



UNIVERSIDAD PERUANA DE CIENCIAS APLICADAS

FACULTAD DE PSICOLOGÍA

PROGRAMA ACADÉMICO DE PSICOLOGÍA

Experiencia subjetiva del uso de ayahuasca en usuarios que asisten a terapia
psicológica

TESIS

Para optar al título profesional de Licenciado en Psicología

AUTOR

Vasquez Montero, Mauricio Jair (0000-0002-9328-7551)

ASESORA

Oré Kovacs, Nicole (0000-0001-8547-4755)

Lima, 17 de enero de 2024

DEDICATORIA

A mi madre y a mi abuela, que con su ejemplo me enseñaron el significado real del amor y la fuerza: dichoso el corazón que ama, pues tendrá fuerza suficiente para anteponerse a cualquier tempestad.

AGRADECIMIENTOS

Mi más profundo agradecimiento a cada uno de los participantes por compartir estas experiencias tan íntimas, sus relatos me acompañarán siempre. Además, a mi asesora Nicole, por guiarme con paciencia y, sobre todo, por demostrar un interés genuino hacia el presente trabajo.

RESUMEN

La presente investigación es un estudio de tipo cualitativo, que tuvo como objetivo describir la experiencia subjetiva del uso de ayahuasca en usuarios que asistieron a terapia psicológica. Para ello se realizaron entrevistas semiestructuradas a un grupo de 8 adultos de 22 a 52 años que participaron de ceremonias de ayahuasca y asistieron a terapia psicológica. El muestreo fue de tipo intencional. Se encontró que los participantes decidieron tomar ayahuasca con la expectativa de descubrir algo nuevo sobre sí mismos. Los efectos psicológicos de la ayahuasca son variados: percepciones con las que es posible interactuar, momentos difíciles relacionados al miedo, así como momentos de epifanía acompañados de gratitud hacia la vida. Los participantes abordaron su experiencia con ayahuasca en psicoterapia buscando ayuda para entenderla mejor o esperando que esta información ayude a acelerar el proceso terapéutico. La forma en que la experiencia de toma fue integrada al proceso terapéutico se vio influenciada por la actitud y los conocimientos que tenía el psicoterapeuta sobre esta práctica. En algunos casos, el contenido de las ceremonias pudo ser integrado, brindando nuevos temas, direcciones o *insights* a la terapia. Mientras que en otros casos se encontraron limitaciones al proceso terapéutico tales como prejuicios o falta de conocimiento sobre la ayahuasca. Se concluyó que la experiencia subjetiva del uso de ayahuasca tiene el potencial de aportar elementos beneficiosos para el proceso psicoterapéutico, siempre y cuando el profesional de la salud mental esté dispuesto y preparado para ello.

Palabras clave: ayahuasca; experiencia subjetiva; espiritualidad; psicodélico; psicología

Subjective experience of ayahuasca use in users attending psychological therapy

ABSTRACT

This thesis is a qualitative study that aims to describe the subjective experience of ayahuasca use in users who attended psychological therapy. Semi-structured interviews were conducted with a group of 8 adults, aged 22 to 52 years, who participated in both ayahuasca ceremonies and psychological therapy. Purposeful sampling was used. Participants decided to take ayahuasca with the hope of discovering something new about themselves. Ayahuasca's psychological effects are diverse, encompassing interactive perceptions, challenging moments linked to fear, as well as epiphanic experiences accompanied by gratitude towards life and a sense of unity with nature. Participants discussed their ayahuasca experiences with their psychotherapists, expecting that doing so would help them understand it better, or expedite the therapeutic process. The integration of the ayahuasca experience into the therapeutic process was influenced by the psychotherapist's attitude and familiarity with the practice. In some cases, the content of the ceremonies could be integrated by introducing new themes, directions and insights into therapy. In other cases, limitations to the therapeutic process were identified, including prejudice or a lack of knowledge about ayahuasca. In conclusion, it was found that the subjective experience of ayahuasca use has the potential to contribute beneficial elements to the psychotherapeutic process when mental health professionals are prepared and willing to do it.

Keywords: ayahuasca; subjective experience; spirituality; psychedelic; psychology

Introducción

Los tratamientos habituales para los desórdenes mentales, ofrecidos por la psiquiatría y basados en psicofarmacología, están atravesando una crisis a nivel de diagnóstico, explicación y tratamiento como consecuencia del modelo reduccionista y cerebrocentista (Rose, 2016). Por ejemplo, Moncrieff et al. (2022) cuestionan un importante argumento para el uso de psicofármacos para la depresión, señalando que no existe evidencia científica de que esta esté causada ni relacionada al desbalance químico de serotonina en el cerebro. En este contexto, surge un creciente interés por investigar distintas herramientas para abordar los padecimientos mentales y un aumento de publicaciones científicas sobre los psicodélicos -como el ácido lisérgico, los hongos psilocibios y la ayahuasca- y sus usos para la salud mental (Carhart-Harris & Goodwin, 2017).

La ayahuasca es una cocción de hojas chacruna (*Psychotria viridis*) junto a lianas de ayahuasca (*Banisteriopsis caapi*). La primera contiene un psicoactivo llamado dimetiltriptamina (DMT), y la segunda, inhibidores de la monoaminoxidasa que evitan que el DMT sea degradado durante la digestión; la bebida produce un estado de alucinación que ha sido utilizado desde hace más de 5000 años por pueblos indígenas amazónicos con fines rituales (Chávez, et al., 2020; Giove, 2022).

En contextos clínicos, el uso controlado de ayahuasca demuestra ser seguro tanto para población clínica como para sujetos saludables, además, se han estudiado sus efectos a largo plazo en miembros de religiones que la consumen frecuentemente, por lo que se afirma que no existe evidencia de que sea dañina para la salud (Dos Santos & Hallak, 2019). El uso de ayahuasca no causa adicción y la información científica demuestra indicios de su valor terapéutico para enfermedades y desórdenes mentales, tales como la ansiedad, la depresión resistente al tratamiento y el abuso de sustancias (Barabasz-Gembczyk & Krysztof, 2020). Algunos efectos negativos han sido reportados tales como ansiedad, miedo, vómitos y con poca frecuencia estados psicóticos; estos síntomas suelen ser pasajeros (Dos Santos & Hallak 2019). El uso de la ayahuasca genera un cambio positivo en la concepción de la vida y existencia, evidenciando una contradicción entre el modelo de medicina convencional, enfocado en lo objetivo, y el modelo de la Medicina Tradicional (MT) que resalta la experiencia subjetiva (Rojas-Bolivar, 2014).

No es posible hablar de una dimensión objetiva de la experiencia humana ya que la vivencia es inseparable de su configuración subjetiva; las vivencias humanas se caracterizan por el sentido subjetivo que emerge de la unión de lo simbólico con lo emocional, y que posibilita la integración de lo histórico con lo actual (Goulart, et al., 2020). Esta perspectiva de la subjetividad permite comprender al sujeto como ente activo y no como un simple producto de adaptación (Magalhães, 2019). El estudio de la subjetividad le devuelve la importancia al individuo, a diferencia del paradigma positivista en donde el protagonista es el sujeto abstracto y estadístico (Rodríguez-Camejo, et al., 2020). Posturas contemporáneas críticas al positivismo, como el construccionismo o la teoría de la subjetividad, han señalado que la psicología necesita ir más allá del positivismo para poder captar las complejidades del fenómeno humano; dichas posturas comprenden el fenómeno humano como un proceso íntimamente relacionado a la historia, la cultura y la experiencia subjetiva (Breen Darlaston-Jones, 2010; González-Rey et al., 2019).

Para comprender la ayahuasca es necesario pensarla en el contexto de la cosmovisión indígena del Amazonas, la cual entiende que la realidad tiene un aspecto espiritual invisible estrechamente relacionado con el mundo observable (Luna, 2011). Esta planta se considera sagrada debido a que sus efectos tienen la capacidad de conectar el mundo cotidiano con el mundo espiritual, permitiendo al iniciado percibir las fuerzas que se encuentran detrás de la vida cotidiana (Giove, 2012; Luna, 2011). Los efectos de la ayahuasca están entrelazados prácticamente con todos los aspectos de la vida de los nativos, pues es tanto una fuente de conocimiento como un medio de reproducción cultural (Giove, 2012; Luna, 2011). El brebaje es ingerido en rituales sagrados donde se demuestra respeto hacia el espíritu de la planta (Giove, 2022). La ceremonia es dirigida por el chamán, quien tiene la capacidad de establecer alianzas con fuerzas espirituales interactuando para el bienestar o detrimento de otros (Luna, 2011). Además, se considera a la enfermedad como la manifestación externa de una ruptura en la cadena de armonía y la cura como un acto ordenador que busca reestablecer un vínculo saludable con el mundo espiritual; (Giove, 2012, 2022). El vómito -asociado a la expulsión de recuerdos y emociones – sucede frecuentemente como parte del proceso de purificación que facilita el contacto con el espíritu de las plantas (Giove, 2012; Luna, 2011).

Actualmente, el uso de ayahuasca no es exclusivo de población nativa, sino que se ha expandido a globalmente en un proceso que dio lugar a rituales sincréticos que integran distintos sistemas de creencias a las tradiciones originales (Luna, 2011). En una encuesta realizada por Bouso et al. (2002) a 10 8356 personas de más de 50 países que participaron en ceremonias de ayahuasca, se encuentra que el 55.9% reportaron efectos adversos para la salud mental en las semanas posteriores al uso de ayahuasca, aunque el 87.6% consideró aquellos efectos adversos como parte de un proceso positivo de crecimiento. La experiencia genera *insights* sobre aspectos perjudiciales para el bienestar y aumento temporal de neuroplasticidad y flexibilidad psicológica, pero, ello no implica necesariamente que el participante sepa cómo realizar los cambios deseados (Cowley-Court et al., 2023; Neuhaus & Slavich, 2022). El término “integración” se refiere al proceso posterior a la experiencia, en el que la persona trabaja en procesarla para que los insights puedan incorporarse como cambios positivos (Bathje et al., 2022). Para los individuos pertenecientes a grupos indígenas o religiones de ayahuasca hay menos por integrar ya que en estos contextos las experiencias de ayahuasca están integradas culturalmente (Cowley-Court et al., 2023). Mientras que, los participantes occidentales pueden carecer de las referencias culturales adecuadas para comprender el contenido simbólico que emerge, generando una mayor necesidad de integración, que en ocasiones resulta en la búsqueda de ayuda de profesionales de la salud mental (Bathje et al., 2022).

Bathje et al. (2021) entrevistaron a 41 individuos procedentes de 7 países de América y Europa sobre intenciones y consecuencias de participar en ceremonias de ayahuasca. Se reportan consecuencias beneficiosas que sobrepasan su intención inicial, como: mejoras en la salud mental, relaciones interpersonales, creatividad y espiritualidad. Renelli (2018), en una investigación realizada en Canadá sobre el uso de la ayahuasca como una herramienta para el tratamiento de los desórdenes alimenticios en 16 pacientes diagnosticados reporta que la experiencia genera insights sobre la causa del desorden alimenticio, mejoras en la relación con el cuerpo y la comida, cambios positivos en las relaciones interpersonales, y experiencias agudas de tipo espiritual, funcionando así como una terapia que aborda los aspectos psicológico, físico, relacional y espiritual. Hendrick (2019), estudió la experiencia psicodélica de 36 personas de distintos países que participaron en sesiones de ayahuasca en Cusco. El estudio describe experiencias psicodélicas reportadas por los usuarios, tales como: visiones abstractas, o de personas y animales, percepciones de visitar otras épocas, experiencias de purificación y de

sanación asociadas a la purga y vómito, sentimientos de muerte y renacimiento, vivencias espirituales. El autor señala que el contenido de las visiones es potencialmente ilimitado puesto que incluye contenido que emerge de cada individuo y cada individuo tiene contenidos irrepetibles. Cohen (2017) realizó una investigación sobre el proceso de integración de las ceremonias de ayahuasca de 13 participantes que hicieron un retiro para en la selva peruana. Señala que pertenecer – o no- a una comunidad tiene un alto impacto sobre la integración, y que las ceremonias desencadenan procesos que demandan cambios relacionados a las relaciones, estilo de vida y prácticas espirituales. Cowley-Court et al. (2023) analizaron cualitativamente los procesos de integración de 1630 personas mediante una encuesta global. Refieren que los procesos de integración son variados, incluso para distintas ceremonias de una misma persona. Los participantes señalan herramientas utilizadas para facilitar la integración, frecuentemente una persona utiliza en conjunto varias prácticas para abordar distintos aspectos de sí mismo. Cowley-Court et al. (2023) y Cohen (2017), hallaron entre las prácticas personales de integración: meditar, pasar tiempo en la naturaleza y escribir; además, algunos participantes complementan su proceso de integración con la búsqueda de apoyo profesional, señalando que la psicoterapia puede ayudar a hallar sentido a aspectos que no estaban claros de la experiencia y profundizar el trabajo sobre los insights obtenidos, llegando a ser una parte importante de los cambios realizados a partir de los efectos del ayahuasca. Aunque los usuarios de psicodélicos busquen ayuda psicoterapéutica para integrar su experiencia –y distintos terapeutas ofrecen servicios de integración- no existe un consenso sobre cuál es la mejor manera de relacionar psicoterapia y psicodélicos, por lo que el concepto de integración ha recibido mayor atención en la literatura científica en los últimos años (Bathje et al., 2022; Neuhaus & Slavich, 2022)

La Organización Mundial de la Salud (OMS, 2013) ha señalado su compromiso con el apoyo a la integración de la MT dentro de los sistemas de salud (OMS, 2013). En Perú, el 2019 fue publicada la Ley de Salud Mental, cuyo principio de interculturalidad señala como sobreentendida la capacidad de los profesionales de salud para integrar las creencias y prácticas tradicionales al abordar problemas de salud mental. Aunque la información científica actual respalde los beneficios terapéuticos de la ayahuasca, existe rechazo a su articulación con el sistema de salud (Rojas-Bolivar, 2014). La articulación de esta y otras MT requiere un replanteamiento epistemológico que destaque la importancia de la subjetividad en un marco de respeto intercultural (Chávez, et al., 2020). Al abordar la experiencia de usuarios de psicoterapia

que asisten a ceremonias de ayahuasca, la presente investigación aporta al entendimiento intercultural de la salud mental. A nivel práctico, la información resultante puede ser de ayuda para los psicólogos clínicos que encuentren pacientes que deseen integrar su experiencia de ayahuasca en terapia. Por ende, surge la necesidad de plantear el objetivo de describir la experiencia subjetiva del uso de ayahuasca en usuarios que asisten a terapia psicológica. Siendo la pregunta de investigación ¿cómo es la experiencia subjetiva del uso de ayahuasca en usuarios que asisten a terapia psicológica?

Método

Diseño

La presente investigación se realizó a partir de la metodología cualitativa con un diseño de análisis fenomenológico interpretativo (AFI) (Smith, et al., 2009; Smith & Nizza, 2022). Dicho diseño permite profundizar en la interpretación que los individuos hacen de una experiencia significativa (Duque & Aristizábal, 2019). Al ser el consumo de ayahuasca en usuarios de psicoterapia una experiencia poco estudiada, se buscó explorar la esencia de las experiencias vividas por un grupo de usuarios que comparten características similares.

Participantes y contexto

Participaron en el presente estudio 8 adultos que realizaron tomas de ayahuasca en un contexto ceremonial y que asistieron a terapia psicológica luego de las tomas. Se consideró ceremonial cuando el ritual fue dirigido por un chamán que utilizaba conocimientos tradicionales. Asimismo, se consideró cualquier tipo de terapia dirigida por un psicólogo profesional, con el requisito de que al menos una de las tomas de ayahuasca haya sucedido antes de, o durante un proceso de psicoterapia. De manera que, existiera la oportunidad de integrar la experiencia de ayahuasca dentro de psicoterapia. El motivo para participar en alguna de las ceremonias debió estar relacionado a la salud mental o autodescubrimiento. Se excluyeron a individuos que hayan participado de las ceremonias con fines recreacionales. Se decidió mantener dentro de la muestra a un participante que tenía mayor experiencia que los demás en cuanto al número de ceremonias, ya que su entendimiento enriqueció el estudio. Para el tamaño final de la muestra se consideraron las recomendaciones del AFI, que plantea un tamaño muestral de entre 6 a 10 voluntarios (Duque & Aristizábal, 2019; Smith & Nizza, 2022).

Tabla 1*Características sociodemográficas de los participantes*

Pseudónimo	Edad	Ocupación	Número de tomas	Tiempo de proceso terapéutico	Motivo de toma de ayahuasca	Toma de ayahuasca en relación al proceso terapéutico
Lauro	22	Estudiante	4 o 5	5 meses y continúa	Terapéutico	En paralelo
Rocío	37	Diseñadora	2	2 a 3 años	Autodescubrimiento	En paralelo
María	22	Estudiante	2	5 meses y continúa	Terapéutico	2 años antes
Alexandra	38	Teleoperadora	5 o 6	5 meses	Autodescubrimiento	3 años antes
Estéfano	33	Ingeniero pesquero	2	7 meses y continúa	Terapéutico	1 semana antes
César	29	Profesor	5	2 años y continúa	Terapéutico	En paralelo
Ángelo	46	Psicólogo	50 aproximadamente	Itinerante por 8 años	Terapéutico	En paralelo
Hugo	52	Empresario	5 o 6	Itinerante desde 2015	Terapéutico	En paralelo

Técnica de recolección de información

Mediante una ficha sociodemográfica se recolectaron datos relevantes sobre los participantes y su uso de ayahuasca. Luego, se recolectó la información mediante entrevistas en profundidad semiestructuradas. La guía de entrevista se hizo siguiendo la metodología de otras investigaciones similares y la guía metodológica del AFI (Duque & Aristizábal, 2019; Ramírez & Rengifo 2019; Solis, 2019). Las preguntas invitan al entrevistado a comunicar sus experiencias relacionadas a la ayahuasca y psicoterapia, así como los significados atribuidos. Se encuentran en orden cronológico: antes, durante y después de la experiencia de ayahuasca y la experiencia de integración en el proceso terapéutico. La guía fue revisada por tres expertos y puesta a prueba, lo que llevó a la adición de preguntas sobre aspectos específicos de la experiencia subjetiva, así como mejoras en su estructura.

Procedimiento

El estudio fue aprobado por el Comité de Ética de la Universidad Peruana de Ciencias Aplicadas (número de proyecto: 554-21). Se seleccionaron los participantes mediante un muestreo intencional, siguiendo rigurosamente los criterios de inclusión y exclusión. El proceso de búsqueda y reclutamiento se realizó a mediante la difusión de una convocatoria en redes sociales y grupos de WhatsApp abiertos. El investigador contactó a quienes se mostraron interesados. Una vez identificados los participantes, se les explicó el tema y objetivo de investigación, así como las cualidades de la entrevista. Las entrevistas fueron en español, a través de *Google Meet*, con una duración aproximada de 50 minutos, con la presencia exclusiva de entrevistado y entrevistador; sin remuneraciones por participar. Todos los entrevistados se encontraban en Lima Metropolitana, excepto uno que estaba en Australia. Estas fueron grabadas con el consentimiento informado de los participantes y transcritas para su análisis.

Aspectos éticos

Previo a la entrevista, se utilizó un consentimiento informado en donde se indicó la información relevante sobre el estudio, la confidencialidad de los datos, así como el fin con el que serán utilizados. Dicho consentimiento fue aceptado y firmado por cada participante. Este cumple con los estándares de la APA y el Reporte de Belmont para investigaciones con humanos: el respeto de los principios de confidencialidad, anonimato, justicia, beneficencia y no maleficencia (National Commission for the Protection of Human Subjects of Biomedical and Behavioral Research, 1979). Asimismo, se tuvo en cuenta no ahondar en el proceso terapéutico, más allá de las implicancias del uso de ayahuasca y trasladado al mismo.

Criterios de calidad de la información

Para procurar la calidad y validez de la investigación, se contempló el principio de sensibilidad al contexto, reconociendo a los entrevistados como expertos de su experiencia, respetando sus explicaciones e interpretaciones. Además, se aseguró sensibilidad hacia la data obtenida incluyendo citas textuales de los participantes. Otro principio utilizado fue el de compromiso y rigor para llevar a cabo entrevistas de calidad. Para ello, la guía de preguntas se elaboró tomando en cuenta la teoría, el juicio de expertos y se seleccionó una muestra adecuada (Smith, et al., 2009).

Análisis de la información

Se empleó la estrategia de análisis sugerida para el AFI (Duque & Aristizábal, 2019, Smith & Nizza, 2022). Las entrevistas transcritas fueron leídas reiteradas veces por el investigador para familiarizarse con el discurso de los participantes y generar insights. Primero, se redactaron comentarios en donde se encontró información relevante. Segundo, se identificaron categorías emergentes. Tercero, se agruparon categorías según similitudes. Cuarto, se elaboraron tablas de categorías. Finalmente, se analizaron los casos para proceder con la construcción de tablas de categorías según las similitudes y diferencias. El proceso analítico fue ejecutado a través del software QDA Miner Lite.

Resultados

El presente tuvo como objetivo describir la experiencia subjetiva del uso de ayahuasca en usuarios que asisten a terapia psicológica. La información obtenida fue analizada en forma de categorías y subcategorías. Las categorías describen la experiencia de los participantes antes, durante y después de la toma de ayahuasca, así como la experiencia del proceso terapéutico.

Tabla 2*Categorías y Subcategorías de Análisis*

Categoría	Subcategoría
Experiencia antes de la toma	Motivaciones y expectativas en torno a la toma
Experiencia subjetiva de la ceremonia	Recomendación
Efectos psicológicos de la ayahuasca	Sentimientos antes y durante la ceremonia
	Efectos físicos de la ayahuasca
	Efectos psicodélicos
	Momentos difíciles
	Presencias
	Epifanía
Efectos posteriores percibidos	Sentimientos al finalizar la ceremonia
	Efectos y cambios atribuidos a la toma
Experiencia del proceso terapéutico	Motivación para trabajar la experiencia de toma en terapia
	Limitaciones en el proceso terapéutico
	Función de la integración de la experiencia en el proceso terapéutico

Experiencia antes de la toma

Los entrevistados decidieron participar a *motivados* por fines terapéuticos o de autodescubrimiento, con la *expectativa* de descubrir algo nuevo sobre sí mismos: “haber trabajado tanto en mí y aún sentir que había algo por descubrir en mí, fue lo que me llevó a decir ‘bueno voy a tomar ayahuasca’.” (Estéfano, 33 años)

Algunos participantes asistieron a la primera ceremonia por curiosidad. Luego, al descubrir los efectos de la ayahuasca, volvieron a participar con fines terapéuticos. María (22 años) refiere: “en ese tiempo yo sabía por qué había tomado el Ayahuasca, en la primera vez no. Entonces, la primera vez fue como una experiencia divertida, la segunda vez lo hice por [...] fines terapéuticos.

Después de investigar sobre la ayahuasca por distintos medios y estar interesados en probarla, la toma de decisión se vio impulsada por la *recomendación* de alguna persona cercana que tuvo una experiencia positiva con la ayahuasca: “una amiga cercana empezó a hacer

ayahuasca y como era una persona de confianza y sé que es cuidadosa con lo que hace, entonces me dio confianza en ir.” (Rocío, 37 años).

En síntesis, antes de tomar ayahuasca, los participantes se motivaron a participar con una expectativa terapéutica o de autodescubrimiento. Con frecuencia, el interés se transformó en una decisión mediante la recomendación de alguien cercano.

Experiencia subjetiva de la ceremonia

En cuanto a los sentimientos antes y durante la ceremonia, los participantes refirieron sentimientos de ansiedad y miedo: “Pues, la primera vez con miedo, y bueno en todas he tenido un poco de miedo. Es como que siempre te da un poco de ansiedad o un poco de temor que algo pase mal” (Lauro, 22 años).

Los principales *efectos físicos de la ayahuasca* estuvieron relacionados al sabor desagradable de la bebida. Luego de ingerirla, los participantes refirieron dolor e incomodidad en el tracto digestivo. A continuación, suele haber un momento de purga: “sentir la ayahuasca en la nariz cuando vomitas [...] me parecía una cosa horrible, fea, pero igual sabía que había un propósito mayor así que me la tomaba” (Ángelo, 46 años).

La purga fue entendida de manera simbólica como “expulsar problemas, cosas negativas” (Hugo, 52 años). Además, los participantes reportaron movimientos corporales involuntarios, y la sensación de que el dolor emocional viene acompañado de dolor físico: “todo lo que duró el viaje fue puro dolor a nivel emocional e incluso a nivel físico, los chamanes no se preocuparon porque vieron que era una cuestión psicosomática” (César, 29 años)

En síntesis, los participantes llegaron a la ceremonia con sensaciones de ansiedad y miedo a que algo salga mal. Luego de ingerir la bebida, los primeros efectos físicos suelen ser las náuseas y vómitos, que se entienden simbólicamente.

Efectos psicológicos de la ayahuasca

Los efectos de la ayahuasca fueron difíciles de describir. Ángelo (46 años) explica: “Es muy complicado de explicar [...] algo que hace muy difícil a la ayahuasca es que viene la experiencia integrada, es como un pensamiento, una idea, una emoción, un vómito.”

Durante la ceremonia, los participantes refirieron experimentar percepciones variadas. En un caso se trató de figuras sin formas precisas “solamente empecé a ver unas formas raras en el techo en un momento, pero luego desaparecieron (Rocío, 37 años). Mientras que, en otros casos las percepciones fueron más complejas, Alexandra (38 años) relató: “estaba viajando entre ciudades de colores, se sintió como un ciclo, como otra dimensión, otro planeta, que hay toda una estructura con ciudades, edificios, pirámides”.

Los participantes refirieron que dentro de las ceremonias pueden darse *momentos difíciles*. Estos momentos pueden relacionarse a miedos de la infancia “se me aparecieron muchas cosas que en la primera vez no, miedos de la infancia, cosas que realmente me hacían sufrir, lloré un montón, me asusté.” (María, 22 años) o a recuerdos traumáticos: “lo único que veía fueron escenas traumáticas de mi vida, pude recordar escenas que no recordaba hace años” (César, 29 años). En algunas ocasiones, estas dificultades se manifiestan en experiencias más complejas:

Me dio como un exorcismo, abría la boca, estiraba el cuello [...] sentía que me iba a la oscuridad [...] abrí los ojos para ver dónde estaba el chamán, y estaba todo oscuro. No había nadie, todo era oscuridad total. Entonces, empecé a decir en voz súper baja “ayuda por favor necesito ayuda”. (Estéfano, 33 años)

Aunque este tipo de experiencias fueron difíciles de comprender, César (29 años) refiere no arrepentirse: “la planta te muestra lo que ella te tiene que mostrar. Entonces, no me arrepiento [...] la planta me ha mostrado quizás causas o cosas de las que más me hacen sufrir”

Para otros, las memorias de infancia aparecieron como una experiencia sanadora: “Cuando lloraba era una niña y como que yo misma me hacía bolita, era como abrazarme, curarme a mí misma de niña” (Rocío, 37 años).

Los participantes refirieron percibir presencias. En ocasiones estas apariciones estuvieron cargadas de afecto, o fue posible conversar con ellas: “Mi primera ceremonia fue llena de amor, fue como una representación, aparecieron todas las personas desde mi infancia hasta [lo] que he estado viviendo actualmente. Todas las personas que he conocido aparecían dando amor” (Estéfano, 33 años)

César (29 años) refiere que en un momento de *epifanía* estas presencias fueron percibidas por él como divinidades:

Para mí era como una visión de lo que sería el cielo, los dioses [...] yo les pregunté por qué me habían traído al mundo, por qué había nacido [...] se comenzaron a reír las luces y una de ellas me dijo "pero, nosotros no te hemos traído, tú mismo has escogido venir acá" y lo dijo así con toda claridad y ese fue uno de los grandes momentos epifánicos.

En cuanto a la epifanía, según la explicación de Hugo (52), esta sucedió porque: "Con ayahuasca surge una propia conexión con la propia sabiduría interior del ser humano conectada con la sabiduría masiva del cosmos". La epifanía se presentó en el discurso de los participantes de distintas formas, por ejemplo, como un darse cuenta "de la importancia del cuerpo energético" (Ángelo, 46) o como una sensación de "veneración" (Lauro,22) hacia la vida y el universo. Los participantes, también refirieron experimentar conexión con la naturaleza: "Me sentía fundido con la tierra y en mis manos, en mis brazos, empezaron a surgir brotes de plantitas [...] [pude] sentir de forma más vivencial, mi relación con la naturaleza" (Hugo, 52 años).

En síntesis, se encontró que los efectos psicológicos de la experiencia de ayahuasca fueron variados, siendo características las percepciones. Estas suelen incluir un componente emocional, que puede incluir epifanías y sensaciones de amor; o experiencias cargadas de miedo y oscuridad.

Efectos posteriores percibidos

En cuanto a *los sentimientos al finalizar la ceremonia*, los participantes refirieron sentirse cansados por trasnochar, pero, acompañados de sensaciones positivas: "Feliz, es como cuando haces ejercicios y sufres haciendo ejercicios [...] Me sentía súper liberada, tranquila" (María, 22). Cuando la experiencia estuvo cargada de momentos difíciles, los sentimientos al día siguiente podían ser confusos "salí con más dudas y más inquietud de lo que entré porque yo había recordado todo el sufrimiento" (César, 29 años).

Aunque no fue frecuente, algunos chamanes cerraron con una ronda de integración, donde los participantes compartieron sus vivencias. Los participantes refirieron que escuchar las experiencias de los demás los ayudó a entender la propia: "era súper interesante compartir las

experiencias con los demás y también ayuda a entender tu propia experiencia.” (Estéfano, 33 años)

En síntesis, se encontró que luego de la ceremonia, los participantes se sintieron cansados y con sensaciones positivas. Cuando algún participante experimentó una ceremonia difícil, al día siguiente continuó con inquietudes sobre lo ocurrido. Siempre que se realizaron rondas de integración, estas ayudaron a los participantes a entender mejor sus experiencias.

Efectos y cambios atribuidos a la toma

Los participantes refirieron haber tenido momentos de importantes *reflexiones filosóficas* que surgieron a raíz de lo que experimentaron bajo los efectos de la ayahuasca. Estas reflexiones son personales, por lo que son muy variadas, pero por lo general se experimentaron como un ‘darse cuenta’ de algo significativo:

[Sentí] que estábamos en una simulación o algo así; lo cual tiene sentido, pero al mismo tiempo no. Eso me hizo darme cuenta de que nada importa, lo tomé más desde un punto nihilista en el cual simplemente nosotros somos los que le damos importancia a las cosas y creo que es la filosofía que hasta ahora se me está quedando. (Lauro, 22 años)

Durante la experiencia con ayahuasca, diversos participantes experimentaron momentos en los que llegaban a una mayor comprensión de la experiencia de otras personas, resultando en una mayor *empatía*. Esto pudo suceder como un ejercicio cognitivo, o acompañado de emociones.

Para mí emocionalmente eso fue muy fuerte porque al recordar todo el sufrimiento que ha pasado mi familia por los dos intentos de suicidio que he tenido [...] en ese momento con estas visiones pude también pensar, por primera vez en estos años, en cómo se pudo haber generado un trauma en estas personas porque no todas las personas se enfrentan al hecho de que alguien cercano intente suicidarse. (César, 29 años)

Los participantes consideraron que la ayahuasca “facilita el acceso a llegar a tu inconsciente” (Alexandra, 38). Además, refirieron que fueron capaces de encontrar relaciones entre distintas experiencias propias: “Empecé a entender más cosas en relación a lo que pasaba

conmigo [...]. Una revisión, una mirada constante de mi vida, de mis errores. Empecé a vincular cosas que estaban como islas aisladas dando vueltas por ahí.” (Ángelo, 46 años)

Los participantes refirieron una variedad de *cambios atribuidos a la toma*:

Durante todo este tiempo cambié mi forma de ser, era tímido, dejé de ser tímido. Me sentí mucho más seguro, más empático conmigo mismo, más cariñoso conmigo mismo, compasivo, me sentí, pude entender a mi familia, entender a todo mi entorno. Aprendí a perdonar muchas cosas (Ángelo, 46 años).

Usualmente estos cambios se relacionaron a la forma en que los efectos de la ayahuasca lograron prolongarse hacia la vida cotidiana:

Empiezo a pensar en algunos problemas que he tenido, en la infancia o tal vez algunos problemas con mi hermano, o algunos problemas con mis amigos, por momentos veo eso y llego a algunas conclusiones, y me ayudan cuando regreso al mundo terrenal (Lauro, 22 años).

Para Alexandra (37 años) la ayahuasca funcionó como un impulsador de bienestar: “físicamente me sentía mucho mejor que antes, bastante bien, mejoré mi estado anímico, mejoré mi alimentación, me empecé a cuidar más. En ese sentido, me ayudó, fue como un impulsador de bienestar” (Alexandra, 37 años). Para Hugo (52 años): “para mí, la ayahuasca ha significado continuar en un camino de crecimiento personal”.

En síntesis, los participantes refirieron que su experiencia con la ayahuasca les ayudó a generar cambios personales positivos, a modo de un impulsador de bienestar. Estos cambios estuvieron relacionados con la forma en que los efectos de la ayahuasca pudieron sostenerse y utilizarse en la vida cotidiana.

Experiencia del proceso terapéutico

Los participantes destacaron que, luego de la ceremonia es importante integrar la experiencia: “es necesario integrar, reunir y obtener la lección, significado o explicación” (Hugo, 52 años). En consecuencia, la *motivación* para hablar de la experiencia en terapia fue encontrar ayuda para interpretar elementos que no lograron comprender: “a veces, sucedía que había tenido una visión y no me quedaba clara” (Ángelo, 46 años). Además, estuvo presente la expectativa de

que la información obtenida sirva para: “acelerar el proceso de terapia, así como que uno pueda hacer una trampa y entrar por otro lado” (Rocío, 37 años). Por otra parte, un participante refirió que durante su experiencia con la ayahuasca cayó en cuenta de que necesitaba ayuda, por lo que decidió empezar terapia: “al día siguiente, después, dije ‘bueno necesito seguir con ayuda’ y por eso empecé con la psicóloga” (Estéfano, 33 años).

La forma en que el contenido de la ceremonia pudo abordarse, o no, en psicoterapia fue diferente en cada caso y se vio influenciada por la actitud y los conocimientos previos del terapeuta. En ocasiones se encontraron *limitaciones en el proceso terapéutico*, por ejemplo, María (22 años) prefirió no compartir la experiencia con su psicólogo porque no sabía si lo iba juzgar: “Con mi segundo psicólogo con el que estuve hace poco creo que nunca me nació [...] hay gente que piensa que es una droga o cosas así [...] hay muchos psicólogos que me imagino que lo deben ver desde ese punto”.

Algunos participantes hablaron del tema, sin obtener la respuesta esperada: “No porque tuviera un tipo de recelo al decir que las drogas son malas o algo así, simplemente no pienso que ha estado preparado [...] hubiera querido que estuviera un poco más familiarizado con la ayahuasca” (Lauro 22 años). A pesar de que su terapeuta no estaba tan familiarizado, este lo pudo ayudar a elaborar un tema que surgió durante las ceremonias:

Al ver [durante la ceremonia] que una cosa ya no es más importante que otra, me hizo abrirme a nuevas posibilidades y tomar desde un punto de vista más americano o europeo el amor, y obviamente apoyado con la psicología, porque esos temas los hablé con mi psicólogo. (Lauro, 22 años)

En ocasiones, la experiencia de ayahuasca surgía durante la psicoterapia por cercanía entre los temas, según César (29 años): “ocasionalmente sale porque al momento de tratar algún tema recuerdo ‘ah bueno sí esta idea me vino en la ceremonia’”, según Rocío (37 años) “[era] otra perspectiva de temas que de repente ya habíamos hablado en otros momentos”. Para otros participantes, la experiencia de ayahuasca fue integrada en mayor medida en terapia, donde el psicólogo ofrecía interpretaciones o ayudaba a analizar y encontrar relaciones entre elementos que surgieron:

Me acuerdo mucho de una visión, venía algo muy fuerte, algo muy oscuro, algo como entre comillas “un diablo” una cosa fea, que me decía “Abre la boca, abre la boca”, yo decía “no, no quiero”. yo me oponía muy fuertemente a eso. Pasó en varias sesiones. Me acuerdo que esto lo hablé con una terapeuta francesa, ella me dio una explicación más transgeneracional que después corroboré con mi familia [...] Eso es algo importante en las sesiones, el hecho de que me hizo mucho más sentido me calmó. (Angelo, 46 años)

Cuando le conté de mi experiencia me dijo “interesante que hayas tratado de buscar a tu papá cuando querías trabajar la flojera”. Entonces, ella empezó a indagar en mi relación con mi viejo, y en mis reacciones a temas con mi viejo. (Estéfano, 33 años)

Además, este trabajo realizado con la psicoterapeuta pudo ayudar al usuario a asociar elementos de la experiencia de ayahuasca con actividades cotidianas:

Después de haber trabajado con la psicóloga lo ha hecho increíble porque muchas veces en situaciones de la vida, en el trabajo, tengo recuerdos de la ceremonia que los asocio al momento que estoy viviendo y me facilita entender a las cosas que están pasando en mi vida. (Estéfano, 33 años)

Por último, en algunos casos los participantes refirieron que la terapia les ayudó a prepararse para la ayahuasca, al disminuir síntomas previos o al brindarles herramientas de autorregulación que pudieron ser utilizadas durante la ceremonia, llegando así a la conclusión de que ambas se complementan:

Yo había estado deprimida un tiempo antes, había llevado la terapia deprimida y de ahí ya me había estabilizado. Entonces, en mi caso creo que fue más que la terapia me preparó para la ayahuasca [...] creo que las dos se ayudan porque al final tienen que ver con lo mismo, porque son cosas que se complementan. (Rocío, 37 años)

Al tratarse de cosas que se complementan, es posible que ambas se integren como dos elementos de un mismo proceso que es experimentado subjetivamente por el individuo:

Todas las técnicas que he ido aprendiendo con él [psicólogo] poco a poco, me ayudaron mucho a manejar estas tres ceremonias [...] sentí que se unieron, finalmente,

el acompañamiento psicológico con esta búsqueda espiritual que también estoy haciendo aparte. (César, 27 años)

En síntesis, para la experiencia subjetiva del usuario, las ceremonias de ayahuasca y la psicoterapia son herramientas que ayudan a facilitar procesos de bienestar personal. Es por ello que, aunque las preguntas de la presente fueron planteadas buscando explorar la forma en que el contenido de las ceremonias de ayahuasca fue trabajado dentro de las sesiones de psicoterapia, se encontró también que las sesiones de psicoterapia sirvieron para que los participantes se sientan más preparados para su experiencia con la ayahuasca. Asimismo, la explicación hecha por los participantes de psicoterapia y ayahuasca se complementan porque tienen similitudes permitió comprender por qué se les dificultó hacer una distinción de los efectos y cambios atribuidos a la ayahuasca de aquellos atribuidos a la psicoterapia.

Discusión

La presente investigación explora mediante entrevistas semiestructuradas la experiencia subjetiva del uso de ayahuasca en usuarios que asisten a terapia psicológica. Los participantes asisten a ceremonias con expectativas de autodescubrimiento o de agilizar sus procesos terapéuticos. Se encuentran características de los efectos de la ayahuasca, tales como percepciones variadas, reflexiones filosóficas y experiencias emocionales que pueden catalizar cambios personales. Asimismo, los usuarios conversan sobre esta experiencia en psicoterapia buscando una mayor comprensión de la misma, objetivo que pudo lograrse –o no- según las limitaciones que se hayan encontrado, siendo una actitud negativa o falta de conocimiento por parte del terapeuta las principales limitaciones. Finalmente, desde la perspectiva de los usuarios la psicoterapia y ceremonias de ayahuasca tienen similitudes que les permiten complementarse subjetivamente como herramientas de un mismo proceso de bienestar personal, en el que cada una aporta distintas oportunidades de desarrollo.

En cuanto a la experiencia antes de la toma, los resultados son similares a los reportados por otras investigaciones (Bathje, et al., 2021; Cohen, 2017; Hendrick, 2019) en donde los motivos para participar de una ceremonia de ayahuasca son relacionados al bienestar personal. En la presente se encuentra la particularidad de que el paso entre estar considerando tomar ayahuasca y tomar la decisión, está impulsado por la recomendación de una persona cercana que había tenido una buena experiencia. Esto se puede dar debido a que en esta

investigación todos los entrevistados fueron peruanos. Siendo que el Perú es uno de los pocos países en donde la ayahuasca es legal, ello podría aumentar las probabilidades de obtener un testimonio cercano.

Con relación a la experiencia subjetiva de la ceremonia, se halla que la vivencia psicodélica de la ayahuasca se caracteriza por percepciones variadas, naturales o sobrenaturales, tal como ha sido reportado previamente (Cohen, 2017; Hendrick, 2019). Estas percepciones vienen acompañadas de reflexiones que permiten un mayor entendimiento de la propia vida (Cohen, 2017). También, suceden momentos difíciles que pueden relacionarse a la intensificación de emociones o recuerdos, pero que no impiden que el usuario perciba efectos beneficiosos atribuidos a la toma (Gorman, et al., 2021). Con ello se confirma que los relatos de los participantes sobre sus experiencias de ayahuasca contienen experiencias de tipo místico o espiritual (Cohen, 2017; Giove, 2012; Hendrick, 2019; Luna, 2011; Renelli, 2018). Explicar este tipo de experiencias subjetivas y el proceso de cambio facilitado por ayahuasca resulta difícil desde la terminología clínica, centrada principalmente en el señalamiento de síntomas (Bathje, et al., 2021). La psicología, como ciencia occidental, se posiciona en un marco epistemológico positivista, que busca el conocimiento objetivo de la realidad observable, rechazando el estudio de la subjetividad (Mazur, 2021; Rodríguez-Camejo, et al, 2020). Por ende, aunque la evidencia actual demuestre que la ayahuasca tenga beneficios terapéuticos, se discuten los resultados y existe un rechazo a abordar el componente subjetivo presente (Chávez, et al.2020). Esta actitud se sostiene en el tabú científico de no tomar en serio los conocimientos que están fuera de sus límites epistemológicos (Rojas-Bolivar, 2014). Sin embargo, en el relato de los participantes encontramos que los beneficios atribuidos a la ayahuasca suceden mediante un proceso de cambio que tiene su raíz en los efectos subjetivos que esta genera.

Respecto a los efectos posteriores percibidos, al día siguiente es común sentirse cansado, aunque usuarios reportan frecuentemente sentirse con energía y buen humor los días posteriores (Gorman, et al., 2021). Cuando una ceremonia tuvo momentos difíciles, el usuario puede presentar malestar psicológico, lo que podría implicar una necesidad de futuro apoyo terapéutico (Cowley-Court et al., 2023; Gorman, et al., 2021). Algunos participantes refieren que las rondas de integración los ayuda a lograr un mayor entendimiento de la propia vivencia.

Los efectos y cambios atribuidos a la toma de ayahuasca están relacionados a reflexiones filosóficas, mayor empatía, y una renovada capacidad de encontrar relaciones entre distintas experiencias personales. Los cambios particulares que cada participante experimenta parecen relacionarse a la forma en que la experiencia y los efectos de la ayahuasca se incorporan a su vida cotidiana, a través de un proceso de significación que se da a través del tiempo (Cohen, 2017; Gorman, et al., 2021). Con frecuencia, debido a su contenido complejo y simbólico, algunas de las percepciones experimentadas durante las ceremonias de ayahuasca no resultan claras para el individuo, por lo que necesitará procesarlas para darle significado y transformarlas en cambios internos o conductuales, proceso que puede ser facilitado mediante un espacio psicoterapéutico (Bathje et al., 2022).

Sobre la experiencia del proceso terapéutico, se encuentra que los participantes hablan sobre su ceremonia en búsqueda de una mejor comprensión del contenido de esta. Dicho material puede ser abordado junto al terapeuta, generando significados sobre aspectos que no estaban claros o brindando nuevas direcciones a la terapia (Cohen, 2017). El proceso de significación resulta importante ya que facilita que dichas experiencias puedan relacionarse con la vida cotidiana y se conviertan en oportunidades de desarrollo personal (Gorman, et al., 2021). Aunque una interpretación extensiva requiera a un especialista, se encuentra que, sin ser un especialista, mediante una actitud de no-juicio se puede ayudar al consultante a elaborar tópicos que surgieron durante la ceremonia. Con frecuencia, la información que emerge durante una ceremonia de ayahuasca atiende tópicos relacionados al bienestar del individuo, las nuevas perspectivas generadas sobre aquellos temas pueden ser incorporadas y abordadas dentro de las sesiones de psicoterapia ayudando a sostener los cambios o sirviendo como punto de partida para plantear nuevos objetivos terapéuticos (Cowley-Court et al., 2023; Neuhaus & Slavich, 2022). De manera que, la psicoterapia puede facilitar el proceso mediante el que la experiencia de ayahuasca logra asociarse a la vida cotidiana, generando así cambios positivos para la vida del individuo. Asimismo, se encuentra que la psicoterapia puede ayudar a que los usuarios se sientan más preparados para tomar ayahuasca, sea por la disminución de síntomas previos o por el aprendizaje de herramientas de autorregulación (Gorman, et al., 2021). Sin embargo, en ciertos casos, el proceso de integración dentro de terapia encuentra limitaciones que están principalmente relacionadas con la falta de conocimiento y la actitud del terapeuta hacia esta práctica. La falta de conocimiento disminuye la capacidad de ofrecer ayuda en elaborar los temas

planteados, mientras que una actitud de desinterés o estigmatizar la práctica podría generar sensaciones de aislamiento en el paciente (Cowley-Court et al., 2023).

Conclusiones

En cuanto a las limitaciones, el proceso de reclutamiento y selección de participantes encontró dificultades a causa de la especificidad de los criterios de inclusión. Se recomienda la realización de investigaciones que permitan arrojar luz sobre la forma en que esta medicina tradicional pueda articularse con la psicología contemporánea en un marco de respeto intercultural. Para ello podrían servir de puentes posturas contemporáneas críticas del positivismo, como lo son el construccionismo o la teoría de la subjetividad. Además, se recomienda ahondar la línea de investigación mediante un estudio de la misma temática, pero a partir de la perspectiva del psicólogo. También, se sugiere trabajar con el diseño de análisis de caso en los que los usuarios de ayahuasca hayan podido integrar su experiencia de ayahuasca al proceso terapéutico. Ello con el propósito de continuar explorando el potencial de la terapia psicológica para aportar al proceso de significación de la experiencia de la toma, y enriquecerse gracias a ello. Finalmente, se recomienda futuros estudios que exploren el concepto de salud mental desde una perspectiva intercultural.

En conclusión, desde la experiencia subjetiva de esta muestra, las ceremonias de ayahuasca y la psicoterapia son herramientas que sirven para facilitar procesos de bienestar personal. Es por ello que la una puede beneficiarse de la otra, siendo que los participantes reportaron: traer nuevas perspectivas a terapia a partir de la experiencia con ayahuasca, interpretar y elaborar elementos de su experiencia con ayahuasca a través de la terapia, sentirse más preparados para experimentar con ayahuasca gracias al trabajo psicoterapéutico, por último, que la psicoterapia y experiencia de ayahuasca se unieron como elementos de un mismo proceso.

Referencias

- Barabasz-Gembczyk, A. & Krysztof, K. (2020). Ayahuasca – potential therapeutic properties in psychiatry. Research review. *Psychiatria Polska*, 54(2), 381–389.
<https://doi.org/10.12740/PP/103364>
- Bathje, G., Fenton, J., Pillersdorf, D. & Hill, L. (2021). A Qualitative Study of Intention and Impact of Ayahuasca Use by Westerners. *Journal of Humanistic Psychology*, 0(0), 1-39.
<https://doi.org/10.1177/00221678211008331>
- Bathje, G.J., Majeski, E. & Kudowor, M. (2022). Psychedelic integration: an analysis of the concept and its practice. *Frontiers in Psychology*, 13.
<https://doi.org/10.3389/fpsyg.2022.824077>
- Breen, L. J. & Darlaston-Jones, D. (2010) Moving beyond the enduring dominance of positivism in psychological research: implications for psychology in Australia. *Australian Psychologist*, 45(1), 67 - 76. <https://doi.org/10.1080/00050060903127481>
- Bouso, J.C., Andi3n, O., Sarris, J. J., Scheidegger, M., T3foli, L. F., Opaleye, E. S., Schubert, V., Perkins, D. (2022). Adverse effects of ayahuasca: Results from the Global Ayahuasca Survey. *Global Public Health*, 2(11). <https://doi.org/10.1371/journal.pgph.0000438>
- Carhart-Harris, R. L., & Goodwin, G. M. (2017). The Therapeutic Potential of Psychedelic Drugs: Past, Present, and Future. *Neuropsychopharmacology*, 42, 2105–2113.
<https://doi.org/10.1038/npp.2017.84>
- Ch3vez, E., Ch3vez, C. & Zuquitana, J. (2020) Revisi3n bibliogr3fica de la ayahuasca y su uso terap3utico. *Revista Peruana de Medicina Integrativa*, 5(3), 118-123.
<https://doi.org/10.26722/rpmi.2020.53.184>

Cohen, I. (2017). *Re-turning to wholeness: The Psycho-Spiritual Integration process of Ayahuasca Ceremonies in Western Participants from a Jungian Perspective*. [Tesis de doctorado, California Institute of Integral Studies]. Proquest.

<https://www.proquest.com/openview/37f24c7d0852fdef99c2dc4981393cc8/1?pq-origsite=gscholar&cbl=18750>

Congreso de la República del Perú (2019, mayo 23). Ley de Salud Mental. *El Peruano*.

<https://cdn.www.gob.pe/uploads/document/file/1484216/Ley%20N%C2%BA%2030947.pdf?v=1608073034>

Cowley-Court, T., Chenhall, R., Sarris, J., Bouso, J.C., Tófoli, L.F., Opaleye, E.S., Schubert, V.

& Perkins, D. (2023). Life after Ayahuasca: a qualitative analysis of the psychedelic integration experiences of 1630 ayahuasca drinkers from a global survey. *Psychoactives*, 2(2). 201 - 221. <https://doi.org/10.3389/fpsy.2022.821208>

Creswell, J. W., & Creswell, J. D. (2018). *Research Design: Qualitative, Quantitative, and Mixed Methods Approaches*. SAGE.

Dos Santos, R., & Hallak, J. (2019). Ayahuasca, an ancient substance with traditional and contemporary use in neuropsychiatry and neuroscience. *Epilepsy & Behavior*, 121.

<https://doi.org/10.1016/j.yebeh.2019.04.053>

Duque, H. & Aristizábal, E. (2019). Análisis fenomenológico interpretativo. Una guía metodológica para su uso en la investigación cualitativa en psicología. *Pensando Psicología*, 15(25), 1-24. <https://doi.org/10.16925/2382-3984.2019.01.03>

Giove, R. (2012). Ayahuasca, pasado, presente y perspectivas. *Pueblo Continente*, 23(1).

<http://journal.upao.edu.pe/PuebloContinente/article/view/348/315>

- Giove, R. (2022). The Ayahuasca ritual: Peruvian national cultural heritage and its possible integration into the primary health system. *Cultura Y Droga*, 27(33), 17–41.
<https://doi.org/10.17151/culdr.2022.27.33.2>
- González-Rey, F., Martínez-Guzman & A., Ramírez, T. (2019). Una mirada latinoamericana sobre la subjetividad y la psicología social: Conversación con Fernando González Rey. *Quaderns de Psicologia*, 21(3). <https://doi.org/10.5565/rev/qpsicologia.1589>
- Gorman, I., Nielson, E., Molinar, A., Cassidy, K. & Sabbagh, J. (2021). Psychedelic Harm Reduction and Integration: A Transtheoretical Model for Clinical Practice. *Frontiers in Psychology*, 12. <https://doi.org/10.3389/fpsyg.2021.645246>
- Goulart, D., Mitjans-Martínez, A. & Esteban-Guitart, M. (2020). Trayectoria y obra de Fernando González Rey: caminos hacia su Teoría de la subjetividad. *Estudios de Psicología*, 41(1), 9-30. <https://doi.org/10.1080/02109395.2019.1710800>
- Hayman, S. (2013). Psychiatric Drug Development: Diagnosing a Crisis. *Cerebrum*, 2013(5)
<https://www.ncbi.nlm.nih.gov/pmc/articles/PMC3662213/>
- Hendrick, E. (2019). *Estudio fenomenológico de experiencias psiquedélicas de personas que han participado en sesiones de terapia con ayahuasca* [Tesis de Licenciatura, Universidad Inca Garcilaso de la Vega]. Repositorio institucional – Universidad Inca Garcilaso de la Vega. <http://repositorio.uigv.edu.pe/handle/20.500.11818/4529>
- Luna, L. E. (2011). Indigenous and mestizo use of ayahuasca. An overview en R. G. dos Santos (Ed.), *The Ethnopharmacology of Ayahuasca*. Transworld Research Network
[https://www.iceers.org/Documents ICEERS site/Scientific Papers/ayahuasca/Rafael Guimares The%20Ethnopharmacology of Ayahuasca/EthnopharmAyahuasca Chapter1.pdf](https://www.iceers.org/Documents%20ICEERS%20site/Scientific%20Papers/ayahuasca/Rafael%20Guimares%20The%20Ethnopharmacology%20of%20Ayahuasca/EthnopharmAyahuasca%20Chapter1.pdf)

- Magalhães, D. (2019). La subjetividad y la vida: en memoria de Fernando González Rey. *Revista Puertorriqueña de Psicología*, 30(2), 312-320.
<https://doi.org/10.1080/10749039.2019.1619775>
- Mazur, L.B. (2021). The Epistemic Imperialism of Science. Reinvigorating Early Critiques of Scientism. *Front. Psychol*, 11. <https://doi.org/10.3389/fpsyg.2020.609823>
- Moncrieff, J., Cooper, R. E., Stockman, T., Amendola, S., Hengartner, M. P. & Horowitz, M. A. (2022). The serotonin theory of depression: a systematic umbrella review of the evidence. *Mol Psychiatry*, 28, 3243-3256. <https://doi.org/10.1038/s41380-022-01661-0>
- National Commission for the Protection of Human Subjects of Biomedical and Behavioral Research (1979). *The Belmont Report. Ethical Principles and Guidelines for the Protection of Human Subjects of Research*. <https://www.hhs.gov/ohrp/regulations-and-policy/belmont-report/read-the-belmont-report/index.html>
- Neuhaus, E. C. & Slavich, G. M. (2022). Behavioral Psychedelics: Integrating Mind and Behavior to Improve Health and Resilience. *Frontiers in Psychiatry*, 13.
<https://doi.org/10.3389/fpsyg.2022.821208>
- Organización Mundial de la Salud (2013, 15 de mayo). *Estrategia de la OMS sobre medicina tradicional 2014 – 2023*. <https://www.who.int/publications/i/item/9789241506096>
- Ramírez, C. & Rengifo, S. (2019). *Experiencia de migración interna en jóvenes universitarios de Lima Metropolitana* [Tesis de licenciatura, Universidad Peruana de Ciencias Aplicadas]. Repositorio académico - UPC.

https://repositorioacademico.upc.edu.pe/bitstream/handle/10757/625608/Ram%C3%ADrezC_S.pdf?sequence=4&isAllowed=y

Renelli, M. (2018). *The Role of Ceremonial Ayahuasca Use and the Healing of Eating Disorders: a Qualitative Study* [Tesis de master, Laurentian University] LU ZONE UL: Institutional Repository - Laurentian University

<https://zone.biblio.laurentian.ca/bitstream/10219/3122/1/MarikaRenelliThesisMay13Final.pdf>

Rodriguez-Camejo, J., García-Ramos, T. & Santiago-Estrada, S. (2020). Teoría de la Subjetividad y Psicoterapia: una propuesta desde la Perspectiva Histórico Cultural. *Revista Interamericana de Psicología*, 54(3).

Rojas-Bolivar, D. E., (2014). Ayahuasca: el encuentro de dos paradigmas. *Rev Neuropsiquiatr*, 77(1). <https://revistas.upch.edu.pe/index.php/RNP/article/view/1162>

Rose, N. (2016). Neuroscience and the future for mental health?. *Epidemiology and Psychiatric Sciences*, 25(2), 95 – 100. <http://doi.org/10.1017/S2045796015000621>

Smith, J., Flowers, P. & Larkin, M. (2009). *Interpretative Phenomenological Analysis. Theory, Method and Research*. SAGE

Smith, & Nizza, I. E. (2022). *Essentials of interpretative phenomenological analysis*. American Psychological Association.

Solis, A. (2019). *La experiencia subjetiva de pacientes que transitaron de una terapia verbal a un proceso en danza movimiento terapia* [Tesis de licenciatura, Universidad Peruana de

Ciencias Aplicadas]. Repositorio académico - UPC.

<https://repositorioacademico.upc.edu.pe/handle/10757/625466>

Van Gerven, J. & Cohen, A. (2011). Vanishing clinical psychopharmacology. *British Journal of Clinical Pharmacology*, 72(1). <https://doi.org/10.1111/j.1365-2125.2011.04021.x>

Anexos

Anexo A

Guía de preguntas y ficha sociodemográfica

1. Presentación
2. Ficha sociodemográfica
 - Nombre completo:
 - DNI:
 - Edad:
 - Género:
 - Grado de instrucción:
 - Ocupación:
 - Residencia:
 - Estado civil:
 - Número de veces que ha tomado ayahuasca:
 - Lugares en los que ha tomado ayahuasca:
 - Frecuencia de las tomas:
 - Consumo de otras sustancias psicoactivas:
 - Frecuencia de consumo:
 - Tiempo del proceso psicoterapéutico:
3. Preguntas de familiarización: preguntas para establecer Rapport.
 - ¿Cómo estás? ¿Me dijiste que tomaste ayahuasca X veces...? ¿Dónde? ¿Fueron todas en con el mismo chamán? ¿Cuándo fue la primera vez? ¿Hace cuánto fue la última vez?
4. Pregunta principal de la entrevista: Háblame sobre tu experiencia con el ayahuasca
¿Podrías relatarme en qué consistieron los rituales a los que asististe?
5. Preguntas secundarias:
 - 5.1 *Antes de la toma:*
 - ¿Cómo fue que te enteraste sobre las ceremonias de ayahuasca?
 - ¿Qué fue lo que te llamó la atención? ¿Por qué?
 - ¿Qué te motivó a tomar ayahuasca?
 - 5.2 *Experiencia subjetiva de la ceremonia:*
 - ¿Podrías describirme las ceremonias de las que participaste?
 - Explorar ¿Cómo te sentías antes de la ceremonia? ¿Cómo te sentías cuando iniciaba el ritual... antes de la toma? (preparación previa)
 - ¿Cómo describirías los efectos del ayahuasca? (físicos, emocionales, cognitivos, sociales...) (momentos difíciles)
 - Qué recuerdas de ...
 - Sensaciones físicas,
 - Sentimientos o emociones,
 - qué tipo de imágenes mentales o pensamientos
 - Una pregunta para cada aspecto... a nivel físico ¿qué sentiste? ¿Qué identificaste? (repetir para cada aspecto)

5.3 Efectos posteriores percibidos:

- ¿Cómo te sentiste luego de que se pasen los efectos del ayahuasca? (Cuando acababa la ceremonia)
- Los días posteriores
- ¿Qué te animó a volver a participar?
- ¿Has notado cambios en ti que atribuyas al hecho de haber participado de estas ceremonias? (explorar esos cambios)
- ¿Notaste algún cambio en relación a tu salud (salud física/mental, según sea el motivo para participar)?

5.4 Acerca del proceso terapéutico

- ¿Qué te motivó a hablar acerca de la toma en tu proceso terapéutico?
 - ¿Qué efectos has percibido en tu proceso terapéutico que vincules a la toma de la ayahuasca?
 - ¿Cómo integraste tu experiencia con la ayahuasca a tu proceso terapéutico?
6. Preguntas: En la conversación el entrevistador prestará atención a si los siguientes asuntos, aparecen en el discurso de la entrevistada. Si no fuera así, se interrogará directamente por ellas al final de la entrevista
- ¿Cuál fue la ceremonia que más te impactó?
 - ¿Cómo te imaginaste que sería la experiencia?

