

PARA ENTENDER:

EL USO DE PSICODÉLICOS EN SALUD MENTAL

Mariana Angélica Santibañez Patiño

INTRODUCCIÓN

En los últimos años, **el uso de psicodélicos en la salud mental** ha resurgido como un tema de creciente interés científico, clínico y social. Sustancias que durante décadas fueron asociadas únicamente con el uso recreativo o ilegal están siendo reevaluadas en contextos médicos controlados como **posibles herramientas terapéuticas para trastornos mentales resistentes a los tratamientos convencionales**. Este resurgimiento ha generado expectativas importantes e interesantes, pero también inquietudes legítimas relacionadas con su seguridad, regulación y uso ético.

Este manual tiene como objetivo ofrecer una explicación clara y accesible sobre **qué son los psicodélicos, para qué se están investigando, cuáles son sus posibles beneficios y riesgos, y por qué su uso debe analizarse cuidadosamente desde una perspectiva bioética**. Este texto no busca promover su consumo, sino fomentar una comprensión informada que priorice la dignidad, la autonomía y el bienestar de las personas.



Ilustración 1 Esquema ilustrativo de la interacción entre redes cerebrales y hemisferios, utilizado para explicar los posibles efectos de los psicodélicos sobre el procesamiento emocional y la integración cognitiva. Imagen tomada de Psicología y Mente (s. f.).

¿QUÉ SON LOS PSICODÉLICOS?

Los psicodélicos son **un grupo de sustancias que producen modificaciones profundas en la percepción, el pensamiento, el estado emocional y la conciencia**. Entre los psicodélicos clásicos se encuentran la psilocibina, el LSD y la dimetiltriptamina (DMT). Estas sustancias actúan principalmente sobre el sistema serotoninérgico del cerebro, especialmente en el receptor 5-HT_{2A}, lo que explica sus efectos perceptivos y cognitivos (Carhart-Harris et al., 2019).

En contextos clínicos, los psicodélicos **se administran únicamente dentro de protocolos de investigación o programas terapéuticos altamente regulados, generalmente cuando los tratamientos convencionales no han logrado una mejoría clínica significativa**. Su uso se ha explorado principalmente en depresión resistente al tratamiento, trastorno de estrés postraumático, ansiedad asociada a enfermedades graves y trastornos por consumo de sustancias, siempre como intervenciones adyuvantes y no como terapias de primera línea. En estos escenarios, se utilizan tras el fracaso documentado de abordajes farmacológicos y psicoterapéuticos estándar, bajo dosis específicas, selección rigurosa de pacientes y acompañamiento terapéutico antes, durante y después de la experiencia, lo que los diferencia radicalmente del uso recreativo y reduce los riesgos asociados al consumo no supervisado.



HISTORIA DEL USO TERAPÉUTICO

El uso de sustancias psicodélicas tiene **antecedentes ancestrales en contextos rituales, espirituales y medicinales dentro de diversas culturas alrededor del mundo**. Ejemplos de ello incluyen el uso de hongos con psilocibina en ceremonias mesoamericanas, particularmente entre pueblos indígenas de México, así como el empleo de ayahuasca en comunidades amazónicas como parte de prácticas de sanación y rituales comunitarios. En estos contextos, **dichas sustancias eran utilizadas bajo marcos culturales estructurados, con guías experimentados y significados simbólicos específicos, lo que limitaba su uso indiscriminado**.

A mediados del siglo XX, especialmente entre las décadas de 1950 y 1960, los psicodélicos comenzaron a estudiarse de manera sistemática **con fines terapéuticos dentro de la psiquiatría moderna**. Investigadores como Humphry Osmond exploraron el uso del LSD en el tratamiento del alcoholismo, mientras que otros estudios clínicos tempranos evaluaron su potencial para la depresión y la ansiedad. Durante este periodo se publicaron numerosos trabajos que, aunque metodológicamente limitados según estándares actuales, sentaron las bases conceptuales del uso psicodélico en salud mental.

Sin embargo, a finales de la década de 1960, una combinación de factores políticos, sociales y culturales incluyendo su asociación con movimientos contraculturales, condujo a la prohibición de estas sustancias y a la interrupción casi total de la investigación científica. Esta restricción frenó durante décadas el avance del conocimiento clínico. En las últimas dos décadas, el interés científico ha resurgido de forma progresiva, **impulsado por estudios clínicos controlados, protocolos éticos más sólidos y el desarrollo de herramientas de neuroimagen** que han permitido comprender mejor los mecanismos neurobiológicos implicados, dando lugar a una reevaluación responsable de su potencial terapéutico (Nichols, 2016).



¿CÓMO ACTÚAN EN EL CEREBRO?

Los psicodélicos modifican la forma en que distintas regiones del cerebro se comunican entre sí, más que actuar sobre una sola zona específica. Estudios de neuroimagen funcional han demostrado que, bajo los efectos de estas sustancias, se reduce la rigidez de ciertas redes cerebrales asociadas al pensamiento repetitivo y a patrones mentales inflexibles, como la red por defecto (default mode network). Esta disminución de la hiperconectividad permite una reorganización temporal de la actividad cerebral, favoreciendo una mayor flexibilidad cognitiva y emocional (Carhart-Harris et al., 2014).

Desde la experiencia subjetiva, estos cambios neurobiológicos se han vinculado con **estados de mayor introspección, apertura psicológica y resignificación emocional**, en los que las personas pueden revisar experiencias pasadas, patrones de pensamiento o emociones difíciles desde una perspectiva distinta. Cuando estos efectos se integran dentro de un proceso clínico estructurado, que incluye preparación previa y acompañamiento terapéutico posterior, pueden tener un valor terapéutico significativo, al facilitar procesos de comprensión emocional y cambio psicológico que resultan difíciles de alcanzar con intervenciones convencionales.



INDICACIONES CLÍNICAS ACTUALES

La investigación contemporánea se ha centrado en el uso de psicodélicos para condiciones como **depresión resistente, trastorno de estrés postraumático, ansiedad asociada a enfermedad grave y trastornos por consumo de sustancias**. En estos casos, los psicodélicos se emplean como parte de un proceso terapéutico que incluye **preparación, acompañamiento durante la experiencia e integración posterior** (Reiff et al., 2020).

No se utilizan como tratamientos aislados ni universales, y su eficacia depende en gran medida del contexto terapéutico.



RIESGOS Y LÍMITES TERAPÉUTICOS

A pesar de su potencial terapéutico, los psicodélicos no están exentos de riesgos clínicos y psicológicos. Entre los efectos adversos más reportados se encuentran **episodios de ansiedad intensa, pánico, confusión y desorganización psicológica transitoria**, particularmente durante la experiencia aguda.

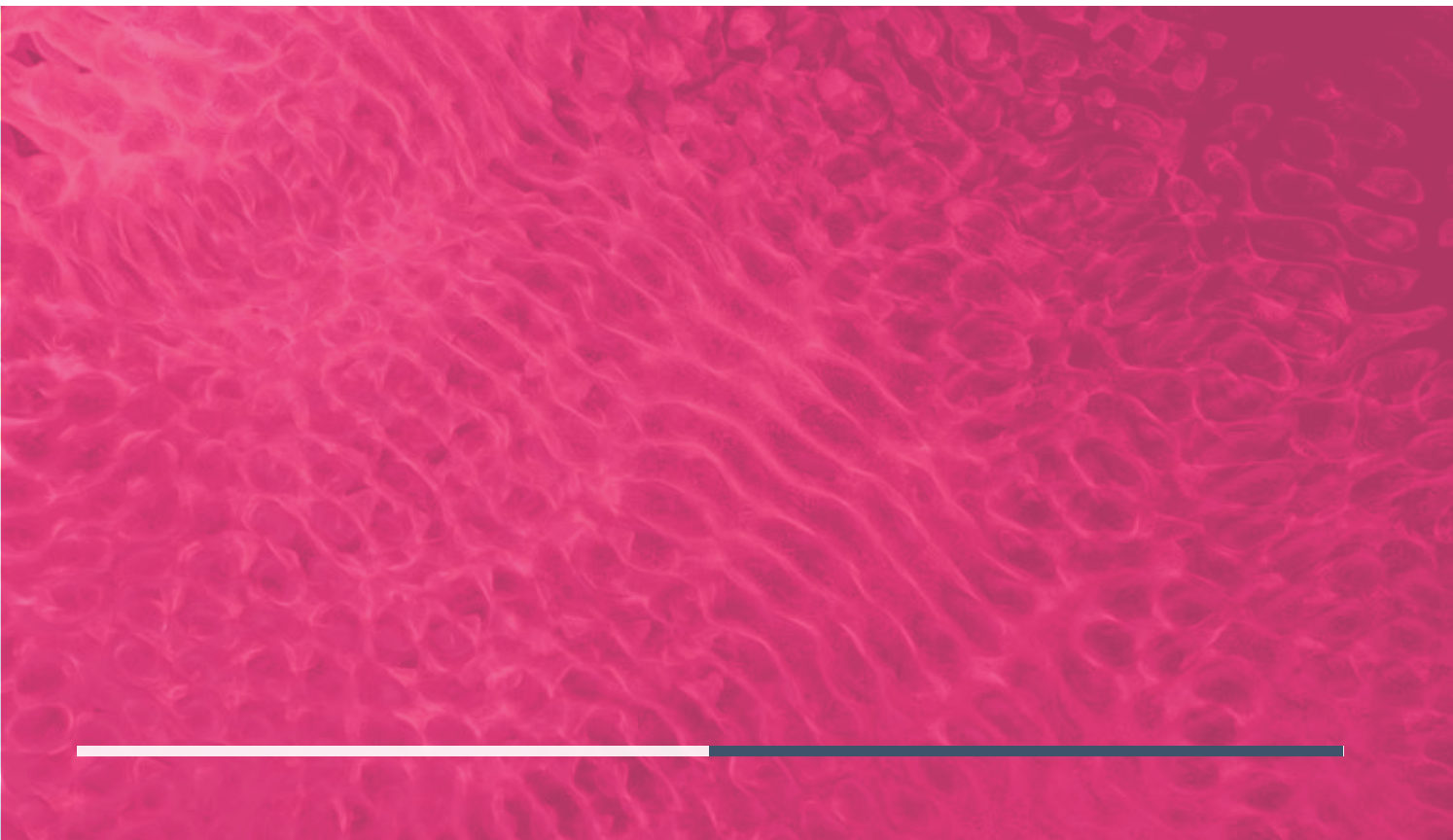
Asimismo, existe el riesgo de exacerbación o descompensación de trastornos psiquiátricos previos, como trastornos psicóticos, trastorno bipolar o cuadros de vulnerabilidad psicológica no diagnosticados. Estos riesgos se ven significativamente incrementados cuando las sustancias se utilizan **fuera de entornos clínicos regulados, sin una adecuada selección de pacientes, control de dosis ni acompañamiento terapéutico especializado** (Johnson et al., 2008; Reiff et al., 2020).

Además, la creciente difusión mediática de los psicodélicos ha contribuido en algunos casos a su presentación como **soluciones rápidas** o **“curas mágicas”** para el sufrimiento mental, lo cual resulta éticamente problemático y clínicamente impreciso. La evidencia disponible señala que los posibles beneficios dependen de múltiples factores, incluyendo el contexto terapéutico, la preparación psicológica, el acompañamiento durante la experiencia y la integración posterior. Por ello, es fundamental promover un enfoque prudente, responsable y basado en evidencia, que evite expectativas irreales y priorice la seguridad, la autonomía y el bienestar integral de las personas (Carhart-Harris et al., 2019; Beauchamp & Childress, 2019).

BIOÉTICA Y POBLACIONES VULNERABLES

Desde la bioética, el uso de psicodélicos plantea preguntas esenciales relacionadas con **la autonomía, la beneficencia, la no maleficencia y la justicia**. El consentimiento informado debe entenderse como un proceso continuo, especialmente considerando el impacto que estas sustancias pueden tener sobre la experiencia subjetiva y la identidad personal (Beauchamp & Childress, 2019).

La protección de poblaciones vulnerables, como personas con antecedentes de psicosis o trastorno bipolar, es un imperativo ético central.



MARCO LEGAL Y CONCLUSIONES

El marco legal para el uso de psicodélicos varía entre países. Mientras algunos han avanzado hacia modelos de investigación clínica regulada, en México su uso permanece mayoritariamente restringido. El desafío ético consiste en equilibrar la innovación científica con la protección de la salud pública.

PUNTOS CONCLUYENTES

- Los psicodélicos son una herramienta prometedora, pero limitada.
- Su uso terapéutico requiere evidencia, regulación y acompañamiento clínico.
- La bioética es clave para evitar abusos y banalización del sufrimiento mental.

NOTA: Este manual contó con el apoyo de herramientas de inteligencia artificial para la organización del contenido y claridad del lenguaje, bajo revisión y supervisión de la autora.

BIBLIOGRAFÍA:

Beauchamp, T. L., & Childress, J. F. (2019). *Principles of biomedical ethics* (8th ed.). Oxford University Press.

Carhart-Harris, R. L., et al. (2014). The entropic brain: A theory of conscious states informed by neuroimaging research with psychedelic drugs. *Frontiers in Human Neuroscience*, 8, 20.

<https://doi.org/10.3389/fnhum.2014.00020>

Carhart-Harris, R. L., et al. (2019). Psychedelics and the essential importance of context. *Journal of Psychopharmacology*, 33(7), 725–731. <https://doi.org/10.1177/0269881119845682>

Johnson, M. W., Richards, W. A., & Griffiths, R. R. (2008). Human hallucinogen research: Guidelines for safety. *Journal of Psychopharmacology*, 22(6), 603–620. <https://doi.org/10.1177/0269881108093587>

Nichols, D. E. (2016). Psychedelics. *Pharmacological Reviews*, 68(2), 264–355.

<https://doi.org/10.1124/pr.115.011478>

Reiff, C. M., et al. (2020). Psychedelics and psychedelic-assisted psychotherapy. *American Journal of Psychiatry*, 177(5), 391–410. <https://doi.org/10.1176/appi.ajp.2019.19010035>

Psicología y Mente. (s. f.). Nueva teoría sobre los psicodélicos y su efecto en el hemisferio emocional del cerebro [Imagen].

<https://psicologiaymente.com/drogas/nueva-teoria-sobre-psicodelicos-efecto-en-hemisferio-emocional-cerebro>



Bioética
PARA TODOS