

**NACIONAL**

## **Psicodélicos: ¿alternativa ante la crisis?**

Los hongos psilocibes se han usado por siglos en rituales sagrados y como medicina ancestral; no obstante, una iniciativa en el Senado busca abrirles paso en el campo de la salud mental para trastornos como ansiedad y depresión



16

#SaludMental

# **PSICODÉLICOS: ¿ALTERNATIVA ANTE LA CRISIS?**

Los hongos psilocibes se han usado por siglos en rituales sagrados y como medicina ancestral; no obstante, una iniciativa en el Senado busca abrirles paso en el campo la salud mental para trastornos como ansiedad y depresión

**POR JOSÉ LUIS RAMOS**

@otropletrio

**M**éxico atraviesa por una crisis de salud mental que representa un foco

rojo para el que no se destina la inversión necesaria según los estándares de la Organización Mundial de la Salud (OMS); sin embargo, una iniciativa en el Senado, plantea la despenaliza-

ción de los hongos psicoactivos como alternativa.

Actualmente, en nuestro país se estima que uno de cada cuatro mexicanos entre 18 y 65 años presenta algún problema de sa-



lud mental. Numerosos casos de depresión, ansiedad, suicidios y abuso de sustancias son un rasgo sintomático de la crisis que se agudizó tras la pandemia de COVID-19.

De acuerdo con el "Informe Sobre la situación de la salud mental y el consumo de sustancias en México, 2024", entre enero y mayo del año en curso los casos de ansiedad y depresión representaron el 51.5 y el 25.9 por ciento, respectivamente, de las atenciones de salud mental; y también revela un aumento del 400 por ciento en la demanda de tratamiento por consumo de sustancias estimulantes de tipo anfetamínico.

Aunque los datos reflejan la crisis, en México persiste la estigmatización sobre el tratamiento de la salud mental. Estimaciones del Instituto Nacional de Psiquiatría Ramón de la Fuente señalan que solo el 3 por ciento de los mexicanos que tienen este tipo de problemas buscan atención especializada.

"Estamos hablando de más de 30 millones de personas que tienen algún tipo de padecimiento de salud mental, temas de depresión severa, ansiedad o ansiedad crítica, y también

hemos visto un aumento de más del 25 por ciento en el abuso de sustancias y en los trastornos de alimentación", explicó a *Reporte Índigo* la exsenadora del Partido Verde Ecologista de México (PVEM) e impulsora de la iniciativa, Alejandra Lagunes.

Aunado a esto, Lagunes puntualizó que solo el 2 por ciento del presupuesto destinado al rubro de Salud en nuestro país, se asigna al ámbito de la salud mental, y no 5 por ciento como lo recomienda la OMS, lo mismo en el caso de la atención psiquiátrica.

"Solo hay cuatro psiquiatras por cada 100 mil habitantes, en Argentina hay 21 psiquiatras por cada 100 mil. En países como Chile tienen nueve psiquiatras por cada 100 mil habitantes, y si nos vamos a Europa pues eso aumenta muchísimo, Alemania tiene 28 por cada 100 mil, e Islandia, que es el país con más psiquiatras, tiene 42 por cada 100 mil habitantes", agregó la también fundadora de la Alianza Nacional

de Inteligencia Artificial.

La exsenadora del PVEM, sostiene que la crisis de salud mental no es algo privativo de nuestro país, pues a nivel mundial mil millones de personas; es decir, una de cada ocho personas está sufriendo de algún padecimiento de esta índole. "Esto es una crisis sin precedentes, del tamaño de la crisis medioambiental", aseveró.

### Remedio ancestral

En nuestro país existen alrededor de 55 de las más de 250 especies de hongos del género *Psilocybe* que se han identificado en el mundo, entre las que figuran algunos de los más populares como los hongos "pajarito" y "San Isidro".

Desde la época prehispánica los hongos psilocibes han sido usados para fines rituales por los mazatecos, chatinos, chinantecos, zapotecos, y otras culturas que hasta la fecha los continúan empleando con esos fines.

Los mexicas y otras culturas mesoamericanas conocían a los hongos *Psilocybe* como "teonanácatl", que tiene traducciones como "carne de los dioses", y que también

se ha interpretado como "hongos sagrados". Sin embargo, tras la conquista el consumo de los hongos sagrados se declaró herético en 1620 por el Tribunal de la Inquisición.

Fue entre las décadas de 1950 y 1970 que el uso de los hongos psilocibes y otros psicotrópicos se comenzó a popularizar alrededor del mundo. El boom del movimiento hippie en Estados Unidos y la eventual fama de la curandera mazateca María Sabina, atrajeron a muchos curiosos a nuestro país para experimentar con los hongos psilocibes.

No obstante, esto derivó en la prohibición y estigmatización de estas sustancias.

"En los 60 Nixon inicia su guerra contra las drogas y se crea una lista restrictiva de sustancias dañinas para la salud, y meten a los psicodélicos sin ningún sustento. Entonces México, en los 70, hace la regulación local y se frena toda la investigación sobre el uso de los psicodélicos para muchos

padecimientos, no solamente de salud mental", detalló Lagunes.

### Apropiación cultural y mercado negro

En 2023, Lagunes presentó en el Senado su iniciativa en materia de medicina tradicional y su bioconservación, uso terapéutico de enteógenos (sustancia con efectos psicoactivos) y fomento a la investigación y usos médicos de psicotrópicos en trastornos como la ansiedad, la depresión, estrés postraumático, desórdenes alimenticios y de sueño por mencionar algunos.

Su proyecto contempla reformas y adiciones a la Ley General de Salud; el Código Penal Federal; y a la Ley Federal de Protección del Patrimonio Cultural de los Pueblos y Comunidades Indígenas y Afromexicanas, entre otras.

"Hemos empezado a ver documentos científicos muy serios, con resultados muy prometedores para el tratamiento de estas de estas afectaciones. México es el país número uno en flora, fauna y hongos con propiedades psicoactivas, tenemos a pueblos originarios que durante miles de años han utilizado estas sustancias como medicina sagrada", agregó Lagunes.

También en 2023, la Oficina de las Naciones Unidas contra la Droga y el Delito (UNODC, por sus siglas en inglés) llamó a analizar el aumento en el uso de psicodélicos en la medicina, en investigaciones científicas, de forma espiritual y en las tradiciones de culturas indígenas, pero alertó sobre el riesgo que representa la apropiación cultural éstas y el uso no supervisado a través de microdosis (ingesta de una cantidad menor a la necesaria para generar el efecto alucinógeno) o automedicación.

Actualmente, las terapias con microdosis y su uso recreativo se están popularizando en nuestro país, y se pueden conseguir en mercados alternativos y en plataformas como Amazon y Mercado Libre por precios de entre los 500 y los mil 200 pesos; no obstante, Lagunes coincide con la UNODC en que esta práctica será peligrosa mientras no se logre una regulación.

"El mercado negro es inevitable, el uso de los psicodélicos ya



está fuera y eso es lo peligroso. Cuando no se regula no sabes qué sustancias estás metiéndote, no sabes si está mezclado con otra cosa”, enfatizó la exsenadora, quien puntualizó que si se impulsa la regulación y la investigación, estas sustancias podrían dar un respiro ante la crisis de adicciones por el consumo de opioides como el fentanilo en América del Norte.

**Hemos empezado a ver documentos científicos muy serios, con resultados muy prometedores para el tratamiento de estas de estas afectaciones. México es el país número uno en flora, fauna y hongos con propiedades psicoactivas, tenemos a pueblos originarios que durante miles de años han utilizado estas sustancias como medicina sagrada”**

**Alejandra Lagunes**

Impulsora del uso de psicodélicos en tratamientos para la salud mental

**Entre enero y mayo los casos de ansiedad y depresión representaron el 51.5 y el 25.9 por ciento, respectivamente, de las atenciones de salud mental en nuestro país, según datos del ‘Informe Sobre la situación de la salud mental y el consumo de sustancias en México, 2024’**

**30**

millones

de personas padecen de algún tipo de padecimiento de salud mental en México



**Estudios** alrededor de todo el mundo señalan que los hongos del género *Psilocybe* pueden utilizarse para tratar padecimientos como la ansiedad, la depresión y estrés postraumático, así como desórdenes alimenticios y de sueño.

