



## CAPÍTULO 38

DOI: <https://doi.org/10.58871/ed.academic210823.v1.38>

### **SAINDO DO ESTIGMA: PSICODÉLICOS COMO ALTERNATIVA VIÁVEL NA PROMOÇÃO DA SAÚDE MENTAL**

### **BREAKING THE STIGMA: PSYCHEDELICS AS A VIABLE ALTERNATIVE IN THE PROMOTION OF MENTAL HEALTH**

**GABRIEL ALEXANDRE MOURA**

Graduando em Psicologia no Centro Universitário da Vitória de Santo Antão - UNIVISA

**ANA CECILIA DE CARVALHO CUNHA**

Graduanda em Psicologia no Centro Universitário da Vitória de Santo Antão - UNIVISA

**BEATRIZ BARROS CORDEIRO**

Graduanda em Psicologia no Centro Universitário da Vitória de Santo Antão - UNIVISA

**MARIANA CAROLINE DE SANTANA SOUTO**

Graduanda em Psicologia no Centro Universitário da Vitória de Santo Antão - UNIVISA

**MARIA EDUARDA FERREIRA DA SILVA**

Graduanda em Psicologia no Centro Universitário da Vitória de Santo Antão - UNIVISA

**RITA DE CÁSSIA DOS SANTOS SILVA**

Graduanda em Psicologia no Centro Universitário da Vitória de Santo Antão - UNIVISA

**RYAN RODRIGO DA SILVA OLIVEIRA**

Graduando em Psicologia no Centro Universitário da Vitória de Santo Antão - UNIVISA

**DAVID FILIPE DE SANTANA**

Doutor em Neuropsiquiatria e Ciências do Comportamento pela UFPE

## **RESUMO**

**Objetivo:** O uso de psicodélicos em psicoterapia tem sido objeto de interesse crescente na última década. Portanto, o objetivo desta revisão sistemática é examinar a literatura científica mais recente sobre os benefícios do uso de psicodélicos na promoção da saúde mental. **Metodologia:** Os descritores para essa pesquisa foram selecionados pela Descritores em ciência da saúde (DeCS/MeSH), da Biblioteca Virtual da Saúde (BVS). Assim, foram escolhidos os descritores em inglês: "Psychedelics", "Lysergic Acid Diethylamide", "Mental health", "Benefits", "Treatment", "Psychotherapy", "Neurobiology", "Neural Plasticity". **Resultados e Discussão:** Embora ainda exista a política mundial de demonização às drogas há uma onda crescente de estudos que vêm utilizando substâncias psicoativas para o tratamento de algumas condições. Os psicodélicos são substâncias que afetam profundamente o funcionamento do



cérebro, produzindo alterações em vários sistemas neuroquímicos e neurais. Estudos têm mostrado que essas substâncias podem ser eficazes no tratamento de transtornos mentais como o Transtorno de Estresse Pós-Traumático, Depressão e Ansiedade em pacientes com doenças terminais, por exemplo. **Considerações Finais:** À medida que pesquisas constatarem experiências promissoras ligadas à mediação de resultados positivos em saúde mental, associados à microdosagem psicodélica, as abordagens terapêuticas assistidas por psicodélicos têm ganhado cada vez mais espaço. Os benefícios da terapia assistida por psicodélicos incluem a promoção de mudanças positivas e duradouras no comportamento e na personalidade dos pacientes, além de melhorias significativas na qualidade de vida.

**Palavras-chave:** Psicodélicos; Saúde Mental; Psicoterapia; Transtornos mentais.

## ABSTRACT

**Objective:** The use of psychedelics in psychotherapy has been the subject of increasing interest in the last decade. Therefore, the objective of this systematic review is to examine the most recent scientific literature on the benefits of using psychedelics in promoting mental health. **Methodology:** The descriptors for this research were selected using the Health Science Descriptors (DeCS/MeSH) from the Biblioteca Virtual da Saúde (BVS). Thus, the following English descriptors were chosen: "Hallucinogens", "Lysergic Acid Diethylamide", "Mental health", "Benefits", "Psychopathology", "Treatment", "Psychotherapy", "Neurobiology" and "Neuralplasticity." **Results and Discussion:** Although there is still a global policy of demonizing drugs, there is a growing wave of studies that have been using psychoactive substances for the treatment of certain conditions. Psychedelics are substances that profoundly affect brain function, producing alterations in various neurochemical and neural systems. Studies have shown that these substances can be effective in treating mental disorders such as Post-Traumatic Stress Disorder, Depression, and Anxiety in patients with terminal illnesses, for example. **Conclusion:** As studies report promising experiences related to the mediation of positive outcomes in mental health associated with psychedelic microdosing, psychedelic-assisted therapeutic approaches have gained increasing recognition. The benefits of psychedelic-assisted therapy include promoting positive and lasting changes in patients' behavior and personality, as well as significant improvements in their quality of life.

**Keywords:** Psychedelics; Mental Health; Psychotherapy; Mental disorders.

## 1 INTRODUÇÃO

O álcool é uma das substâncias psicoativas mais consumidas no mundo, e tem grande impacto social. Embora muitas pessoas consigam beber de maneira responsável e moderada, o uso excessivo de álcool pode levar a uma série de consequências negativas, tanto para o indivíduo, quanto de modo geral. Assim como o álcool, o cigarro também é uma das principais causas de doenças e mortes evitáveis em todo o mundo. A nicotina gera um impacto significativo que se estende por várias áreas, incluindo a saúde pública, a economia e o meio ambiente. Outras drogas como a cocaína, a heroína, o crack, a metanfetamina e seus derivados,

são altamente viciantes e levam à dependência química, gerando graves consequências à vida do indivíduo e de seus familiares (CAMPOS & VARGAS, 2019).

Porém, se tratando do uso de psicodélicos no Brasil, tem-se pouco aparato teórico a respeito do assunto. A história do país é marcada pela proibição e repressão, seguindo a tendência mundial da chamada "guerra às drogas", incluindo não só as mais letais, mas também as passíveis de benefícios. A lei 6.368, de 1976, foi considerada uma das mais duras do mundo, com penas rigorosas para o tráfico e o uso de drogas ilícitas. Essa política de repressão não foi eficaz em reduzir o consumo das drogas, mas teve um alto custo social, como o aumento da violência e da criminalidade (CAMPOS & VARGAS, 2019).

Embora ainda exista a política mundial de demonização às drogas, com maior enfoque nas ilícitas, vestígios da pré história mostram o uso de plantas com propriedades psicodélicas em cerimônias de cura ou outros rituais. Tanto a profundidade da meditação, quanto os níveis mais elevados de atenção plena, têm sido associados a uma ampla gama de marcadores de bem-estar à saúde mental (SMIGIELSKI et al, 2019; KERBER et al, 2022).

Essas substâncias, mesmo tendo sido usadas há milênios em cerimônias religiosas e rituais, foram proibidas em muitos países durante o século XX. Substâncias como a dietilamida do ácido lisérgico (LSD), a dimetiltriptamina (dmt, ou comumente conhecida como ayahuasca), a psilocibina (cogumelos) e a mescalina (peioté) são alguns exemplos (CAMPOS & VARGAS, 2019).

A iniciação no universo dos psicodélicos ocorreu em Basel, Suíça, durante a Segunda Guerra Mundial. Albert Hofmann foi o líder da pesquisa e se tornou pioneiro na síntese do LSD, alcançando grande notoriedade no campo da química. A primeira experiência com a substância, no entanto, foi acidental, em 1943, quando Hofmann absorveu uma pequena quantidade do composto através da pele, durante um experimento. Posteriormente, Hofmann se submeteu a uma experiência controlada, em 19 de abril do mesmo ano, tornando-se o primeiro ser humano a experimentar os efeitos do LSD de forma consciente (CAMPOS & VARGAS, 2019).

Hofmann implementou um programa de pesquisa que oferecia LSD gratuitamente a qualquer pesquisador que desejasse testá-lo. Na década de 1960, alguns desses LSDs chegaram à Instalação de Saúde Mental dos Estados Unidos, onde o Governo Federal financiou um estudo destinado a investigar se a substância poderia contribuir para o tratamento de distúrbios mentais (CAMPOS & VARGAS, 2019).

O LSD foi testado em alcoólatras e em indivíduos acometidos por fobias específicas, em ambos os casos sendo verificadas melhorias significativas. Hofmann também esteve envolvido na síntese e batismo da psilocibina. A partir desse período, os Estados Unidos

incluíram os psicodélicos e a maconha na categoria de drogas ilegais mais perigosas, considerando-os como possuindo alto potencial para o vício e sem aceitação para uso medicinal (CAMPOS & VARGAS, 2019).

Após 50 anos que os psicodélicos foram ilícitos nos EUA, a Federal Drug Administration (FDA) aprovou recentemente estudos para a exploração de seus efeitos, que têm investigado os possíveis benefícios do uso de psicodélicos no tratamento de transtornos de saúde mental, como ansiedade, depressão, Transtorno Obsessivo-Compulsivo (TOC) e transtornos relacionados ao uso de substâncias, como citado anteriormente. O objetivo desta revisão sistemática é examinar a literatura científica mais recente sobre os benefícios do uso de psicodélicos na promoção da saúde mental (MITCHELL, 2022).

## 2 METODOLOGIA

Os descritores para essa pesquisa foram selecionados pela Descritores em ciência da saúde (DeCS/MeSH), da Biblioteca Virtual da Saúde (BVS). Assim, foram escolhidos os descritores em inglês, devido ao maior número de resultados, os descritores utilizados foram: "Hallucinogens", "mental health", "benefits", "treatment", "psychotherapy", "Lysergic Acid Diethylamide", "neurobiology", "Neural Plasticity". Esses descritores foram escolhidos com base no objetivo da revisão e foram utilizados em combinações diferentes para buscar artigos relevantes.

Foi realizada uma busca nas bases de dados Pubmed, Web of Science, Scielo e Google Scholar. As buscas foram realizadas usando os descritores combinados com operadores booleanos (AND, OR, NOT) para refinar a pesquisa. A data de publicação foi limitada aos últimos 10 anos para garantir a relevância e a atualidade dos artigos encontrados.

Os títulos e resumos dos artigos encontrados foram revisados para determinar sua relevância para a revisão. Os artigos selecionados foram lidos na íntegra para extrair informações relevantes sobre o uso de psicodélicos na promoção da saúde mental.

Os resultados dos artigos selecionados foram analisados e sintetizados para identificar os principais benefícios do uso de psicodélicos na promoção da saúde mental e as principais evidências de sua eficácia. Foi feita uma comparação e discussão dos resultados dos estudos incluídos na revisão.

As limitações da revisão foram discutidas, incluindo a possibilidade de viés de seleção devido à escolha dos descritores e bases de dados utilizados na busca, bem como a falta de ensaios clínicos randomizados para alguns dos tratamentos com psicodélicos.

### 3 RESULTADOS E DISCUSSÃO

Após a seleção dos artigos relevantes, foram identificados diversos benefícios do uso de psicodélicos na promoção da saúde mental, além de evidências de sua eficácia em determinadas condições de saúde mental.

Os psicodélicos são substâncias que afetam profundamente o funcionamento do cérebro, produzindo alterações em vários sistemas neuroquímicos e neurais. Os principais efeitos incluem mudanças na atividade dos sistemas de neurotransmissores como a serotonina, dopamina e noradrenalina, bem como a ativação de redes cerebrais envolvidas na percepção, emoção e cognição. (NICHOLS, 2016)

Esses compostos são agonistas parciais dos receptores serotoninérgicos 5-HT<sub>2A</sub>, o que significa que eles se ligam e ativam esses receptores, levando a um aumento na liberação de serotonina no cérebro. A ativação dos receptores 5-HT<sub>2A</sub> também pode levar à ativação de outras vias neuronais, o que pode explicar muitos dos efeitos psicodélicos, como alucinações, mudanças de percepção e pensamento, euforia e alterações do humor. (CARHART-HARRIS & NUTT, 2017)

Outro efeito importante dos psicodélicos é a ativação de redes neurais chamadas de modo padrão ou rede padrão do cérebro. Essas redes estão envolvidas no processamento de informações internas, como pensamentos, emoções e memórias autobiográficas, e estão associadas a estados de consciência alterados, como a meditação e o sono REM. (CARHART-HARRIS & NUTT, 2017)

Os efeitos da LSD, DMT e psilocibina no cérebro estão associados a várias estruturas e sistemas neurais. A LSD atua principalmente no sistema serotoninérgico, ligando-se aos receptores de serotonina 5-HT<sub>2A</sub> no córtex pré-frontal e em outras áreas corticais, o que leva a alterações no processamento da informação sensorial, percepção, cognição e emoção. Além disso, a LSD também pode afetar outras vias, como a dopaminérgica e a glutamatérgica. (PRELLER et al, 2017)

Já o DMT, um dos principais componentes da ayahuasca, é um agonista dos receptores de serotonina 5-HT<sub>2A</sub>, assim como a LSD, e atua principalmente no córtex pré-frontal e na amígdala, o que pode levar a efeitos alucinógenos e alterações no processamento emocional. A psilocibina, presente em cogumelos mágicos, é convertida em psilocina no cérebro, que também é um agonista dos receptores de serotonina 5-HT<sub>2A</sub>. A psilocibina age principalmente no córtex pré-frontal, no córtex cingulado anterior e na amígdala, além de outras áreas corticais, e pode levar a efeitos alucinógenos, alterações no humor e percepção do tempo. (PRELLER et al, 2017)

Além dessas estruturas, os efeitos dessas drogas psicodélicas também envolvem o sistema límbico, incluindo o hipocampo, a ínsula e o núcleo accumbens, que são importantes para processamento de emoções e recompensa. Essas estruturas podem estar envolvidas nos efeitos terapêuticos dos psicodélicos em condições como depressão e ansiedade. (PRELLER et al, 2017)

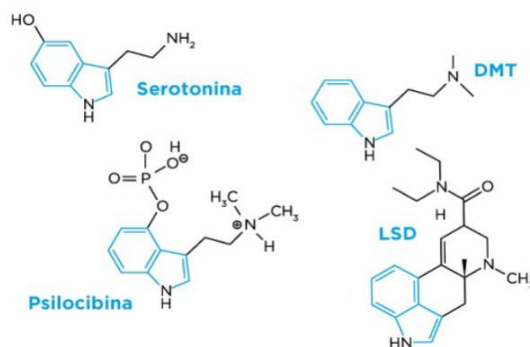


Figura 1: As fórmulas moleculares, respectivamente, da serotonina, da dmt, da psilocibina e do lsd. Fonte: <https://elgatoylajaja.com/psicodelicos>

A serotonina, também conhecida como o "hormônio da felicidade", desempenha uma função reguladora muito importante, como já citado anteriormente, e é frequentemente utilizada em medicamentos de última geração para tratar diversos transtornos. Alguns exemplos são a Sertralina, a Fluoxetina e o Escitalopram.

No entanto, os pacientes que necessitam desse tipo de medicação enfrentam um período adaptativo de pelo menos um mês, durante o qual podem sentir efeitos adversos até que o corpo comece a se acostumar, tendo que lidar com bulas quilométricas. Isso contrasta com substâncias como o LSD, a DMT e a psilocibina, que têm uma estrutura molecular idêntica à da serotonina, como é mostrado na imagem acima, e exigem poucas administrações para o tratamento ser efetivo (NICHOLS, 2016).

Alguns dos efeitos mais comuns de medicações como as citadas anteriormente são: náusea e vômito, diarreia ou constipação, boca seca, dor de cabeça, tontura ou vertigem, insônia ou sonolência, agitação ou ansiedade, diminuição da libido ou dificuldade em atingir o orgasmo, aumento ou perda de peso, suor excessivo, tremores ou movimentos involuntários e problemas visuais ou auditivos (NUNES & BASTOS, 2016).

No que se refere aos psicodélicos, é possível constatar que uma única dose se mostra suficiente para que o tratamento produza resultados eficazes. Tais substâncias não são tóxicas nem fisicamente viciantes. É importante destacar, porém, que não é possível assegurar o risco

zero, visto que os psicodélicos de rua podem ser adulterados com metanfetamina e outras substâncias similares. Mesmo se tratando de drogas puras, as mesmas são dotadas de um elevado poder de ação, sendo possível que os usuários, ao se encontrarem em estado alterado de consciência, apresentem desorientação e causem prejuízos a si mesmos e aos outros (NICHOLS, 2016).

Há evidências informais que indicam que indivíduos com tendência a doenças mentais podem ser levados ao limiar da sua capacidade mental com o uso dessas substâncias, principalmente aqueles com histórico de esquizofrenia na família ou com quadros psicopatológicos duradouros. Fora essas situações específicas, o uso de psicodélicos não implica danos cerebrais, anomalias cromossômicas ou congênitas (JOHANSEN & KREBS, 2015).

De acordo com Johansen & Krebs (2015), o risco parece ser muito baixo. A pesquisa citada foi realizada com cerca de 20.000 usuários de psicodélicos e indica que o risco associado a essas substâncias não apresenta associações significativas com transtornos mentais e o suicídio. Além disso, o uso de psicodélicos parece estar relacionado à redução da necessidade de tratamento em saúde mental. Apesar de tantas descobertas, a legislação em relação aos psicodélicos permanece inalterada em grande parte do mundo, com 184 países parceiros da ONU proibindo seu uso, exceto em casos específicos, como o uso ritualístico da ayahuasca.

Ao contrário de outras drogas como heroína, cocaína e metanfetamina, os psicodélicos não removem a percepção de si, mas sim, conduzem a um estado de introspecção, frequentemente associado a questões espirituais e práticas de meditação. De fato, muitos usuários relatam que a experiência com os psicodélicos foi uma das mais significativas espiritualmente em suas vidas, descrevendo conexões com toda a vida, o amor e a singularidade da existência (NICHOLS, 2016).

Os psicodélicos trabalham na rede de modo padrão, que abriga o “eu” e sobreposições do “eu”, como citado anteriormente. A grande maioria das doenças mentais são um tipo de reação defensiva à incerteza, para dar a si mesmo uma sensação de segurança no mundo. Mesmo que isso signifique desenvolver alguma patologia, porque, pelo menos agora, se tem um pouco mais de controle. Ao observar o cérebro com o uso das substâncias, observa-se a rede padrão desfazendo-se, e, ao destruí-la, destrói-se o “eu”, e é aí que entra a oportunidade de ver as coisas de formas diferentes, dissolvendo velhas crenças e preconceitos. As substâncias derrubam os mecanismos de defesa, permitindo que o indivíduo “deixe ir” e viva de forma mais leve (NICHOLS, 2016).

É importante lembrar que o uso de psicodélicos é totalmente influenciado pelo estado mental do usuário, bem como pelo ambiente e pessoas com quem estão consumindo, e que a experiência pode variar de acordo com os objetivos e intenções do indivíduo. Em alguns casos, o uso pode resultar nas famosas "bad trips", ou "viagens ruins", que são um efeito adverso, geralmente de natureza psicológica, experimentado por algumas pessoas que utilizam das substâncias psicodélicas (DANTAS, 2014).

No documentário "Maior Viagem: Uma Aventura Psicodélica", da Netflix, várias celebridades, como Ben Stiller, relatam experiências com o uso de psicodélicos, mesmo que não intencionalmente, para uso recreativo. Entre elas está o LSD. Os relatos são sobre o estado ampliado e a conexão estabelecida com o mundo à sua volta de forma quase mística, além de recomendações sobre não dirigir sob o efeito de alucinógenos ou até mesmo não olhar sua imagem no espelho, pois se tornam muito distorcidas.

No entanto, apesar dessa classe de drogas gerar um bem-estar físico e psicológico, de modo terapêutico, os efeitos colaterais podem ser demasiados perigosos no que diz respeito ao uso exagerado. Esse exagero pode gerar uma bad trip, que são sentimentos desagradáveis, caracterizando-se como um efeito estranho e prejudicial (DANTAS, 2014). Um estudo feito por pesquisadores no Reino Unido demonstra e analisa o quão perigosas certas drogas são, tanto para o usuário quanto para os demais, no gráfico abaixo:

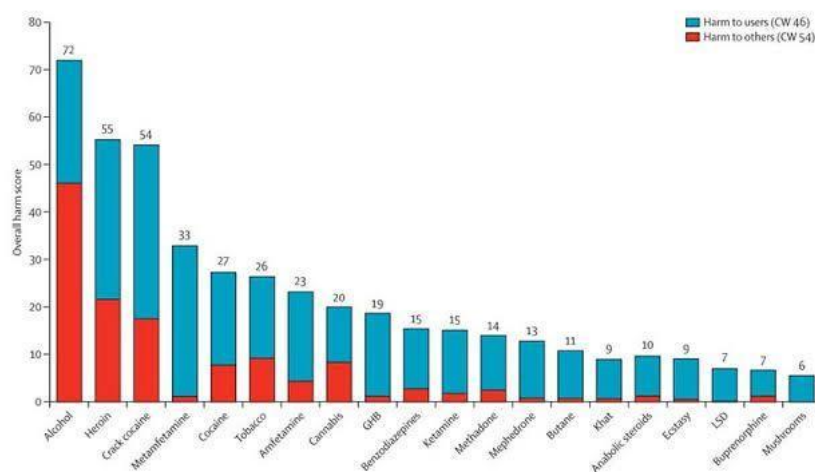


Figura 2: Pontuações gerais de danos causados pelas drogas, do usuário ao campo interpessoal. Fonte: Nutt, et. al, 2010.

Feita uma análise do gráfico, é possível afirmar que algumas das drogas apresentadas, fazem mais mal aos usuários do que outras, além de apresentar que drogas lícitas, como o álcool, podem ser mais prejudiciais do que algumas substâncias ilícitas, como o LSD (NUTT, et. al, 2010)

No documentário citado acima, com o psiquiatra Charles Grob, é possível ver que a





eficácia das drogas psicoativas mostram resultados satisfatórios em relação ao tratamento de alguns transtornos psiquiátricos, como ansiedade reativa e depressão, trazendo alívio dos sintomas e até a remissão destes.

Adentrando um pouco mais nos aspectos positivos, diversos estudos científicos vêm sendo publicados evidenciando os impactos das substâncias psicodélicas na promoção da saúde mental, de forma otimista. O interesse pelo uso dessas substâncias inicia-se a partir de estudos comparativos de possíveis vantagens e práticas de curas, vindas dos ancestrais.(CAMPOS & VARGAS, 2019).

Uma das vantagens vistas pelo uso dessas substâncias é a facilitação de uma abordagem psicoterapêutica na Psicoterapia Assistida por Psicodélicos (PAP), fazendo com que exista uma maior conexão entre o paciente e o psicoterapeuta. Durante a PAP, o paciente pode ter acesso a traumas, que podem ser gatilhos para sintomas psicossomáticos, ansiedade, depressão e outros transtornos. Tudo isso de uma forma não julgadora, com o objetivo de minimizar sintomas e pensamentos disfuncionais nesses pacientes. (CARHART-HARRIS et al., 2018).

Uma gama de transtornos podem ser tratados sob a administração de doses dos psicodélicos. Bons resultados indicam uma grande eficácia no tratamento do TEPT, principalmente com o MDMA, também conhecido como ecstasy ou Molly. Determinados estudos com pessoas saudáveis, que nunca tiveram quaisquer experiências com psicodélicos, relatam que os indivíduos demonstraram ter uma das vivências mais profundas que já tiveram e com apenas uma sessão de 8 horas, onde o efeito durou em torno de 14 meses, evidenciando o resultado prolongado que a substância produz. (SMIGIELSKI et al, 2019; KERBER et al, 2022).

A dosagem dos psicodélicos usados na psicoterapia assistida é muito importante, pois uma dose excessivamente alta pode levar a efeitos colaterais adversos, como causar a síndrome serotoninérgica, que é causada pelo aumento da atividade de serotonina no sistema nervoso. Em contraponto, uma dose muito baixa de psicodélicos pode não ser suficiente para atingir o efeito terapêutico desejado. (CARHART-HARRIS et al., 2018)

Um exemplo de dosagem usada na psicoterapia assistida com psilocibina, um dos psicodélicos mais estudados, é de cerca de 20 a 30 miligramas de psilocibina por 70 quilogramas de peso corporal, conforme recomendado pelo estudo clínico realizado em 2020 pela Johns Hopkins Medicine. Já para a MDMA, outro composto psicodélico usado em psicoterapia assistida, a dosagem recomendada é de cerca de 75 a 125 miligramas, conforme estudo clínico realizado em 2019 pela MAPS (Multidisciplinary Association for Psychedelic Studies).



Sob essa ótica, a ignorância sobre o uso recreativo dos psicodélicos nas psicoterapias é um fator que impulsiona esse preconceito, fazendo-se necessária a disseminação de informações sobre a prática psicoterápica. Diante do exposto, segundo o psiquiatra Stanislav Grof, "os psicodélicos têm o potencial de curar a mente e o corpo e podem ser uma importante ferramenta para a transformação pessoal e espiritual" (GROF, 2010). Sendo assim, é preciso conhecer mais da prática com psicodélicos.

Segundo o psiquiatra Stanislav Grof, "os psicodélicos podem ajudar os pacientes a transcender seus medos e a se conectar com sua verdadeira natureza" (GROF, 2010). Além disso, a terapia assistida por psicodélicos pode ajudar os pacientes a lidar com traumas emocionais e a encontrar um sentido maior em suas vidas. Segundo o psicólogo Bill Richards, "os psicodélicos podem ajudar os pacientes a se conectar com seu eu mais profundo e com o universo como um todo, permitindo que eles encontrem um sentido maior em suas vidas" (RICHARDS, 2015).

A terapia assistida por psicodélicos é realizada em um ambiente seguro e supervisionado por profissionais qualificados, trata-se de uma terapia similar a psicoterapia normal, na qual o paciente fala sobre seus anseios ao terapeuta e ele lhe ajuda a lidar com essas emoções e dificuldades. Contudo, algumas seções são separadas para o uso da substância. Durante a sessão, o paciente recebe uma dose cuidadosamente controlada e é encorajado a explorar seus pensamentos e emoções enquanto experimenta mudanças perceptuais e de consciência. Os terapeutas utilizam uma abordagem centrada no paciente, oferecendo suporte e orientação durante toda a sessão. (CARHART-HARRIS et al., 2018)

Os benefícios da terapia assistida por psicodélicos incluem a promoção de mudanças positivas e duradouras no comportamento e na personalidade dos pacientes, com melhorias significativas na qualidade de vida. Segundo um estudo publicado na revista científica *The Lancet Psychiatry*, a terapia assistida por psilocibina foi associada a "reduções significativas na depressão, ansiedade e na capacidade de bem-estar emocional" (CARHART-HARRIS et al., 2018). Por outro lado, os malefícios incluem a possibilidade de efeitos colaterais, como ansiedade, paranóia e psicose, além do risco de dependência. É importante que os pacientes sejam cuidadosamente selecionados e monitorados durante todo o processo terapêutico.

Em resumo, a terapia assistida por psicodélicos pode levar a diversos efeitos positivos no tratamento de transtornos mentais, incluindo, maior abertura emocional e mudanças positivas na percepção dos pacientes sobre si mesmos e sobre o mundo ao seu redor, além de ajudar os pacientes a lidar com traumas emocionais e a encontrar um sentido maior em suas vidas. No entanto, é importante destacar que o uso dessas substâncias deve ser supervisionado

por profissionais qualificados e em doses necessariamente e cuidadosamente controladas.  
(CARHART-HARRIS et al., 2018)

#### 4 CONCLUSÃO

A revisão encontrou evidências de que o uso de psicodélicos tem benefícios terapêuticos significativos na promoção da saúde mental, diminuindo sintomas e condições adoeedoras como: ansiedade, depressão, TOC, TEPT e transtornos relacionados ao uso de substâncias.

À medida que estudos constatarem experiências promissoras ligadas à mediação de resultados positivos em saúde mental, associados à microdosagem psicodélica, as abordagens terapêuticas assistidas por psicodélicos têm ganhado cada vez mais espaço. Pois, com o avanço das pesquisas, há também, a saída do estigma em relação aos psicodélicos.

A crescente visão sobre tratamentos com psicodélicos tem levado a uma mudança na política em relação a essas substâncias em alguns países, como nos Estados Unidos e no Canadá, onde a psilocibina foi aprovada para uso terapêutico em algumas condições. No Brasil, ainda não há essa regulamentação, mas há pesquisas em andamento para avaliar o potencial terapêutico dos psicodélicos.

Em resumo, a terapia assistida por psicodélicos pode ser uma abordagem terapêutica promissora para o tratamento de transtornos mentais, mas deve ser utilizada com cautela e sempre sob a supervisão de profissionais qualificados. Dessa forma, é de suma importância que existam novos estudos acerca da eficácia das substâncias psicodélicas na promoção de saúde mental para indivíduos adoecidos, gerando também uma quebra de diversos tabus acerca do uso de drogas, que se apresenta como um dos principais contratempos para o avanço das pesquisas e, portanto, na promoção da saúde mental.

#### REFERÊNCIAS

- CARHART-HARRIS, R. L.; BOLSTRIDGE, M.; DAY, C. M. J.; RUCKER, J.; ERRITZOE, D. E.; KAELEN, M.; GARIBALDI, B.; BLOOMFIELD, M.; PILLING, S. RICKARD, J. A.; FORBES, B.; FEILDING, A.; TAYLOR, D.; CURRAN, V. H.; NUTT, D. J. **Psilocybin with psychological support for treatment-resistant depression: an open-label feasibility study.** *The Lancet Psychiatry*, 5(5), 356-363. 2018.
- CARHART-HARRIS, R. L.; NUTT, D. J. **Serotonin and brain function: a tale of two receptors.** *Journal of Psychopharmacology*, 31(9), 1091-1120. 2017.
- COMO mudar a sua mente.** Direção de Alex Gibney e Michael Pollan. 2022. Netflix. (53 min.)



- DANTAS, S.; CABRAL, B.; MORAES, M. **Sentidos produzidos a partir de experiências de bad trip: drogas, prevenção e redução de danos.** Rio de Janeiro, 2014.
- GROF, S. **LSD Psychotherapy.** Multidisciplinary Association for Psychedelic Studies. 2010.
- JOHANSEN, P. Ø.; KREBS, T. S. **Psychedelics not linked to mental health problems or suicidal behavior: A population study.** *Journal of Psychopharmacology*, 29(3), 270-279. 2015.
- KERBER, G. B. **Notas sobre o uso de psicodélicos no tratamento em saúde mental. Tópicos especiais em ciências da saúde: teoria, métodos e práticas 3.** p. 18-23. Paraná. 2022.
- LANDAU, M. D.; **Por que cientistas querem tratar doenças com drogas psicodélicas?** National Geographic, 2022.
- MAIOR viagem: Uma aventura psicodélica.** Direção de Nick Offerman e Adam Scott. Netflix, 2020. (86 min.)
- MITCHELL, J. M. **A Psychedelic May Soon Go to the FDA for Approval to Treat Trauma.** *Scientific American*. 2022.
- NICHOLS, D. E. **Psychedelics.** *Pharmacological Reviews*, 68(2), 264-355. 2016.
- NUNES, B. S.; BASTOS, F. M. **Efeitos colaterais atribuídos ao uso indevido e prolongado de benzodiazepínicos.** *Revista Acadêmica do Instituto de Ciências da Saúde*. 2016.
- NUTT, D. J.; KING, L. A.; PHILLIPS L. D. **Drug harms in the UK: a multicriteria decision analysis.** *Lancet* 376: 1558-1565. Reino Unido. 2010.
- PETRI, G.; EXPERT, P.; TURKHEIMER, F.; CARHART-HARRIS, R. L.; NUTT, D. J.; HELLYER, P. J.; VACCARINO, F. **Homological scaffolds of brain functional networks.** *Journal of the Royal Society Interface*, 11(101), 20140873. 2014.
- PRELLER, K. H.; HERDENER, M.; POKORNY, T.; PLANZER, A.; KRAEHENMANN, R.; STAMPFLI, P.; LIECHTI, M. E.; SEIFRITZ, E.; VOLLENWEIDER, F. X. **The fabric of meaning and subjective effects in LSD-induced states depend on serotonin 2A receptor activation.** *Current Biology*, 27(3), 451-457. 2017.
- RICHARDS, W. **Psicoterapia psicodélica assistida: Insights da pesquisa clínica em cogumelos Psilocibina do mundo.** P. 149-155. Imprensa do Museu Botânico. 2015.
- VARGAS, A. F. M.; CAMPOS, M. M. **A Trajetória das Políticas de Saúde Mental e de Álcool e Outras Drogas no Século XX.** *Ciência & Saúde Coletiva*. Capítulo 24. 1041 - 1050. 2019.
- ZAMBOM, A. F.; ALMEIDA, L. C. E.; SANTOS, L.; KUHN, S.; CERETTA, A. P. C. **Dietilamida do Ácido Lisérgico: Farmacologia.** Evento: XXVI Jornada de Pesquisa. 2021.