



Universidade do sul de Santa Catarina
Mariah Caroline Charafeddine Dias

Uso terapêutico da Ayahuasca no tratamento das causas e sintomas da depressão:
Uma revisão narrativa

Palhoça
2023

Mariah Caroline Charafeddine Dias

Uso terapêutico da Ayahuasca no tratamento das causas e sintomas da depressão:
Uma revisão narrativa

Projeto de Pesquisa apresentado ao
Curso de Naturologia, da Universidade do
Sul de Santa Catarina - UNISUL, como
requisito para aprovação na Graduação
de Naturologia.

Orientador: Prof.Dr. Rafael Mariano de Bitencourt

Palhoça
2023
SUMÁRIO

1 RESUMO	4
2 INTRODUÇÃO	5
3 METODOLOGIA	8
3.1 TIPO DE ESTUDO	8
3.2 COLETA DE DADOS	8
3.3 CRITÉRIOS DE ELEGIBILIDADE	8
3.4 EXTRAÇÃO E ANÁLISE DE DADOS	9
4 REFERENCIAL TEÓRICO	14
4.1 DEPRESSÃO	14
4.2 USO TERAPÊUTICO DA AYAHUASCA	15
4.3 AYAHUASCA NA DEPRESSÃO	16
4.4 EFEITOS COLATERAIS	18
4.5 SEGURANÇA	19
4.6 USO ECOLÓGICO DA AYAHUASCA	19
CONCLUSÃO	21
REFERÊNCIAS	22

RESUMO

A depressão afeta mais de 300 milhões de pessoas globalmente, é considerada uma das principais preocupações de saúde pública, sendo referida como o "mal do século". Caracterizada por uma variedade de sintomas, desde tristeza profunda até pensamentos suicidas, o tratamento convencional envolve o uso de antidepressivos, frequentemente acompanhados de psicoterapia, mas a eficácia é variável e paliativa e a busca por melhores alternativas é urgente. Nesse contexto, a Ayahuasca, uma bebida psicoativa à base de plantas, utilizada há mais de 5000 anos por povos indígenas da Amazônia para cura física, mental e espiritual, emerge como uma potencial solução. Composta por duas plantas, o cipó *Banisteriopsis caapi* e as folhas de *Psychotria viridis*, contendo compostos como DMT, a bebida tem sido estudada pelos benefícios terapêuticos que oferece. Seu uso, legalizado no Brasil para fins religiosos, demonstrou associar-se a melhorias na função cognitiva, níveis mais baixos de psicopatologia e relatos de bem-estar por usuários regulares, além de resultados promissores nos sintomas depressivos com apenas 1 dose. Os trabalhos incluídos sugerem que a Ayahuasca não apenas pode aliviar os sintomas da depressão, mas também pode alcançar as raízes do distúrbio, proporcionando mecanismos psicológicos semelhantes à *mindfulness*. Dada a crescente necessidade de abordagens inovadoras para doenças mentais, este estudo visa compilar informações sobre o potencial terapêutico da Ayahuasca para aliviar sintomas e tratar as causas da depressão, potencialmente oferecendo uma alternativa aos tratamentos convencionais existentes.

INTRODUÇÃO

A depressão afeta mais de 300 milhões de pessoas no mundo e estima-se que continue aumentando, afetando mais a saúde populacional do que qualquer outra patologia (OMS, 2017), devido a isso, ela é muitas vezes referida como o mal do século. Doença mental caracterizada por gerar sintomas que vão desde sensação de tristeza ou apatia, baixa estima e sentimento de culpa, perda de interesse nas coisas, falta de sentido de vida, até pensamentos suicidas. Outros sintomas presentes são falta de energia, preguiça ou cansaço excessivo, falta de concentração, falta de memória, de vontade e de iniciativa, insônia ou sonolência, apetite reduzido ou exacerbado, baixa libido, dores e mal-estar. Uma pessoa morre de suicídio, consequência possível da depressão, a cada 40 segundos, o que resulta em mais de 700 mil suicídios por ano, em todo o mundo (OMS, 2021), sendo que dados indicam que 1 em cada 4 pessoas nas Américas experienciam transtornos mentais durante sua vida (OMS, 2022).

O tratamento para depressão disponível atualmente é medicamentoso, acompanhado de psicoterapia. Muitos pacientes utilizam os fármacos de forma preventiva ou paliativa, por anos ou até por toda a vida. A maioria dos antidepressivos demoram 2 semanas para começar a surtir efeito, sendo que aproximadamente um terço dos pacientes não respondem ao tratamento medicamentoso (CONWAY et al., 2017). Devido a isso, é de extrema urgência a descoberta de novos tratamentos para a depressão.

Acredita-se que a Ayahuasca demonstra apresentar potencial como tratamento promissor. “Vinho da alma” em *quechua*, é uma bebida sacramental psicoativa à base de duas plantas; o cipó, conhecido como mariri ou jagube (*Banisteriopsis caapi*), cujos compostos mais importantes são as beta-carbolinas harmina, harmalina e tetrahydroharmina (THH); e as folhas de outra planta (*Psychotria viridis*), conhecida como chacrona, que possui a triptamina N, N-dimetiltriptamina (DMT), de rápida ação (JAMES, E. et al., 2022). Os registros históricos encontrados por antropólogos apontam que este decocto de ervas é utilizado há mais de 5000 anos pelos povos indígenas da Amazônia, em contexto mágico, terapêutico e espiritual, com o intuito de trazer a cura do corpo, da mente e do espírito (MAIA et al., 2023).

O uso ancestral dos psicodélicos foi identificado em diversas culturas e tradições por historiadores. Na década de 60, muitos destes psicoativos começaram a ser estudados com objetivo de auxiliar nos tratamentos de doenças psicológicas, mas rapidamente foram proibidos no contexto da contracultura. A necessidade de soluções mais promissoras para as doenças mentais vem crescendo, em razão do crescimento do número de pessoas afetadas, o que traz de volta as pesquisas destas substâncias e o papel que exercem na mente humana (JOHNSON et al., 2017; ALVES MAFALDA., 2018).

A Hoasca, caapi, yage, uni, vegetal; outras formas de se referir à Ayahuasca, se popularizou no Brasil através do uso religioso, à partir de 1930, e seu uso tem se expandido em todo o mundo desde então, mais acentuadamente na Europa e Estados Unidos (SANTOS RG et al., 2007). O uso é legalizado no Brasil na condição religiosa, apesar de ser proibido em várias partes do mundo. Os efeitos psicoativos do chá têm duração média de 4h e podem provocar mudança de percepção visual, auditiva, sensitiva, distanciamento dos pensamentos e emoções gerando autoconsciência, contato com memórias, muitas vezes de forma ressignificada. Nos efeitos adversos estão sintomas como vômitos, diarreia, náusea e dores de cabeça, sendo estes efeitos tidos como parte do processo de cura com a planta (BARABASZ GEMBCZYK et al., 2020)

A pesquisa científica sobre a Ayahuasca tem mostrado que seu uso regular está associado a melhorias na função cognitiva e níveis mais baixos de psicopatologia, incluindo depressão, ansiedade e outros sintomas (SANTOS RG et al., 2007; SOLER et al., 2016) Além disso, usuários regulares de Ayahuasca relatam maior bem-estar e melhor desempenho em testes neuropsicológicos, incluindo memória e atenção (DOS SANTOS et al., 2016). Essas descobertas sugerem que a Ayahuasca não só pode aliviar os sintomas da depressão, como também pode agir nas causas subjacentes do distúrbio, proporcionando mecanismos psicológicos semelhantes à mindfulness (MURPHY-BEINER., 2020). Devido seu possível papel como substituto para os tratamentos convencionais existentes atualmente, este estudo visa compilar as informações já registradas para facilitar o acesso à utilização terapêutica desta planta medicinal, tanto no alívio dos sintomas quanto na causa de distúrbios depressivos.

MÉTODOS

3.1 Tipo de estudo

Os artigos de revisão narrativa são publicações amplas, apropriadas para descrever e discutir o desenvolvimento ou o "estado da arte" de um determinado assunto, sob ponto de vista teórico ou contextual. Essa categoria de artigos têm um papel fundamental para a educação continuada pois, permitem ao leitor adquirir e atualizar o conhecimento sobre uma temática específica em curto espaço de tempo; porém não possuem metodologia que permitam a reprodução dos dados e nem fornecem respostas quantitativas para questões específicas. São qualitativos (ROTHER TEREZINHA E., 2007).

3.2 Coleta de dados

A coleta de dados se deu entre os meses de janeiro e maio de 2023, por meio de pesquisa nas bases de dados eletrônicas Medline via PubMed, Scielo, Cochrane e Lilacs. A busca foi realizada com as seguintes palavras chaves/descriptores: Ayahuasca e Depressão.

Em um primeiro momento os estudos identificados nas bases de dados foram lidos quanto a seu título e resumo para triagem de estudos considerados elegíveis. Os estudos elegíveis foram então lidos em texto completo e posteriormente classificados em incluídos ou excluídos (ver fluxograma 1).

Os critérios de inclusão envolvem:

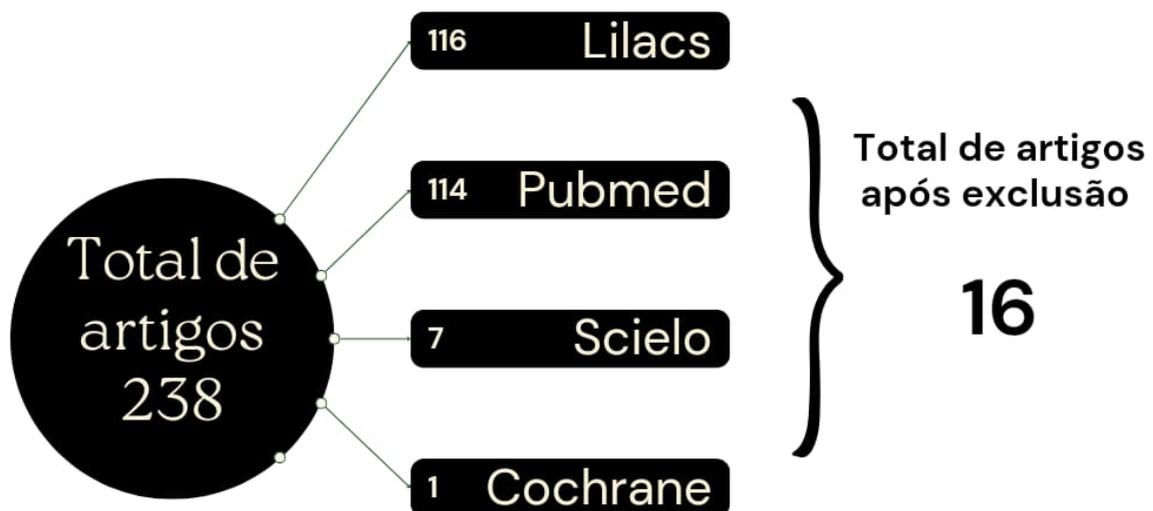
- Trabalhos realizados exclusivamente com ayahuasca no tratamento da depressão, sem restrição de ano de publicação
- Trabalhos publicados nos idiomas português e inglês

Os critérios de exclusão envolvem:

- Trabalhos que utilizam a ayahuasca em contexto religioso
- Estudos que abordam outras substâncias em conjunto
- Estudos com animais

A extração dos dados foi realizada com uma tabela contendo as características dos estudos, informações sobre os participantes, intervenções e resultados de cada trabalho (tabela 1).

O Fluxograma 1 apresenta a quantidade de artigos encontrados em cada base.



3.4 Extração de dados

Referências em ordem cronológica	Método	Detalhes	Resultados
(DE L. OSÓRIO et al., 2015)	Ensaio aberto	1 dose de AYA para 6 voluntários com depressão, 120 à 200ml (2.2ml/kg de peso corporal).	Melhora no D1, melhora no D7, piora no D14. 82% de melhora entre o primeiro e vigésimo primeiro dia.
(SOLER et al., 2016)	Questionários de mindfulness levels antes e depois da toma de AYA	Diminuição da reatividade e processos de julgamento de experiências	Aumento da capacidade de mindfulness
(SANTOS et al., 2018)	Questionários pós 4 e 7 anos de toma de AYA	Não houve continuação dos efeitos da AYA após algumas semanas.	A diminuição dos sintomas se deu apenas nas semanas seguintes
(DE ALMEIDA et al., 2019)		1 dose de AYA para voluntários com depressão	Tratados com AYA > nível de BDNF do que placebo no D2 (dia 2)
(ZEIFMAN et al., 2019)	Análise de experimento duplo cego, randomizado	Testes pré e pós 1, 2 e 7 dias de toma, Dosagem de 1ml/kg de AYA – dose única	Houve diminuição dos níveis de suicidality até o sétimo dia pós toma de AYA

<p>(JIMÉNEZ-GARRIDO et al., 2020)</p>	<p>Estudo longitudinal e transversal</p>	<p>2 subestudos; 1 – entrevista psiquiátrica e questionários pré primeira toma de AYA (followup em 1 e 6 meses) 2 – mesmos questionários para usuários de AYA À longo termo.</p>	<p>1 – 80% das pessoas com distúrbios psiquiátricos e depressão tiveram melhoras significativas até os 6 meses. 2 - Usuários de longo termo apresentaram menos taxas de depressão e taxas maiores de auto transcendência e qualidade de vida</p>
<p>(MIAN; ALTMAN; EARLEYWINE , 2020)</p>			<p>Mindfulness foi fortemente associado à redução de depressão e ativação comportamental foi moderadamente relacionado. Foi percebida modificação no formulário de ativação comportamental para depressão. Significante melhora da depressão</p>
<p>(GALVÃO-COELHO et al., 2020)</p>	<p>Experimento Duplo cego, placebo controle com pacientes com depressão resistente à tratamento</p>	<p>Avaliação dos biomarcadores inflamatórios do sangue: proteína C reativa e interleucina 6 como potencial de consequência de toma de AYA e sua correlação com cortisol sérico e levels de fator neurotrófico derivados do cérebro. O sangue foi coletado pré e pós 48h de toma.</p>	<p>Significante redução da proteína C reativa nos pacientes e controles tratados com AYA, mas não nos placebo e isso foi relacionado à diminuição dos sintomas depressivos pós 48h de ingestão.</p>

(BARABASZ-G EMBCZYK; KUCIA, 2020)	Pesquisa de revisão		Os resultados dos estudos da efetividade da AYA contra depressão resistente à medicamentos parecem ser promissores.
(Silva Souza Beatriz, 2021)	Ensaio clínico aberto - pacientes com tendência suicida	17 pacientes com depressão maior avaliados por HAM-D (escala hamilton depressão) empregada 20 min antes da ingestão, durante e 1,7,14 e 21 dias depois.	Após 40 minutos da toma, até 21 dias depois, os valores da escala diminuíram significativamente - curto e longo prazo.
(ZEIFMAN et al., 2021)	Análise secundária de um ensaio aberto	Indivíduos com TDM (transtorno depressivo maior) receberam 1 dose de AYA. Suicidality foi avaliada no início, durante a intervenção e 1,7,14 e 21 dias depois	Houve diminuição significativa da suicidality após intervenção com AYA agudas (entre 40 e 180 min) e pós agudos (entre 1 e 21 dias), sendo que os efeitos pós agudos foram grandes, chegando ao pico após 21 dias (sendo que após isso não houve acompanhamento)
(DOS SANTOS; HALLAK, 2021)	Pesquisa de revisão		Ensaio pré clínicos e preliminares apresentam efeitos antidepressivos da AYA. Sendo esta possível tratamento para depressão resistente à tratamento
(PALHANO-FO NTES et al., 2021)	Pesquisa de revisão		Corroborar efeitos antidepressivos da AYA

(VAN OORSOUW; TOENNES; RAMAEKERS, 2022)	Estudo de observação longitudinal	Acompanhamento de 20 pacientes depressivos antes de ingestão e após 1 mês e após 1 ano de toma.	Houve diminuição dos sintomas de depressão em todos os estágios pós toma de AYA
(MAIA et al., 2023)	Revisão narrativa		Evidência para depressão é consistente, com numerosos e diversos estudos
(JIMÉNEZ-GARRIDO et al., 2020)	Estudo longitudinal e transversal	2 sub estudos: 1) entrevista psiquiátrica e questionários pré primeira toma de AYA com followup pós 1 e 6 meses 2) mesmos questionários para usuários de AYA à longo termo.	Resultado do subestudo; 1) 80% das pessoas com distúrbios psiquiátricos e depressão tiveram melhoras significativas até os 6 meses (não houve acompanhamento depois disso) 2) Usuários de longo termo apresentaram menos taxas de depressão e taxas maiores de auto transcendência e qualidade de vida
(MURPHY-BEINER; SOAR, 2020)		Questionários pré e pós toma de AYA (24h) para avaliação de mindfulness e flexibilidade cognitiva	Os níveis totais de mindfulness e alguns de seus fatores (agir com consciência, descentralização, não reatividade e observação) aumentaram após a toma de AYA. A flexibilidade cognitiva aumentou significativamente pós 24h de toma de AYA.

Tabela 1

Dentre os estudos incluídos, ensaios abertos (3) analisando os sintomas pré e pós toma de AYA por até 21 dias observaram que os sinais depressivos diminuíram significativamente (SILVA SOOUZA BEATRIZ., 2021; ZEIFMAN et al., 2021; DE L. OSÓRIO et al., 2015)

Outros três (3) estudos avaliaram a relação da experiência da AYA com os mecanismos psicológicos gerados pela prática de mindfulness e constataram diminuição da reatividade e julgamento (SOLER et al., 2016), descentralização, flexibilidade cognitiva, maior consciência e auto observação (MURPHY BEINER et al., 2020) com apenas 1 dose de AYA. Mindfulness foi também associado à significativa diminuição da depressão (MIAN et al., 2020).

Dos estudos longitudinais; Um trabalho (JIMÉNEZ-GARRIDO et al., 2020) com pacientes depressivos constatou através de entrevistas psiquiátricas e questionários, 80% de melhora nos sintomas por até 6 meses após uma única toma (após 6 meses não houve acompanhamento). Outro estudo (VAN OORSOUW et al., 2022) acompanhou 20 pacientes depressivos após 1 mês e 1 ano de toma e houve diminuição dos sintomas até em ambos os períodos. Por outro lado, em outro trabalho, foram aplicados questionários em 4 e 6 anos pós toma de AYA e só houve diminuição dos sintomas nas primeiras semanas (SANTOS et al., 2018).

Em experimento duplo cego com teste pré e pós 1,2 e 7 dias de toma, com dosagem de 1ml/kg de AYA, houve diminuição dos níveis de *suicidality* (comportamentos suicidas) até o sétimo dia pós toma. Uma análise secundária de um ensaio aberto corroborou a diminuição significativa de níveis de *suicidality* entre 40 minutos de toma até 21 dias após, sendo que não houve acompanhamento depois disso (ZEIFMAN et al., 2019).

Outros trabalhos de revisão apoiam estes resultados em absoluto (MAIA et al., 2023; DOS SANTOS et al., 2021, PALHANO FONTES et al., 2021; BARABASZ GEMBCZYK et al., 2020).

REFERENCIAL TEÓRICO

4.1 Depressão

Não há ainda na comunidade científica um consenso concreto sobre o que causa a depressão, mas, como afirma o Ministério da Saúde, há indícios da doença se relacionar à genética: Estima-se que ela representa 40% da suscetibilidade no desenvolvimento da depressão. Porém, como aponta Mayer, algo herdado não significa imutável, e assim a epigenética corrobora; No âmbito da fisiopatologia: "(...)Bioquímica cerebral: há evidências de deficiência de neurotransmissores; Noradrenalina, Serotonina e Dopamina que estão envolvidos na regulação da atividade motora, do apetite, do sono e do humor. A fisiopatologia da depressão aponta que há uma deficiência nos receptores serotoninérgicos (5HT), responsáveis por processar o neurotransmissor serotonina, que está ligado à modulação emocional e funções cognitivas. O que não se sabe é se este déficit seria causa ou consequências dos processos mentais depressivos; Eventos vitais: eventos estressantes podem desencadear episódios depressivos" (MINISTÉRIO DA SAÚDE., 2022). Também encontramos estudos que apontam a correlação entre alimentação/inflamação e transtornos depressivos. O abuso de drogas também pode ser um gatilho para a doença emergir.

Como evidenciou Dannieli (2017)

É curioso que o desenvolvimento e uso de medicamentos psicoativos para tratamento da depressão não são acompanhados pela redução estatística da doença, ao contrário, os índices crescem e as previsões não são nada otimistas. A depressão continua sendo um problema de saúde pública. Os equívocos e abusos médicos no diagnóstico e prescrição de antidepressivos não são suposições descabidas de alguma teoria da conspiração. Eles fazem parte do cotidiano moderno e são objeto de uma recomendação de prudência por parte da OMS: "os antidepressivos podem ser eficazes no caso de depressão moderada-grave, mas não são a primeira linha de tratamento para os casos mais brandos. [...] É preciso utilizá-los com cautela."

Apesar de não haver um consenso concreto sobre o que faz a doença se manifestar, as características principais são bem marcantes como a tristeza e ou apatia, a inércia frente às atividades, culpabilização de si mesmo e a visão negativa

do eu, do futuro e da vida. Há também padrões de pensamento que envolvem a falta de compreensão do indivíduo sobre seu papel no mundo, falta de senso de propósito de vida e pessimismo. “Sendo que, os principais objetivos a atingir no tratamento da depressão, aliada ou não a psicofármacos, é a reestruturação cognitiva, o autoconhecimento e a aquisição de competências de autorregulação emocional e cognitiva” (ALVES, Mafalda. 2018).

4.2 Uso terapêutico da Ayahuasca

O chá Ayahuasca é feito da mistura de duas plantas. A *Psycotria viridis* (família Rubiaceae), que possui em sua composição o alcalóide N, N-dimetiltriptamina (DMT), que age sobre os receptores da serotonina. E o cipó *Banisteriopsis caapi* (família Malpighiaceae), que possui como constituinte alcalóides β -carbolinas inibidoras da MAO, sendo as principais: harmalina, tetra-hidro-harmalina e harmina (DOMÍNGUEZ-CLAVÉ, E. et al., 2016).

O DMT contido nas folhas do arbusto não proporciona efeito isoladamente, pois ele é metabolizado no fígado e no trato gastrointestinal pela enzima monoamina-oxidase (MAO). O cipó contém compostos que inibem a função da MAO, possibilitando assim os efeitos do DMT. Uma série de antidepressivos funciona de maneira similar; São os chamados inibidores da monoamina-oxidase (IMAO). A MAO é responsável por degradar monoaminas como noradrenalina, dopamina e serotonina. Quando inibida, não realiza a degradação, resultando assim em um aumento da concentração destes neurotransmissores no corpo (DOMÍNGUEZ-CLAVÉ, E. et al., 2016).

Em estudo (DA SILVA., 2017), voluntários com depressão responderam as escalas psicométricas 20 e 10 minutos antes da ingestão; 40 minutos, depois da ingestão; e também nos dias 1, 7, 14 e 21 após a sessão experimental. Os resultados demonstraram que enquanto o tempo médio para o início da ação terapêutica dos antidepressivos comercialmente disponíveis é de duas semanas, a ayahuasca demonstrou ação antidepressiva imediata, com redução de 62% do índice médio da Escala Hamilton para Depressão (HAM-D). A diminuição se intensificou no sétimo dia após o procedimento, com redução de 72%. No décimo quarto dia após o experimento o nível dos sintomas aumentou em relação ao

primeiro dia, mas permaneceu abaixo do índice anterior à ingestão. E no vigésimo primeiro dia houve redução novamente (DA SILVA., 2017).

Testes mostraram que uma única dose do chá tem potencial de induzir a introspecção, memórias autobiográficas e curas emocionais através do estado ampliado de consciência que pode gerar bem estar, uma maior consciência de si e sentimento de pertencimento (DOS SANTOS et al., 2016). A literatura (MURPHY-BEINER et al., 2020; MAIA et al., 2023; MIAN et al., 2020) aponta que a experiência com o chá pode aumentar o autoconhecimento, facilitando a maneira de lidar com os processos mentais e emocionais. Pesquisas (JIMÉNEZ-GARRIDO et al., 2020; VAN OORSOUW et al., 2022) têm mostrado que o potencial terapêutico da Ayahuasca pode transpassar a esfera da fisiopatologia da doença e alcançar uma transformação por vezes a longo prazo (mais de 6 meses) de percepção de realidade de seus usuários, proporcionando a ressignificação de memórias autobiográficas, de padrões de pensamentos, emoções, um senso de coletividade e pertencimento e uma compreensão maior do dinamismo da vida (JIMÉNEZ GARRIDO et al., 2020; MIAN et al 2020; SOLER et al., 2016; MURPHY BEINER et al., 2020). Isto tudo indica que sua ação pode não ser exclusiva ao nível biológico ou serotoninérgico, mas sugere que ela pode trazer uma mudança psicológica, inclusive com apenas 1 dose (DE L. OSÓRIO et al., 2015). Isso é uma revolução quando falamos de medicamentos antidepressivos, pois o que se tem hoje são remédios que atuam apenas no nível químico e quando interrompida a medicalização, há volta imediata dos sintomas.

4.3 Ayahuasca na depressão

Pacientes depressivos geralmente apresentam neurodegeneração e menor volume do córtex pré frontal e hipocampo (DE ALMEIDA et al., 2019). Estas reduções estão ligadas à morte neural e diminuição da neuroplasticidade. Em contrapartida, é sabido que os psicoativos em geral atuam na ativação de caminhos de neuroplasticidade e sinapses cerebrais (Winkelman, 2017), o que pode estar ligado à sua ação antidepressiva (DE ALMEIDA et al., 2019).

Enquanto muitos estudos se concentram no alívio dos sintomas da depressão, há evidências que sugerem que a Ayahuasca pode não apenas aliviar os sintomas, mas também atuar na cura das causas da depressão. Esse impacto profundo na depressão está relacionado aos mecanismos psicológicos da Ayahuasca, que se assemelham aos resultados obtidos através da prática de mindfulness (MURPHY BEINER & SOAR., 2020; MAHA N. MIAN et al., 2019).

Uma série de estudos destacou os efeitos da Ayahuasca na promoção de mudanças significativas em estados de consciência e na cognição, incluindo melhorias nas habilidades de mindfulness e a capacidade de autopercepção (DOMÍNGUÉZ CLAVÉ et al., 2019; MAHA N. MIAN et al., 2020; MURPHY BEINER & SOAR., 2020; SOLER et al., 2016). Esses mecanismos podem ser cruciais na abordagem da depressão, uma vez que esta muitas vezes está associada a padrões de pensamento negativos repetitivos, baixa auto-estima, desconexão espiritual (falta de propósito e sentido de vida), identificação demasiada com seus próprios pensamentos e emoções, dificuldades na regulação emocional e falta de aceitação sobre os acontecimentos (BARABASZ-GEMBCZYK; KUCIA, 2020; VAN OORSOUW et al., 2022; ALVES M., 2018).

A administração da AYA pode induzir à experiência introspectiva parecida com sonho, caracterizada por visões autobiográficas e memórias emocionais (OSÓRIO et al., 2015) e tem sido associada a melhorias significativas na flexibilidade cognitiva, permitindo que os indivíduos se afastem de padrões de pensamento negativos e enxerguem suas vidas a partir de novas perspectivas. Essa flexibilidade cognitiva é essencial para a capacidade de enfrentar e superar os desafios subjacentes à depressão (MURPHY-BEINER et al., 2020).

Os estudos também indicaram que a Ayahuasca aumenta a capacidade de mindfulness dos indivíduos no que tange a promoção da observação, a descrição e a ação consciente em relação aos seus próprios pensamentos e emoções. Essas habilidades de mindfulness têm sido associadas à redução dos sintomas de depressão (DOMÍNGUÉZ-CLAVÉ et al., 2016) e além disso, é possível que elas ajam na causa da manifestação da depressão e na personalidade do paciente, pois são estas mesmas características psicológicas que quando em desequilíbrio causam os sintomas opostos, característicos da depressão (ALVES M., 2018).

Além disso, o decocto tem o potencial de aumentar a auto aceitação e a disposição para enfrentar eventos emocionais com segurança, o que pode ser fundamental na

cura das causas profundas da depressão (DOMÍNGUEZ-CLAVÉ et al., 2016). Em estudo, os indivíduos relataram uma maior aceitação de si mesmos e uma visão mais desapegada de seus próprios pensamentos e emoções após sua experiência com AYA, o que pode ser um fator crucial na superação de traumas emocionais e crenças negativas sobre si mesmos, que também se relacionam à causa da depressão (MINISTÉRIO DA SAÚDE 2022). Outro estudo observou melhoras em casos de depressão, saúde mental relacionada à experiência de dissolução do ego e *oceanic boundlessness* (sentimento de liberdade, ilimitações, desapego e unidade com tudo e todos) com atividade imediata e duração de até 1 mês após a toma de AYA (VAN OORSOUW et al., 2022). O consumo de Ayahuasca também foi associado a um aumento na auto-compaixão, bem-estar psicológico e espiritual, maior abertura, extroversão, autodirecionamento, redução da neurose e de emoções negativas (MAIA et al., 2023; MURPHY-BEINER et al., 2020)

Portanto, é possível que Ayahuasca tenha um potencial inédito de não apenas aliviar os sintomas da depressão, mas atuar na cura das causas da doença. A antropologia corrobora com a hipótese, sendo sabido que desde seus usos primordiais, a AYA foi utilizada para cura física, mental e espiritual (MAIA et al., 2023). No entanto, é importante evidenciar que não há vasta gama de dados sobre o assunto e mais estudos são necessários para compreender completamente o potencial terapêutico da Ayahuasca nas causas da depressão.

Trabalhos já constata também o potencial da ayahuasca no tratamento de outras desordens psiquiátricas, como stress pós traumático, ansiedade e dependências químicas (DOMÍNGUEZ-CLAVÉ et al., 2016; VAN OORSOUW et al., 2022)

4.4 Efeitos colaterais

A Ayahuasca, tal qual antidepressivos sintéticos, apresenta efeitos colaterais. São eles: dores de cabeça, vômitos, náuseas e diarreias. Porém estes são tidos como parte do processo de purga do processo com a planta, não como algo ruim e sim como parte da cura (DE L. OSÓRIO et al., 2015). Pode haver também aumento da pressão sanguínea e batimentos cardíacos (BARABASZ-GEMBCZYK et al., 2020). Não foram encontrados registros de dependência química da substância

(MAIA et al., 2023). Até hoje, não foi feita nenhuma relação entre os níveis endógenos de DMT e doenças psiquiátricas.(JAMES et al., 2022)

4.5 Segurança

Uma pesquisa (ROSSI, G. N. et al., 2016), com a finalidade de compilar dados sobre a segurança da AYA, incluiu diversos testes randomizados, placebo controle em pessoas saudáveis e em condições clínicas envolvendo sua toma de AYA. Não foram encontrados sérios eventos adversos, indicando segurança relativa da administração da AYA em ambientes controlados. A maior parte dos eventos adversos envolveu vômitos, dores de cabeça, náuseas e aumento transitório das medidas cardiovasculares (DOMÍNGUEZ-CLAVÉ et al., 2016). É importante pontuar que não há ainda muitos estudos clínicos controlados e com padronização de dose. Reações psicológicas severas como psicose são consideradas raras, limitadas à susceptibilidade de indivíduos e *set and setting* (ambientes) não controlados (SANTOS et al., 2017). Há também preocupações em relação à atividade serotoninérgica da AYA quando usada concomitante a antidepressivos com o mesmo potencial fármaco/fisiológico. Porém, não há ainda evidências que comprovem esta hipótese e um estudo com usuários de antidepressivos e AYA não encontrou efeitos adversos (ROSSI, G. N. et al., 2016)

4.6 O uso ecológico da Ayahuasca

O presente estudo exclui trabalhos feitos dentro de ordens religiosas ou ritualísticos para melhor entendimento do potencial curativo da planta, sem influência dos efeitos que podem decorrer de determinadas formas de condução do trabalho. Mas não devemos de forma alguma nos apropriar da planta, deixando de considerar seu contexto de origem. É curioso como estas duas plantas, que só exercem efeito quando em conjunto, de partes diferentes da floresta, ou seja, que não crescem espontaneamente lado a lado, vieram a formar um chá com potencial tão profundo e complexo. É importante preservar a visão de cura dos povos que a utilizam como prática milenar, para não correr o risco de mais uma vez aplicarmos a visão ocidental antropocêntrica, especialista, reducionista e segregacionista (como

está sendo feito com as plantas medicinais extensamente na fitoterapia contemporânea, atribuindo o pensamento de causa e efeito, em uma visão simplista dos processos de saúde e doença) em saberes tradicionais, desconsiderando as plantas como seres complexos, as reduzindo à princípios ativos.

Se para os cientistas ocidentais uma planta medicinal é um objeto material cuja eficácia terapêutica é mensurável pelo conhecimento da ação de suas substâncias químicas sobre o organismo, para os Ashaninka uma planta é um ser cuja eficácia terapêutica deriva de determinadas relações que são estabelecidas com grupos humanos e outros seres.

(Da Silva, Danielli, 2017. pag.7)

Para haver um uso de fato ecológico da AYA, é necessário a integração da ciência convencional moderna com a ciência tradicional (JAMES et al., 2022) para que não hajam equívocos no uso da planta.

É importante também o questionamento de como seria feita a inserção da AYA no sistema de saúde para uso terapêutico. Quem seriam os profissionais apropriados para condução da terapêutica? Como as comunidades tradicionais serão compensadas se o medicamento for aprovado? Qual será o cuidado com a cultura de origem e também com as plantas nativas para que não haja uma exploração excessiva?

Como pontua Schenberg, 2022

Quando há o envolvimento de compostos isolados derivados de conhecimento tradicional, acordos de compartilhamento de benefícios são mandatórios de acordo com a convenção de diversidade biológica das nações unidas. Considerando a alta demanda para tratar milhões de pacientes depressivos, a medicalização da ayahuasca sem uma regulação adequada que respeita os direitos indígenas pode ser nociva para estes e seu manejo do ambiente local, potencialmente agredindo a sustentabilidade das plantas da Amazônia.

CONCLUSÃO

Diversos trabalhos constataram que a Ayahuasca pode agir como tratamento para a depressão, inclusive de pacientes com depressão maior, resistentes ao tratamento medicamentoso. Abre-se agora a possibilidade da Ayahuasca agir não só nos sintomas, mas na causa da doença, ou seja, na cura, como alguns trabalhos citados também evidenciaram sua ação nos mecanismos psicológicos envolvendo as raízes do transtorno depressivo. Mais estudos ainda precisam ser feitos para verificar esta hipótese.

REFERÊNCIAS

ALVES, MAFALDA PINTO RIBEIRO GALHANO. Os efeitos terapêuticos da Ayahuasca em indivíduos com sintomas de depressão. **Universidade católica portuguesa**. 2018.

Disponível em: <http://hdl.handle.net/10400.14/27160>

BARABASZ-GEMBICZYK, A.; KUCIA, K. Ayahuasca – potential therapeutic properties in psychiatry. Research review. **Psychiatria Polska**, v. 54, n. 2, p. 381–389, jul. 2020.

DOI: <https://doi.org/10.12740/PP/103364>

DE ALMEIDA et al. Modulation of Serum Brain-Derived Neurotrophic Factor by a Single Dose of Ayahuasca: Observation From a Randomized Controlled Trial. **Front Psychol**. 2019

DOI: [10.3389/fpsyg.2019.01234](https://doi.org/10.3389/fpsyg.2019.01234)

DOMÍNGUEZ-CLAVÉ, E. et al. Ayahuasca: Pharmacology, neuroscience and therapeutic potential. **Brain Research Bulletin**, v. 126, p. 89–101, jul. 2016.

DOI: [10.1016/j.brainresbull.2016.03.002](https://doi.org/10.1016/j.brainresbull.2016.03.002)

DOS SANTOS, R. G.; HALLAK, J. E. C. Ayahuasca, an ancient substance with traditional and contemporary use in neuropsychiatry and neuroscience. **Epilepsy & Behavior**, v. 121, p. 106300, jul. 2021.

DOI: <https://doi.org/10.12740/PP/103364>

GALVÃO-COELHO, N. L. et al. Changes in inflammatory biomarkers are related to the antidepressant effects of Ayahuasca. **Journal of Psychopharmacology**, v. 34, n. 10, p. 1125–1133, jul. 2020.

DOI: [10.1177/0269881120936486](https://doi.org/10.1177/0269881120936486)

JAMES, E. et al. N,N-dimethyltryptamine and Amazonian ayahuasca plant medicine. **Human Psychopharmacology: Clinical and Experimental**, v. 37, n. 3, jul. 2022.

DOI: <https://doi.org/10.1002/hup.2835>

JIMÉNEZ-GARRIDO, D. F. et al. Effects of ayahuasca on mental health and quality of life in naïve users: A longitudinal and cross-sectional study combination. **Scientific Reports**, v. 10, n. 1, p. 4075, jul. 2020.

DOI: <https://doi.org/10.1038/s41598-020-61169-x>

MAIA, L. O. et al. Ayahuasca's therapeutic potential: What we know – and what not. **European Neuropsychopharmacology**, v. 66, p. 45–61, jul. 2023.

DOI: <https://doi.org/10.1016/j.euroneuro.2022.10.008>

MIAN, M. N.; ALTMAN, B. R.; EARLEYWINE, M. Ayahuasca's Antidepressant Effects Covary with Behavioral Activation as Well as Mindfulness. **Journal of Psychoactive Drugs**, v. 52, n. 2, p. 130–137, jul. 2020.

DOI: <https://doi.org/10.1080/02791072.2019.1674428>

MINISTÉRIO DA SAÚDE. **Depressão: causas, sintomas, tratamentos, diagnóstico e prevenção**. 2017.

Disponível em: <https://saude.gov.br/saude-de-az/depressao>

Maha N. Mian, B. R. Altman & M. Earleywine (2020) Effects Covary with Behavioral Activation as Well as Mindfulness, **Journal of Psychoactive Drugs**, 52:2, 130-137

DOI: [10.1080/02791072.2019.1674428](https://doi.org/10.1080/02791072.2019.1674428)

MURPHY-BEINER, A.; SOAR, K. Ayahuasca's 'afterglow': improved mindfulness and cognitive flexibility in ayahuasca drinkers. **Psychopharmacology**, v. 237, n. 4, p. 1161–1169, jul. 2020.

DOI: <https://doi.org/10.1007/s00213-019-05445-3>

OSÓRIO, F. DE L. et al. Antidepressant effects of a single dose of ayahuasca in patients with recurrent depression: a preliminary report. **Revista Brasileira de Psiquiatria**, v. 37, n. 1, p. 13–20, mar. 2015.

DOI: <https://doi.org/10.1590/1516-4446-2014-1496>

PALHANO-FONTES, F. et al. **Ayahuasca for the Treatment of Depression**. (F. S. Barrett, K. H. Preller, Eds.) **Current Topics in Behavioral Neurosciences** Springer, Cham, , jul. 2021.

DOI: <https://doi.org/10.1007/7854>

ROSSI, G. N. et al. Ayahuasca, a potentially rapid acting antidepressant: focus on safety and tolerability. **Expert Opinion on Drug Safety**, v. 21, n. 6, p. 789–801, jul. 2022.

DOI: <https://doi.org/10.1080/14740338.2022.2054988>

SANTOS, RG et al. **Effects of ayahuasca on psychometric measures of anxiety, panic-like and hopelessness in Santo Daime members**. *Journal of Ethnopharmacology*. **Volume 112, Issue 3**, 25 July 2007, Pages 507-513

DOI: <https://doi.org/10.1016/j.jep.2007.04.012>

SANTOS, R. G. DOS et al. Long-term effects of ayahuasca in patients with recurrent depression: a 5-year qualitative follow-up. **Archives of Clinical Psychiatry (São Paulo)**, v. 45, n. 1, p. 22–24, fev. 2018.

DOI: <https://doi.org/10.1590/0101-60830000000149>

SCHENBERG, E. E.; GERBER, K. Overcoming epistemic injustices in the biomedical study of ayahuasca: Towards ethical and sustainable regulation. **Transcultural Psychiatry**, v. 59, n. 5, p. 610–624, jul. 2022.

DOI: [10.1177/13634615211062962](https://doi.org/10.1177/13634615211062962)

SILVA, Danielli Katherine Pascoal da. Por uma abordagem ecológica dos efeitos anti-depressivos da ayahuasca. Ponto Urbe 20. Revista do núcleo de antropologia urbana da USP. 30/06/2017

DOI: <https://doi.org/10.4000/pontourbe.3443>

SILVA, Beatriz Souza. O uso da Ayahuasca como terapia alternativa na depressão: efeitos farmacológicos e adversos. Brazilian Journal of Natural Sciences. v.4 n.2. 2021.

Disponível em <https://bjns.com.br/index.php/BJNS/article/view/143>

SOLER, J. et al. Exploring the therapeutic potential of Ayahuasca: acute intake increases mindfulness-related capacities. **Psychopharmacology**, v. 233, n. 5, p. 823–829, 27 mar. 2016.

DOI: <https://doi.org/10.1007/s00213-015-4162-0>

VAN OORSOUW, K.; TOENNES, S. W.; RAMAEKERS, J. G. Therapeutic effect of an ayahuasca analogue in clinically depressed patients: a longitudinal observational study. **Psychopharmacology**, v. 239, n. 6, p. 1839–1852, jul. 2022.

DOI: <https://doi.org/10.1007/s00213-021-06046-9>

ZEIFMAN, R. J. et al. The Impact of Ayahuasca on Suicidality: Results From a Randomized Controlled Trial. **Frontiers in Pharmacology**, v. 10, jul. 2019.

DOI: <https://doi.org/10.3389/fphar.2019.01325>

ZEIFMAN, R. J. et al. Rapid and sustained decreases in suicidality following a single dose of ayahuasca among individuals with recurrent major depressive disorder: results from an open-label trial. **Psychopharmacology**, v. 238, n. 2, p. 453–459, jul. 2021.

DOI: <https://doi.org/10.1007/s00213-020-05692-9>