

INTRODUÇÃO

Nos últimos anos, tem aumentado o interesse por práticas alternativas no cuidado da saúde mental, impulsionado pela rápida disseminação de informações nas redes sociais. Entre essas práticas destaca-se o uso do chá de ayahuasca, tradicional da Amazônia, hoje incorporado por grupos urbanos como método terapêutico complementar.

A ansiedade e a depressão são transtornos que comprometem a qualidade de vida e figuram entre os maiores desafios de saúde pública. A pandemia de COVID-19 agravou esse cenário, aumentando os casos e estimulando a busca por terapias naturais e acessíveis, diante das limitações dos serviços de saúde.

A ayahuasca, obtida do cipó Mariri (Banisteriopsis Caapi) e das folhas da Chacrona (Psychotria viridis), possui compostos que atuam sobre o sistema nervoso, podendo aliviar sintomas emocionais. Contudo, seu uso exige cautela devido a possíveis efeitos adversos e contraindicações em casos clínicos específicos. Diante disso, o problema de pesquisa consiste em compreender quais são os efeitos da ayahuasca sobre sintomas ansiosos e depressivos. Assim, este estudo tem como objetivo investigar, por meio de uma revisão integrativa, as evidências científicas acerca de sua eficácia, riscos e implicações para o cuidado de enfermagem.

MATERIAIS E MÉTODOS

O presente estudo caracteriza-se como uma revisão integrativa da literatura, método que possibilita reunir, sintetizar e analisar criticamente os resultados de pesquisas sobre um tema específico, permitindo a incorporação de evidências na prática profissional de Enfermagem. Essa abordagem foi escolhida por possibilitar uma compreensão ampla e fundamentada dos efeitos da ayahuasca sobre sintomas ansiosos e depressivos.

A revisão seguiu as etapas propostas por Mendes, Silveira e Galvão (2008): formulação do problema, elaboração do protocolo, busca e seleção dos estudos, análise e interpretação das informações, categorização dos dados e apresentação dos resultados. A busca foi realizada nas bases SCIELO, PUBMED, FRONTIERS, ELSEVIER e SPRINGERLINK, utilizando os descritores ayahuasca, ansiedade e depressão. Após a aplicação dos critérios de inclusão e exclusão, 27 artigos foram selecionados para análise, possibilitando a construção de sínteses temáticas e a discussão crítica dos achados.

RESUTADOS

A revisão integrativa incluiu 27 estudos publicados entre 2000 e 2023, cujas características estão apresentadas no Quadro 2. As pesquisas analisadas abordaram o uso da ayahuasca em diferentes contextos — clínico, experimental e ritualístico —, utilizando metodologias quantitativas, qualitativas e revisões teóricas.

Observou-se maior concentração de publicações a partir de 2015, refletindo o aumento do interesse científico pelo potencial terapêutico da ayahuasca. A maioria dos estudos foi desenvolvida no Brasil (53%), seguida por pesquisas na Europa e América do Norte, indicando um crescimento global do tema.

Predominaram estudos quantitativos, principalmente ensaios clínicos e observacionais, voltados à avaliação da eficácia da ayahuasca na redução de sintomas ansiosos e depressivos. Também foram encontrados estudos qualitativos em contextos religiosos, que exploraram aspectos subjetivos e espirituais da experiência com a substância.

RESULTADOS

De modo geral, os resultados apontaram efeitos positivos da ayahuasca na diminuição dos sintomas de ansiedade e depressão, além de melhorias na percepção de bem-estar e qualidade de vida. Contudo, os autores ressaltam a necessidade de amostras maiores, padronização metodológica e critérios éticos rigorosos para consolidar as evidências sobre seu uso terapêutico (Domínguez-Clave et al., 2016; Palhano-Fontes et al., 2019).

DISCUSSÃO

A revisão integrativa mostra que o consumo ritualizado da ayahuasca apresenta potencial terapêutico no tratamento da ansiedade e depressão, com efeitos observados poucas horas após o uso e duração de até duas semanas (Palhano-Fontes et al., 2019), diferindo dos antidepressivos convencionais (Serra; Riba, 2018).

O uso ritualizado da bebida está associado à redução de sintomas emocionais, melhora do humor e aumento do autoconhecimento, variando conforme o contexto e o acompanhamento (Palhano-Fontes et al., 2019).

Os efeitos positivos resultam da combinação entre componentes químicos e fatores socioculturais, como o suporte emocional e a integração social (Carvalho et al., 2011; Labate; Fene, 2012). Esses elementos ampliam o bem-estar e potencializam os efeitos terapêuticos (Santos et al., 2021; Uthaug et al., 2018).

Estudos apontam alterações neurobiológicas relacionadas à modulação da conectividade cerebral e melhora do humor (Domínguez-Clave et al., 2016). Observam-se reduções de sintomas ansiosos e depressivos e aumento do bem-estar geral (Silva et al., 2024).

Os efeitos adversos mais comuns são náuseas, vômitos e taquicardia, sendo geralmente leves. O uso requer avaliação prévia e supervisão profissional, especialmente em pessoas com doenças cardíacas ou uso de antidepressivos ISRS (Riba et al., 2003; Costa; Figueiredo; Cazenave, 2005).

No Brasil, o uso religioso é regulamentado pela Resolução CONAD nº 1/2010, que permite a prática ritualística, mas veda o uso comercial e recreativo (Brasil, 2010). A enfermagem deve orientar com base em evidências e garantir um cuidado seguro e humanizado.

CONSIDERAÇÕES FINAIS

A revisão integrativa evidenciou que o chá de ayahuasca apresenta potencial terapêutico no controle de sintomas de ansiedade e depressão, promovendo bem-estar e introspecção em diversos contextos clínicos (Palhano-Fontes et al., 2019).

Os resultados indicam melhora emocional e redução dos sintomas quando o uso ocorre de forma supervisionada, com efeitos que podem se manter por dias ou semanas após a ingestão (Schenberg et al., 2015). Apesar dos benefícios, há reações fisiológicas leves, exigindo uso seguro e acompanhamento profissional. A enfermagem tem papel essencial em orientar e acolher pacientes que recorrem a práticas integrativas, contribuindo para um cuidado mais humano e ampliado.

REFERÊNCIAS

- PALHANO-FONTES, F. et al. Rapid antidepressant effects of the psychedelic ayahuasca in treatment-resistant depression: a randomized placebo-controlled trial. *Psychological Medicine*, v. 49, n. 4, p. 655-663, 2019
- SILVA, M. S. et al. O uso terapêutico da ayahuasca no transtorno de ansiedade generalizada: uma revisão sistemática da literatura. *Observatório de la Economía Latinoamericana*, v. 22, n. 7, e5671, 2024. Disponível em: <https://doi.org/10.55905/oelv22n7-078> . Acesso em: 14 mar. 2025
- TUPPER, K. W. et al. Ayahuasca, psychedelic studies and health: Results from an international survey. *Frontiers in Pharmacology*, v. 13, p. 1-12, 2022. Disponível em : <https://doi.org/10.3389/fphar.2022.835274> . Acesso em: 19 maio 2025.