

**AYAHUASCA COMO ADYUVANTE EN EL TRATAMIENTO DE LA DEPRESIÓN Y LA
ANSIEDAD: REVISIÓN DE LA LITERATURA**
**AYAHUASCA AS AN ADJUVANT IN THE TREATMENT OF DEPRESSION AND
ANXIETY: LITERATURE REVIEW**

Autores: ¹Katherine Michelle Haro Haro, ²Jessica Mariana Freire Montesdeoca.

¹ORCID ID: <https://orcid.org/0009-0002-0820-9813>

²ORCID ID: <https://orcid.org/0000-0003-4997-9363>

¹E-mail de contacto: kharo9346@uta.edu.ec

²E-mail de contacto: jm.freirem@uta.edu.ec

Afiliación: ¹*²Universidad Técnica de Ambato, (Ecuador).

Artículo recibido: 11 de Noviembre del 2025

Artículo revisado: 14 de Noviembre del 2025

Artículo aprobado: 18 de Noviembre del 2025

¹Interno Rotativo de la carrera de Medicina de la Universidad Técnica de Ambato (Ecuador).

²Doctora en Medicina y Cirugía, egresada de la Universidad Central del Ecuador (Ecuador), con 22 años de experiencia laboral. Especialista en Medicina Familiar y Comunitaria, egresada de la Universidad Técnica de Ambato (Ecuador). Diplomado en Desarrollo Local y Salud, obtenido en la Universidad Particular de Loja (Ecuador).

Resumen

El objetivo de este trabajo es evaluar la factibilidad del uso de la ayahuasca como adyuvante en el tratamiento de la depresión y la ansiedad, analizando su impacto en la mejora de la sintomatología, de esta forma se realizó una revisión bibliográfica empleando el modelo PRISMA 2020, la búsqueda se centró en ensayos clínicos controlados, estudios observacionales y revisiones sistemáticas publicados entre 2020 y 2025, consultando bases de datos como PubMed, Scopus, Web of Science, Cochrane Library y Scielo ya sea en inglés o español, los resultados indican que la ayahuasca presenta una reducción rápida y significativa de los síntomas depresivos y ansiosos, en algunos casos con una sola dosis y con una eficacia significativa a la de antidepresivos convencionales, debido a ciertos mecanismos biológicos identificados como la modulación de la red neuronal por defecto, asociada a la rumiación, y neuroplasticidad mediante el aumento del factor neurotrófico derivado del cerebro, psicológicamente, el alivio sintomático se correlacionó con las experiencias místicas y la introspección durante la sesión, el perfil de seguridad a corto plazo en entornos controlados es aceptable, siendo los efectos adversos más comunes los gastrointestinales y aumentos transitorios de la presión arterial. Se concluye que la ayahuasca tiene un perfil alentador como tratamiento adyuvante, debido a rápida eficacia,

sin embargo, su uso está condicionado a la administración en entornos clínicos controlados, con supervisión médica y acompañamiento terapéutico, debido a los riesgos cardiovasculares y las contraindicaciones psiquiátricas en individuos con predisposición a la psicosis.

Palabras clave: Ayahuasca, Depresión, Ansiedad, Psicodélicos, Salud mental.

Abstract

The objective of this study is to evaluate the feasibility of using ayahuasca as an adjuvant in the treatment of depression and anxiety, analysing its impact on symptom improvement. A literature review was conducted using the PRISMA 2020 model, focusing on controlled clinical trials, observational studies, and systematic reviews published between 2020 and 2025, consulting databases such as PubMed, Scopus, Web of Science, Cochrane Library, and Scielo in both English and Spanish. The results indicate that ayahuasca produces a rapid and significant reduction in depressive and anxiety symptoms, in some cases with a single dose and with significant efficacy compared to conventional antidepressants, due to certain biological mechanisms identified include modulation of the default neural network associated with rumination and neuroplasticity through increased brain-derived neurotrophic factor. Psychologically, symptomatic relief correlated

with mystical experiences and introspection during the session. The short-term safety profile in controlled settings is acceptable, with the most common adverse effects being gastrointestinal and transient increases in blood pressure. It is concluded that ayahuasca has an encouraging profile as an adjuvant treatment due to its rapid efficacy. However, its use is conditional on administration in controlled clinical settings, with medical supervision and therapeutic support, due to cardiovascular risks and psychiatric contraindications in individuals predisposed to psychosis.

Keywords: Ayahuasca, Depression, Anxiety, Psychedelics, Mental health.

Sumário

O objetivo deste trabalho é avaliar a viabilidade do uso da ayahuasca como adjuvante no tratamento da depressão e da ansiedade, analisando seu impacto na melhora dos sintomas. assim, foi realizada uma revisão bibliográfica utilizando o modelo PRISMA 2020, a pesquisa se concentrou em ensaios clínicos controlados, estudos observacionais e revisões sistemáticas publicados entre 2020 e 2025, consultando bancos de dados como PubMed, Scopus, Web of Science, Cochrane Library e Scielo, tanto em inglês quanto em espanhol. Os resultados indicam que a ayahuasca apresenta uma redução rápida e significativa dos sintomas depressivos e ansiosos, em alguns casos com uma única dose e com uma eficácia significativa em relação aos antidepressivos convencionais, devido a certos mecanismos biológicos identificados modulação da rede neuronal por defeito, associada à ruminação, e neuroplasticidade através do aumento do fator neurotrófico derivado do cérebro; psicologicamente, o alívio sintomático correlacionou-se com experiências místicas e introspecção durante a sessão; o perfil de segurança a curto prazo em ambientes controlados é aceitável, sendo os efeitos adversos mais comuns os gastrointestinais e aumentos transitórios da pressão arterial. Conclui-se que a ayahuasca tem um perfil promissor como tratamento adjuvante, devido à sua rápida eficácia. No entanto, seu uso está

condicionado à administração em ambientes clínicos controlados, com supervisão médica e acompanhamento terapêutico, devido aos riscos cardiovasculares e contraindicações psiquiátricas em indivíduos com predisposição à psicose.

Palavras-chave: Ayahuasca, Depressão, Ansiedade, Psicodélicos, Saúde mental.

Introducción

Los trastornos depresivos y de ansiedad han representado un desafío creciente para los sistemas de salud pública a nivel global, y su impacto se ha intensificado en los últimos años, según World Health Organization, (2022) más de 280 millones de personas padecen depresión, y más 300 millones de personas presentan ansiedad, estas patologías no solo causan un profundo sufrimiento además se asocian con una alta carga de discapacidad, menor calidad de vida y un aumento del riesgo de suicidio, la depresión es la principal causa de discapacidad en el mundo, y el suicidio es la cuarta causa de muerte en el grupo etario de 15 a 29 años (Porrey, M. 2025). En latinoamericano estudios regionales han identificado que uno de cada cinco adultos presenta síntomas de trastornos mentales, siendo los correspondientes a depresión y ansiedad los más prevalentes (Santomauro, F., et al. 2021). En Ecuador según Ministerio de Salud Pública las consultas por salud mental han aumentado destacando la prevalencia de depresión y ansiedad, especialmente después la pandemia de COVID-19, estos trastornos siguen ocupan los primeros lugares en atenciones ambulatorias, con mayor impacto en mujeres, jóvenes y personas de bajos recursos (Vaca, J., et al. 2024).

Las estrategias terapéuticas convencionales como la psicoterapia y los tratamientos farmacológicos como antidepressivos tricíclicos, ISRS y ansiolíticos, han demostrado eficacia clínica, sin embargo, presentan limitaciones importantes tales como; latencia en el inicio de

sus efectos, efectos secundarios significativos y resistencia al tratamiento. En base a ello, surge la necesidad de investigar terapias complementarias o alternativas que sean más efectivas, accesibles, menos invasivas, de acción rápida y mejor toleradas, en este panorama, nace el interés por las sustancias psicodélicas como agentes terapéuticos para trastornos psiquiátricos, entre estas, la ayahuasca.

La ayahuasca una bebida tradicional amazónica utilizada ancestralmente por comunidades indígenas de Perú, Brasil, Colombia y Ecuador, contempla una combinación de liana banisteriopsis caapi y las hojas de *psychotria viridis*, que contienen alcaloides como la N, N-dimetiltriptamina (DMT) y β -carbolas (ej. harmina), compuestos que actúan sobre receptores serotoninérgicos y modulan el sistema nervioso central (Costa, M., et al. 2024). Históricamente, la ayahuasca ha sido utilizada rituales por culturas indígenas amazónicas como las comunidades shuar, kichwa y achuar del oriente ecuatoriano, algunos ensayos clínicos y estudios observacionales han comenzado a documentar sus posibles efectos terapéuticos, reportando mejoras significativas en síntomas depresivos y de ansiedad, incluso en pacientes resistentes a tratamientos convencionales, esto debido a sus mecanismos, a nivel neurobiológico la ayahuasca estimula la neuroplasticidad, regula la actividad de la red neuronal por defecto (DMN), modula neurotransmisores clave (serotonina, dopamina, norepinefrina) y genera efectos sobre el eje hipotálamo-hipófisis-suprarrenal (Palhano, F., et al. 2021). No obstante, el uso clínico de esta bebida plantea desafíos importantes en términos de seguridad, legalidad, estandarización de dosis y posibles efectos adversos, aunque la evidencia sugiere un bajo riesgo de adicción y toxicidad en

comparación con otras sustancias psicotrópicas, se han reportado casos aislados de toxicidad, reacciones psicológicas adversas y complicaciones en contextos no controlados, además su uso fuera del marco tradicional plantea dilemas éticos y culturales que deben ser considerados con responsabilidad.

En Ecuador donde coexisten sistemas de salud modernos y saberes ancestrales, resulta relevante investigar el potencial de la ayahuasca como adyuvante terapéutico, este enfoque permitiría no solo revalorizar el conocimiento indígena, sino también explorar alternativas viables, accesibles y culturalmente integradas para abordar los problemas de salud mental en la población, por tanto, el presente artículo tiene como objetivo evaluar la factibilidad y utilidad de la ayahuasca como adyuvante en el tratamiento de la depresión y la ansiedad, analizando su impacto en la mejora de la sintomatología., de forma específica, se propone: (I) revisar los estudios existentes sobre sus efectos terapéuticos; (II) analizar los mecanismos biológicos y psicológicos implicados; y (III) evaluar su seguridad y los posibles efectos adversos reportados en el contexto clínico, este estudio busca aportar al desarrollo de estrategias terapéuticas complementarias, integrando el conocimiento científico y ancestral en el marco de la salud mental.

Dado este panorama, surge una interrogante fundamental para la salud pública y la investigación clínica: ¿puede la ayahuasca, utilizada en contextos controlados y respaldada por la evidencia científica actual, constituir una alternativa terapéutica segura y eficaz para complementar el tratamiento de la depresión y la ansiedad en poblaciones que no responden adecuadamente a las intervenciones convencionales?

Materiales y Métodos

El presente trabajo corresponde a una revisión sistemática de carácter exploratorio, cuyo propósito fue sintetizar y analizar la evidencia científica reciente sobre la factibilidad del uso de la ayahuasca como tratamiento complementario para la depresión y la ansiedad, la relevancia de este enfoque radica en la necesidad de identificar alternativas terapéuticas innovadoras, culturalmente integradas y potencialmente más efectivas frente a las limitaciones de los tratamientos convencionales. El proceso metodológico se desarrolló siguiendo los lineamientos de la declaración PRISMA 2020, lo que permitió garantizar transparencia, reproducibilidad y rigurosidad en la identificación, selección y análisis de los estudios incluidos, reduciendo el riesgo de sesgo de publicación.

La búsqueda bibliográfica se realizó en bases de datos especializadas en ciencias de la salud, incluyendo PubMed, Medline, Scopus, Web of Science, Embase, SciELO y Cochrane Library. Como fuente complementaria se utilizó Google Académico y la estrategia de búsqueda empleó descriptores controlados y términos libres en español e inglés, combinados con operadores booleanos AND/OR/NOT. Entre los principales términos utilizados se incluyeron: “ayahuasca”, “depression”, “anxiety” y “psychedelics”, orientados a la identificación de intervenciones con relevancia clínica en salud mental. El periodo de búsqueda comprendió artículos publicados entre enero de 2020 y junio de 2025. Para la selección de estudios se aplicó un cribado en dos fases, realizado por dos revisores independientes donde se plantearon criterios de inclusión y exclusión.

Criterios de inclusión

- Ensayos clínicos controlados, estudios observacionales, revisiones sistemáticas o

metaanálisis con aplicación clínica de ayahuasca.

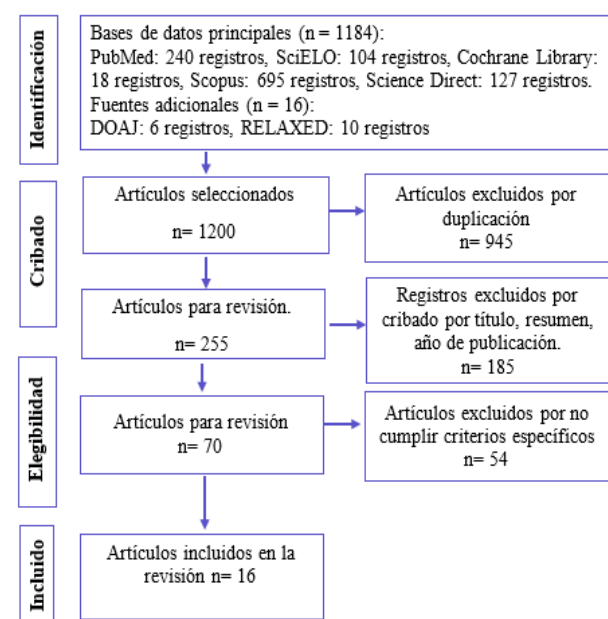
- Investigaciones que evaluaran efectos terapéuticos, mecanismos de acción o seguridad.
- Artículos en texto completo, publicados en español o inglés.

Criterios de exclusión

- Publicaciones con fines recreativos, reportes de casos aislados, duplicados o sin acceso a texto completo.
- Estudios sin relevancia clínica o metodológicamente deficientes.

Tras la búsqueda inicial se identificaron 1184 registros; luego de eliminar duplicados y estudios que no cumplían los criterios establecidos, se seleccionaron finalmente 16 artículos para la síntesis cualitativa de la evidencia, el análisis de datos empleado consistió en la extracción de información clave de cada artículo (diseño, muestra, intervención, escalas de medición, resultados y efectos adversos). (Imagen 1).

Imagen 1: Diagrama Prisma



Fuente: Elaboración propia

Resultados

A continuación, se presenta una síntesis estructurada de los estudios incluidos en la revisión, donde se describen los principales hallazgos relacionados con el uso de la ayahuasca y otros psicodélicos en el tratamiento

de la depresión y la ansiedad (Tabla 1) el cual resume los aspectos clave de cada publicación, incluyendo el diseño metodológico, la población estudiada y las conclusiones más relevantes, con el fin de facilitar la comparación y el análisis crítico de la evidencia disponible.

Tabla 1. Tabla de resultados

REFERENCIA	TITULO	DISEÑO	POBLACION	CONCLUSION
Dos Santos, D., et al. (2021)	El uso de alucinógenos/psicodélicos clásicos en un contexto terapéutico: oportunidades y desafíos para las políticas de salud.	Revisión Sistemática	No registra	Los psicodélicos o alucinógenos serotoninérgicos son un grupo serotoninérgicos 5-HT2A que incluyen en las alteraciones en la percepción, los procesos cognitivos y el estado de ánimo.
Uthaug, V., et al. (2021)	Un estudio controlado con placebo sobre los efectos de la ayahuasca, el estado mental y el entorno en la salud mental de los participantes en retiros grupales de ayahuasca.	Estudio observacional	Seis retiros de ayahuasca, que se celebraron en distintos lugares de Europa (Entre 15 y 25 participantes por evento).	La ingesta de ayahuasca puede mejorar la salud mental y el bienestar.
Sarris, J., et al. (2021)	Uso de ayahuasca y efectos reportados sobre los síntomas de depresión y ansiedad: un estudio transversal internacional de 11.912 consumidores.	Estudio transversal	Datos Proyecto Global Ayahuasca (GAP), realizado entre 2017 y 2020 con la participación de 11 912 personas.	Los consumidores de ayahuasca en entornos naturalistas percibieron beneficios notables para sus síntomas afectivos en esta encuesta.
Bolesławska, I., et al. (2022)	Recursos herbales en el tratamiento de la depresión durante la pandemia de COVID-19	Revisión Sistemática	No registra	Se han observado efectos antidepresivos beneficiosos tras la aplicación de especias, como de algunos hongos y hierbas que contienen componentes activos fitoquímicos
Ko, K., et al. (2022)	Psicodélicos, experiencia mística y eficacia terapéutica: una revisión sistemática	Revisión Sistemática	No registra	La experiencia psicodélica mística contribuye a la eficacia terapéutica, incluyendo tanto la reducción de síntomas como la mejora de la calidad de vida
Knudsen, M. (2022)	Efectos sostenidos de dosis únicas de psicodélicos clásicos en humanos	Revisión Sistemática	No registra	La psilocibina, el componente psicoactivo de los hongos alucinógenos, ha demostrado un gran potencial para el tratamiento de la ansiedad y la depresión
Gattuso, J., et al. (2023)	Modulación de la red neuronal por defecto mediante psicodélicos: una revisión sistemática	Revisión Sistemática	No registra	Los psicodélicos son una herramienta valiosa para investigar esta red neuronal y considerar las posibles implicaciones terapéuticas de este efecto en el cerebro y la mente.
Wsól, A. (2023)	Seguridad cardiovascular de la medicina psicodélica: estado actual y direcciones futuras	Revisión Bibliográfica	No registra	Los psicodélicos clásicos presentan un perfil de seguridad aceptable a corto plazo en entornos controlados, pero su uso repetido o prolongado podría conllevar riesgos cardiovasculares.
Gonçalves, J., et al. (2023)	Una revisión sistemática sobre los efectos terapéuticos de la ayahuasca	Revisión Sistemática	No registra	La ayahuasca podría tener propiedades beneficiosas para tratar ciertos desequilibrios físicos y psicológicos.
Hovmand, R., et al. (2023),	Riesgo de sesgo en ensayos clínicos aleatorizados sobre medicina psicodélica: una revisión sistemática	Revisión Sistemática	No registra	Los psicodélicos clásicos, psilocibina, peyote, ayahuasca y LSD, se consideran tratamientos prometedores para enfermedades psiquiátricas como la depresión, la ansiedad, la adicción y los trastornos obsesivo-compulsivos.

Moliner, R., et al. (2023)	Los psicodélicos promueven la plasticidad neuronal al unirse directamente al receptor TrkB del BDNF.	Revisión Sistemática	No registra	Los psicodélicos producen efectos antidepresivos rápidos y persistentes, e inducen neuroplasticidad similar a la de los antidepresivos clínicamente aprobados.
Sheth, R., et al. (2024)	Los efectos de la ayahuasca en los trastornos psicológicos: una revisión sistemática de la literatura	Revisión Sistemática	No registra	La ayahuasca impacta el cuerpo, la mente y el espíritu humano, lo que la convierte en una opción de tratamiento para los trastornos psicológicos que aquejan al mundo actual.
Yu, Z., et al. (2024)	Alteraciones en la conectividad de la red cerebral y la experiencia subjetiva inducidas por psicodélicos: una revisión exploratoria	Revisión Exploratoria	No registra	Los psicodélicos se vinculan a cambios significativos en los patrones de comunicación cerebral, como la conectividad de la red neuronal por defecto (RND) y la corteza talamocortical
Hsu, T., et al. (2024)	Monoterapia oral comparativa con psilocibina, dietilamida del ácido lisérgico, 3,4-metilendioxiánfetamina, ayahuasca y escitalopram para los síntomas depresivos: revisión sistemática y metaanálisis de redes bayesianas	Revisión Sistemática y Metaanálisis	No registra	Los pacientes tratados con altas dosis de psilocibina mostraron mejores respuestas que aquellos tratados con placebo en los ensayos de antidepresivos
Costa, M., et al. (2024)	Potencial uso terapéutico de la ayahuasca: una revisión bibliográfica	Revisión Bibliográfica	No registra	Los efectos terapéuticos de la ayahuasca en la depresión/ansiedad, la dependencia química/alcoholismo y la enfermedad de Parkinson, así como sobre los efectos neuropsicológicos.
Fluyau, D., et al. (2024)	Efectos antidepresivos y ansiolíticos rápidos y prolongados de los psicodélicos y la 3,4-metilendioxiánfetamina: una revisión sistemática y un metaanálisis.	Revisión Sistemática	No registra	Los psicodélicos (psilocibina, ayahuasca y LSD) y el MDMA tienen el potencial de inducir una reducción de los síntomas depresivos y de ansiedad

Fuente: Elaboración propia

Discusión

Dentro de los resultados investigados según menciona Sheth, R., et al. (2024), en su revisión sistemática, se analizaron cuarenta y tres estudios sobre los efectos de la ayahuasca en pacientes con depresión y ansiedad, los hallazgos mostraron una reducción significativa de los síntomas depresivos incluso con una sola administración, evaluada mediante escalas validadas como HAM-D y BDI, además se observó mejoría en ansiedad, especialmente en usuarios habituales en contextos rituales, aunque algunos participantes experimentaron un aumento transitorio de ansiedad durante la sesión que posteriormente se transformó en un efecto ansiolítico sostenido. Los mecanismos implicados incluyeron un incremento de BDNF, modulación del cortisol y reducción de

marcadores inflamatorios y la experiencia mística se correlacionó con mayor mejoría clínica, donde los efectos adversos más frecuentes fueron náuseas, vómitos y diarrea, además de episodios transitorios de ansiedad o desorientación y en casos aislados se reportaron episodios psicóticos en personas con predisposición psiquiátrica.

Por otro lado, en la revisión sistemática de Gattuso, J., et al. (2023), que incluyó veintiocho estudios, cuatro de ellos con resonancia magnética funcional, se evidenció que la ayahuasca modula la conectividad de la red neuronal por defecto, reduciendo la hiperactividad del córtex prefrontal medial y favoreciendo una reorganización funcional asociada a la mejoría de la depresión y la

ansiedad, se propusieron mecanismos como la activación serotoninérgica del receptor 5-HT_{2A}, la hipótesis de la entropía cerebral, la reducción de inflamación neuronal y el aumento de neuroplasticidad mediante BDNF y la vía mTOR, los efectos adversos más comunes incluyeron malestar gastrointestinal, ansiedad y disociación transitoria.

De manera complementaria, Yu, Z., et al. (2024) identificaron que la ayahuasca disminuye la conectividad interna de la red de modo por defecto y modula la red saliente y vías talamocorticales, lo que contribuye a mayor flexibilidad cognitiva y emocional, asimismo, las experiencias subjetivas, incluidas vivencias místicas y alteraciones del sentido del yo, se asociaron con una reducción de angustia emocional, los efectos antidepresivos y ansiolíticos fueron rápidos y sostenidos, aunque la mayoría de los estudios revisados se aplicaron en sujetos sanos, limitando su extrapolación clínica. Mientras tanto, Wsół A. (2023) evaluó la seguridad cardiovascular de psicodélicos clásicos como la psilocibina y el DMT, donde se observó un incremento transitorio y dosis dependiente de la frecuencia cardíaca y presión arterial, sin eventos graves e identificaron riesgos teóricos asociados a vasoconstricción, agregación plaquetaria y expresión de receptores 5-HT_{2B}, recomendándose precaución clínica en personas con antecedentes cardiovasculares.

A su vez, Hsu, T., et al. (2024) compararon psicodélicos orales con escitalopram, demostrando que la ayahuasca y la psilocibina en dosis altas fueron superiores al placebo. La ayahuasca mostró eficacia comparable al escitalopram y buena tolerabilidad, con efectos secundarios como náuseas y alteraciones perceptuales, sin eventos graves, la certeza de la

evidencia fue moderada a baja, resaltando la necesidad de más estudios robustos.

A su vez, Bolesławska, I., et al. (2022) resaltaron el potencial de la ayahuasca durante la pandemia de COVID-19 para reducir síntomas depresivos y ansiosos, mediante un ensayo clínico en depresión resistente mostró mejoras significativas con una sola dosis, mientras que un estudio naturalista en Perú demostró beneficios persistentes durante seis meses, los efectos adversos fueron leves y transitorios.

De la misma manera, Ko, K., et al. (2022) analizaron la relación entre experiencias místicas y mejoría clínica donde encontraron que la correlación positiva entre dimensiones como "inmensidad oceánica" y la reducción de síntomas depresivos, especialmente en depresión resistente, no obstante, factores como el miedo a la disolución del ego redujeron la respuesta terapéutica, las limitaciones incluyeron ausencia de grupos control y alta variabilidad en mediciones subjetivas. Por otro lado, Knudsen, M. (2022) destacó que la ayahuasca produce efectos antidepresivos duraderos, incluso un año después de la intervención, especialmente en depresión resistente y se observaron aumentos de BDNF y reorganización de la conectividad cerebral, aunque la relación directa entre niveles séricos de BDNF y mejoría clínica aún es incierta.

Sin embargo, Costa, M., et al. (2024), en una revisión amplia, reportaron efectos antidepresivos y ansiolíticos asociados a la activación de regiones cerebrales hipoactivas, la modulación de receptores sigma-1 y la regulación del cortisol y proteínas inflamatorias, donde los efectos adversos fueron generalmente leves, algunos modelos animales mostraron toxicidad en dosis altas, lo

que subraya la necesidad de delimitación terapéutica precisa. Otro estudio realizado por Gonçalves, J., et al. (2023) identificó beneficios en depresión y ansiedad, así como efectos antimicrobianos y antiinflamatorios adicionales, en humanos, la ayahuasca redujo proteína C reactiva y mejoró regulación emocional y satisfacción vital, aunque dosis altas mostraron toxicidad en modelos animales. A su vez, Dos Santos, D., et al. (2021) señalaron que la ayahuasca reduce síntomas depresivos y ansiosos de forma rápida y sostenida, y que actúa sobre receptores serotoninérgicos, glutamato y BDNF, resaltando beneficios psicológicos como mayor apertura, autotrascendencia y regulación emocional y destacaron desafíos regulatorios y la necesidad de integrar enfoques psicoterapéuticos.

Así mismo, Hovmand, R., et al. (2023) identificaron dificultades metodológicas en ensayos psicodélicos, incluyendo problemas de cegamiento, tamaños muestrales reducidos y ausencia de protocolos previos, lo que puede influir en la validez de los resultados, en esta misma línea Uthaug, V., et al. (2021) mostraron que tanto ayahuasca como placebo redujeron síntomas depresivos, ansiosos y de estrés, indicando un fuerte efecto del contexto ceremonial y expectativas. La ayahuasca aumentó indicadores de empatía y ciertas dimensiones de estados alterados de conciencia, por otro lado, Moliner, R., et al. (2023) demostraron que psicodélicos como el DMT se unen directamente al receptor TrkB, promoviendo neuroplasticidad y neurogénesis independientemente del receptor 5-HT_{2A}, lo que abre posibilidades terapéuticas sin efectos psicotomiméticos.

Finalmente, Sarris, J., et al. (2021), en una amplia encuesta internacional, identificaron que la mayoría de usuarios reportó mejoría

significativa en depresión y ansiedad, asociada a mayor introspección, experiencia mística y frecuencia de uso donde un pequeño porcentaje reportó empeoramiento y dificultades de integración, enfatizando la importancia del acompañamiento terapéutico mientras que, Fluyau, D., et al. (2024) destacaron efectos antidepresivos rápidos de la ayahuasca, con tamaños del efecto elevados en escalas HAM-D y MADRS, la seguridad fue favorable, con baja incidencia de efectos adversos, aunque se reportaron episodios transitorios de desorientación y disociación.

Análisis

En este trabajo se evaluó la factibilidad del uso de la ayahuasca como adyuvante en el tratamiento de la depresión y la ansiedad. La ayahuasca, una decocción tradicional de Banisteriopsis caapi y Psychotria viridis, ha sido empleada en rituales amazónicos durante siglos; sin embargo, su relevancia científica actual se debe a su capacidad para generar efectos psicoterapéuticos mediados por mecanismos neurobiológicos y psicológicos. Uno de sus mecanismos principales implica la activación del sistema serotoninérgico a través del N,N-dimetiltriptamina (DMT), agonista del receptor 5-HT_{2A}, y de las β -carbolidinas como la harmina, que inhiben de forma reversible la monoaminoxidasa tipo A, permitiendo la acción oral del DMT, como señalan Costa, M., et al. (2024). Esta combinación modula la conectividad cerebral y favorece cambios en regiones vinculadas a la regulación emocional, como el córtex prefrontal medial y el sistema límbico.

Los estudios analizados muestran que el uso controlado de ayahuasca produce una disminución significativa de los síntomas depresivos y ansiosos, incluso con una sola dosis, resultados medidos mediante escalas

como HAMD-17, MADRS y BDI, en concordancia con los hallazgos de Sheth, R., et al. (2024). Además, se han descrito beneficios adicionales, como la reducción del estrés (Uthaug, V., et al. 2021), la mejora del afecto positivo y la apertura a nuevas experiencias (dos Santos, D., et al., 2021), así como un incremento en la sensación de conexión interpersonal y propósito vital.

Desde el punto de vista neurobiológico, la ayahuasca incrementa los niveles del factor neurotrófico derivado del cerebro (BDNF), favoreciendo la plasticidad neuronal, como señalan Sheth, R., et al. (2024); Knudsen, M., (2022). Asimismo, se han reportado efectos antiinflamatorios mediante la reducción de biomarcadores como la proteína C reactiva, hallazgo mencionado por Gonçalves, J., et al. (2023). También se ha descrito una modulación favorable del eje hipotálamo-pituitario-adrenal, clave en la respuesta al estrés crónico. Además, estudios como el de Moliner, R., et al. (2023) proponen que el DMT puede actuar como agonista del receptor TrkB del BDNF, una vía crucial para la regeneración neuronal independiente del sistema serotoninérgico. Los factores psicológicos también desempeñan un rol importante: la introspección emocional, la resolución de traumas y la autoconciencia favorecen la mejoría terapéutica. En esta línea, Gattuso, J., et al. (2023) y Yu, Z., et al. (2024) indican que la ayahuasca reduce la actividad de la red neuronal por defecto, asociada a rumiación y pensamiento depresivo repetitivo.

Respecto a las dosis, los estudios en humanos refieren rangos entre 120 y 200 mL de infusión o dosis estandarizadas de 0,36 mg/kg de DMT (Fluyau, D., et al., 2024). En modelos animales, dosis de 1,67 mL por 300 g de peso no mostraron efectos adversos significativos. La dosis letal estimada sería al menos veinte veces

superior a la terapéutica, como reporta Bolesławska, I., et al. (2022), lo que sugiere un margen de seguridad amplio bajo supervisión profesional.

Aun así, la ayahuasca no está exenta de riesgos. Entre los efectos adversos más frecuentes se encuentran náuseas, vómitos y diarrea, ansiedad aguda, taquicardia e hipertensión transitoria, además de posibles episodios de confusión o disociación (Fluyau, D., et al., 2024). Estos efectos suelen ser transitorios y están ampliamente influenciados por el entorno, la preparación psicológica y la presencia de acompañamiento terapéutico. Se ha advertido un mayor riesgo de episodios psicóticos o maníacos en personas con antecedentes psiquiátricos graves como esquizofrenia o trastorno bipolar (Sheth, R., et al. 2024). En dosis elevadas, algunos estudios en animales reportaron toxicidad fetal y malformaciones, aunque estas dosis no son comparables con las utilizadas en humanos.

A pesar de estas limitaciones, la ayahuasca representa una alternativa terapéutica prometedora en contextos controlados e integrativos de salud mental. Su eficacia rápida y sostenida permite abordar no solo síntomas afectivos, sino también dimensiones existenciales del bienestar humano. Sin embargo, persisten desafíos metodológicos, como tamaños muestrales reducidos, dificultades en los protocolos de doble ciego, señalados por Hovmand, R., et al. (2023), y la heterogeneidad en las preparaciones, lo que subraya la necesidad de estudios clínicos más amplios, con seguimiento a largo plazo y mayor estandarización. En conjunto, la evidencia respalda el potencial de la ayahuasca como adyuvante en el tratamiento de la depresión y la ansiedad, siempre bajo entornos seguros, éticos y culturalmente respetuosos.

Conclusiones

A partir de los hallazgos obtenidos en esta revisión, se concluye que la ayahuasca, utilizada como adyuvante muestra una eficacia notable al generar una reducción rápida y significativa de la sintomatología depresiva y ansiosa, en contraste con los antidepresivos de primera línea evaluados en los ensayos clínicos. Sus mecanismos biológicos de acción difieren de los tratamientos convencionales, destacándose la modulación de la red neuronal por defecto y la promoción de la neuroplasticidad mediante la vía del factor neurotrófico derivado del cerebro y su receptor TrkB. La mejoría clínica se correlaciona de forma positiva con los factores psicológicos asociados a la experiencia, particularmente la introspección, su intensidad y la percepción individual. En cuanto a la seguridad, la ayahuasca presenta un perfil aceptable a corto plazo en entornos clínicos controlados, aunque no está exenta de efectos adversos, siendo los gastrointestinales (náuseas, vómitos y diarrea) los más reportados y de carácter transitorio. También se identifican riesgos específicos que requieren supervisión, como los efectos cardiovasculares simpaticomiméticos elevación de la presión arterial y de la frecuencia cardíaca y las contraindicaciones psiquiátricas absolutas en personas con predisposición a trastornos psicóticos, de manera general, la factibilidad de su uso como adyuvante depende de su administración en un ambiente clínico controlado, acompañado de una evaluación médica previa y soporte terapéutico adecuado.

Finalmente, las limitaciones metodológicas observadas en la literatura, especialmente la dificultad para el cegamiento y la heterogeneidad de las preparaciones, evidencian la necesidad de futuras investigaciones con mayor estandarización y seguimiento a largo plazo que permitan

confirmar y ampliar estos hallazgos. Por lo tanto, aunque la ayahuasca muestra potencial considerable, aún no puede recomendarse como tratamiento clínico estándar debido a las limitaciones metodológicas actuales.

Referencias Bibliográficas

- Bolesławska, I., Bolesławska, N., Kowalska, K., Dadyńska, P., & Przysławski, J. (2022). Herbal Resources in the medication of depression during pandemic COVID-19. <https://doi.org/https://doi.org/10.32383/appdr/147281>
- Costa, M., Carvalho, C., Gomes, N., Calazans, L., Silva, A., De Alves J., Barreto, C., De Melo, G., De Holanda, R., & De Alencar T. (2024). Potential therapeutic use of ayahuasca: A literature review. *Acta Amazónica*, 54(2). <https://doi.org/10.1590/1809-4392202301821>
- Fluyau, D., Kailasam, K., & Revadigar, N. (2024). Rapid and Prolonged Antidepressant and Antianxiety Effects of Psychedelics and 3,4-Methylenedioxy-methamphetamine-A Systematic Review and Meta-Analysis. *Psychoactives*, 3(4), 476–490. <https://doi.org/10.3390/psychoactives3040029>
- Gattuso, J., Perkins, D., Ruffell, S., Lawrence, J., Hoyer, D., Jacobson, H., Timmermann, C., Castle, D., Rossell, L., Downey, A., Pagni, A., Galvão L., Nutt, D., & Sarris, J. (2022). Default Mode Network Modulation by Psychedelics: A Systematic Review. *The International Journal of Neuropsychopharmacology*, 26(3), 155–188. <https://doi.org/10.1093/ijnp/pyac074>
- Gonçalves, J., Luís, Â., Gallardo, E., & Duarte, P. (2023). A Systematic review on the therapeutic effects of ayahuasca. *Plants*, 12(13), 2573. <https://doi.org/10.3390/plants12132573>

- Hovmand, R., Poulsen, D., Arnfred, S., & Storebø, J. (2023). Risk of bias in randomized clinical trials on psychedelic medicine: A systematic review. *Journal of Psychopharmacology*, 37(7), 649–659. <https://doi.org/10.1177/02698811231180276>
- Hsu, T., Tsai, C., Kao, Y., Thompson, T., Carvalho, F., Yang, F., Tseng, P., Hsu, C., Yu, C., Tu, Y., & Liang, C. (2024). Comparative oral monotherapy of psilocybin, lysergic acid diethylamide, 3,4-methylenedioxymethamphetamine, ayahuasca, and escitalopram for depressive symptoms: systematic review and Bayesian network meta-analysis. *BMJ*, 386, e078607. <https://doi.org/10.1136/bmj-2023-078607>
- Knudsen, M. (2022). Sustained effects of single doses of classical psychedelics in humans. *Neuropsychopharmacology*, 48(1), 145–150. <https://doi.org/10.1038/s41386-022-01361-x>
- Ko, K., Knight, G., Rucker, J., & Cleare, J. (2022). Psychedelics, Mystical Experience, and Therapeutic Efficacy: A Systematic review. *Frontiers in Psychiatry*, 13, 917199. <https://doi.org/10.3389/fpsyt.2022.917199>
- Moliner, R., Giryh, M., Brunello, A., Kovaleva, V., Biojone, C., Enkavi, G., Antenucci, L., Kot, F., Goncharuk, A., Kaurinkoski, K., Kuutti, M., Fred, M., Elsilä, V., Sakson, S., Cannarozzo, C., Diniz, R. a. F., Seiffert, N., Rubiolo, A., Haapaniemi, H., Castrén, E. (2023). Psychedelics promote plasticity by directly binding to BDNF receptor TrkB. *Nature Neuroscience*, 26(6), 1032–1041. <https://doi.org/10.1038/s41593-023-01316-5>
- Palhano, F., Soares, L., Galvão, L., Arcoverde, E., & Araujo, B. (2021). Ayahuasca for the treatment of depression. *Current Topics in Behavioral Neurosciences*, 56, 113–124. https://doi.org/10.1007/7854_2021_277
- Porrey, M. (2025). Depression facts and statistics: What you need to know. Verywell Health. <https://www.verywellhealth.com/facts-about-depression-8552185>
- Santomauro, F., Herrera, M., Shadid, J., Zheng, P., Ashbaugh, C., Pigott, M., Abbafati, C., Adolph, C., Amlag, O., Aravkin, Y., Bang L., Bertolacci, J., Bloom, S., Castellano, R., Castro, E., Chakrabarti, S., Chattopadhyay, J., Cogen, M., Collins, K., Ferrari, J. (2021). Global prevalence and burden of depressive and anxiety disorders in 204 countries and territories in 2020 due to the COVID-19 pandemic. *The Lancet*, 398(10312), 1700–1712. [https://doi.org/10.1016/s0140-6736\(21\)02143-7](https://doi.org/10.1016/s0140-6736(21)02143-7)
- Santos, D., Bouso, C., Rocha, M., Rossi, N., & Hallak, E. (2021). The use of classic Hallucinogens/Psychedelics in a therapeutic context: Healthcare policy opportunities and challenges. *Risk Management and Healthcare Policy*, Volume 14, 901–910. <https://doi.org/10.2147/rmhp.s300656>
- Sarris, J., Perkins, D., Lachlan, C., Schubert, V., Opaleye, E., Bouso, C., Tófoli F. (2021). Ayahuasca Use and Reported Effects on Depression and Anxiety Symptoms: An International Cross-Sectional Study of 11,912 Consumers. *Journal of Affective Disorders Reports*, 4(6), pág. 100098. <https://doi.org/https://doi.org/10.1016/j.jadr.2021.100098>
- Sheth, R., Parikh, E., Olayeye, K., Pfeifer, K., & Khanna, D. (2024). The Effects of ayahuasca on Psychological Disorders: a Systematic literature review. *Cureus*, 16(3), e55574. <https://doi.org/10.7759/cureus.55574>
- Uthaug, V., Mason, L., Toennes, W., Reckweg, T., De Sousa, B., Kuypers, C., Van K., Riba, J., & Ramaekers, G. (2021). A placebo-controlled study of the effects of ayahuasca,

set and setting on mental health of participants in ayahuasca group retreats. *Psychopharmacology*, 238(7), 1899–1910. <https://doi.org/10.1007/s00213-021-05817-8>

Vaca, J., Revelo S., Anaya, L., Vaca, C., Castillo, R., Altamirano, G., Vicens, F., & Molina, J. (2024). Psycho-emotional impact of the COVID-19 pandemic on nursing professionals in Ecuador: a cross-sectional study. *BMC Nursing*, 23(1), 454. <https://doi.org/10.1186/s12912-024-02119-0>

Wsól, A. (2023). Cardiovascular safety of psychedelic medicine: current status and future directions. *Pharmacological Reports*,

75(6), 1362–1380.

<https://doi.org/10.1007/s43440-023-00539-4>

Yu, Z., Burbach, L., Winkler, O., Xu, L., Dennett, L., Vermetten, E., Greenshaw, A., Li, X., Milne, M., Wang, F., Cao, B., Winship, R., Zhang, Y., & Chan, W. (2024). Alterations in brain network connectivity and subjective experience induced by psychedelics: a scoping review. *Frontiers in Psychiatry*, 15, 1386321. <https://doi.org/10.3389/fpsy.2024.1386321>



Esta obra está bajo una licencia de **Creative Commons Reconocimiento-No Comercial 4.0 Internacional**. Copyright © Katherine Michelle Haro Haro, Jessica Mariana Freire Montesdeoca.

