

La ayahuasca tiene efectos secundarios frecuentes pero no suelen ser graves

- Considerada medicina tradicional por los chamanes del Amazonas, el ayahuasca se ha popularizado en todo el planeta con fines terapéuticos, por un lado, y espirituales y



Science & Tech

<https://www.lavanguardia.com/ciencia/20221116/8608693/consumo-ayahuasca-efectos-secundarios-graves.html>

Cristina Sáez

Miércoles, 16 noviembre 2022

Considerada medicina tradicional por los chamanes del Amazonas, el ayahuasca se ha popularizado en todo el planeta con fines terapéuticos, por un lado, y espirituales y de crecimiento personal, por otro. Ahora un estudio internacional, liderado por la universidad de Melbourne, en Australia, ha analizado datos de más de 10.000 usuarios de esta droga y se ha centrado en analizar qué efectos secundarios tiene su consumo sobre la salud.

En un trabajo que publican en Plos Global Public Health, concluyen que tomar esta bebida psicoactiva, que no es adictiva, provoca una tasa elevada de consecuencias físicas y psicológicas adversas aunque, en general, no son graves.

Así, han observado que siete de cada 10 personas experimentan vómitos y náuseas, las secuelas más habituales derivadas del uso del ayahuasca, y algo más de cinco de cada 10 algún efecto psicológico. Solo un 2,3% de los participantes en el estudio reportaron haber necesitado atención médica.

“El ayahuasca se toma con fines de crecimiento personal y espirituales, no es una droga recreativa. Se toma por autocuidado, como quien practica yoga o cuida de su alimentación”, señala a La Vanguardia Jose Carlos Bouso, investigador del centro de investigación en antropología médica (MARC) de la Universitat Rovira i Virgili y de la Fundación ICEERS, y autor del estudio.

“Muchas personas que no han conseguido respuestas a problemas médicos o psiquiátricos en la medicina tradicional recurren a ceremonias de ayahuasca. También aquellos que tienen problemas de abuso de otras sustancias”, resume.

Una bebida psicoactiva

Aunque hasta el momento existían diversos trabajos observacionales, así como ensayos clínicos en marcha, que analizaban los potenciales beneficios de esta bebida para tratar, sobre todo, enfermedades como la depresión, ninguno se centraba en qué efectos secundarios tenía su consumo.

El nuevo trabajo, liderado por la Universidad de Melbourne, en Australia, analiza los datos procedentes de una encuesta global online llevada a cabo entre 2017 y 2019 en la que participaron 10,836 personas mayores de 18 años de 50 países distintos que habían tomado ayahuasca al menos una vez en la vida. Los investigadores recogieron información personal y sobre la salud de los participantes, así como del contexto en que consumían ayahuasca, incluida la motivación, así como los efectos adversos que habían experimentado.

El 69,9% de los participantes afirmaron haber tenido alguna consecuencia física adversa, la más habitual fue vomitar y sentir náuseas, que sufrieron casi siete de cada 10, seguida de dolor de cabeza (17,8%) y dolor abdominal (12,8%). Sólo el 2,3% de los encuestados necesitó atención médica.

Por lo que respecta a efectos adversos psicológicos, más de la mitad de los encuestados experimentó algún problema. El más frecuente fue ver o escuchar cosas que no eran reales (28,5%), seguido por sentirse solo o desconectado (21%) y tener pesadillas o pensamientos perturbadores (19,2%). Cerca de un 12% de las personas tuvieron estas experiencias buscaron ayuda profesional.

Sin embargo, y a diferencia de lo que ocurre con el consumo de otras sustancias, nueve de cada 10 participantes que padecieron alguno de esos efectos secundarios, físicos y mentales, no los vieron como algo negativo, sino como parte de un proceso de crecimiento.

“Los efectos secundarios son normales, como la náusea y el vómito, dentro de una ceremonia de ayahuasca. Incluso en algunas culturas tradicionales son buscados porque se consideran una purga”, explica Bouso, que destaca que la gente, lejos de sentirse intoxicada, como ocurriría con una intoxicación alimentaria en la que también se experimentan náuseas y vómitos, “se siente liberada”. “Es un efecto buscado en la mayoría de tradiciones que no pone en riesgo la salud de las personas”.

Los investigadores constataron que los efectos secundarios adversos se asociaban con mayor frecuencia a la toma de ayahuasca en contextos no supervisados y en personas vulnerables, con algún problema de salud de fondo, por lo que consideran que los resultados de este trabajo deberían servir de base para abrir un debate a nivel social sobre el uso de esta sustancia.

Por el momento, supone un desafío para las políticas de salud pública global y su regulación. Mientras que en algunos países está autorizada con fines religiosos, como en Brasil, en otros, como Perú y Colombia, goza de protección como parte de su acervo cultural; mientras que en Francia e Italia está prohibida y en España está en una zona gris.

“Tiene que haber un debate a nivel social sobre qué hacer con estas prácticas”, considera Bouso, para quien si en lugar de un debate sereno sobre su uso "se ve como una pseudociencia, como una secta que hay que perseguir y criminalizar, nos estamos poniendo una venda en los ojos ante una realidad social".

En opinión de este experto, cada vez hay más gente que acude a estas ceremonias, "no porque quieran intoxicarse ni sean masoquistas o pertenezcan a sectas raras". Resume que estas personas acuden pasados los 30 años, tienen formación universitaria, y "no están experimentando ni jugando con riesgos como sí ocurre con otras **drogas** recreativas, sino buscando respuestas que la medicina alopática tradicional no les da".