

## Artigo

### Exploring the therapeutic potential of Ayahuasca: acute intake increases mindfulness-related capacities.

### Explorando o potencial terapêutico da Ayahuasca/Hoasca: ingestão aguda aumenta as capacidades de atenção plena relatadas.

**Autoria:** Joaquim Soler, Matilde Elices, Alba Franquesa, Steven Barker, Pablo Friedlander, Amanda Feilding, Juan C. Pascual, Jordi Riba.

#### **Panorâmica:**

**Introdução:** O objetivo do estudo foi compreender a experiência psicológica induzida pela Ayahuasca/Hoasca e explorar se o aprimoramento das capacidades relatadas de "mindfulness" ou atenção plena poderiam ser alcançadas através do seu uso.

**Método:** Foram avaliados 25 indivíduos (14 mulheres) sem doenças ou distúrbios psiquiátricos ou por uso de álcool e outras substâncias. Desses, 23 faziam uso prévio do chá e 2 o fizeram pela primeira vez durante o estudo. Todos permaneceram abstêmios do uso de álcool, medicações ou qualquer outra droga nas 24 horas anteriores ao uso do chá e 24 horas após. O chá foi utilizado em um local não-religioso e os participantes não eram filiados a qualquer religião usuária da Ayahuasca/Hoasca - sua principal motivação para o uso era autoconhecimento e introspecção. Os participantes foram avaliados antes e 24 horas após uma sessão de Ayahuasca/Hoasca utilizando dois instrumentos desenhados para mensurar as capacidades de "mindfulness" ou atenção plena: *The Five Facets Mindfulness Questionnaire* (FFQM) e o *Experiences Questionnaire* (EQ).

**Resultados:** A ingestão da Ayahuasca/Hoasca levou a aumentos significativos em duas facetas do FFQM, indicando uma redução no processamento julgativo de experiências e reações internas. Levou também a um aumento significativo na habilidade de descentração como mensurado pelo EQ. Essas mudanças são objetivos clássicos no treinamento convencional de "mindfulness" ou atenção plena, e os resultados obtidos são equivalentes aos observados após práticas extensivas desse treinamento. Esses resultados demonstram que a Ayahuasca/Hoasca tem potencial terapêutico e sugerem que esse potencial é devido ao aumento das capacidades de "mindfulness" ou atenção plena.

**Palavras-chave:** Ayahuasca; potencial terapêutico; atenção plena; descentração; humano.

#### **Overview:**

**Keywords:** Ayahuasca; therapeutic potential; mindfulness; decentering; human.

**Publicado em:** *Psychopharmacology*, v. 233, n. 5, pp. 823-829, 2016.

PDF