



HACIA MEJORES PRÁCTICAS EN EL USO DE LA AYAHUASCA

UNA GUÍA PARA QUIEN
ORGANIZA Y PARTICIPA



ICEERS

**HACIA MEJORES
PRÁCTICAS EN EL USO
DE LA AYAHUASCA**

**UNA GUÍA PARA QUIEN
ORGANIZA Y PARTICIPA**



ÍNDICE

◇ **Para quien participa / 09**
RESPONSABILIDAD
INDIVIDUAL

◇◇ **Para quien organiza / 23**
RESPONSABILIDAD
COLECTIVA

◇◇◇ **Para todos / 33**
RESPONSABILIDAD
LEGAL

◇◇◇◇ **Anexos / 37**
RECURSOS
Y BIBLIOGRAFÍA

El presente documento es una recopilación de buenas prácticas para el uso de la ayahuasca en contextos no amazónicos y abarca áreas de responsabilidad individual, colectiva y legal.

La ayahuasca es una decocción de diferentes plantas con una larga historia de uso en la Amazonía, donde hay registros muy antiguos de su uso por parte de los pueblos originarios. En las últimas décadas el uso de este preparado ha ido saliendo de su contexto original y expandiéndose a otras poblaciones, alcanzando en nuestros días a muchos países fuera de la Amazonia. Una de las consecuencias de esta expansión ha sido la aparición de nuevas formas de uso, que a su vez han traído tanto nuevos potenciales terapéuticos como nuevos riesgos.

Resulta evidente que aquellas personas y comunidades nativas del Amazonas con una larga historia de uso de la ayahuasca no necesitan una guía como esta, la ayahuasca forma parte de sus propios sistemas culturales y espirituales, que incluyen formas seguras de trabajar con ella, y métodos para su integración en la vida cotidiana en comunidad. Por el contrario, este documento está orientado a personas que organizan o participan en sesiones de ayahuasca que se encuentran fuera del contexto amazónico. El objetivo de esta guía es presentar una serie de **estándares mínimos de seguridad** que apoyen las sesiones de ayahuasca en estos contextos, e informar a las y los participantes de dichas sesiones, para que puedan apreciar con mejor criterio la seguridad y responsabilidad de las sesiones en las que van a participar y así elegir de manera informada.

Este documento está abierto a aportaciones y sugerencias de mejora (escribiendo a aya@iceers.org).



PARA QUIEN PARTICIPA

Responsabilidad individual

NO SE RECOMIENDA TOMAR AYAHUASCA SI...

- ◇ No sabes lo que es la ayahuasca, sus efectos y contraindicaciones.
- ◇ Lo haces porque otras personas te están empujando a ello. Una de las principales contraindicaciones de la ayahuasca es no querer tomarla.
- ◇ No confías en la persona que te va a dar la ayahuasca.
- ◇ Estás tomando antidepresivos.
- ◇ Tienes una historia, personal o familiar, de ciertos problemas mentales graves (ver en “seguridad y criterios de exclusión”).
- ◇ Estás embarazada o sospechas que puedes estarlo.
- ◇ No eres una persona con buena salud física (Versión corta: si tu estado de salud te impediría montar en una montaña rusa, a lo mejor no deberías tomar ayahuasca. Versión larga: es un poco más complicado, ver a continuación).



Aquí encontrarás información sobre riesgos y beneficios potenciales de la ayahuasca, así como generalidades de una sesión, de modo que puedas tomar decisiones más responsables¹.

Acerca de la ayahuasca

La ayahuasca es una decocción de diferentes plantas de origen amazónico. Durante siglos, diversos pueblos de la Amazonía han utilizado esta bebida como parte de su medicina tradicional, así como en rituales religiosos. En los últimos años su uso se está expandiendo, globalizando y alcanzando a personas en otros países que se acercan a ella como herramienta de desarrollo personal, espiritual o con fines terapéuticos. En nuestro país hay presencia de la ayahuasca desde hace más de dos décadas. Esta presencia tiene muchas formas, desde chamanes indígenas, vegetalistas amazónicos, religiones ayahuasqueras brasileñas, hasta círculos neo-chamánicos y terapéuticos. Aunque hay mucha variedad entre unos y otros, todos tienen en común el hecho de que se trata de sesiones guiadas por una persona. Es decir, siempre hay un guía, alguien que sirve la ayahuasca y que acompaña y atiende a los y las participantes.

1 Para una ampliación visita este link iceers.org/ayasafe

Efectos

A corto plazo los efectos empiezan *generalmente* entre 15 y 60 minutos después de la toma, y duran entre 2 y 5 horas. La ayahuasca induce un estado modificado de conciencia donde es frecuente tener visiones y cambios en la forma de pensar y de percibir la realidad. En el plano físico, la ingesta puede provocar vómitos y diarrea, lo que a menudo es interpretado como una forma de limpieza emocional y energética.

Niveles de la experiencia

Biológico

La ayahuasca, al actuar sobre el cerebro, produce efectos biológicos que se manifiestan en modificaciones transitorias de la liberación de algunas hormonas, modulación del sistema inmunitario, aumento de la presión arterial sin alcanzar parámetros patológicos. Hay que tener en cuenta que la modificación fisiológica no afecta de la misma manera a todo el mundo, o a personas con enfermedades previas. Luego, aunque la ayahuasca es fisiológicamente muy segura para personas sanas, personas con patologías deben ser más cuidadosas, sobre todo si toman otros medicamentos. (ver sección de contraindicaciones más abajo)

Autobiográfico

Son frecuentes recuerdos con imágenes del pasado y un emerger de material psicológico, a veces consciente a veces inconsciente, que se experimenta con mayor intensidad emocional. Muchos consideran la ayahuasca como una especie de espejo del propio interior, donde se pueden ver los conflictos internos, miedos y emociones difíciles, pero también las partes bellas y buenas de la vida de las personas.

Espiritual o transpersonal

La persona puede tener experiencias de acceso o tomas de contacto con realidades que van más allá de uno mismo, y se adscriben a dimensiones mitológicas, religiosas o espirituales, que van más allá de lo que uno comúnmente siente o experimenta.

Ontológico

La combinación de los efectos mencionados puede llevar a la persona a tener cambios en la concepción de sí misma y de la realidad. A mediano y largo plazo el efecto que la ayahuasca tiene sobre la vida cada persona es impredecible y varía de grupo a grupo y de persona a persona, pero se puede afirmar que a veces puede traer cambios muy profundos en la vida de las personas, y esto es algo que aquellos interesados en tomar deben tener en cuenta.

Beneficios

Algunos académicos opinan que la ayahuasca actúa como *adaptógeno*, ayudando a las personas a encontrar un mejor encaje consigo misma y con su entorno. Aunque todavía faltan estudios científicos amplios, existen cantidad de relatos de personas que tras un proceso con la ayahuasca dicen haber recibido un beneficio claro tanto personal como para su entorno cercano. Dependiendo de la situación de cada persona, su historia previa y el contexto social, los efectos pueden variar, pero existen relatos de resultados terapéuticos para gente con un rango de problemas que abarca desde la depresión, el *burn-out*, el duelo, uso compulsivo de drogas, culpa, dolor emocional, traumas de la infancia y aceptación de la muerte, hasta temas más cotidianos o del día a día, como la dirección vital, problemas en el ámbito profesional, problemas de relaciones, etc. El espectro es amplio, sin embargo, lo que parece establecido es que, aunque la ayahuasca puede ayudar, en general no basta *sólo con tomar ayahuasca*. Para que se produzca un beneficio terapéutico que sea sostenido en el tiempo es necesario un trabajo terapéutico más amplio, antes y después de la ayahuasca.

Riesgos

Durante la toma, la ayahuasca puede tener efectos potentes, que pueden entrañar ciertos peligros, especialmente si la persona no está bien atendida. Por ejemplo, puede provocar mareos y, en casos esporádicos, desmayos. Con una atención adecuada estos episodios se pueden prevenir o resolver bien, pero sin atención tienen riesgos adicionales, como caídas, contusiones, vómitos con ahogo, etc. La clave en estos casos es la **calidad de la atención y las medidas de seguridad tomadas por los organizadores**.

Existen también situaciones que se dan muy infrecuentemente pero entrañan otros peligros. Puede ocurrir que tras tomar ayahuasca los efectos se mantengan más tiempo de lo normal. También ha habido casos muy poco frecuentes donde se desencadenan brotes psicóticos que necesitan de medicación para remitir, o incluso de un tratamiento continuado. En algunos de ellos había una condición psiquiátrica previa, o una historia familiar de problemas psicológicos, pero en otros casos se trataba de personas sin antecedentes conocidos.

En general las clave para reducir los riesgos relacionados con el uso de ayahuasca son:

- ◇ Una preselección por parte de los organizadores, que excluya las patologías contraindicadas
- ◇ Una preparación psicológica de quién va a tomar
- ◇ Un contexto seguro durante la toma
- ◇ Una integración adecuada de la experiencia



Adicionalmente, se pueden encontrar una **serie de riesgos más sutiles**, que aparecen después de la sesión, incluso mucho tiempo después, y que tienen que ver con interpretaciones peligrosas de los contenidos que han emergido durante la sesión. Por ejemplo, la gente puede sentir que la ayahuasca “les ha dicho” que dejen su trabajo o su pareja, que han sufrido abusos, o que son o deben ser chamanes. A veces, esos mensajes, en lugar de verdades literales, son expresiones de la dimensión inconsciente de la propia persona. Antes de decidir lo que realmente significan es conveniente actuar con cierta prudencia y elaborar la interpretación junto a personas con experiencia acompañando este tipo de procesos. Aunque no existen muchos profesionales especializados en este área, ICEERS ofrece un servicio de apoyo gratuito² que puede servir de punto de partida.

La ayahuasca no es una panacea ni una cura mágica. No es infalible, ni un atajo en el difícil proceso de crecimiento personal. Es más útil entenderla como una linterna, que ayuda a alumbrar partes de vida las personas que están poco claras.

2 en iceers.org/ayasafe1



Por último, hay una serie de riesgos ampliamente reconocidos por las culturas y tradiciones amazónicas, pero que pueden resultar difíciles de comprender para personas de otras culturas. Según estas tradiciones durante la toma de ayahuasca las personas participantes se exponen a energías que pueden resultar positivas o tóxicas para ellos. Es parte de la formación de las personas que guían la sesión el aprender a lidiar con estas situaciones de una manera eficaz. Aunque estas perspectivas son infrecuentes en nuestro mundo, aquellos interesados en tomar ayahuasca deben saber que son comunes e importantes para las personas que participan de la cultura tradicional de la ayahuasca.

Cuando no tomar ayahuasca: Seguridad y criterios de exclusión

Contraindicaciones físicas

No se recomienda la ayahuasca para personas con problemas cardiovasculares graves (la ayahuasca aumenta ligeramente los parámetros cardiovasculares), de glaucoma, desprendimiento de retina, hipertensión grave, fracturas o cirugías recientes, enfermedades infecciosas agudas, tuberculosis, epilepsia, convulsiones, accidente cerebrovascular, enfermedades graves del hígado, vesícula, riñones o páncreas, ciertos casos de úlcera gastroduodenal o gastritis, hemorragia digestiva, o personas con problemas para vomitar.

Tampoco se recomienda para mujeres embarazadas o lactando.

Contraindicaciones psicológicas

La ayahuasca no está indicada en casos de crisis de pánico, algunas patologías psiquiátricas graves como bipolaridad, esquizofrenia, trastorno límite de la personalidad, etc. Si la persona ha tenido antecedentes de depresión grave, de intentos de suicidio o de autoagresión es importante acompañar y articular el trabajo de la ayahuasca junto con una adecuada supervisión psicológica.

Contraindicaciones farmacológicas

No es indicado el uso de ayahuasca junto fármacos o sustancias inhibitoras de la monoamino oxidasa (IMAO), fármacos o medicaciones con efecto sobre el sistema serotoninérgico, al igual que con varios antidepresivos y psicofármacos.

Sustancias psicoactivas incompatibles

Sustancias como la cocaína, las anfetaminas o la MDMA pueden interactuar negativamente con la ayahuasca, por lo que no se recomienda su combinación. Los efectos pueden resultar en crisis hipertensivas. Así mismo, la combinación de la ayahuasca con bufotenina y/o 5-MeO-DMT, presentes en otros productos de origen natural como el *Bufo alvarius*, vilca o yopo también está contraindicada.

La ayahuasca no es ni debe ser utilizada como un sustituto de psicoterapia ni de cuidados médicos.

Por último, debes consultar con un especialista si tienes algún tipo de enfermedad o usas medicación crónica (incluidas las herbales) y consultarlo previamente con la persona que llevará la experiencia.

Si tienes interés en tomar ayahuasca

La decisión de participar en una sesión siempre tiene que tomarla una o uno mismo; no debe ser inducido por otras personas. La decisión se tiene que basar en una idea clara de potenciales efectos, riesgos, beneficios y contraindicaciones en relación con el historial médico, la salud mental y el estado de ánimo general. La ayahuasca es presentada a veces como una panacea. Sin embargo, solamente es una herramienta que, en el caso de ser bien utilizada, puede actuar como catalizador del proceso terapéutico, generando mayor conciencia y, en caso de uso inadecuado, puede empeorar ciertos problemas o generar nuevos.

Cómo elegir un centro o guía

Es importante informarse de cómo se hace el trabajo/ceremonia/sesión tanto investigando online como entrevistándose previamente con la persona responsable.

Algunos criterios mínimos:

- ◇ Que se ofrezca información detallada y objetiva sobre la ayahuasca.
- ◇ Que las personas participantes pasen por una entrevista previa y rellenen una ficha de salud.
- ◇ Que no se permita la toma a personas que entren dentro de unos criterios de exclusión.
- ◇ Que él o la guía tenga muchos años de experiencia.
- ◇ Que él o la guía les inspire confianza.
- ◇ Que se informe claramente sobre los componentes y origen de la ayahuasca que se sirve o si da un análogo de la ayahuasca (*anahuasca*) sobre este.
- ◇ Que se trabaje con grupos pequeños o que él o la guía cuente con asistentes para atender a todos/as las personas participantes.
- ◇ Que los y las participantes puedan quedarse a dormir *in situ* al final de la sesión.
- ◇ Que las personas responsables sigan unos principios éticos³
- ◇ Que a posteriori de la sesión se ofrezca integración y la opción de seguimiento.

Algunas señales de alarma:

- ◇ Guías que se presenten como gurús o salvadores.

3 Por ejemplo, los de la Plataforma para la defensa de la Ayahuasca, en iceers.org/ayasafe3.

- ◇ Guías que prometan panaceas, soluciones rápidas, o garantías acerca de los resultados que se pueden obtener. Nadie que esté garantizando nada *a priori* está siendo honesto.
- ◇ Guías donde la búsqueda del lucro sea una prioridad obvia.
- ◇ Guías que muestren insensibilidad o desinterés por tu situación o por los motivos por los que quieres participar.
- ◇ Guías que tengan acercamientos con connotaciones sexuales.

Preparación antes de la toma de ayahuasca

Una vez elegido el lugar, las personas participantes pueden prepararse para la sesión tomando comidas sanas y ligeras y manteniendo una buena condición física para facilitar una experiencia con ayahuasca más fluida y quizás también más segura. Comúnmente se aconseja procurar que la última comida tenga lugar unas 6 horas antes de la toma. Mantén tu cuerpo hidratado y ve a la ceremonia habiendo descansado previamente, evita el consumo de alcohol, de estimulantes, de opiáceos y de otras drogas en las semanas previas a la toma. Es muy importante reducir las expectativas de cara a la toma (son frecuentes las expectativas irreales) y establecer una intención definida que dará dirección a la toma.

La toma, recomendaciones básicas

Se recomienda a los que tomen ayahuasca por primera vez, que empiecen con una dosis baja, para que se familiaricen con los efectos de la ayahuasca.

La ayahuasca es una planta poderosa, tómala con respeto. Aunque pienses que no te está haciendo efecto, a menudo basta ponerse de pie e intentar caminar para darse cuenta de la potencia de los efectos.

Durante la sesión es desaconsejable salir del espacio donde estás sin avisar al guía.

No dudes en pedir ayuda cuando consideres que lo necesitas, las personas que guían están allí para eso, es parte de su trabajo y deben estar capacitadas para atenderte.

Una opción para los momentos difíciles es respirar lento y profundo desde el estómago, escuchar la música, dejarse llevar por los efectos, y tener confianza en el proceso que imprime la ayahuasca y en la persona que lo guía.

Al acabar la sesión es aconsejable quedarse unas horas en el lugar para descansar debidamente antes de conducir vehículos o salir al mundo exterior.

Integración y seguimiento

A menudo, después de una sesión de ayahuasca, la persona se va a casa con nuevas perspectivas de su vida y ganas de cambiar cosas, ajustar comportamientos, dar nuevos impulsos a ciertas relaciones, etc. Sin un proceso de seguimiento e integración, las revelaciones y aprendizajes vividos pueden desaparecer en poco tiempo. Algunas actividades pueden ayudar a evitar esto, por ejemplo, escribir los contenidos que emergieron durante tu experiencia puede ser útil de cara a interiorizarlos. También puede ayudar hablar de ello con una persona con experiencia en este entorno.

Si el trabajo con la ayahuasca te está llevando a considerar grandes cambios vitales, o a trabajar sobre problemáticas personales serias, lo más recomendable es hacerlo con el apoyo de un/a terapeuta o una persona capacitada para ayudarte en esta fase. A menudo las revelaciones de la ayahuasca no se pueden tomar de forma literal y precisan de un proceso de descodificación, que es mucho más fructífero junto a una persona debidamente formada.

Estatus legal

Aunque en principio en nuestro país el simple hecho de asistir a sesiones de ayahuasca no entraña riesgo legal para las personas participantes, sí puede entrañar riesgos para las y los organizadores.

Una de las plantas que forman parte de la ayahuasca contiene DMT (N,N-dimetiltriptamina) una sustancia fiscalizada tanto a nivel internacional como nacional. Sin embargo, como ya han establecido algunas sentencias, y la propia JIFE (organismo de Naciones Unidas encargado de vigilar el cumplimiento de los tratados internacionales en materia de drogas), ni la ayahuasca ni ningún otro preparado realizado con plantas que contengan DMT, están sometidos a fiscalización internacional. Sin embargo, cada Estado puede someter a control la ayahuasca dentro de su jurisdicción, tal y como ha sucedido en Francia.



PARA QUIEN ORGANIZA

Responsabilidad colectiva



Las siguientes pautas parten de un acuerdo básico: Siempre que se ofrece una sustancia psicoactiva a terceras personas, con o sin intercambio de dinero, se adquiere una responsabilidad sobre el bienestar de éstas.

Antes de ofrecer ayahuasca a terceros

La persona o equipo a cargo de la sesión debería haber cultivado una base teórica y práctica adecuada que incluya:

- ◇ Tener claro el propósito dicha actividad y hacer una reflexión ética de qué métodos se van a utilizar para conseguir este objetivo.
- ◇ Amplia experiencia personal previa con los procesos que la ayahuasca suscita y genera.
- ◇ Información sobre las implicaciones legales relacionadas con la ayahuasca.
- ◇ Conocimientos farmacológicos sobre la ayahuasca en general⁴ así como sobre la ayahuasca con la que se trabaja.
- ◇ Conocer los riesgos y contraindicaciones de la ayahuasca⁵.
- ◇ Conocimientos de primeros auxilios.
- ◇ Conocimiento teórico sobre estados no ordinarios de consciencia y abordajes terapéuticos.
- ◇ Conocimiento en intervención en caso de efectos adversos y situaciones de emergencia.
- ◇ Formar un equipo de personas colaboradoras que estén capacitadas para dar apoyo durante la sesión.
- ◇ Conocer y respetar los límites asociados a las relaciones terapeuta-paciente.
- ◇ Tener protocolos de prevención y reacción ante dinámicas asociadas a la violencia sexual.

4 Ver iceers.org/ayasafe4

5 Ver iceers.org/ayasafe

Selección y preparación de los participantes

Guía del usuario/a: enviar a todos y todas las participantes un documento con información sobre la ayahuasca con suficiente antelación a la sesión para que estén debidamente informadas y puedan prepararse de forma adecuada. Se debería incluir información sobre:

- ◇ Las propiedades de la ayahuasca, su composición, sus efectos y los riesgos potenciales.
- ◇ Las implicaciones de tomar ayahuasca.
- ◇ Las restricciones antes y después de la sesión.
- ◇ Las responsabilidades del personal y los participantes.
- ◇ El procedimiento y el funcionamiento de la sesión.
- ◇ El proceso en su totalidad.

Realizar un perfil de las personas participantes en base a los criterios de seguridad establecidos, que incluye:

1. Cuestionario de Salud General⁶.
2. Realizar una entrevista individual con cada una de las personas participantes para:
 - ◇ Conocer a la persona, evaluar de manera cualitativa su estado actual, historia personal, y motivación para el uso de ayahuasca.
 - ◇ Si el o la participante ya tiene experiencia previa, consultar sobre su estado general desde su última sesión.
3. Presentar el documento de consentimiento informado y explicar con claridad su función⁷.

⁶ Ver ejemplo en iceers.org/ayasafe5

⁷ Ver ejemplo en iceers.org/ayasafe6

En base a la información recogida con los formularios y la entrevista decidir si es conveniente o no aceptar a cada participante. También se debería considerar lo siguiente:

- ◇ Aceptar solamente en la sesión a personas que entiendan el proceso personal que implica su participación.
- ◇ Aceptar solamente en la sesión a aquellas personas cuyos cuestionarios de salud no presentan contraindicaciones.
- ◇ Puede ser necesario un proceso terapéutico adicional antes de la toma. En este caso se puede derivar a la persona a un/a profesional adecuado/a.
- ◇ Aceptar solamente en la sesión a personas cuyo proceso personal no vaya a requerir más asistencia (temporal o de recursos) de la que el formato de la sesión permite. *(Personas con determinados trastornos de personalidad, depresiones severas u otros trastornos para los que la ayahuasca no esté específicamente contraindicada, pueden requerir mayor cantidad de recursos, del que el formato del taller pueda garantizar).*
- ◇ En caso de no poder aceptar a una persona en la sesión se tratará de ofrecer alternativas explicándole las razones por las cuales no se le acepta en la sesión.
- ◇ No aceptar a una persona en caso de dudas acerca de su idoneidad con relación a la participación en la sesión.

Otras sugerencias para la fase previa:

- ◇ **Intencionalidad:** El proveedor debe animar a que la persona participante se prepare adecuadamente de cara a la sesión y ofrecer pautas para ello⁸.
- ◇ **Vínculo:** Se recomienda establecer un vínculo personal de apoyo y confianza entre la persona que ofrece la sesión y el/ la participante.

8 Ver iceers.org/ayasafe

Antes de la Sesión

La persona o equipo a cargo de la sesión debería asegurarse de:

1. Conocer los ingredientes y la potencia de la ayahuasca. No se debería administrar jamás un preparado que no ha sido analizado o probado con antelación por la persona responsable.
2. Disponer de suficientes ayudantes/colaboradores para atender a todas las personas que participen. Por razones de seguridad, no se deberían llevar grupos en solitario.
3. Escoger un **entorno seguro**, aislado de interferencias externas pero bien comunicado, con espacio suficiente y que sea acogedor. Asegurar la disponibilidad de agua potable, aseos, alojamiento adecuado y las comodidades necesarias.
4. Garantizar la seguridad y el bienestar físico de las personas participantes, preparando el entorno para satisfacer sus necesidades (por ejemplo, retirar objetos peligrosos, hacer que el lugar sea acogedor, proporcionar colchonetas, mantas, pañuelos de papel, cubos, etc.)
5. Disponer de un protocolo de actuación en caso de emergencia, y que sea conocido por todos/as los miembros del equipo.



Durante la Sesión

La persona o equipo a cargo de la sesión debería asegurarse de:

1. Ajustar la dosis del preparado en función de la edad, sexo, experiencia, estado de salud y necesidades de los/las participantes. Mejor quedarse corto que dar una dosis excesiva.
2. Garantizar la **seguridad física** de las personas. Esto incluye adecuar el entorno para la integridad física de los y las participantes (p.ej. proteger el espacio de cada participante, evitar que las personas deambulen de forma insegura, que conduzcan vehículos, etc.)
3. Garantizar la **seguridad emocional** de los y las participantes. Esto incluye dar el apoyo emocional necesario en caso requerido, asegurar que no se producen interferencias e interacciones nocivas con otras personas (personal que atiende y participantes) y velar por el bienestar de las personas participantes.
4. Abstenerse de ningún contacto sexual ni de comportamientos seductores con las personas participantes, antes, durante o después de la sesión. Contar con protocolos de prevención y reacción ante estas situaciones. Velar por la seguridad emocional de los y las participantes y delimitar de forma ética y profesional las relaciones entre guías y participantes, y entre las personas asistentes.
5. No dejar jamás a solas o sin supervisión a las personas participantes, bajo ningún concepto.
6. Proteger la integridad, intimidad y seguridad de las personas del grupo y las interacciones entre ellas.
7. Nadie que participe debería abandonar el lugar de la sesión antes de que ésta haya concluido.



8. Hacer un chequeo de cada participante individualmente antes de dar la sesión por terminada, para asegurar que se encuentra en un espacio emocional adecuado para cerrar la sesión.
9. Pedir la ayuda necesaria en caso de emergencia o de dificultad en el manejo de una situación. Saber delegar.
10. No negar la ayuda a nadie, ni aun a riesgo de incurrir en problemas legales. La seguridad es lo primero.

Otras sugerencias para maximizar beneficios durante la sesión:

- ◇ **Posición física:** Recomendar a las personas participantes mantener la posición sentada en vez de acostada durante la sesión. Esto asegura que no hay peligro de asfixia con el propio vómito y ayuda a detectar desvanecimientos. De no poder sostener la posición sentada, es recomendable que se recuesten sobre un lado, en lugar de sobre la espalda.
- ◇ **En caso de problemas:** En caso de que un/a participante se encuentre en dificultades, proceder con técnicas sencillas no farmacológicas para dar apoyo (respiración focalizada, escucha activa, presencia, etc.). Mantener el apoyo hasta que la persona indique que se encuentra en un buen estado y no requiere más atención, y el guía o la guía tenga la certeza de ello.



Después de la Sesión

La persona o equipo a cargo de la sesión debería:

1. Dar a las personas participantes **suficiente tiempo para recuperarse** antes de abandonar las instalaciones y asegurarse de que disponen de un espacio para hacerlo. Es recomendable que los participantes puedan regresar a sus camas o permanecer en el espacio ceremonial hasta el día siguiente.
2. Asegurar que en las horas posteriores a la sesión hay alguien disponible para dar apoyo a quien pueda necesitarlo.
3. Proporcionar un **espacio de integración**, donde las personas participantes de forma individual o colectiva puedan utilizar distintos materiales (papel, pinturas, lápices de colores para dibujar, etc.) en el proceso de empezar a integrar la experiencia.
4. Ofrecer a las personas participantes la posibilidad de compartir su experiencia, dudas o inquietudes con el resto del grupo, o en forma privada con alguien del equipo responsable.
5. Ser consciente de las intervenciones durante el momento de compartir. Ayuda una actitud de escucha activa. Se recomienda mantenerse de los límites del saber de cada uno y no aportar juicios o interpretaciones psicológicas si no se tiene la debida formación.
6. Hacer un chequeo del estado de todas las personas participantes antes de que se marchen: físico y psicológico.
7. Ofrecer la posibilidad de apoyo más allá de la sesión. Proporcionar información de contacto, teléfono o correo electrónico, y ofrecerse a mantener comunicación.
8. Ofrecer la posibilidad de acudir a otros/as profesionales cualificados/as si uno/a no tiene disponibilidad para ofrecer el nivel de apoyo requerido en el proceso de integración.
9. En caso de necesitar un centro de salud de referencia se puede encontrar en el buscador de la Generalitat⁹.

⁹ en iceers.org/ayasafe7



Otras sugerencias para la integración/seguimiento:

- ◆ **Generar Conocimiento:** Se puede recoger datos con cuestionarios validados para medir el impacto de la experiencia en la vida de las personas participantes a más largo plazo y monitorizar el proceso de integración. Se puede reenviar un cuestionario a la semana y a los dos meses.
- ◆ **Autocuidado:** Es importante ser consciente del propio papel del guía y no dejarse llevar si las personas participantes desean darle a uno/a el crédito por sus experiencias profundas o considerarle su guía espiritual. Es indispensable dar apoyo, pero sabiendo que es la propia persona participante la que dirige su proceso, y es la responsable de su evolución y de sus propios descubrimientos y conexiones. Para el correcto desarrollo del equipo a cargo de las sesiones, se debería realizar un evaluación del propio trabajo a través de una supervisión regular con una persona más experimentada.



PARA TODOS

Responsabilidad legal

Estatus legal a nivel internacional

El alcaloide psicoactivo de la ayahuasca, la dimetiltriptamina (DMT), es una sustancia fiscalizada en la Lista I de la Convención de Naciones Unidas sobre Sustancias Psicotrópicas de 1971. Como tal, la DMT se considera una sustancia cuyo uso, fabricación y venta están prohibidos a nivel internacional, a excepción de usos médicos y científicos muy limitados. No obstante, la decocción ayahuasca propiamente no se encuentra bajo control internacional, y así lo ha confirmado la Junta Internacional de Fiscalización de Estupefacientes (JIFE).

España: Estatus legal no definido

El estatus legal de la ayahuasca en España, a pesar de la creencia generalizada, no está definido. La ayahuasca no está específicamente prohibida, pero tampoco está autorizada ni regulada para ningún tipo de finalidad ya sea religiosa, terapéutica o chamánica.

La Delegación del Gobierno para el Plan Nacional sobre Drogas incluyó la ayahuasca en su informe de Drogas Emergentes publicado en 2011, calificándola como una “sustancia de abuso de origen vegetal”. Aunque esta etiqueta no implica fiscalización en el ámbito penal, supone que la ayahuasca entra a formar parte del sistema de alerta temprana de detección del departamento de aduanas.

¿Qué significa para mi trabajo?

En nuestro país, el consumo de sustancias controladas no constituye un delito penal, aunque la oferta podría hacerlo. Esto significa que, en el supuesto de uso ceremonial de la ayahuasca, las personas participantes no estarían cometiendo ningún delito. Sin embargo, aquellas personas que importan, reciben envíos, publicitan, distribuye y/o ofrecen la ayahuasca a terceras personas, podrían incurrir en responsabilidades penales, si en algún procedimiento policial y judicial se considerará la ayahuasca como una sustancia fiscalizada por contener DMT.

Epicentro de incidentes legales a nivel mundial

España es el país donde se han concentrado una gran cantidad de incidentes legales con ayahuasca en los últimos años. Muchos de estos incidentes han acarreado detenciones y más de veinte, han llegado a juicio. La mayor parte de éstos juicios (más del 90%) han concluido en sentencias absolutorias o han sido archivados. Esto no quiere decir que el proceso no tuviera costes para los acusados tanto en lo personal como en lo económico. Es precisamente por la ambigüedad del estado legal de la ayahuasca, que estas intervenciones pueden terminar en largos procesos judiciales.



ANEXOS

Recursos y Bibliografía

OTROS RECURSOS

- ◇ Manual para la concienciación sobre el Abuso Sexual en la Comunidad de Uso del Ayahuasca elaborado por el Instituto Chacruna (traducción automática del inglés en iceers.org/ayasafe8)
- ◇ Aware project - awareproject.org
- ◇ Fundación ICEERS: www.iceers.org
- ◇ Informe técnico sobre ayahuasca: iceers.org/ayasafe4

BIBLIOGRAFÍA BREVE

Almendro M. (2018). [El Laberinto de la Ayahuasca. Investigaciones sobre el chamanismo y las medicinas indígenas](#). Barcelona: Kairós.

Dos Santos R.G., Balthazar F.M., Bouso J.C., Hallak J.E. (2016). [The current state of research on ayahuasca: A systematic review of human studies assessing psychiatric symptoms, neuropsychological functioning, and neuroimaging](#). *J Psychopharmacol.* 30(12):1230-1247.

Fericgla J.M. (2018). [Ayahuasca. La realidad detrás de la realidad. Sus usos en psicoterapia y en el cultivo del mundo interior](#). Barcelona: Kairós.

Labate B. y Bouso J.C. (Eds.) (2013). [Ayahuasca y salud](#). Barcelona: Los libros de la liebre de marzo.

López-Pavillard S. (2018). Chamanes, ayahuasca y sanación. Madrid: Consejo Superior de Investigaciones Científicas.

MacRae E. (1998) Guiado por la luna. Shamanismo y uso ritual de la ayahuasca en el culto del Santo Daime. <http://neip.info/novo/wp-content/uploads/2015/04/guiado-por-la-luna.pdf>

Martín Pardo A. y Muñoz Sánchez J. (2019). El estado legal de la ayahuasca en España. La relevancia de los comportamientos relacionados con su consumo y posesión. Valencia: Tirant lo Blanch.

Ona G., Kohek M., Massaguer T., Gomariz A., Jiménez D.F., Dos Santos R.G., Hallak J.E.C., Alcázar-Córcoles M.Á., Bouso J.C. (2019). Ayahuasca and Public Health: Health Status, Psychosocial Well-Being, Lifestyle, and Coping Strategies in a Large Sample of Ritual Ayahuasca Users. *J Psychoactive Drugs*. doi: 10.1080/02791072.2019.1567961.

Sánchez Avilés C. y Bouso Saiz J.C. (2015). Ayahuasca: de la Amazonía a la aldea global. Un análisis de los desafíos asociados con la globalización del uso de la ayahuasca. TNI (Transnational Institute):<https://www.tni.org/es/publicacion/ayahuasca-de-la-amazonia-a-la-aldea-global>



ICEERS

WWW.ICEERS.ORG



Generalitat de Catalunya
Agència de Salut Pública de Catalunya
Sub-direcció General de Drogodependències