

# Índice

Prólogo .....	19
Introducción a la colección .....	25
Capítulo 1. Conceptos básicos de neurociencia y neurofarmacología .....	29
Cerebro y Sistema Nervioso Central.....	30
Neuronas, sinapsis, neurotransmisores y neuroreceptores.....	31
Neurofarmacología.....	39
Capítulo 2. Introducción a las sustancias psicoactivas....	43
¿Son drogas? .....	43
Tipos de sustancias psicoactivas .....	47
Estimulantes.....	53
Principales usos.....	54
Principales riesgos.....	55
Depresoras .....	56
Principales usos.....	57
Principales riesgos.....	58
Opioides .....	59

Principales usos.....	60
Principales riesgos.....	61
Cannabinoides .....	61
Principales usos.....	62
Principales riesgos.....	63
Empatógenas-entactógenas .....	64
Principales usos.....	65
Principales riesgos.....	66
Disociativas .....	68
Principales usos.....	69
Principales riesgos.....	69
Psicodélicas .....	72
Principales usos.....	74
Principales riesgos.....	74
Capítulo 3. Historia de las sustancias psicodélicas en occidente .....	79
Pre-LSD.....	79
Pos-LSD.....	82
MDMA.....	108
Tras la prohibición.....	112
Capítulo 4. El renacimiento psicodélico .....	117
La investigación .....	119
Sociocultural.....	135
El surgimiento de una nueva industria.....	143
Capítulo 5. ¿Cómo actúan los psicodélicos en el cerebro y la mente? .....	149
Mecanismos a nivel de neuroreceptores .....	150
Mecanismos a nivel cerebral.....	151
¿Cómo se estructura el funcionamiento cerebral?	
La codificación predictiva jerarquizada .....	153
¿Cómo afectan los psicodélicos a nuestro funcionamiento cerebral? .....	157
¿Qué sucede a nivel psicológico? .....	161
¿Por qué tenemos estos receptores 5-HT <sub>2a</sub> y vivimos experiencias psicodélicas? .....	165

¿Por qué los psicodélicos pueden ayudar en trastornos de salud mental u otras condiciones desadaptativas? .....	167
---	-----

Capítulo 6. Presente y futuro de la investigación clínica con sustancias psicodélicas .....	171
Psicoterapia asistida con psicodélicos .....	171
Trastorno de estrés postraumático (TEPT) .....	175
Depresión y ansiedad .....	182
Adicciones .....	192
Enfermedades neurodegenerativas o neurorrehabilitación .....	199
Mejora de hábitos .....	201
Terapia de pareja y resolución de conflictos .....	202
<i>Microdosing</i> .....	203
Otras líneas de investigación para posibles aplicaciones futuras .....	205

Capítulo 7. Las diferentes sustancias psicodélicas .....	207
Psilocibina («Setas») .....	207
Definición, composición y origen .....	207
Usos .....	208
Formas y vías de administración .....	208
Farmacología y efectos .....	210
Dosificación .....	211
Tiempos .....	213
Riesgos específicos .....	214
LSD («Ácido») .....	215
Definición, composición y origen .....	215
Usos .....	215
Formas y vías de administración .....	216
Farmacología y efectos .....	217
Dosificación .....	218
Tiempos .....	219
Riesgos específicos .....	220
DMT / Ayahuasca .....	220
Definición, composición y origen .....	220

Usos .....	221
Formas y vías de administración .....	221
Farmacología y efectos .....	224
Dosificación .....	225
Tiempos .....	226
Riesgos específicos .....	227
5-MeO-DMT («Sapo») .....	228
Definición, composición y origen .....	228
Usos .....	228
Formas y vías de administración .....	229
Farmacología y efectos .....	230
Dosificación .....	230
Tiempos .....	231
Riesgos específicos .....	231
Mescalina («Cactus») .....	232
Definición, composición y origen .....	232
Usos .....	232
Formas y vías de administración .....	233
Farmacología y efectos .....	234
Dosificación .....	236
Tiempos .....	238
Riesgos específicos .....	238
Ibogaina .....	239
Definición, composición y origen .....	239
Usos .....	239
Formas y vías de administración .....	240
Farmacología y efectos .....	241
Dosificación .....	242
Tiempos .....	243
Riesgos específicos .....	243
MDMA («Éxtasis») .....	244
Definición, composición y origen .....	244
Usos .....	244
Formas y rutas de consumo .....	245
Dosificación .....	247
Tiempos .....	249
Riesgos específicos y reducción de riesgos con MDMA .....	249

Ketamina.....	254
Definición y origen.....	254
Usos .....	255
Formas y vías de administración .....	256
Farmacología y efectos.....	257
Dosificación .....	258
Tiempos .....	258
Riesgos específicos.....	259
Capítulo 8. Reducción de riesgos de los psicodélicos.....	263
Riesgos y reducción de riesgos .....	263
Persona & Contexto ( <i>Set &amp; setting</i> ).....	271
<i>Set</i> .....	272
<i>Setting</i> .....	274
Gestión de «malos viajes» y otras emergencias psicodélicas .....	276
Sustancia .....	280
Dosis, frecuencia de consumo y tolerancia .....	280
Pureza y adulteraciones .....	283
Vías de administración.....	288
Mezclas o combinaciones .....	289
Capítulo 9. Conclusiones y mirada hacia el futuro.....	293
Recursos sobre psicodélicos .....	303
Información sobre psicodélicos y reducción de riesgos .....	303
Investigación con psicodélicos.....	305
Sociedades psicodélicas y otras .....	306
Organizaciones de reducción de riesgos.....	306
Análisis de sustancias.....	307
Activismo .....	308
Foros.....	308
Canales Youtube .....	309
Podcasts.....	310

Teléfonos.....	310
Apps.....	310
Documentales sobre psicodélicos .....	311
Manuales y otras publicaciones .....	312
Libros.....	313
Información legal .....	315
Otros recursos .....	315
Glosario.....	317
Apéndice: El estatus legal de las drogas psicodélicas en el mundo .....	325