sino para generar y promover salud integral en individuos capaces de adaptarse a los cambios en su vida, así como para desestructurar y re-estructurar múltiples aspectos de nuestra cultura. Hay que abrir debates sobre qué tan compatibles son las enseñanzas de los enteógenos con lo que estructural e históricamente dice la educación, la política, la cultura y la sociedad en general. Si bien es cierto que los enteógenos se están adaptando a nuestra cultura, justo es también que nuestra cultura y la política se adapte a los enteógenos.

5.2.9 Para la Industria Farmacéutica

Al sintetizar y extraer componentes de un brebaje ancestral o de “plantas maestras” como las utilizadas para hacer ayahuasca, se pierde el contexto entero, ritualístico, simbólico y cargado de información milenaria; quedan solo moléculas utilizables con fines investigativos y terapéuticos (no salutogénicos, que sería lo óptimo). Es inevitable que la industria farmacéutica vea una salida económica en comercializar medicamentos a partir de la botánica psicoactiva, pero es inevitable también que se encuentren con el descontento, la oposición y

el sabotaje de grupos sociales anárquicos que protegen la ancestralidad del uso de psiquedélicos y que se niegan a su sintetización.

De todas formas, mientras se vele por la seguridad de los usuarios y ellos sientan que adquieren salud a través de plantas o fármacos, no debería existir una gran problemática en torno a este ámbito.

ANEXOS

Anexo 1

Consentimiento Informado para Cuestionarios y Entrevista

**CONSENTIMIENTO INFORMADO PARA LA PARTICIPACIÓN EN EL ESTUDIO:
“PSICONÁUTICA Y TERAPÉUTICA: REPRESENTACIONES SOCIALES SOBRE EL USO
DE AYAHUASCA. ORGANIZACIÓN ‘AYAHUASCA EN ECUADOR’, 2021 – 2022.
QUITO.”**

Esta investigación es conducida por Camila Victoria Rodríguez Rivadeneira, egresada de la carrera de Medicina de la Pontificia Universidad Católica del Ecuador.

El objetivo de este estudio es describir los conocimientos, actitudes y prácticas acerca del uso de ayahuasca, así como sus efectos en la salud física, psicológica y espiritual de quienes la consumen; con el fin de posicionar a la terapia psicodélica basada en el consumo de ayahuasca como una alternativa terapéutica innovadora o como coadyuvante en tratamientos médicos, enmarcado en un contexto pluricultural.

La participación en esta investigación es totalmente voluntaria. Si usted decide participar, la información que se recolectará (tanto escrita como oral) será confidencial, anónima y no será usada con otro propósito fuera de esta investigación. Además, usted puede abandonar el estudio en cualquier momento.

El llenado de los cuestionarios, tanto antes como después de la toma de ayahuasca, demora aproximadamente 15 - 30 minutos y tendrán una gran importancia para sentar un precedente sobre el uso de esta terapéutica tradicional en la medicina ecuatoriana actual. Si es escogido para una entrevista posterior a su experiencia, esta demorará a su vez, 30 – 45 minutos.

Si aún necesita información sobre cualquier aspecto del estudio o si la información que se ha brindado no ha sido clara, puede despejar sus dudas con la investigadora, cuyos contactos son:

Camila Victoria Rodríguez Rivadeneira
Teléfono = (02) 2912011 / (+593) 984643713
Correo = mv.rr@outlook.com

Dirección = Catarama E2 – 76 y Palenque, Conjunto Villa Real, Casa 13 B

¡Muchísimas gracias por su participación!

He leído la información proporcionada y se me han aclarado las inquietudes generadas. Conozco que la información que daré es confidencial y no será utilizada para fines distintos a este estudio.

Acepto voluntariamente participar en esta investigación.

DATOS DEL PARTICIPANTE

Nombre:.....

Ocupación:.....

Género:.....

Teléfono Celular:.....

Edad:.....

Etnia:.....

Número de Toma de Ayahuasca:.....

Ciudad y País de Nacimiento:.....

Ciudad y País de Residencia:.....

Firma:
.....

Anexo 2

Cuestionarios Pre – Toma de Ayahuasca

2.1 Cuestionario SF – 36 sobre Estado de Salud Física (Modificado)

CUESTIONARIO SF – 36 SOBRE ESTADO DE SALUD FÍSICA

Instrucciones: las preguntas que siguen se refieren a lo que usted piensa sobre su salud. Sus respuestas permitirán saber cómo se encuentra usted y hasta qué punto es capaz de hacer sus actividades habituales. Conteste cada pregunta tal como se indica. Si no está seguro/a de cómo responder a una pregunta, por favor conteste lo que le parezca más cierto.

0. ¿Ha sido usted diagnosticado con alguna enfermedad, como diabetes, hipertensión, sobrepeso/obesidad, cáncer, patologías psiquiátricas (depresión, trastorno de déficit de atención, Alzheimer, entre otras); o consume medicación todos los días por alguna condición médica? Si es así, escríbalo a continuación, y desde cuándo lo padece:

.....

1. En general, ¿diría usted que su salud es:

(Encierre un solo número)

excelente?.....1
muy buena?.....2
buena?.....3
regular?.....4
mala?.....5

2. ¿Cómo calificaría usted su estado general de salud actual, comparado con el de hace un año? (Encierre un solo número)

Mucho mejor ahora que hace un año.....1
Algo mejor ahora que hace un año.....2
Más o menos igual ahora que hace un año.....3
Algo peor ahora que hace un año.....4
Mucho peor ahora que hace un año.....5

3. ¿Su estado de salud actual lo/la limita en estas actividades? Si es así, ¿cuánto?

(Escriba un número en cada línea)

Sí, me limita mucho = 1
Sí, me limita poco = 2
No, no me limita para nada = 3

a. Actividades intensas, tales como correr, levantar objetos pesados, participar en deportes agotadores.....

b. Actividades moderadas, tales como mover una mesa, empujar una aspiradora, trapear, lavar, jugar fútbol, montar bicicleta.....

c. Levantar o llevar las bolsas de compras.....

d. Subir varios pisos por las escaleras.....

e. Subir un piso por la escalera.....

f. Agacharse, arrodillarse o ponerse en cuclillas.....

g. Caminar más de un kilómetro (10 cuadras).....

h. Caminar medio kilómetro (5 cuadras).....

i. Caminar cien metros (1 cuadra).....

j. Bañarse o vestirse.....

4. Durante el último mes, ¿ha tenido usted alguno de los siguientes problemas con su trabajo u otras actividades diarias normales a causa de su salud física?

(Escriba un número en cada línea)

Sí = 1 No = 2

a. ¿Ha disminuido usted el tiempo que dedicaba al trabajo u otras actividades?.....

b. ¿Ha hecho menos de lo que usted hubiera querido hacer?.....

c. ¿Se ha visto limitado/a en el trabajo u otras actividades?.....

d. ¿Ha tenido dificultades en realizar su trabajo u otras actividades (por ejemplo, le ha costado más esfuerzo)

5. Durante el último mes, ¿en qué medida su salud física ha dificultado sus actividades sociales normales con su familia, amigos, vecinos u otras personas?

(Encierre un solo número)

Nada en absoluto.....1
Ligeramente.....2
Moderadamente.....3
Bastante.....4
Extremadamente.....5

6. ¿Cuánto dolor físico ha tenido usted durante el último mes?

(Encierre un solo número)

Ninguno.....1
Muy poco.....2
Poco3
Moderado.....4
Mucho5
Muchísimo.....6

7. Durante el último mes, ¿cuánto ha dificultado el dolor su trabajo normal (incluyendo tanto el trabajo fuera del hogar como las tareas domésticas)?

(Encierre un solo número)

Nada en absoluto.....1
Un poco.....2
Moderadamente.....3
Bastante.....4
Extremadamente.....5

8. ¿Cómo le parece cada una de las siguientes afirmaciones?

(Escriba un número en cada línea)

Totalmente Cierta = 1
Bastante Cierta = 2
No sé = 3
Bastante Falsa = 4
Totalmente Falsa = 5

a. Me parece que me enfermo más fácilmente que otras personas.....

b. Estoy tan sano/a como cualquiera.....

c. Creo que mi salud va a empeorar.....

d. Mi salud es excelente.....

2.2 Cuestionario DASS – 21 sobre Estado de Salud Mental

CUESTIONARIO DASS – 21 SOBRE ESTADO DE SALUD MENTAL

Instrucciones: por favor, lea las siguientes afirmaciones y señale con una “X” la respuesta que indique en qué grado le ha ocurrido a usted esta afirmación durante la semana pasada. No hay respuestas correctas o incorrectas, ni buenas o malas. No emplee mucho tiempo en cada respuesta.

	<i>No me ha ocurrido</i>	<i>Me ha ocurrido un poco</i>	<i>Me ha ocurrido bastante</i>	<i>Me ha ocurrido todo el tiempo</i>
1. Me ha costado mucho descargar la tensión				
2. Me di cuenta de que tenía la boca seca				
3. No podía sentir ningún sentimiento positivo				
4. Se me hizo difícil respirar				
5. Se me hizo difícil tomar la iniciativa para hacer cosas				
6. Reaccioné exageradamente en ciertas situaciones				
7. Sentí que mis manos temblaban				
8. He sentido que estaba gastando una gran cantidad de energía				
9. Estaba preocupado/a por situaciones en las cuales podía tener pánico o en las que podría hacer el ridículo				

10. He sentido que no había nada que me ilusionara				
11. Me he sentido inquieto/a				
12. Se me hizo difícil relajarme				
13. Me sentí triste y deprimido/a				
14. No toleré nada que no me permitiera continuar con lo que estaba haciendo				
15. Sentí que estaba a punto de tener un ataque de pánico				
16. No me pude entusiasmar por nada				
17. Sentí que valía muy poco como persona				
18. He tendido a sentirme enfadado/a con facilidad				
19. Sentí los latidos de mi corazón a pesar de no haber hecho ningún esfuerzo físico				
20. Tuve miedo sin razón				
21. Sentí que la vida no tenía ningún sentido				

2.3 Cuestionario 3. Cuestionario SQ sobre Estado de Salud Espiritual

CUESTIONARIO SQ SOBRE ESTADO DE SALUD ESPIRITUAL

Instrucciones: a continuación, encontrará algunas afirmaciones sobre su autoconocimiento, creencias, prácticas y necesidades espirituales. Lea atentamente cada frase e indique su grado de acuerdo o desacuerdo con respecto a las mismas. Señale con una "X" la respuesta que más se aproxime a sus preferencias. No hay respuestas correctas o incorrectas, ni buenas o malas. No emplee mucho tiempo en cada respuesta.

	<i>Muy de Acuerdo</i>	<i>De Acuerdo</i>	<i>En Desacuerdo</i>	<i>Muy en Desacuerdo</i>
1. Me siento satisfecho/a con la persona que soy				
2. Tengo muchas cualidades				
3. Tengo una actitud positiva hacia mí mismo/a				
4. Soy una persona valiosa				
5. En general tengo confianza en mí mismo/a				
6. Mi vida tiene un significado				
7. Creo que soy igual a los demás				
8. Soy una persona compasiva				
9. Saco lo positivo en situaciones difíciles				
10. En general tengo pensamientos positivos				
11. Mi espiritualidad ayuda a definir mis metas en la vida				
12. Mi espiritualidad me ayuda a decidir quién soy				
13. Mi espiritualidad es parte de mi enfoque general de la vida				
14. La espiritualidad está integrada en mi vida				
15. Me involucro en programas ambientales				

16. Leo sobre espiritualidad y/o autoayuda				
17. Realizo meditación u oración para lograr la paz interior				
18. Trato de vivir en armonía con la naturaleza				
19. Trato de encontrar momentos para ampliar mi espiritualidad				
20. Uso el silencio para ponerme en contacto conmigo mismo/a				
21. Busco un propósito en la vida				
22. Disfruto escuchar música				
23. Necesito encontrar respuestas a los misterios de la vida				
24. Es importante para mí mantener relaciones interpersonales				
25. Necesito alcanzar paz interior				
26. Busco la belleza física, espiritual y emocional de la vida				
27. Necesito tener un vínculo emocional fuerte con las personas				
28. Mi vida está evolucionando				
29. Necesito desarrollar una vida significativa				

Anexo 3

Cuestionarios Post – Toma de Ayahuasca

3.1 Escala de Calificación para Estados Alternos de Conciencia en Cinco Dimensiones (Modificado)

ESCALA DE CALIFICACIÓN PARA ESTADOS ALTERNOS DE CONCIENCIA EN CINCO DIMENSIONES

Instrucciones: a continuación, encontrará algunas afirmaciones sobre su experiencia psiquedélica durante la toma de ayahuasca. Lea atentamente cada frase e indique el grado en el cual cada frase se aplica a su experiencia personal. Señale con una “X” la respuesta que más se aproxime a lo que sintió durante su vivencia. No hay respuestas correctas o incorrectas, ni buenas o malas. No emplee mucho tiempo en cada respuesta.

	<i>No, para nada</i>	<i>Muy levemente</i>	<i>Leve</i>	<i>Moderado</i>	<i>Fuerte</i>	<i>Extremo</i>
1. Sentí que me encontraba en otro mundo maravilloso						
2. Mis pensamientos y acciones parecían más lentos						
3. Las sensaciones en mi cuerpo fueron muy placenteras						
4. Escuché palabras, ruidos, frases completas o música que no sabía de dónde provenían						
5. Sentí como si fuerzas oscuras/negativas se hubieran apoderado de mí						
6. Vi cosas que sabía que no eran reales						
7. Me sentí como un títere o una marioneta						
8. Me sentí conectado/a a un poder superior						

9. Me sentí somnoliento/a, tuve sueño o me sentí exhausto/a						
10. Pensé en una melodía que se repetía constantemente						
11. Experimenté placer sin límites						
12. Los ruidos sin sentido sonaban como palabras o frases reales						
13. Vi patrones regulares, colores, luces o escenas completas con los ojos cerrados o en completa oscuridad						
14. Me sentí embriagado/a						
15. Sentí que me había transformado para siempre, de una forma milagrosa						
16. Sentí que estuve al borde de perder mi conciencia						
17. Todo parecía unificarse de manera armoniosa o sentí que me volví uno con mi alrededor						
18. Escuché mis pensamientos como si los estuviera diciendo en voz alta						
19. Parecía que los sonidos influenciaban o cambiaban lo que yo veía						
20. Me sentí atormentado o amenazado						

21. Percibí todo borroso, como si estuviera en una especie de niebla						
22. Una voz comentaba todo lo que yo pensaba, aunque no hubiese nadie cerca						
23. Sentí como si ya no tuviera un cuerpo o existencia corporal; sentí que estaba fuera de mi cuerpo o flotando						
24. Me sentí incapaz de tomar decisiones, por mínimas que fuesen						
25. Algunas de mis actividades cotidianas adquirieron un significado especial						
26. Las cosas a mi alrededor, de forma extraña, adquirieron un significado nuevo						
27. Tuve miedo de que el estado en que me encontraba duraría para siempre						
28. Sentí que los problemas y preocupaciones de la vida diaria dejaron de ser importantes						
29. Se alteró mi percepción del tiempo y del espacio						
30. Tuve dificultad en discernir lo importante de lo no importante						
31. Sentí que tenía poderes extraordinarios dentro de mí						
32. Experimenté un toque de eternidad						

33. Parecía que los conflictos y contradicciones se disolvieron						
34. Tuve miedo sin saber exactamente por qué						
35. Experimenté todo de una forma espantosamente distorsionada						
36. Me parecía que el mundo iba más allá del bien y el mal						
37. Mi alrededor parecía raro y extraño						
38. Me sentí paralizado o amortiguado						
39. Me sentí muy profundo o muchas cosas me parecían tan hermosas que me quitaban el aliento						
40. Experimenté el pasado, el presente y el futuro como si fueran uno solo						
41. Experimenté un vacío insoportable						
42. Los objetos en mi entorno me movieron emocionalmente mucho más de lo habitual						
43. Me vinieron a la mente cosas que creía olvidadas hace mucho tiempo						
44. No era capaz de completar un pensamiento o mis pensamientos se desconectaban rápido						

45. Me sentí aislado de todo y de todos						
46. Tuve aclaraciones sobre cosas que antes me habían confundido o no tenían solución						
47. Muchas cosas me parecían increíblemente graciosas						
48. Los límites entre mi persona y mi entorno parecieron borrarse						
49. Pude ver imágenes desde mi memoria o mi imaginación con extrema claridad						
50. Me sentí totalmente liberado/a de mis obligaciones						
51. Tuve pensamientos muy originales						
52. Sentí que ya no tenía voluntad propia						
53. Tuve miedo de perder el control sobre mí mismo						
54. El tiempo pasaba atormentadoramente lento						
55. Experimenté una profunda paz interior						
56. Todo a mi alrededor parecía tener vida						

57. Todo sucedía tan rápido que yo no podía seguirlo						
58. Tenía la sensación de que iba a pasar algo terrible						
59. Experimenté un amor que abarcaba todo						
60. Mi experiencia tuvo aspectos religiosos						

3.2 Cuestionario SF – 36 sobre Estado de Salud Física (Modificado)

CUESTIONARIO SF – 36 SOBRE ESTADO DE SALUD FÍSICA

Instrucciones: las preguntas que siguen se refieren a lo que usted piensa sobre su salud después de tomar ayahuasca en un entorno ceremonial. Conteste cada pregunta tal como se indica. Si no está seguro/a de cómo responder a una pregunta, por favor conteste lo que le parezca más cierto.

1. En general, ¿diría usted que su salud es:

(Encierre un solo número)

- excelente?.....1
- muy buena?.....2
- buena?.....3
- regular?.....4
- mala?.....5

2. ¿Cómo calificaría usted su estado general de salud actual, comparado con el de ayer?

(Encierre un solo número)

- Mucho mejor ahora que ayer.....1
- Algo mejor ahora que ayer.....2
- Más o menos igual ahora que ayer.....3
- Algo peor ahora que ayer.....4
- Mucho peor ahora que ayer.....5

3. ¿Cuánto dolor físico siente usted hoy?

(Encierre un solo número)

- Ninguno.....1
- Muy poco.....2
- Poco3
- Moderado.....4
- Mucho5
- Muchísimo.....6

4. ¿Cuánto le ha dificultado el dolor sus actividades desde la noche de ayer hasta este momento?

(Encierre un solo número)

- Nada en absoluto.....1
- Un poco.....2
- Moderadamente.....3
- Bastante.....4
- Extremadamente.....5

8. ¿Cómo le parece cada una de las siguientes afirmaciones?

(Escriba un número en cada línea)

- Totalmente Cierta = 1
- Bastante Cierta = 2
- No sé = 3
- Bastante Falsa = 4
- Totalmente Falsa = 5

- a. Me parece que me enfermo más fácilmente que otras personas.....
- b. Estoy tan sano/a como cualquiera.....
- c. Creo que mi salud va a empeorar.....
- d. Mi salud es excelente.....

3.3 Cuestionario DASS – 21 sobre Estado de Salud Mental (Modificado)

CUESTIONARIO DASS – 21 SOBRE ESTADO DE SALUD MENTAL

Instrucciones: por, favor lea las siguientes afirmaciones y señale con una “X” la respuesta que indique en qué grado le ha ocurrido a usted esta afirmación entre la noche de ayer y hoy. No hay respuestas correctas o incorrectas, ni buenas o malas. No emplee mucho tiempo en cada respuesta.

	<i>No me ha ocurrido</i>	<i>Me ha ocurrido un poco</i>	<i>Me ha ocurrido bastante</i>	<i>Me ha ocurrido todo el tiempo</i>
1. Me cuesta mucho descargar la tensión				
2. Me doy cuenta de que tengo la boca seca				
3. No puedo sentir ningún sentimiento positivo				
4. Se me hace difícil respirar				
5. Se me hace difícil tomar la iniciativa para hacer cosas				
6. Reacciono exageradamente en ciertas situaciones				
7. Siento que mis manos temblaban				
8. Siento que estoy gastando una gran cantidad de energía				
9. Estoy preocupado/a por situaciones en las cuales puedo tener pánico o en las que puedo hacer el ridículo				

10. Siento que no hay nada que me ilusione				
11. Me siento inquieto/a				
12. Se me hace difícil relajarme				
13. Me siento triste y deprimido/a				
14. No tolero nada que no me permita continuar con lo que estaba haciendo				
15. Siento que estoy a punto de tener un ataque de pánico				
16. No me puedo entusiasmar por nada				
17. Siento que valgo muy poco como persona				
18. Me enfado con facilidad				
19. Siento los latidos de mi corazón a pesar de no haber hecho ningún esfuerzo físico				
20. Tengo miedo sin razón				
21. Siento que la vida no tiene ningún sentido				

3.4 Cuestionario SQ sobre Estado de Salud Espiritual

CUESTIONARIO SQ SOBRE ESTADO DE SALUD ESPIRITUAL

Instrucciones: a continuación, encontrará algunas afirmaciones sobre su autoconocimiento, creencias, prácticas y necesidades espirituales. Lea atentamente cada frase e indique su grado de acuerdo o desacuerdo con respecto a las mismas. Señale con una "X" la respuesta que más se aproxime a sus preferencias tras la toma de ayahuasca. No hay respuestas correctas o incorrectas, ni buenas o malas. No emplee mucho tiempo en cada respuesta.

	<i>Muy de Acuerdo</i>	<i>De Acuerdo</i>	<i>En Desacuerdo</i>	<i>Muy en Desacuerdo</i>
1. Me siento satisfecho/a con la persona que soy				
2. Tengo muchas cualidades				
3. Tengo una actitud positiva hacia mí mismo/a				
4. Soy una persona valiosa				
5. En general tengo confianza en mí mismo/a				
6. Mi vida tiene un significado				
7. Creo que soy igual a los demás				
8. Soy una persona compasiva				
9. Saco lo positivo en situaciones difíciles				
10. En general tengo pensamientos positivos				
11. Mi espiritualidad ayuda a definir mis metas en la vida				
12. Mi espiritualidad me ayuda a decidir quién soy				
13. Mi espiritualidad es parte de mi enfoque general de la vida				
14. La espiritualidad está integrada en mi vida				
15. Me involucro en programas ambientales				

16. Leo sobre espiritualidad y/o autoayuda				
17. Realizo meditación u oración para lograr la paz interior				
18. Trato de vivir en armonía con la naturaleza				
19. Trato de encontrar momentos para ampliar mi espiritualidad				
20. Uso el silencio para ponerme en contacto conmigo mismo/a				
21. Busco un propósito en la vida				
22. Disfruto escuchar música				
23. Necesito encontrar respuestas a los misterios de la vida				
24. Es importante para mí mantener relaciones interpersonales				
25. Necesito alcanzar paz interior				
26. Busco la belleza física, espiritual y emocional de la vida				
27. Necesito tener un vínculo emocional fuerte con las personas				
28. Mi vida está evolucionando				
29. Necesito desarrollar una vida significativa				

Anexo 4

Guías

4.1 Guía para Entrevista Semiestructurada

GUÍA PARA ENTREVISTA

“PSICONÁUTICA Y TERAPÉUTICA. REPRESENTACIONES SOCIALES SOBRE EL USO DE AYAHUASCA. ORGANIZACIÓN ‘AYAHUASCA EN ECUADOR’, 2021 – 2022. QUITO”

0. *Breve Introducción Personal Anónima*

1. *Autopercepción de Salud*

- 1.1. ¿Cómo definiría “salud”?
- 1.2. Considerando a la salud como un estado de bienestar físico, mental, espiritual y social, ¿diría usted que es una persona saludable?
- 1.3. ¿Ha sido diagnosticado/a con alguna enfermedad?

2. *Motivación y Objetivos*

- 2.1. ¿Cuál fue su objetivo al acudir a una ceremonia con ayahuasca?
- 2.2. ¿Cuáles eran sus expectativas sobre la experiencia con ayahuasca antes de tomarla?
- 2.3. ¿Acudió a la ceremonia por decisión propia o fue persuadido/motivado por un tercero?

3. *Antecedentes a la Toma de Ayahuasca*

- 3.1. ¿Cuántas veces ha ingerido ayahuasca?
- 3.2. ¿Cómo se enteró de la existencia de la ayahuasca?
- 3.3. ¿Había escuchado o leído sobre ayahuasca antes de su experiencia con ella?
- 3.4. ¿Cómo decidió que debía/quería tomar ayahuasca?
- 3.5. ¿Consume algún tipo de psicodélico diferente a la ayahuasca?
- 3.6. ¿Sintió “el llamado” de la ayahuasca?

4. *Experiencia Psiquedélica*

- 4.1. Por favor, realice un relato cronológico sobre su “viaje” o experiencia desde que inició la ceremonia hasta su final.

5. *Cambios Producidos tras el Consumo de Ayahuasca*

- 5.1. ¿Cómo se siente en este momento, en comparación al día de ayer?
- 5.2. ¿Cree que se produjo algún cambio en su salud, ya sea física, psicológica, espiritual o social?
- 5.3. ¿Se produjeron cambios en su forma de ver el mundo, de verse a sí mismo/a, de ver a los demás?

6. *Opinión sobre Ayahuasca*

- 6.1. ¿Qué piensa sobre utilizar a la ayahuasca como una alternativa terapéutica o como coadyuvante en patologías, sobre todo, de índole psicológica?
- 6.2. ¿Repetiría esta experiencia?
- 6.3. ¿Recomendaría esta experiencia?
- 6.4. En una escala de 1 a 10, siendo 1 “horrible” y siendo 10 “excelente”, ¿cómo calificaría a su experiencia con ayahuasca?

4.2 Guía para Historia de Vida

GUÍA PARA HISTORIA DE VIDA

“PSICONÁUTICA Y TERAPÉUTICA. REPRESENTACIONES SOCIALES SOBRE EL USO DE AYAHUASCA. ORGANIZACIÓN ‘AYAHUASCA EN ECUADOR’, 2021 – 2022. QUITO”

1. *Datos Demográficos*

- 1.1. Fecha y Lugar de Nacimiento
- 1.2. Ocupación, Lugar de Trabajo y Bienestar Laboral

2. *Sobre Entorno Familiar*

- 2.1. Estado Civil
- 2.2. Relación, Problemas y Bienestar Familiar

3. *Sobre Círculo Social*

- 3.1. Relación, Problemas y Bienestar entre Amigos o Personas Cercanas que no sean Familia

4. *Sobre su Ciclo de Vida*

- 4.1. Aspectos Positivos y Negativos sobre:
 - 4.1.1. Niñez
 - 4.1.2. Juventud
 - 4.1.3. Adulthood

5. *Sobre su Salud*

- 5.1. Tipo de Dieta y Realización de Ejercicio Físico y Prácticas de Relajación Mental
- 5.2. Consumo de Cigarrillo, Alcohol y otras Sustancias Estupefacientes
- 5.3. Visitas a Médicos, Psicólogos y/o Psiquiatras
- 5.4. Práctica de Medicina Tradicional o Alternativa

BIBLIOGRAFÍA

- Adán, R. (2017). Sinestesia. Universidad de Jaén. Recuperado de: https://tauja.ujaen.es/bitstream/10953.1/5862/1/Adn_Godoy_Rebeca_TFG_Psicologa.pdf.
- Aixalá, M. (2022). Integración Psiquedélica: Lógicas no ordinarias y retos de la psicoterapia en estados expandidos de consciencia. ISBN-10 : 8412475275.
- Aparicio, A. (2009). La Limpia en las Etnomedicinas Mesoamericanas. *Gazeta de Antropología*, 25. Recuperado de <https://red.pucp.edu.pe/ridei/wp-content/uploads/biblioteca/091112.pdf>.
- Appel, J. & Freedman, D. (1968). Tolerance and cross-tolerance among psychotomimetic drugs. *Psychopharmacologia*, 13, 267–274. DOI: 10.1007/BF00401404.
- Apud, I. (2013). Ceremonias de ayahuasca: entre un centro holístico uruguayo y el curanderosimo amazónico peruano. Tesis de Maestría. Departamento de Humanidades y Arte, Universidad Nacional de Lanús.
- Apud, I. (2019). Ayahuasca en el tratamiento de adicciones. Estudio de cuatro casos tratados en IDEAA, desde una perspectiva interdisciplinaria. *Interdisciplinaria*, 36(1), 133-154. Centro Interamericano de Investigaciones Psicológicas y Ciencias Afines, Argentina. Recuperado de <https://www.redalyc.org/articulo.oa?id=18060087010>.
- Ardiles, R., Jorquera, M., Ávalos, M. y Muñoz, M. (2020). Traducción, adaptación, validez y confiabilidad del “Cuestionario de Espiritualidad SQ”, Versión Chile. *AgInf.*, 24, 251-298.
- Arias, F., Caraballo, A. & Matos, R. (2012). El turismo de salud: Conceptualización, historia, desarrollo y estado actual del mercado global. *Clío América*, 6(11), 72 – 98.
- Asociación Americana de Psiquiatría. (2014). Manual Diagnóstico y Estadístico de los Trastornos Mentales, Quinta Edición (DSM – 5). ISBN 978-0-89042-551-0.
- Ayahuasca en Ecuador (s.f.). Ayahuasca en Ecuador. Medicina para el Alma. Recuperado de <https://ayahuasca.ec/>.
- Bathje, G., Majeski, E. & Kudowor, M. (2022). Psychedelic integration: An analysis of the concept and its practice. *Front. Psychol.*, 13, 2022. Recuperado de <https://doi.org/10.3389/fpsyg.2022.824077>.
- Besar, T., Hassan, M., Bolong, J. & Abdullah, R. (2013). Exploring the levels of knowledge, attitudes and environment-Friendly practices among young civil servants in Malaysia. *Pertanika J. Soc. Sci. & Hum (Malaysia)*, 21(S), 21-38. Recuperado de <http://psasir.upm.edu.my/id/eprint/40687/>.
- Blom, J. (2009). A Dictionary of Hallucinations. *Springer*. p. 434. ISBN 978-1-4419-1222-0.
- Brennan, B. (1988). Manos de luz: Una guía para curación a través de la esfera de energía humanos.
- Brierley, D. & Davidson, C. (2012). Developments in Harmine Pharmacology- Implications for Ayahuasca Use and Drug Dependence Treatment. *Progress in NeuroPsychopharmacology and Biological Psychiatry*, 39(2), 263-272.
- Brito-da-Costa, A., Dias-da-Silva, D., Gomes, N., Dinis-Oliveira, R. & Madureira-Carvalho, Á. (2020). Toxicokinetics and Toxicodynamics of Ayahuasca Alkaloids N,N-Dimethyltryptamine (DMT), Harmine, Harmaline and Tetrahydroharmine: Clinical and Forensic Impact. *Pharmaceuticals*, 13, 334. Recuperado de <https://doi.org/10.3390/ph13110334>.
- Brown, T., Shao, W., Ayub, S., Chong, D. & Cornelius, C. (2017). A Physician’s Attempt to Self-Medicare Bipolar Depression with N,NDimethyltryptamine (DMT). *Journal of Psychoactive Drugs*. DOI: 10.1080/02791072.2017.1344898.
- Cabanilla, E. IMPACTOS CULTURALES DEL TURISMO COMUNITARIO EN ECUADOR SOBRE EL (2015). ROL DEL CHAMÁN Y LOS RITOS MÁGICO-RELIGIOSOS. *Estudios y Perspectivas en Turismo*, 24(2), 356-373. Recuperado de <http://www.redalyc.org/articulo.oa?id=180738583009>.
- Cabrera, G. (2004). Teorías y modelos en la salud pública del siglo XX. *Colombia Médica*, 35(3), 164-168. Recuperado de <https://www.redalyc.org/pdf/283/28300308.pdf>

- Caicedo, A. El Uso Ritual de Yajé: Patrimonialización y Consumo en Debate. *Revista Colombiana de Antropología*, 46(1), 63-86. Recuperado de http://www.scielo.org.co/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S0486-65252010000100003&lng=en&tlng=es.
- Callaway, J. & Grob, C. (1998). Ayahuasca Preparations and Serotonin Reuptake Inhibitors: A Potential Combination for Severe Adverse Interactions. *Journal of Psychoactive Drugs*, 30(4), 367-369. Recuperado de <http://dx.doi.org/10.1080/02791072.1998.10399712>.
- Calter, P. (2020). Polygons, Tilings, & Sacred Geometry. Recuperado de <https://math.dartmouth.edu/~matc/math5.geometry/unit5/unit5.html>.
- Cardwell, F. (2011). Knowledge, Attitudes and Practices of Global Environmental Change and Health: Toward Sustainable Behaviour Change?. *McMaster University (Ontario)*. p.132.
- Carroll, P. (1978). *Liber Null*. ISBN 0-87728-639-6.
- Carroll, P. (1982). *Psychonaut*. ISBN 0-87728-639-6.
- Chantre y Herrera, J. (1901). *Historia de las misiones de la Compañía de Jesús en el Maraón*. Madrid, España.
- Coder, K. (2017). *After the Ceremony Ends: A Companion Guide to Help You Integrate Visionary Plant Medicine Experiences*.
- Cohen, I. (2017). *Re-Turning to Wholeness: The Psycho-Spiritual Integration Process of Ayahuasca Ceremonies in Western Participants From a Jungian Perspective*. California Institute of Integral Studies ProQuest Dissertations. Recuperado de <https://www.proquest.com/openview/37f24c7d0852fdef99c2dc4981393cc8/1?pq-origsite=gscholar&cbl=18750>.
- Contreras, D. (2022). *Sahumos y Sahumerios*. Udemy. Recuperado de <https://www.udemy.com/course/sahumos-y-sahumerios/>.
- Corrales, E. (2010). La intuición como proceso cognitivo. *Revista Comunicación*, 19(2), 33-42. Recuperado de <https://www.redalyc.org/src/inicio/ArtPdfRed.jsp?iCve=16620599006>.
- Corredor-Aranguren, A., Chidiak-Tawil, S., Jarpa-Remaggi, P., Urdaneta-Paredes, L., Sánchez-Contreras, N., Aparicio-Zambrano, R. et al. (2013). Determinación del nivel de nicotina en el chimó venezolano. *Universidad de Los Andes, Mérida - República Bolivariana de Venezuela. Rev Fac Farm.*, 55 (2), 6-10.
- Corsini, R. (1998). *Encyclopedia of Psychology*. United States: John Wiley & Sons. ISBN 9780471192824.
- Courraud, J., Chater-Diehl, E., Durand, B., Vicent, M., Muniz, M., Boujelbene, I. et al. (2021). Integrative approach to interpret DYRK1A variants, leading to a frequent neurodevelopmental disorder. *Genet Med*, 23(11), 2150-2159. DOI: 10.1038/s41436-021-01263-1.
- Cruzado, L., Núñez – Moscoso, P. & Rojas – Rojas, G. (2013). Despersonalización: más que síntoma, un síndrome. *Revista de Neuro-Psiquiatría*, 76(2), 120 – 125. Recuperado de <http://www.redalyc.org/articulo.oa?id=372036944009>.
- Dawson, A. (2013). *Santo Daime in late-modern context*. En: *Santo Daime, A New World Religion*. Bloomsbury Academic. DOI: 10.5040/9781472552617.ch-005
- Dass, R. (1971). *Be Here Now*. Lama Foundation. ISBN 978-0-517-54305-4.
- del Rio, M. Ayahuasca, la Planta Maestra Entre psicología y vegetalismo amazónico. Una aproximación antropológica a las ceremonias de ayahuasca de un Centro Comunitario y Terapéutico de la ciudad de Buenos Aires. Recuperado de https://ri.unsam.edu.ar/bitstream/123456789/1652/1/TLIC_IDAES_2017_RMSD.pdf.
- Dell'Erba, S., Brown, D. & Proulx, M. (2018). Synesthetic hallucinations induced by psychedelic drugs in a congenitally blind man. *Consciousness and Cognition*, 60(00), 127 – 132. DOI:10.1016/j.concog.2018.02.008.
- Demon, J. (2008). Un acercamiento al pluralismo médico en los Andes. En: *Transformaciones sociales y sistemas de salud en América Latina*. Recuperado de <https://biblio.flacsoandes.edu.ec/libros/digital/40796.pdf>.

- Doering-Silveira, E. et al. (2005). Ayahuasca in Adolescence: A Neuropsychological Assessment. *Journal of Psychoactive Drugs*, 37(2), 123-128. DOI: 10.1080/02791072.2005.10399791.
- Diez, A. (2010). Reiki, Qué Es y Cómo Funciona. Editorial Universitaria de Barcelona. ISBN 9788447534395.
- dos Santos, R. (2010). The pharmacology of ayahuasca: a review. *Brasilia Medica*, 47(2), 188-195. Recuperado de: https://www.researchgate.net/publication/216385567_The_pharmacology_of_ayahuasca_a_review.
- dos Santos, R. (2013). A Critical Evaluation of Reports Associating Ayahuasca with Life-Threatening Adverse Reactions. *Journal of Psychoactive Drugs*, 45(2), 179-188. DOI: 10.1080/02791072.2013.785846.
- dos Santos, R. (2014). Immunological Effects of Ayahuasca in Humans. *Journal of Psychoactive Drugs*, 46(5), 383–388. DOI:10.1080/02791072.2014.960113
- dos Santos, R., Bouso, J. & Cecilio, J. (2017). Ayahuasca: what mental health professionals need to know. *Arch Clin Psychiatry*, 44(4), 103-9. DOI: 10.1590/0101-60830000000130
- dos Santos, R., Bouso, J. & Hallak, J. (2017). Ayahuasca dimethyltryptamine, and psychosis: a systematic review of human studies. *Therapeutic Advances in Psychopharmacology*. DOI: 10.1177/2045125316689030.
- dos Santos, R., Osório, F., Crippa, J. & Hallak, J. (2016). Antidepressive and anxiolytic effects of ayahuasca: a systematic literature review of animal and human studies. *Revista Brasileira de Psiquiatria*, 38, 65–72. DOI:10.1590/1516-4446-2015-1701.
- Echegaray, J., Echegaray, P. & Mosquera, A. (2011). Homeopatía, Principales Remedios Homeopáticos. *Revista Española de Podología*, XXII(6), 226 – 233. Recuperado de <https://www.elsevier.es/es-revista-revista-espanola-podologia-224-pdf-X0210123811501530>.
- Eisner, B. (1997). Set, Setting and Matrix. *Journal of Psychoactive Drugs*, 29(2), 213 – 216. DOI:10.1080/02791072.1997.10400190
- Ellie Mental Health (2022). Intero Psychedelic Therapy. Recuperado de <https://www.intero-psychedelic.com/psychological-preparation-guide>.
- Enciclopedia Argentina de Salud Mental. (2022). Flexibilidad Cognitiva. Recuperado de https://ri.conicet.gov.ar/bitstream/handle/11336/126271/CONICET_Digital_Nro.1fcda4f9-34ee-47d5-a7f9-96a2d0d3a522_A.pdf?sequence=2&isAllowed=y.
- Escobar, G. (2015). Las Propiedades Farmacocinéticas del Ayahuasca. *LIBERABIT*, 21(2), 313-319. Recuperado de <http://www.scielo.org.pe/pdf/liber/v21n2/a13v21n2.pdf>.
- Freckska, E. (2011). The Risks and Potential Benefits of Ayahuasca Use from a Psychopharmacological Perspective. En: *The Internationalization of Ayahuasca*. DOI:10.13140/RG.2.1.1939.9286.
- Freckska, E., Csaba, E., Vargha, A. & Luna, L. (2012). Enhancement of Creative Expression and Entoptic Phenomena as After-Effects of Repeated Ayahuasca Ceremonies. *Journal of Psychoactive Drugs*. 44(3), 191-199. DOI: 10.1080/02791072.2012.703099.
- Freckska, E., Szabo, A., Winkelman, M., Luna, L. & McKenna, D. (2013). A possibly sigma-1 receptor mediated role of dimethyltryptamine in tissue protection, regeneration, and immunity. *J. Neural. Transm*, 120, 1295–1303.
- Galvão-Coelho, N. et al. (2020). Changes in inflammatory biomarkers are related to the antidepressant effects of Ayahuasca. *Journal of Psychopharmacology*, 1-9. DOI: 10.1177/0269881120936486
- Gandy, S., Forstmann, M., Lester, R., Timmermann, C., Luke, D. & Watts, R. (2020). The potential synergistic effects between psychedelic administration and nature contact for the improvement of mental health. *Health Psychology*. DOI: 10.1177/2055102920978123.
- Garcés – Rimón, M. & Castro, M. (2016). Hábitos de vida saludable desde la adolescencia. *REVISTA DE ESTUDIOS DE JUVENTUD*, 112. Recuperado de: https://www.injuve.es/sites/default/files/revista112_8.pdf
- Gessen, V. & Gessen, M. (2002). Programación neurolingüística. *Educere*, 6(19), 341-343. Recuperado de <http://www.redalyc.org/articulo.oa?id=35601914>.

- Giménez, G., Olguin, G. & Almirón, M. (2020). Yoga: beneficios para la salud. Una revisión de la literatura. *Anales de la Facultad de Ciencias Médicas*, 53 (137). DOI: 10.18004/anales/2020.053.02.137.
- Golden, T., Magsamen, S., Sandu, C., Lin, S., Roebuck, G., Shi, K. et al. (2022). Effects of Setting on Psychedelic Experiences, Therapies, and Outcomes: A Rapid Scoping Review of the Literature. *Current Topics in Behavioral Neurosciences*. DOI:10.1007/7854_2021_298
- Gómez – Escolar, A. (2022). Guía Esencial del Renacimiento Psicodélico. ISBN: 9788418943188.
- Grob, C., McKenna, D., Callaway, J., Brito, G., Oberlaender, G., Saide, O., et al. (1996). Human Psychopharmacology of Hoasca: a plant hallucinogen used in ritual context in Brazil. *Journal of Nervous and Mental Disorders*, 184 (2), 86-94.
- Gumucio, S., Merica, M., Luhmann, N., Fauvel, G., Zompi, S. & Ronsse, A., et al. (2011). Data collection: The KAP survey model (knowledge, attitude and practices). *Médecins du monde*. Recuperado de: <https://www.medecinsdumonde.org/en/actualites/publications/2012/02/20/kap-survey-model-knowledgeattitude-and-practices>.
- Haden, M. (2019). Manual for Psychedelic Guides. Recuperado de https://uploads-ssl.webflow.com/5f7390dfac8708fbb8e78a8c/5fb9cd63019a29942351bce5_Psychedelic-treatment-manual-jan-7-2019.pdf.
- Haden, M., Emerson, B. & Tupper, K. (2016). A Public-Health-Based Vision for the Management and Regulation of Psychedelics. *Journal of Psychoactive Drugs*. DOI: 10.1080/02791072.2016.1202459.
- Hare, M. (1928). Tyramine oxidase. I. A new enzyme system in liver. *Biochem J*, 22(4), 968-79. DOI: 10.1042/bj0220968.
- Harris, R. & Gurel, L. (2012). A Study of Ayahuasca Use in North America. *Journal of Psychoactive Drugs*. 44(3), 209-215. DOI: 10.1080/02791072.2012.703100.
- Hartogosohn, I. (2013). The American Trip: Set, Setting, and Psychedelics in 20th Century Psychology. MAPS. Recuperado de: https://maps.org/news-letters/v23n1/v23n1_p6-9.pdf.
- Hartogosohn, I. (2017). Constructing drug effects: A history of set and setting. *SAGE Journals, Drug Science, Policy and Law*, 2017(3). DOI:10.1177/2050324516683325.
- Holmstedt, B. & Lindgren, J. (1967). Chemical Constituents and Pharmacology of South American Snuffs. *Psychopharmacology Bulletin*, 4(3), 16.
- Huxley, A. (1954). *Las Puertas de la Percepción*. Barcelona: Edhasa. ISBN 9788435015202. International Center for Ethnobotanical Education, Research and Service, ICEERS (2023). ¿Decidiendo tomar ayahuasca?. Recuperado de <https://www.iceers.org/es/decidiendo-tomar-ayahuasca/>.
- Incayawar, M., Bouchard, L., Wintrob, R. & Bartocci, G. (2009). Psychiatrists and Traditional Healers: Unwitting Partners in Global Mental Health. *Wiley*. ISBN 978-0-470-51683-6.
- Instituto Nacional sobre el Abuso de Drogas de Estados Unidos. (2019). La marihuana como medicina. Recuperado de <https://nida.nih.gov/sites/default/files/drugfacts-medicalmarijuana-spanish.pdf>.
- Jaberi, A. Mommennasab, M., Yektatalab, S., Ebadi, A. & Ali, M. (2017). Spiritual Health: A Concept Analysis. *Journal of Religion and Health*, 58(8). DOI:10.1007/s10943-017-0379-z.
- Janzen, D. (2002). The social fabric of Health. *An introduction to Medical Anthropology*. Boston: McGraw-Hill.
- Jiménez-Garrido, D. et al. (2020). Effects of ayahuasca on mental health and quality of life in naïve users: A longitudinal and crosssectional study combination. *Scientific Reports*, 10(4075). Recuperado de <https://doi.org/10.1038/s41598-020-61169-x>.
- Johnson, M., Hendricks, P., Barrett, F. & Griffiths, R. (2019). Classic psychedelics: An integrative review of epidemiology, therapeutics, mystical experience, and brain network function. *Pharmacology & Therapeutics*, 197, 83–102. DOI:10.1016/j.pharmthera.2018.11.010.

- Jung, C. (1916). La Estructura de lo Inconsciente. En: Obra completa de Carl Gustav Jung. Volumen 7: Dos escritos sobre psicología analítica. Madrid: Editorial Trotta. ISBN 978-84-8164-759-4/ ISBN 978-84-8164-760-0.
- Jung, C. (1956). Symbols of transformation. An analysis of the prelude to a case of schizophrenia. New York: Bollingen Foundation Inc.
- Kaasik, H. & Kreegipuu, K. (2020). Ayahuasca Users in Estonia: Ceremonial Practices, Subjective Long-Term Effects, Mental Health, and Quality of Life. *Journal of Psychoactive Drugs*. DOI: 10.1080/02791072.2020.1748773
- Karolinska Institutet. (2013). Cell memory mechanism discovered. *ScienceDaily*. Recuperado de <https://www.sciencedaily.com/releases/2013/08/130815161545.htm>.
- Kavenská, V. & Simonová, H. (2015). Ayahuasca Tourism: Participants in Shamanic Rituals and their Personality Styles, Motivation, Benefits and Risks. *Journal of Psychoactive Drugs*, 00(00), 1–9. DOI:10.1080/02791072.2015.1094590.
- Kazianka, B. (2012). ¿EL PLURALISMO MEDICO COMO CONCEPTO ADECUADO EN EL CONTEXTO DE LA BIOMEDICINA “GLOBAL” Y LA MEDICINA INDÍGENA “LOCAL”? UN ENSAYO SOBRE LA REALIDAD MÉDICA DE LOS MAYAS ITZÁES EN SAN JOSÉ, GUATEMALA. *Scripta Ethnologica*, XXXIV, 39-68. Consejo Nacional de Investigaciones Científicas y Técnicas. Buenos Aires, Argentina.
- Kensinger, K. (1976). El uso del Banipteropsis entre los cashinahua del Perú. En: Harner, M. *Alucinógenos y chamanes*. Madrid. ISBN 9788433502131.
- Kettner, H., Gandy S., Haijen E. & Carhart-Harris, R. (2019). From Egoism to Ecoism: Psychedelics Increase Nature Relatedness in a State-Mediated and Context-Dependent Manner. *Int. J. Environ. Res. Public Health*, 16, 5147. DOI:10.3390/ijerph16245147
- Kjellgren, A., Eriksson, A. & Norlander, T.(2009). Experiences of encounters with ayahuasca—“The vine of the soul”. *J. Psychoact. Drugs*, 41, 309–315.
- Kjellgren, A. & Soussan, C. (2011). Heaven and Hell—A Phenomenological Study of Recreational Use of 4-HO-MET in Sweden. *Journal of Psychoactive Drugs*, 43(3), 211-219. Recuperado de <http://dx.doi.org/10.1080/02791072.2011.605699>.
- Klein, B. (2012). The 5D-ASC Test for Non-Ordinary States of Consciousness. *TESTS & MEASUREMENT*. Walden University.
- Kuypers, K., Riba, J., Revenga, M., Barker, S., Theunissen, E. & Ramaekers, J. (2016). Ayahuasca enhances creative divergent thinking while decreasing conventional convergent thinking. *Psychopharmacology (Berl)*, 233: 3395 – 3403. DOI: 10.1007/s00213-016-4377-8
- Kyzar, J., Nichols, D., Gainetdinov, R., Nichols, E. & Kalueff, V. (2017). Psychedelic Drugs in Biomedicine. *Trends in Pharmacological Sciences*. DOI:10.1016/j.tips.2017.08.003
- Labate, B. (2011). Consumption of Ayahuasca by Children and Pregnant Women: Medical Controversies and Religious Perspectives. *Journal of Psychoactive Drugs*, 43(1), 27-35.
- Leary, T. Metzner, R. & Alpert, R. (1964). The Psychedelic Experience: A Manual Based on The Tibetan Book of the Dead. Recuperado de: <https://www.trippingly.net/lsd-studies/2018/10/13/the-psychedelic-experience-a-manual-based-on-the-tibetain-book-of-the-dead>.
- Leary, T., Metzner, R., Alpert, R. & Wallace, B. (1996). The Psychedelic Experience FAQ. Recuperado de https://erowid.org/psychoactives/faqs/psychedelic_experience_faq.shtml
- Leslie, C. (1976). Introduction. *Asian medical systems: a comparative study*. London: University of California Press.
- Lévi-Strauss, C. (1997). La Eficacia Simbólica. En: *Antropología estructural*. Barcelona. Ediciones Altaya.
- Liang, Z., Li, D. & Yu, S. (2020). Pharmacological effects of harmine and its derivatives: a review. *Archives of Pharmacal Research*. DOI:10.1007/s12272-020-01283-6.
- Linares, R. (2017). Resiliencia o adversidad como Oportunidad. Editorial Espuela de Plata.
- López, S. (2003). Los enteógenos y la ciencia. Recuperado de <http://www.rediris.es/list/info/enteogenos.es.html>.

- Lugo, L., García, H. & Gómez, C. (2006). Confiabilidad del cuestionario de calidad de vida en salud SF-36 en Medellín, Colombia. *Rev Fac Nac Salud Pública*, 24(2). Universidad de Antioquia.
- Luke, D. (2017). *Otherworlds: Psychedelics and Exceptional Human Experience*. Muswell Hill Press: London, UK.
- Luna, E. (2010). *Ayahuasca: Shamanism Shared Across Cultures*. Recuperado de: <https://www.culturalsurvival.org/publications/cultural-survival-quarterly/ayahuasca-shamanism-shared-across-cultures>.
- Luoma, J., Chwyl, C., Bathje, G., Davis, A. & Lancelotta, R. (2020). A Meta-Analysis of Placebo-Controlled Trials of Psychedelic-Assisted Therapy. *Journal of Psychoactive Drugs*. DOI: 10.1080/02791072.2020.1769878
- Macrae, E. (1998). GUIADO POR LA LUNA. SHAMANISMO Y USO RITUAL DE LA AYAHUASCA EN EL CULTO DE SANTO DAIME. Ediciones Abya-Yala. Recuperado de https://digitalrepository.unm.edu/cgi/viewcontent.cgi?article=1276&context=abya_yala.
- Magnin, J. (1988). Breve descripción de la Provincia de Quito, en la América meridional, y de sus misiones de Succumbíos de religiosos de S. Franc., y de Maynas de PP. de la Comp. de Jhs. a las orillas del gran Río Marañón, hecha para el mapa que se hizo el año 1740 por el P. Juan Magnín misionero en dichas Misiones.
- Mahmoudian, M., Jalilpour, H. & Salehian, P. (2002). Toxicity of Peganum harmala: Review and a Case Report. *IRANIAN JOURNAL OF PHARMACOLOGY & THERAPEUTICS*, 1(1), 1-4. Recuperado de <http://www.bioline.org.br/pdf?pt02001>.
- Majić, T., Schmidt, T. & Gallinat, J. (2015). Peak experiences and the afterglow phenomenon: when and how do therapeutic effects of hallucinogens depend on psychedelic experiences?. *J Psychopharmacol*, 29(3), 241-53. DOI:10.1177/0269881114568040.
- Malcolm, B. (2021). Antidepressants and Psychedelics. SpiritPharmacist. Recuperado de <https://www.spiritpharmacist.com>.
- Malcolm, B. (2021). Essential Oils and Psychedelics. Recuperado de <https://psychable.com/psychedelics/essential-oils-and-psychedelics>.
- Maroni, P. (1988), Noticias auténticas del famoso Río Marañón y misión apostólica de la Compañía de Jesús de la Provincia de Quito en los dilatados bosques de dicho río, escribías por los años de 1738, un misionero de la misma compañía. Iquitos: Instituto de Investigaciones de la Amazonía Peruana (IIAP).
- Maslow, A. (1943). A Theory of Human Motivation. *Psychological Review*, 50, 370-396. Recuperado de: <http://psychclassics.yorku.ca/Maslow/motivation.htm>.
- Maslow, A. (1964). *Religions, values, and peak experiences*. London: Penguin Books Limited.
- McGahan, A. (2022). An exploration of naturalistic psychedelic use. Recuperado de <https://ir.canterbury.ac.nz/bitstream/handle/10092/104775/An%20exploration%20of%20naturalistic%20psychedelic%20use%20-%20double%20spaced.pdf?sequence=3&isAllowed=y>.
- Medellín, J. & Fajardo, D. (2006). *Diccionario de Colombia*. Grupo Editorial Norma. Bogotá. ISBN 958-04-8561-5.
- McKenna, D., Towers, G., & Abbott, F. (1984). Monoamine Oxidase Inhibitors in South American Hallucinogenic Plants: Tryptamine and β -Carboline Constituents of Ayahuasca. *Journal of Ethnopharmacology*, 10(2), 195-223.
- Melo, R. (2016). A Symbolic Interpretation of udy Trance. En Labate, B. *The World Ayahuasca Diaspora: Reinventions and Controversies*. ISBN 9781315551425.
- Mian, M., Altman, B. & Earleywine, M. (2019). Ayahuasca's Antidepressant Effects Covary with Behavioral Activation as Well as Mindfulness. *Journal of Psychoactive Drugs*. DOI: 10.1080/02791072.2019.1674428.
- Miller, B. (2011). *Antropología Cultural* (5° ed.). Madrid: PEARSON EDUCACIÓN, S.A.
- Millstine, D. (2021). *Naturopatía. Manual MSD*. Recuperado de <https://www.msdmanuals.com/es-ec/professional/temas-especiales/medicina-integradora-alternativa-y-complementaria/naturopat%C3%ADa>.

- Ministerio de Salud Pública del Ecuador. (2016). Acuerdo Ministerial No. 00000037. Recuperado de <https://www.salud.gob.ec/wp-content/uploads/2017/04/Acuerdo-Ministerial-Nro-37.pdf>.
- Moñivas, A., García-Diex, G. & García-De-Silva, R. (2012). MINDFULNESS (ATENCIÓN PLENA): CONCEPTO Y TEORÍA. *Portularia*, XII, 83-89. Recuperado de <http://www.redalyc.org/articulo.oa?id=161024437009>.
- Moreira, S., Soubhia, P., Silveira, G., Corrêa-Neto, N., Lanaro, R., Costa, J. & Linardi, A. (2018). Effect of Ritualistic Consumption of Ayahuasca on Hepatic Function in Chronic Users. *Journal of Psychoactive Drugs*. DOI: 10.1080/02791072.2018.1557355
- Moscovici, S. (1979). El psicoanálisis, su imagen y su público. Huemul S.A., Buenos Aires.
- Moscovici, S. (1988). Notes toward a description of social representations. *European Journal of Social Psychology*, 18, 211-250.
- Moscovici, S. (1993). Toward a Social Psychology of Science. *Journal for the Theory of Social Behavior*, 22(4), 343-373.
- Moscovici, S. (2000). Social representations. *Explorations in Social Psychology*. Polity Press, Cambridge.
- Muñoz, H. (2009). Somatización: consideraciones diagnósticas. *Rev. Fac. Med.*, 17(1), 55 – 64. Recuperado de <http://www.scielo.org.co/pdf/med/v17n1/v17n1a09.pdf>.
- Murphy-Beiner, A. (2019). Ayahuasca's 'afterglow': improved mindfulness and cognitive flexibility in ayahuasca drinkers. *Psychopharmacology*. Recuperado de <https://doi.org/10.1007/s00213-019-05445-3>.
- Musalem, P. (2014). Ayahuasca para Principiantes. *Cuad. Méd. Soc.*, 54(1).
- Naciones Unidas: Junta Internacional de Fiscalización de Estupefacientes. (2011). Informe de la Junta Internacional de Fiscalización de Estupefacientes correspondiente a 2010. Recuperado de https://www.incb.org/documents/Publications/AnnualReports/AR2010/AR_2010_Spanish.pdf.
- Naranjo, P. (1959). Estudio comparativo de la harmina, la dietilamida del ácido lisérgico (LSD-25) y la mescalina. *Rev. Confed. Médica Panam*, 6, 1–8.
- Navas, C., Villegas, H., Hurtado, R. & Zapata, D. (2006). La Conexión Mente-Cuerpo-Espíritu y su Efecto en la Promoción de la Salud en Pacientes Oncológicos. *Revista Venezolana de Oncología*, 18(1), 28-37. Recuperado de <http://www.redalyc.org/articulo.oa?id=375635118006>.
- Newcombe, R. (1999). Psychonautics: a model and method for exploring the subjective effects of psychoactive drugs. Conference: Club Health 2000 – First International Conference on Nightlife and Substance Use. Recuperado de https://www.researchgate.net/publication/268576819_Psychonautics_a_model_and_method_for_exploring_the_subjective_effects_of_psychoactive_drugs.
- Newcombe, R. (2008). Ketamine Case Study: The Phenomenology of a Ketamine Experience. *Addiction Research & Theory*, 16 (3), 209. DOI: 10.1080/16066350801983707.
- Nour, M., Evans, L., Nutt, D. & Carhart – Harris, R. (2016). Ego-Dissolution and Psychedelics: Validation of the Ego-Dissolution Inventory (EDI). *Frontiers in Human Neuroscience*. DOI:10.3389/fnhum.2016.00269.
- Novella, S. (2011) Reiki. Science – Based Medicine. Recuperado de <https://sciencebasedmedicine.org/reiki/>.
- O'Callaghan, C., Hubik, D., Dwyer, J., Williams, M. & Ross, M. (2020). Experience of Music Used With Psychedelic Therapy: A Rapid Review and Implications. *Journal of Music Therapy*, XX(XX), 2020, 1–33. DOI:10.1093/jmt/thaa006.
- Oliveros-Bastida, A. (2008). El fenómeno alelopático. El concepto, las estrategias de estudio y su aplicación en la búsqueda de herbicidas naturales. *Química Viva*, 7(1), 2-34. Recuperado de <http://www.redalyc.org/articulo.oa?id=86370102>.
- Ona, G. et al. (2019). Ayahuasca and Public Health: Health Status, Psychosocial Well-Being, Lifestyle, and Coping Strategies in a Large Sample of Ritual Ayahuasca Users. *Journal of Psychoactive Drugs*. DOI: 10.1080/02791072.2019.1567961.

- Oorsouw, K., Toennes, S. & Ramaekers, J. (2022). Therapeutic effect of an ayahuasca analogue in clinically depressed patients: a longitudinal observational study. *Psychopharmacology*, 239(6), 1839–1852. DOI: 10.1007/s00213-021-06046-9
- Organización Mundial de la Salud. (2013). Estrategia de la OMS sobre medicina tradicional 2014-2023. ISBN 978 92 4 350609.
- Organización Mundial de la Salud. (2013). OMS | Salud mental: un estado de bienestar [Internet]. Recuperado de http://www.who.int/features/factfiles/mental_health/es/.
- Organización Mundial de la Salud (1948). Constitución de la Organización Mundial de la Salud. Recuperado de <https://www3.paho.org/gut/dmdocuments/Constituci%C3%B3n%20de%20la%20Organizaci%C3%B3n%20Mundial%20de%20la%20Salud.pdf>.
- Orozco, R. (2003). Las Flores de Bach Hoy. *Natura Medicatrix*, 21(5), 300 – 309.
- Ott, J. (2001). Pharmaiiopo-Psychnautics: Human Intranasal, Sublingual, Intrarectal, Pulmonary and Oral Pharmacology of Bufoteninet. *Journal of Psychoactive Drugs*. 33(3), 273 – 281.
- Patel, K., Gadewar, M., Tripathi, R., Prasad, S. & Kumar, D. (2012). A review on medicinal importance, pharmacological activity and bioanalytical aspects of beta-carboline alkaloid “Harmine”. *Asian Pacific Journal of Tropical Biomedicine*, 2(8), 660-664. DOI: doi:10.1016/s2221-1691(12)60116-6.
- Peralta, C. (2009). Etnografía y métodos etnográficos. *Revista Colombiana de Humanidades*, 74, 33-52. Universidad Santo Tomás. Bogotá, Colombia. Recuperado de <https://www.redalyc.org/pdf/5155/515551760003.pdf>
- Pérez, M. (2003). A propósito de las representaciones sociales : apuntes teóricos, trayectoria y Actualidad. CIPS - Centro de Investigaciones Psicológicas y Sociológicas. Recuperado de http://biblioteca.clacso.org.ar/Cuba/cips/20130628110808/Perera_perez_repr_sociales.pdf.
- Pieter, V., Goudriaan, A., Ter, B. & Blom, J. (2021). On Perception and Consciousness in HPPD: A Systematic Review. *Front Neurosci*, 11(15), 675-768. DOI: 10.3389/fnins.2021.675768.
- Pineda, A. (2017). El Altar como Símbolo Central en los Ritos y Velorios. *Dissertare*, 2(1), 119 – 128. ISSN: 2542-3177.
- Puerta, J. & Padilla, D. (2011). Terapia cognitiva - conductual (TCC) como tratamiento para la depresión: una revisión del estado del arte. *Duazary*, 8(2), 251-257.
- Quirce, C. (2010). El modelo del arriba y del debajo de la conciencia: análisis etnopsicofarmacológico del uso de plantas enteogénicas. *Reflexiones*, 90(1), 195-214.
- Redmond, J., López, R. & Budrovich, J. (2016). La ayahuasca como filosofía de vida. En: De camino a la filosofía. Recuperado de <http://www.selecciondetextos.cl/wp-content/uploads/2016/12/VOL-6-ST.pdf#page=164>.
- Revonsuo, A., Kallio, S. & Sikka, P. (2009). What is an altered state of consciousness?. *Philosophical Psychology*, 22(2), 187–204.
- Riba, J & Barbanoj, M. (2005). Bringing Ayahuasca to the Clinical Research Laboratory. *Journal of Psychoactive Drugs*, 37(2), 219-230. DOI: 10.1080/02791072.2005.10399804.
- Ribeiro, P., Mauricio, I., Sales, J. & Strassman, R. (2009). A Six-Month Prospective Evaluation of Personality Traits, Psychiatric Symptoms and Quality of Life in Ayahuasca-Naïve Subjects. *Journal of Psychoactive Drugs*, 41(3), 205-212. DOI: 10.1080/02791072.2009.10400530.
- Ribeiro, P., Sales, J. & Dalgalarrodo, P. (2005). Altered States of Consciousness and Short-Term Psychological After-Effects Induced by the First Time Ritual Use of Ayahuasca in an Urban Context in Brazil. *Journal of Psychoactive Drugs*, 37(2), 193-201. DOI: 10.1080/02791072.2005.10399801
- Rodríguez, J. & Quirce, C. (2012). LAS PLANTAS Y LOS HONGOS ALUCINÓGENOS: REFLEXIONES PRELIMINARES SOBRE SU ROL EN LA EVOLUCIÓN HUMANA. *Reflexiones*, 91(2), 9-32. Recuperado de <http://www.redalyc.org/articulo.oa?id=72923962001>.

- Rodríguez, M., Couto, M. & Díaz, N. (2016). Modelo salutogénico: enfoque positivo de la salud. Una revisión de la literatura. *Acta Odontológica Venezolana*, 53(3). Recuperado de: <https://www.actaodontologica.com/ediciones/2015/3/art-19/>.
- Rojas-Bolívar, D. (2014). Ayahuasca: el encuentro de dos paradigmas. *Revista de Neuro-Psiquiatría*, 77(1), 40-47. Universidad Peruana Cayetano Heredia. Recuperado de <https://www.redalyc.org/pdf/3720/372033985005.pdf>.
- Román, F., Santibáñez, P. & Vinet, E. (2016). Uso de las Escalas de Depresión Ansiedad Estrés (DASS-21) como Instrumento de Tamizaje en Jóvenes con Problemas Clínicos. *ACTA DE INVESTIGACIÓN PSICOLÓGICA*, 6(1), 2325 – 2336.
- Rommelspacher, H. & Susilo, R. (1985) Tetrahydroisoquinolines and β -carbolines: putative natural substances in plants and mammals. *Prog Drug Res*, 29, 415–459.
- Roseman, L. (2019). Functional imaging investigation of psychedelic visual imagery. DOI:10.25560/74573.
- Rosso, M. & Lebl, B.(2006). TERAPIA HUMANISTA EXISTENCIAL FENOMENOLÓGICA: ESTUDIO DE CASO. Ajayu. *Órgano de Difusión Científica del Departamento de Psicología de la Universidad Católica Boliviana "San Pablo"*, 4(1), 90-117. Recuperado de <http://www.redalyc.org/articulo.oa?id=461545473005>.
- Ruffell, S., Netzband, N., Tsang, W., Davies, M., Butler, M., Rucker, J. et al. (2021). Ceremonial ayahuasca in amazonian retreats—mental health and epigenetic outcomes from a six-month naturalistic study. *Frontiers in Psychiatry*, 12, 898. DOI: 10.3389/fpsyt.2021.687615.
- Ruiz, F., García-Martín, M., Suárez-Falcón, J., & Odriozola-González, P. (2017). The hierarchical factor structure of the Spanish version of Depression Anxiety and Stress Scale - 21. *International Journal of Psychology and Psychological Therapy*, 17, 97-105.
- Rupp, M. (2017). The Psychedelic Experience. *Sapiensoup Blog*. Recuperado de <https://sapiensoup.com/psychedelic-experience>.
- Ruscher, K.; Wieloch, T. (2015). The involvement of the sigma-1 receptor in neurodegeneration and neurorestoration. *J. Pharmacol. Sci.*, 127, 30–35.
- Sánchez, M. (2010). La huella del chamán: Mitos y rituales de una espiritualidad ancestral. *Revista Pucara*, 23, 45 – 64.
- Schenberg, E. (2013). Ayahuasca and cancer treatment. *SAGE Open Medicine*. DOI: 10.1177/2050312113508389.
- Schierenbeck, A. (2020). Recepción de tratados internacionales de sustancias controladas y las plantas mágico-religiosas [Tesis para optar el Título de Abogado]. Universidad de Piura. Facultad de Derecho. Recuperado de https://pirhua.udep.edu.pe/bitstream/handle/11042/4739/DER-L_039.pdf?sequence=1&isAllowed=y.
- Scuro, J. (2018). (Neo)chamanismo. Aspectos constitutivos y desafíos analíticos. *Horiz. Antropol.*, 24(51), 259-288. Recuperado de <https://www.scielo.br/j/ha/a/bnJfqXcSy6shRJ5RtqmL4ny/?format=pdf&lang=es>.
- Seguín, C. (1967). Valores humanos en psicoterapia. *Acta Psiquiatr Psicol Am Lat*, 13, 121-6.
- Shanon, B. (2003). Os conteúdos das visões da ayahuasca. *Mana*, 9(2), 109-152.
- Shanon, B. (2010). The epistemics of ayahuasca visions. *Phenom Cogn Sci*, 9(2), 263–280. DOI: 10.1007/s11097-010-9161-3
- Siskind, J. (1973). *To Hunt in the Morning*. Oxford University Press. ISBN 0-19-501891-5.
- Sociedad de Psicología Australiana (2021). Psychologists and psychedelic – assisted therapy. Recuperado de <https://psychology.org.au/getmedia/1549bc9d-69da-4085-91b6-68e489ba696d/050922aps-ps-psychedelics-p2.pdf>.
- Spruce, R. (1908). *Notes of a botanist on the Amazon and the Andes*. A.R. Wallace.
- Stewart, D. (1998). *Gower handbook of management skills*. Gower Publishing. ISBN 0-566-07889-9.
- Strassman, R. (2001). *DMT: The Spirit Molecule. A Doctor's Revolutionary Research into the Biology of Near-Death and Mystical Experiences*. Rochester, Vt: Park Street. ISBN 978-0-89281-927-0.

- Studerus, E., Gamma, A., & Vollenweider, F. (2010) Psychometric Evaluation of the Altered States of Consciousness Rating Scale (OAV). *PLoS ONE*, 5(8), e12412. DOI: 10.1371/journal.pone.0012412.
- Teves, M., Panini, A., Garraza, M. & Calderón, P. (2018). MEDICINA ALOPÁTICA Y HOMEOPÁTICA: DOS MODELOS CONTRAPUESTOS DE PRÁCTICAS UTILIZADAS EN LA ATENCIÓN CLÍNICA. Recuperado de: http://www.fmv-uba.org.ar/comunidad/revistasylibrosdigitales/histomedicina/VolX_N2_2018/articulo_5.pdf.
- Trichter, S., Klimo, J. & Krippner, S. (2009). Changes in Spirituality Among Ayahuasca Ceremony Novice Participants. *Journal of Psychoactive Drugs*, 41(2), 121-134. Recuperado de <http://dx.doi.org/10.1080/02791072.2009.10399905>.
- Triglia, A. (2017). Las diferencias entre alucinación, pseudoalucinación y alucinosis. *Psicología y Mente*. Recuperado de: <https://psicologiymente.com/psicologia/diferencias-alucinacion-pseudoalucinacion-alucinosis>.
- Uthaug, M., van Oorsouw, K., Kuypers, K., Boxtel, M., Broers, N., Mason, M. et al. (2018). Sub-acute and long-term effects of ayahuasca on affect and cognitive thinking style and their association with ego dissolution. *Psychopharmacology (Berl)*, 235(10), 2979–2989. DOI: 10.1007/s00213-018-4988-3
- Uthaug, M. et al. (2021). A placebo-controlled study of the effects of ayahuasca, set and setting on mental health of participants in ayahuasca group retreats. *Psychopharmacology*, 238,1899–1910. Recuperado de <https://doi.org/10.1007/s00213-021-05817-8>.
- Vaid, G. & Walker, B. (2022). Psychedelic Psychotherapy: Building Wholeness Through Connection. *Glob Adv Health Med.*, 11, 2164957X221081113. DOI: 10.1177/2164957X221081113.
- Vilaguta, G., Ferrera, M., Rajmilb, L., Rebolloc, P., Permanyer-Miraldad, G. & Quintanae, J., et al. (2005). El Cuestionario de Salud SF-36 español: una década de experiencia y nuevos desarrollos. *Gac Sanit*, 19(2),135-150, Recuperado de <https://scielo.isciii.es/pdf/gsv/v19n2/revision1.pdf>.
- Vilatuña, F., Guajala, D., Pulamarín, J. & Ortiz, W. (2021). Sensación y percepción en la construcción del conocimiento. *Sophia, Colección de Filosofía de la Educación*, 13, 123 – 149. Recuperado de: <http://www.redalyc.org/articulo.oa?id=441846102006>.
- Villarroel, G. (2007). Las representaciones sociales: una nueva relación entre el individuo y la sociedad. *Fermentum. Revista Venezolana de Sociología y Antropología*, 17(49), 434-454. Universidad de los Andes. Mérida, Venezuela. Recuperado de <http://www.redalyc.org/articulo.oa?id=70504911>.
- Yu, A., Idle, J., Krausz, K., Kupfer, A. & Gonzalez, F. (2002). Contribution of Individual Cytochrome P450 Isozymes to the O-Demethylation of the Psychotropic beta -Carboline Alkaloids Harmaline and Harmine. *Journal of Pharmacology and Experimental Therapeutics*, 305(1), 315–322. DOI:10.1124/jpet.102.047050.



“Que el Eterno Sol
te ilumine,
el amor te rodee
y la luz pura interior
guíe tu camino.”

*(The Incredible String Band
en Woodstock, 1969)*