



## SETAS ALUCINÓGENAS VS DEPRESIÓN/ANSIEDAD

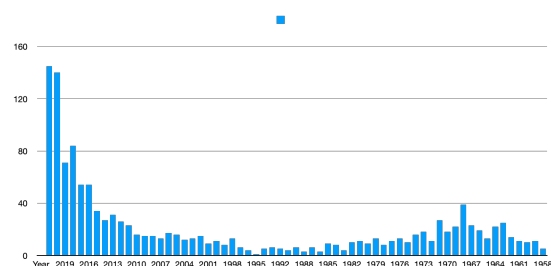
¿**P**uede tener efecto terapéutico la utilización de la psilocibina de las setas alucinógenas en casos de depresión o ansiedad? Según investigaciones el efecto producido por la psilocibina en el cerebro tiene que ver con el aumento de las conexiones neuronales y, en consecuencia, una mejora en el estado anímico.

El ritmo de vida, la alimentación, el escaso contacto con la naturaleza, estrés económico, alteración del sueño... son factores de la vida moderna que puede generar facturas biológicas. Este desgaste produce un exceso de oxidación y dificultad para recuperar el equilibrio diario. Entre otras, tiene una implicación a nivel neurológico. Las neuronas necesitan descanso y sustancias químicas, procedentes de la alimentación y de la microbiota, para poder funcionar, repararse y regenerarse. Cuando estos mecanismos tienen dificultades para cumplir su función, pueden aparecer alteraciones de la conducta y del ánimo.

Todos sabemos que una buena alimentación ayuda a mantener un organismo sano y en equilibrio. Pero más sabemos que una comilona o una borrachera puede llevar un efecto en nuestro estado anímico durante y después.

¿Podría la psilocibina hacer una recuperación en tiempo record de este sistema?

Las investigaciones respecto a la psilocibina y otras drogas como el LSD (dietilamida de ácido lisérgico), ayahuasca o DMT (dimetiltriptamina), se han ido incrementando a lo largo de los años:



<https://pubmed.ncbi.nlm.nih.gov/?term=psilocybin>

Esto da qué pensar que suscita curiosidad, cuanto menos, a los científicos e investigadores. Probablemente estemos bastante lejos de poder ver anunciado la terapia legal con la psilosibina. Aunque no por ello, evidenciamos resultados contundentes en sus efectos en la investigación.

En las investigaciones es evidenciado las acciones de la psilosibina en el receptor de 5-HT<sub>2A</sub> (Glennon et al., 1984 Nichols, 2004) producen un perfil único de efectos subjetivos que incluyen cambios sólidos en la percepción, cognición, afecto, volición y somestesia (Isbell, 1959; Wolbach et al., 1962; Rosenberg et al., 1964).

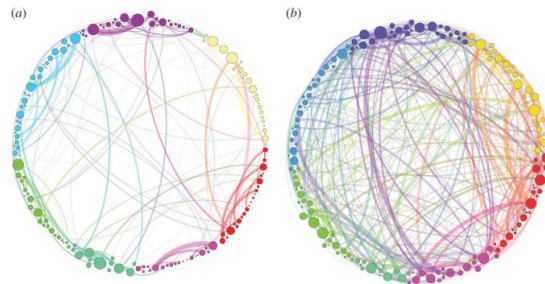
La asombrosidad que genera el efecto de una sola administración de psilocibina, es una de las particularidades de las investigaciones. Que tan solo con 1 sesión, incluso hasta 2, permita mantener los cambios hasta 6 meses posterior a la toma.

La dosis propuesta se clasifica en 3 grupos:

- Dosis bajas 1-3 mg x Kg peso
- Dosis media 14 mg x Kg peso
- Dosis altas 22-30 mg x Kg peso

En los estudios, previo a la suministración de dosis se utilizan cuestionarios como MEQ30, 5D ASC, EMS, IPIP-FFM o SOCQ y después de la sesión. En estos cuestionarios se valora el estado de ánimo, el estrés, conductas y maneras de relación social, entre otras. Las sesiones de psilocibina deben estar controladas por personal sanitario autorizado y en condiciones protocolarias.

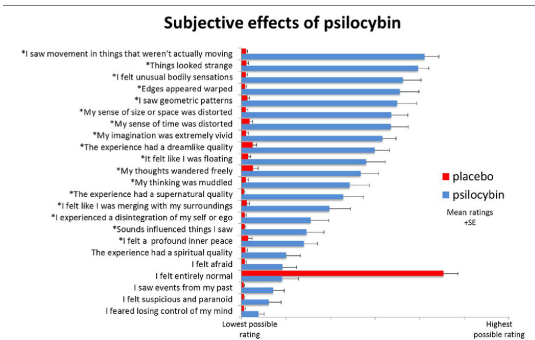
También queda evidenciado el aumento de las conexiones neuronales después del suministro de una sesión de psilocibina:



Esta es una simplificación de las conexiones generadas en el cerebro por la psilocibina (a la derecha) en comparación con un placebo (a la izquierda). Los datos han sido obtenidos a partir de una fMRI.

Si bien es cierto, que de manera popular se utiliza como droga recreativa sin control y sin evaluación de rigor científico. También se sabe que hay individuos que incluyen tomas de microdosis, beneficiándose de los efectos. Declarándose con un mejor estado de ánimo y tranquilidad.

Se necesitan muchos más estudios para poder pronunciarse en un sentido terapéutico legal.



Elementos de la escala de calificación subjetiva seleccionados después de la psilocibina (azul) y el placebo (rojo) (n = 15) (Muthukumaraswamy et al., 2013). "Los elementos se completaron utilizando un formato de escala analógica visual, con un ancla inferior de 'no, no más de lo habitual' y un ancla superior de 'sí, mucho más de lo habitual' para cada elemento, con la excepción de 'Me sentí completamente normal, 'que tenía anclas inferiores y superiores de 'No, experimenté un estado completamente diferente 'y Sí, me sentí como lo hago normalmente', respectivamente. Se muestran las calificaciones medias de 15 participantes más los SEM positivos. Todos los elementos marcados con un asterisco obtuvieron puntuaciones significativamente más altas después de la infusión de psilocibina que de placebo con un nivel de significación corregido por Bonferroni de  $p < 0,0022$  (0,5 / 23 elementos)" (Muthukumaraswamy et al., 2013, p. 15176).

Comercialización. Varios países si tienen legalizadas las setas alucinógenas y se comercializan con microdosis.



Javier Lafuente Nieto  
Grupo 21 I+D