

VERSO MIGLIORI PRATICHE NELL'USO DELL'AYAHUASCA

UNA GUIDA PER CHI ORGANIZZA E
PARTECIPA



ICEERS

**VERSO MIGLIORI
PRATICHE NELL'USO
DELL'AYAHUASCA**

**UNA GUIDA PER CHI ORGANIZZA
E PARTECIPA**



INDICE

◇ **Per chi partecipa / 09**
RESPONSABILITÀ
INDIVIDUALE

◇◇ **Per chi organizza / 23**
RESPONSABILITÀ
COLLETTIVA

◇◇◇ **Per Tutti / 33**
RESPONSABILITÀ
LEGALE

◇◇◇◇ **Appendice / 37**
RISORSE E
BIBLIOGRAFIA

Questo documento è una raccolta di buone pratiche per l'uso dell'ayahuasca in contesti non amazzonici e copre aree di responsabilità individuale, collettiva e legale.

L'ayahuasca è un decotto di diverse piante con una lunga storia di utilizzo in Amazzonia, dove esistono testimonianze molto antiche del suo uso da parte dei popoli nativi. Negli ultimi decenni l'uso di questa preparazione ha lasciato il suo contesto originale e si è allargato ad altre popolazioni, raggiungendo oggi molti paesi al di fuori dell'Amazzonia. Una delle conseguenze di questa espansione è stata l'emergere di nuove forme di utilizzo, che a loro volta hanno portato sia nuovi potenziali terapeutici che nuovi rischi.

È evidente che le persone e le comunità native dell'Amazzonia con una lunga storia di utilizzo dell'ayahuasca non hanno bisogno di una guida come questa, l'ayahuasca fa parte dei loro sistemi culturali e spirituali, che includono modi sicuri di lavorare con essa e metodi per la sua integrazione nella vita quotidiana della comunità. Al contrario, questo documento è rivolto a persone che organizzano o partecipano a sessioni di ayahuasca al di fuori del contesto amazzonico. L'obiettivo di questa guida è presentare una serie di **standard minimi di sicurezza** a supporto delle sessioni di ayahuasca in questi contesti e informare i partecipanti di tali sessioni, in modo che possano meglio apprezzare la sicurezza e la responsabilità delle sessioni e quindi sceglieranno avendo a disposizione tutte le informazioni necessarie.

Questo documento è aperto a contributi e suggerimenti per il suo miglioramento (scrivendo a aya@iceers.org).



PER CHI PARTECIPA

Responsabilità individuale

NON SI CONSIGLIA DI PRENDERE AYAHUASCA SE...

- › Non sai cos'è l'ayahuasca, i suoi effetti e controindicazioni.
- › Lo fai perché altre persone ti stanno spingendo ad esso. Una delle principali controindicazioni dell'ayahuasca è non volerla prendere.
- › Non ti fidi della persona che ti darà l'ayahuasca.
- › Stai prendendo antidepressivi.
- › Hai una storia, personale o familiare, di gravi problemi mentali (vedi "criteri di sicurezza ed esclusione").
- › Sei incinta o sospetti di esserlo.
- › Sei una persona che non gode di buona salute fisica (versione breve: se il tuo stato di salute ti impedirebbe di salire sulle montagne russe, forse non dovresti prendere l'ayahuasca. Versione lunga: è un po' più complicata, vedi sotto).



Di seguito troverai informazioni sui potenziali rischi e benefici dell'ayahuasca, nonché le informazioni generali su una sessione in modo da poter prendere decisioni più responsabili¹.

A proposito dell' Ayahuasca

L' ayahuasca è un decotto di diverse piante, di origine amazzonica. Per secoli, vari popoli dell'Amazzonia hanno usato questa bevanda come parte della loro medicina tradizionale, così come nei rituali religiosi. Negli ultimi anni, il suo utilizzo si sta espandendo, globalizzando e raggiungendo le persone in altri paesi che lo usano come strumento di sviluppo personale, spirituale o terapeutico. Nel nostro paese l'ayahuasca è presente da oltre due decenni. Questa presenza ha molte forme, dagli sciamani indigeni, ai "vegetalistas" amazzonici, alle religioni ayahuasqueras brasiliane, ai circoli neo-sciamanici e terapeutici. Sebbene ci sia molta varietà tra loro, tutti hanno in comune il fatto che si tratta di sessioni guidate da una persona. Cioè, c'è sempre una guida, qualcuno che serve l'ayahuasca e che accompagna e si occupa dei partecipanti.

1 Vedi iceers.org/ayasafe

Effetti

Gli effetti *generalmente* iniziano circa 15 - 60 minuti dopo l'assunzione e durano tra 2 e 5 ore. L'ayahuasca induce uno stato di coscienza modificato in cui è comune avere visioni e cambiamenti nel modo di pensare e percepire la realtà. A livello fisico, l'assunzione può causare vomito e diarrea, che viene spesso interpretata come una forma di pulizia emotiva ed energetica.

Livelli dell' esperienza

Biologico

L'ayahuasca, agendo sul cervello, produce effetti biologici che si manifestano in transitorie modificazioni del rilascio di alcuni ormoni, modulazione del sistema immunitario, aumento della pressione sanguigna, senza raggiungere parametri patologici.

Va tenuto presente che la modifica fisiologica non influisce nello stesso modo su tutte le persone che prendono l'ayahuasca, o su quelle persone che soffrono di alcune malattie. Quindi, sebbene l'ayahuasca sia fisiologicamente molto sicura per le persone sane, le persone con patologie dovrebbero essere più attente, soprattutto se assumono altri farmaci. (vedi la sezione controindicazioni in basso)

Autobiografico

Sono ricordi frequenti con immagini del passato e un "riaffiorare" di materiale psicologico, a volte conscio, a volte inconscio, che viene sperimentato con maggiore intensità emotiva. Molti considerano l'ayahuasca come una specie di specchio del proprio interiore, dove si possono vedere conflitti interni, paure ed emozioni difficili, ma anche le parti belle e buone della vita delle persone.

Spirituale o transpersonale

La persona può avere esperienze di accesso o contatto con realtà che vanno oltre se stesse, che si attribuiscono a dimensioni mitologiche, religiose o spirituali, che vanno al di là di ciò che si sente o sperimenta comunemente.

Ontologico

La combinazione degli effetti di cui sopra può portare la persona ad avere cambiamenti nella concezione di se stesso e della realtà. A medio e lungo termine l'effetto che l'ayahuasca ha sulla vita di ogni persona è imprevedibile e varia da gruppo a gruppo e da persona a persona, ma si può affermare che a volte può portare cambiamenti molto profondi nella vita delle persone e questo è qualcosa che coloro che sono interessati a prendere l'ayahuasca dovrebbero prendere in considerazione.

Benefici

Alcuni studiosi ritengono che l'ayahuasca agisca come un adattogeno, aiutando le persone a adattarsi meglio alla loro situazione personale e l'ambiente circostante. Anche se mancano ancora ampi studi scientifici, ci sono molte storie di persone che, dopo un processo con l'ayahuasca, affermano di aver ricevuto un chiaro beneficio sia a livello personale che per l'ambiente circostante e con le persone a loro vicine. A seconda della situazione di ogni persona, della sua storia personale e del contesto



sociale, gli effetti possono variare, ma ci sono segnalazioni di risultati terapeutici per le persone con una serie di problemi che vanno dalla depressione, al logoramento, al dolore, uso compulsivo di droghe, senso di colpa, dolore emotivo, traumi infantili e accettazione della morte, a problemi più quotidiani, come scegliere il proprio cammino nella vita, problemi in campo professionale, problemi relazionali, ecc. Lo spettro è ampio, tuttavia, ciò che sembra chiaro è che, sebbene l'ayahuasca possa aiutare, in generale non è sufficiente, per risolvere queste e molte altre situazioni personali, solo prendere l'ayahuasca. Al fine di produrre un beneficio terapeutico sostenuto nel tempo, è necessario un lavoro terapeutico più ampio, prima e dopo l'ayahuasca.

Rischi

Durante la "toma" (l'assunzione), l'ayahuasca può avere effetti potenti, che possono comportare alcuni pericoli, specialmente se la persona non è ben seguita. Ad esempio, può causare vertigini e, in casi sporadici, svenimenti. Con la giusta attenzione questi episodi possono essere prevenuti o risolti bene, Ma sen-



za la dovuta attenzione possono esserci rischi aggiuntivi, come cadute, contusioni, soffocamento per vomito, ecc. La chiave in questi casi è la **qualità del servizio offerta con la giusta attenzione e le misure di sicurezza adottate dagli organizzatori.**

Ci sono anche situazioni che si verificano molto raramente ma comportano altri pericoli. Può succedere che dopo aver preso l'ayahuasca, gli effetti si protraggono per periodi di tempo più lunghi del normale. Ci sono stati anche casi, molto rari, in cui si sono verificati crisi psicotiche che hanno richiesto l'uso di rimedi terapeutici o persino una terapia continua.

In alcuni di questi casi c'era una precedente condizione psichiatrica, o una storia familiare di problemi psicologici, ma in altri casi si trattava di persone senza una storia di condizione psichiatrica previa conosciuta.

- ▶ **In generale, i criteri per ridurre i rischi legati all'uso dell'ayahuasca sono:**
- ▶ **Una preselezione da parte degli organizzatori, che esclude patologie controindicate**
- ▶ **Una preparazione psicologica di chi prenderà parte alla cerimonia**
- ▶ **Un contesto sicuro durante la "toma" (l'assunzione)**
- ▶ **Una corretta integrazione dell'esperienza**

Inoltre, è possibile trovare una **serie di rischi più sottili**, che appaiono dopo la sessione, anche molto più tardi, e che hanno a che fare con pericolose interpretazioni dei contenuti emersi durante la sessione. Ad esempio, le persone potrebbero pensare che l'ayahuasca "abbia detto loro" di lasciare il proprio la-

voro o il proprio partner, di aver subito abusi o di essere o dover essere sciamani. A volte, questi messaggi, anziché verità letterali, sono espressioni della dimensione inconscia della persona stessa. Prima di decidere cosa significano realmente, è conveniente agire con una certa prudenza e sviluppare l'interpretazione insieme a persone esperte che accompagnano questo tipo di processo. Sebbene non ci siano molti professionisti specializzati in questo settore, ICEERS offre un servizio di supporto gratuito² che può fungere da punto di partenza.

L'ayahuasca non è una panacea o una cura magica. Non è infallibile, né una scorciatoia nel difficile processo di crescita personale. È più utile intenderla come una torcia, che aiuta a illuminare parti della vita che ancora non sono chiare.

Infine, vi sono numerosi rischi ampiamente riconosciuti dalle culture e dalle tradizioni amazzoniche, ma ciò può essere difficile da comprendere per le persone di altre culture. Secondo queste tradizioni durante l'assunzione dell'ayahuasca, i partecipanti sono esposti a energie che possono essere positive o tossiche per loro. Fa parte della formazione delle persone che guidano la sessione imparare a gestire queste situazioni in modo efficace. Sebbene queste prospettive siano rare nel nostro mondo, coloro che sono interessati a prendere l'ayahuasca dovrebbero sapere che sono comuni e importanti per le persone che partecipano alla cultura tradizionale dell'ayahuasca.

Quando non assumere l'ayahuasca: criteri di sicurezza ed esclusione

Controindicazioni fisiche

² <https://www.iceers.org/preparation-integration/>

L'ayahuasca non è raccomandata per le persone con gravi problemi cardiovascolari (l'ayahuasca aumenta leggermente i parametri cardiovascolari), il glaucoma, il distacco della retina, l'ipertensione grave, recenti fratture o interventi chirurgici, malattie infettive acute, tubercolosi, epilessia, convulsioni, ictus, gravi malattie del fegato, cistifellea, reni o pancreas, alcuni casi di ulcera o gastrite gastroduodenale, sanguinamento gastrointestinale o persone con problemi di vomito.

Inoltre, non è raccomandato per le donne in gravidanza o in allattamento.

Controindicazioni psicologiche

L'ayahuasca non è indicata in caso di attacchi di panico, alcune gravi condizioni psichiatriche come disturbo bipolare, schizofrenia, disturbo borderline di personalità, ecc. Se la persona ha avuto una storia di grave depressione, tentativi di suicidio o autolesionismo, è importante accompagnare e articolare il lavoro dell'ayahuasca insieme a un'adeguata supervisione psicologica.

Controindicazioni farmacologiche

L'uso di ayahuasca insieme a farmaci o sostanze che inibiscono la monoamino-ossidasi (MAO), i farmaci o le medicine con un effetto sul sistema serotoninergico, come con diversi antidepressivi e psicofarmaci, non è indicato.

Sostanze psicoattive incompatibili

Sostanze come cocaina, anfetamine o MDMA possono interagire negativamente con l'ayahuasca, quindi la loro combinazione non è raccomandata. Gli effetti possono provocare crisi ipertensive. Allo stesso modo, la combinazione di ayahuasca con bufotenina e / o 5-MeO-DMT, presente in altri prodotti di origine naturale come Bufo alvarius, Vilca o Yopo è anche controindicata.

L'ayahuasca non è e non deve essere utilizzata come sostituto della psicoterapia o dell'assistenza medica.

Infine, si deve consultare uno specialista se si ha qualche tipo di malattia o si usano farmaci cronici (compresi quelli a base di erbe) e consigliato in questi casi consultare anche la persona che condurrà l'esperienza.

Se sei interessato ad assumere l'ayahuasca

La decisione di partecipare a una sessione deve sempre essere personale; Non dovrebbe essere indotta da altre persone. La decisione deve basarsi su una chiara idea di potenziali effetti, rischi, benefici e controindicazioni in relazione alla propria storia clinica, alla salute mentale e allo stato animico generale. L'ayahuasca viene talvolta presentata come una panacea. Tuttavia, è solo uno strumento che, nel caso di un buon uso, può agire da catalizzatore per il processo terapeutico, generando una maggiore consapevolezza e, in caso di uso improprio, può aggravare determinati problemi o generarne di nuovi.

Come scegliere un centro o una guida

È importante sapere come viene svolto il lavoro/cerimonia/sessione sia effettuando ricerche online sia avendo un incontro previo con la persona responsabile di condurre l'evento.

Alcuni criteri minimi:

- ▶ Che vengano offerte informazioni dettagliate e oggettive sull'ayahuasca.
- ▶ Che i partecipanti passino attraverso un colloquio previo e compilino un modulo sanitario.
- ▶ Che l'assunzione non sia consentita alle persone che entrano in alcuni criteri di esclusione.
- ▶ Che il conduttore/i abbiano molti anni di esperienza.
- ▶ Il conduttore deve ispirare fiducia.

- ▶ Essere chiaramente informato sui componenti e l'origine dell'ayahuasca che viene servita, o se si fornisce un analogo dell'ayahuasca (anahuasca) su di esso.
- ▶ Che si lavori con piccoli gruppi o che il conduttore abbia degli assistenti per assistere tutti i partecipanti.
- ▶ Che i partecipanti possano rimanere a dormire nel posto dove si tiene la cerimonia alla fine della sessione.
- ▶ Che le persone responsabili seguano dei principi etici³
- ▶ Che dopo la sessione venga offerta l'integrazione e l'opzione di un seguimiento.

Alcuni segnali di allarme:

- ▶ Guide che si presentano come guru o salvatori
- ▶ Guide che promettono panacee, soluzioni rapide o garanzie sui risultati che possono essere ottenuti. Nessuno che garantisca qualcosa a priori può considerarsi onesto.
- ▶ Guide in cui la ricerca del profitto è una priorità ovvia.
- ▶ Guide che mostrano insensibilità o disinteresse per la tua situazione o per i motivi per cui vuoi partecipare.
- ▶ Guide che hanno approcci con connotazioni sessuali.

Preparazione prima di prendere l'ayahuasca

Una volta scelto il luogo, i partecipanti possono prepararsi alla sessione mangiando pasti sani e leggeri e mantenendo una buona condizione fisica per facilitare un'esperienza con l'ayahuasca più fluida e forse anche più sicura. Si consiglia di assicurarsi che l'ultimo pasto si sia consumato circa 6 ore prima dell'assunzione dell'ayahuasca. Mantieni il tuo corpo idratato e vai alla cerimonia dopo aver riposato bene, evita il consumo di

³ Ad esempio, quelli della Piataforma per la difesa dell'Yahuasca, su iceers.org/ayasafe3.

alcol, stimolanti, oppiacei e altri farmaci nelle settimane precedenti l'assunzione. È molto importante ridurre le aspettative per il lavoro che si andrà a svolgere (le aspettative irreali sono frequenti) e stabilire un'intenzione definita che darà la direzione al lavoro.

Raccomandazioni di base per l'assunzione

Si raccomanda a coloro che assumono l'ayahuasca per la prima volta, di iniziare con una dose bassa, per avere la possibilità di familiarizzare con gli effetti dell'ayahuasca.

L'ayahuasca è una pianta potente, prendila con rispetto. Anche se pensi che non funzioni per te, è spesso sufficiente alzarsi e provare a camminare per rendersi conto della potenza degli effetti.

Durante la sessione è sconsigliabile lasciare lo spazio in cui ci si trova senza avvisare il conduttore.

Non esitare a chiedere aiuto quando pensi di averne bisogno, le persone che guidano sono lì per questo, fa parte del loro lavoro e devono essere preparate ed avere le conoscenze necessarie per aiutarti.

Un'opzione per i momenti difficili è quella di respirare lentamente e profondamente dallo stomaco, ascoltare la musica, lasciarsi trasportare dagli effetti e avere fiducia nel processo, che ha innescato l'ayahuasca, e nella persona che guida l'esperienza.

Alla fine della sessione è consigliabile rimanere qualche ora sul posto per riposare correttamente prima di guidare veicoli o tornare nel mondo esterno.



PER CHI ORGANIZZA

Responsabilità collettiva



Le seguenti linee guida si fondano su un accordo di base: ogni volta che una sostanza psicoattiva viene offerta a terzi, con o senza scambio di denaro, viene acquisita una responsabilità in merito al loro benessere.

Integrazione e follow-up

Spesso, dopo una sessione di ayahuasca, la persona torna a casa con nuove prospettive della propria vita e desidera cambiare le cose, adeguare i comportamenti, dare nuovi impulsi a determinate relazioni, ecc.

Senza un processo di monitoraggio e integrazione, le rivelazioni e le lezioni apprese possono scomparire in breve tempo.

Alcune attività possono aiutare a evitare questo, ad esempio, scrivere i contenuti emersi durante la tua esperienza può essere utile per interiorizzarli. Può anche aiutare parlarne con una persona con esperienza in questo ambiente.

Se il lavoro con l'ayahuasca ti sta portando a considerare grandi cambiamenti vitali o a lavorare su gravi problemi personali, è meglio farlo con il supporto di un terapeuta o di una persona preparata e con le competenze adeguate per aiutarti in questa fase.

Spesso le rivelazioni dell'ayahuasca non possono essere prese alla lettera e richiedono un processo di decodifica, che è molto più fecondo insieme a una persona che ha le conoscenze e competenze adeguate per guidarci in questo processo.

Status legale

Sebbene in linea di principio nel nostro paese il semplice atto di partecipare alle sessioni di ayahuasca non comporti rischi legali per i partecipanti, può comportare rischi per gli organizzatori.

Una delle piante che fanno parte dell'ayahuasca contiene DMT (N, N-dimetiltriptamina), una sostanza controllata sia a livello internazionale che nazionale.

Tuttavia, come alcune sentenze hanno già stabilito e lo stesso INCB (agenzia delle Nazioni Unite responsabile del monitoraggio del rispetto dei trattati internazionali sulle droghe), né l'ayahuasca né

qualsiasi altra preparazione fatta con piante contenenti DMT, sono soggette al controllo internazionale. Tuttavia, ogni Stato può decidere di applicare una legislazione di controllo particolare nei confronti dell'ayahuasca, nella sua giurisdizione, come è accaduto in Francia.

Prima di offrire ayahuasca a terzi

La persona o il team responsabile della sessione deve fornire un'adeguata base teorica e pratica che includa:

- ▶ Avere chiaro l'obiettivo dell'attività e fare una riflessione etica sui metodi che verranno utilizzati per raggiungere questo obiettivo.
- ▶ Avere una vasta esperienza personale con i processi che l'ayahuasca provoca e genera.
- ▶ Informazioni sulle implicazioni legali relative all'ayahuasca.
- ▶ Conoscenze farmacologiche dell'ayahuasca in generale⁴ e dell'ayahuasca con cui si lavora.
- ▶ Conoscere i rischi e le controindicazioni dell'ayahuasca⁵.
- ▶ Avere conoscenze di primo soccorso.
- ▶ Avere conoscenza teorica di stati di coscienza non ordinari e approcci terapeutici.
- ▶ Avere conoscenza di come intervenire e gestire in casi di effetti avversi e situazioni di emergenza.
- ▶ Formare un team di persone che collaborano e che abbiano le conoscenze adeguate per fornire supporto durante la sessione.
- ▶ Conoscere e rispettare i limiti associati alle relazioni terapeuta-paziente.

4 Vedi iceers.org/ayasafe4

5 Vedi iceers.org/ayasafe

- ▶ Avere protocolli per la prevenzione e la gestione delle dinamiche associate alla violenza sessuale.

Selezione e preparazione dei partecipanti

Guida per l'utente: inviare un documento con le informazioni sull'ayahuasca a tutti i partecipanti con largo anticipo prima della sessione in modo che siano debitamente informati e possano prepararsi adeguatamente.

Nella guida dovrebbero includersi informazioni su:

- › Le proprietà dell'ayahuasca, la sua composizione, i suoi effetti e i potenziali rischi.
- › Le implicazioni dell'assunzione dell'ayahuasca.
- › Restrizioni prima e dopo la sessione.
- › Le responsabilità del personale e dei partecipanti.
- › La procedura e il funzionamento della sessione.
- › Come si svolge l'intero processo nella sua totalità.

Creare un profilo dei partecipanti in base ai criteri di sicurezza stabiliti, che include:

1. Questionario generale sulla salute⁶.
2. Condurre un colloquio individuale con ciascuno dei partecipanti per:
 - › Conoscere la persona, valutare il suo stato attuale, la sua storia personale e la motivazione per la quale vorrebbe assumere l'ayahuasca.
 - › Se il partecipante ha un'esperienza previa, chiedere del suo stato generale dall'ultima sessione.
3. Presentare il documento di consenso informato e spiegarne chiaramente la funzione⁷.

⁶ Vedi esempio su iceers.org/ayasafe5

⁷ Vedi esempio su iceers.org/ayasafe6



Sulla base delle informazioni raccolte con i moduli e dal colloquio decidere se accettare o meno ciascun partecipante:

- › Accettare nella sessione solo persone che comprendono il processo personale che prevede la loro partecipazione.
- › Accettare nella sessione solo quelle persone i cui questionari sulla salute non presentano controindicazioni.
- › Potrebbe essere necessario un ulteriore processo terapeutico prima di assumere l'ayahuasca. In questo caso, la persona può essere indirizzata a un professionista adatto.
- › Accettare nella sessione solo persone il cui processo personale non richiederà ulteriore assistenza (temporanea o di risorse) di cui il formato sessione consente. *(Le persone con determinati disturbi della personalità, gravi depressioni o altri disturbi per i quali l'ayahuasca non è specificamente controindicato, possono richiedere più risorse di quelle che il formato del seminario può garantire).*
- › Nel caso in cui non si riesce ad accettare una persona nella sessione, si proverà a offrire alternative, spiegando i motivi per cui non sono accettate nella sessione.
- › Non accettare una persona in caso di dubbi sulla sua idoneità in relazione alla partecipazione alla sessione.

Altri suggerimenti per la fase previa:

- › **Intenzionalità:** il conduttore dovrebbe incoraggiare il partecipante a prepararsi adeguatamente per la sessione e offrire linee guida per essa⁸.
- › **Legame:** si raccomanda di stabilire un legame personale di supporto e fiducia tra la persona che offre la sessione e il partecipante.

8 vedi esempio su iceers.org/ayasafe

Prima della sessione

La persona o il team responsabile della sessione dovrebbe garantire di:

1. Conoscere gli ingredienti e la potenza dell'ayahuasca. Un preparato che non è stato analizzato o testato in anticipo dalla persona responsabile non dovrebbe mai essere somministrato.
2. Avere abbastanza aiutanti / collaboratori per assistere a tutte le persone che partecipano. Per motivi di sicurezza, i gruppi di lavoro non devono essere condotti da soli.
3. Scegliere un **ambiente protetto**, isolato da interferenze esterne ma ben collegato, con spazio sufficiente e accogliente. Garantire la disponibilità di acqua potabile, servizi igienici, alloggi adeguati e il comfort adeguato.
4. Garantire la sicurezza e il benessere fisico dei partecipanti, preparando l'ambiente a soddisfare le loro esigenze (ad esempio, rimuovere oggetti pericolosi, rendere il luogo accogliente, fornire tappetini, coperte, fazzolettini, secchi, ecc.)
5. Avere un protocollo di azione in caso di emergenza, e che questo sia noto a tutti i membri del team.



Durante la sessione

La persona o il team responsabile della sessione dovrebbe garantire di:

1. Adeguare la dose del preparato in base all'età, al sesso, all'esperienza, allo stato di salute e alle esigenze dei partecipanti. Meglio non esagerare con la dose, e sempre meglio dare una dose minore che una dose eccessiva.
2. Garantire la **sicurezza fisica** delle persone. Ciò include l'adattamento dell'ambiente per l'integrità fisica dei partecipanti (ad es. Proteggere lo spazio di ciascun partecipante, impedire alle persone di vagare in modo non sicuro, guidare veicoli, ecc.)
3. Garantire la **sicurezza emotiva** dei partecipanti. Ciò include fornire il necessario supporto emotivo, se necessario, garantire che non si verifichino interferenze e interazioni dannose con altre persone (personale che assiste e partecipanti) e vigilare per il benessere dei partecipanti.
4. Astenersi da qualsiasi contatto sessuale o comportamento seducente con i partecipanti, prima, durante o dopo la sessione. Avere protocolli per la prevenzione e la gestione di queste situazioni. Vegliare per la sicurezza emotiva dei partecipanti e definire in modo etico e professionale i rapporti tra guide e partecipanti e gli assistenti.
5. Non lasciare mai i partecipanti soli o senza supervisione, in nessun caso.
6. Proteggere l'integrità, la privacy e la sicurezza delle persone nel gruppo e le interazioni tra loro.
7. Nessuno dei partecipanti dovrebbe lasciare il luogo dove si svolge la sessione prima che si sia conclusa.
8. Effettuare un controllo di ciascun partecipante individualmente prima di terminare la sessione, per

assicurarsi che si trovino in uno spazio emotivo adeguato per chiudere la sessione.

9. Chiedere l'aiuto necessario in caso di emergenza o difficoltà a gestire una situazione. Sapere delegare.
10. Non negare aiuto a nessuno, anche a rischio di incorrere in problemi legali. La sicurezza viene prima di tutto.

Altri suggerimenti per massimizzare i benefici durante la sessione:

- ▶ **Posizione fisica:** Suggestire ai partecipanti di mantenere la posizione seduta invece di sdraiata durante la sessione. Questo assicura che non vi sia pericolo di soffocamento con il vomito e aiuta a rilevare svenimenti. Se non riescono a mantenere la posizione seduta, si consiglia di stendersi su un lato, piuttosto che stendersi sulla schiena.
- ▶ **In caso di problemi:** se un partecipante si trova in difficoltà, procedere con semplici tecniche, non farmacologiche, per fornire supporto (respirazione focalizzata, ascolto attivo, presenza, ecc.). Mantenere il supporto fino a quando la persona non indica che è in buone condizioni e non richieda ulteriore attenzione, e che il conduttore ne abbia la certezza.



PER TUTTI

Responsabilità legale



Status legale a livello internazionale

L'alcaloide psicoattivo dell'ayahuasca, la dimetiltriptamina (DMT), è una sostanza controllata nell'elenco I della Convenzione delle Nazioni Unite sulle sostanze psicotrope del 1971. Come tale, la DMT è considerata una sostanza il cui uso, produzione e vendita sono vietati a livello internazionale, ad eccezione di usi medici e scientifici molto limitati. Tuttavia, il decotto dell'Ayahuasca non è sotto il controllo internazionale, e questo è stato confermato dall'International Narcotics Control Board (INCB).



APPENDICE

Risorse e Bibliografia

ALTRE RISORSE

- › Manuale di sensibilizzazione sugli abusi sessuali nella comunità d'uso dell'Ayahuasca redatto dall'Istituto Chacruna (traduzione automatica dall'inglese su: iceers.org/ayasafe18)
- › Aware project - awareproject.org
- › Fondazione ICEERS: www.iceers.org
- › Rapporto tecnico sull'Ayahuasca: iceers.org/ayasafe4

BIBLIOGRAFIA BREVE

Almendro M. (2018). [El Laberinto de la Ayahuasca. Investigaciones sobre el chamanismo y las medicinas indígenas](#). Barcelona: Kairós.

Dos Santos R.G., Balthazar F.M., Bouso J.C., Hallak J.E. (2016). [The current state of research on ayahuasca: A systematic review of human studies assessing psychiatric symptoms, neuropsychological functioning, and neuroimaging](#). *J Psychopharmacol.* 30(12):1230-1247.

Fericgla J.M. (2018). [Ayahuasca. La realidad detrás de la realidad. Sus usos en psicoterapia y en el cultivo del mundo interior](#). Barcelona: Kairós.

Labate B. y Bouso J.C. (Eds.) (2013). [Ayahuasca y salud](#). Barcelona: Los libros de la liebre de marzo.

López-Pavillard S. (2018). Chamanes, ayahuasca y sanación. Madrid: Consejo Superior de Investigaciones Científicas.

MacRae E. (1998) Guiado por la luna. Shamanismo y uso ritual de la ayahuasca en el culto del Santo Daime. <http://neip.info/novo/wp-content/uploads/2015/04/guiado-por-la-luna.pdf>

Martín Pardo A. y Muñoz Sánchez J. (2019). El estado legal de la ayahuasca en España. La relevancia de los comportamientos relacionados con su consumo y posesión. Valencia: Tirant lo Blanch.

Ona G., Kohek M., Massaguer T., Gomariz A., Jiménez D.F., Dos Santos R.G., Hallak J.E.C., Alcázar-Córcoles M.Á., Bouso J.C. (2019). Ayahuasca and Public Health: Health Status, Psychosocial Well-Being, Lifestyle, and Coping Strategies in a Large Sample of Ritual Ayahuasca Users. *J Psychoactive Drugs*. doi: 10.1080/02791072.2019.1567961.

Sánchez Avilés C. y Bouso Saiz J.C. (2015). Ayahuasca: de la Amazonía a la aldea global. Un análisis de los desafíos asociados con la globalización del uso de la ayahuasca. TNI (Transnational Institute):<https://www.tni.org/es/publicacion/ayahuasca-de-la-amazonia-a-la-aldea-global>



ICEERS

WWW.ICEERS.ORG