

# Diretrizes para prevenir danos e navegar por trauma sexual em contextos de medicinas vegetais terapêuticas ou medicinas psicodélicas.

## Colaboradores/as:

**Lara Charlotte:** Estudante de *Curanderismo* Amazônico desde 2014 e facilitadora em tempo integral em um centro de retiros de Ayahuasca e Plantas Professoras nos arredores de Tarapoto, Peru, entre 2015 e 2019.

**Skye Indira:** Estudante de *Curanderismo* Amazônico desde 2011 e facilitadora em tempo integral de um conhecido centro de retiros de Ayahuasca nos arredores de Iquitos, Peru, de 2012 a 2016.

**Atira Tan:** Professora Sênior de Yoga e Meditação, Terapeuta de Arte Expressiva (MA), Terapeuta de Trauma Praticante de *Somatic Experiencing* Especialista em Recuperação de Abuso Sexual, Coach de Liderança Feminina. Terapeuta da Saúde da Mulher, Autora, Oradora, Ativista.

**Rob Coffey:** Rob Coffey (Rob O Cobhtaigh) é um psicoterapeuta (pré-credenciado pela IACP) cofundador um centro de retiros de psilocibina nos Países Baixos.

## Tradução:

**Marina Alves:** Estudante de medicinas tradicionais amazônicas desde 2015. Pesquisadora de línguas, cantos e literaturas de povos da Amazônia Brasileira. Redatora, tradutora e revisora de textos.

## Entre em contato conosco

[www.saferceremony.com](http://www.saferceremony.com)

[contact@saferceremony.com](mailto:contact@saferceremony.com)

## Conteúdo

**Seção 1:** Introdução e por que precisamos discutir isso?

**Seção 2:** O que é abuso/trauma sexual e compreendendo o consentimento.

**Seção 3:** Reconhecendo o trauma sexual.

**Seção 4:** Etapas para reduzir danos e dar suporte aos sobreviventes.

**Seção 5:** Mantendo-se seguro/a. Dicas para participantes e facilitadores.

**Seção 6:** Recursos

## **Seção 1: Introdução**

Este documento foi criado para facilitadores e participantes a fim de dar suporte a uma conduta segura e respeitosa nos espaços de medicina vegetal e medicina psicodélica. Estas informações visam a prevenir incidentes que possam levar à ocorrência de novos casos de abuso e trauma sexual ou à retraumatização de sobreviventes de abuso sexual.

Esta iniciativa é uma resposta às nossas próprias experiências de limites sexuais sendo violados nesses espaços, ou de indivíduos não sendo adequadamente apoiados, e sofrendo traumas adicionais.

Reconhecemos que este documento é apenas uma breve introdução a um assunto muito complexo e sensível. Foi escrito em grande parte a partir de uma perspectiva de experiência pessoal, no entanto, todos os colaboradores passaram um tempo significativo pesquisando e/ou estudando literatura acadêmica sobre esse assunto e possuem, de maneira conjunta, conhecimentos práticos a partir do trabalho nas áreas de medecinas vegetais terapêuticas, medicina psicodélica, saúde mental e terapia de trauma.

Para incentivar a leitura, tentamos condensar o conteúdo em pontos-chave que esperamos que sejam acessíveis a um público amplo.

Nós encorajamos fortemente qualquer pessoa que participe dessas práticas de medicina a continuar se educando sobre essas questões e a permanecer aberto para aprender com as diversas experiências de outras pessoas.

Nosso profundo respeito e gratidão por todos aqueles que, no passado, presente e futuro, trabalham a serviço da cura; e pelas plantas, espíritos, tradições e culturas que facilitam nossa capacidade de aprender, curar e crescer juntos.

Obrigada/o.

## **Por que precisamos discutir Trauma Sexual em contextos de Medicina Psicodélica?**

Existem pesquisas e evidências anedóticas suficientes para sugerir que medicamentos enteogênicos/psicotrópicos, como Ayahuasca, Peyote, Psilocibina, MDMA e assim por diante, podem tratar de maneira muito eficaz todos os tipos de trauma, incluindo trauma sexual.

Paradoxalmente, com frequência, os espaços nos quais essas medecinas são acessadas podem ser de alto risco para que os indivíduos passem por novos traumas sexuais ou sejam retraumatizados.

Quando as fronteiras sexuais são infringidas nos espaços terapêuticos ou quando pessoas com histórico de trauma não recebem um bom suporte, observamos um risco muito real de que ocorram danos psicológicos, emocionais, energéticos e físicos duradouros, tanto para participantes quanto para a equipe. Isso pode acontecer mesmo que os limites sexuais violados sejam inconscientes ou não intencionais. Um exemplo seria alguém emanando energia sexual sem ter consciência de que está fazendo isso.

Desde a época do Juramento de Hipócrates, passando por muitas tradições diferentes, é amplamente estipulado que curadores e pacientes não devem se envolver em atividades sexuais (físicas, verbais ou outras), pois isso pode comprometer gravemente a cura dos pacientes e impactar a competência dos curadores. Acreditamos que esse limite crucial se aplica aos contextos de terapias de medicina vegetal e medicina psicodélica. Da mesma forma, sentimos que esse limite também deve ser respeitado nos relacionamentos entre professor/a e aluno/a.

Em nossa experiência, o abuso e trauma sexual é um problema de saúde prioritário e extremamente comum entre pessoas que buscam cura com terapias com plantas ou medicina psicodélica. Um relatório de 2018 do governo australiano afirma que “a partir dos 15 anos de idade, 1 em cada 5 mulheres e 1 em cada 20 homens relatam ter sofrido violência sexual”. O mesmo relatório também afirmou que “mulheres e homens que sofreram ou testemunharam abuso na infância correm um risco maior de sofrer abuso quando adultos” (*Australian Institute of Health and Welfare 2018. Family, domestic and sexual violence in Australia 2018. Cat. No. FDV 2. Canberra: AIHW*).

Temos observado como o trauma sexual pode afetar negativamente a saúde dos indivíduos em relação a uma ampla variedade de questões, como depressão, ansiedade, danos causados a outras pessoas, transtorno do estresse pós-traumático, saúde menstrual, autoimunidade, saúde digestiva, dores crônicas e mais.

Também observamos casos em que os indivíduos sofreram trauma sexual em contextos terapêuticos e tiveram medo de buscar mais apoio de qualquer tipo, e até desencorajaram outros a procurar apoio. Essas barreiras criaram desafios adicionais para a cura desses indivíduos, sendo que alguns ainda prejudicaram outros. Dessa maneira, observamos que os ciclos de abuso sexual em famílias e comunidades às vezes podem estar diretamente ligados à má conduta sexual em contexto terapêutico e à má gestão do trauma.

Também queremos apontar que muitas tradições indígenas nas quais as medicações vegetais terapêuticas ou medicações psicodélicas são usadas regulamentam estritamente a conduta sexual para manter a segurança energética e espiritual de todos. Acreditamos que este é um exemplo claro a se seguir, independentemente do quanto esses princípios estão sendo cumpridos nos ambientes de cura contemporâneos.

À medida que um “renascimento psicodélico” continua tomando conta de um mundo em que trauma e abuso sexual continuam sendo muito comuns, podemos ver que as medicações vegetais terapêuticas e medicações psicodélicas estão se tornando cada vez mais populares e acessíveis, algo que cria tanto oportunidades quanto riscos. Sentimos que é responsabilidade de todos os que trabalham nesses espaços continuar aprendendo e explorando a melhor forma de atender às

necessidades específicas de seus pacientes e comunidades e, ao mesmo tempo, respeitar e nutrir a si mesmos.

## **Por que esses espaços de medicina são de tão alto risco para a ocorrência de trauma sexual?**

Esses são alguns dos principais fatores de risco que observamos.

- 1) Temos observado que as práticas de medicinas vegetais e medicinas psicodélicas terapêuticas geralmente ocorrem em ambientes informais ou não regulamentados, seja em cerimônias tecnicamente ilegais ou em contextos de medicina popular em seus locais de origem, como a Amazônia Peruana. Isso significa que estruturas, códigos de conduta e educação para prevenir danos ou dar suporte a indivíduos com histórico de trauma sexual geralmente não estão presentes da mesma maneira que em ambientes mais regulamentados, como hospitais, clínicas de psicoterapia, sessões de terapia corporal etc.
- 2) Frequentemente, essas práticas de medicina envolvem curadores e participantes de diversas origens culturais e sociais. Essa situação tem benefícios, mas também desafios. Alguns dos desafios que observamos podem incluir diferenças de valores e de visão de mundo, discriminação, falhas de comunicação verbal e não verbal e uma falta geral de clareza sobre limites, expectativas e necessidades terapêuticas dos participantes.
- 3) Podem ocorrer estados de excitação sexual e emocional quando as pessoas usam essas medicinas. Vimos como isso pode levar à “produção de sentidos” (*meaning-making*) sobre outras pessoas do grupo. Os participantes podem começar a sentir atrações e conexões profundas ou projetar “enredos” sexuais, emocionais ou psicológicos sobre outros participantes ou curadores e vice-versa. Isso cria uma oportunidade para os limites sexuais serem testados e, potencialmente, atos danosos podem ocorrer.
- 4) Os participantes com quem trabalhamos exibem uma ampla gama de comportamentos, reações e respostas em seus processos de cura, sendo que alguns destes podem ser complexos de navegar e dar apoio adequado. Exemplos desse tipo de comportamento seriam a reprodução de um complexo de abandono, questões de apego, projeção de feridas paternas ou maternas (projeção positiva ou negativa) ou a reprodução de uma dinâmica de salvador/salvo na cerimônia.

Ao se envolver em um antigo padrão de comportamento com o/a participante, o/a facilitador/a corre o risco de retraumatizá-lo/a, aprofundar o padrão e causar danos. Esse pode ser o caso mesmo que o/a participante se envolva conscientemente no processo, por exemplo, dando consentimento para ser resgatado/a.

Aprendemos que é importante entender algumas das maneiras pelas quais os traumas preexistentes podem surgir para as pessoas que estão trabalhando com essas medicinas.

Também observamos que indivíduos com histórico de trauma sexual, em particular, podem estar mais expostos à retraumatização, e é importante que nós, como facilitadores, estejamos cientes de como melhor apoiar esses indivíduos e ajudar a mantê-los seguros. Isso é melhor discutido na seção 3.

- 5) A intensa natureza psicoativa e purgativa de muitas dessas medicinas pode afetar o sistema nervoso, o sistema físico e outras faculdades do/a participante. É um espaço incrivelmente vulnerável em todos os níveis. Por esse motivo, é crucial que seja realizada uma triagem adequada dos pacientes antes de se iniciar um processo terapêutico, a fim de evitar contraindicações médicas e ajudar os facilitadores a se prepararem para dar um melhor suporte ao indivíduo. No entanto, em nossa experiência, isso nem sempre é feito com um qualidade, e pode levar a complicações ou crises dentro e ao redor do processo de cura.
- 6) Infelizmente, também observamos uma cultura de funcionários e curadores causando ou testemunhando danos sexuais, e depois justificando, ignorando ou evitando a discussão sobre esses danos. Isso foi observado em diversos contextos culturais e sociais relacionados a essas medicinas. Culpabilização da vítima, negação e evasão não apenas marginaliza a pessoa que foi prejudicada, mas também impede oportunidades de justiça restaurativa, onde educação, entendimento e cura podem ocorrer por parte da pessoa que praticou o dano.

## **Seção 2: O que é trauma sexual ou agressão sexual e como podemos entender a importância do consentimento sexual?**

O trauma sexual é o dano duradouro causado pela experiência de abuso e agressão sexual. Como tentamos explicar neste documento, um histórico de trauma sexual pode ser um dos principais fatores que contribuem para a ocorrência de abuso sexual repetidas vezes e, em alguns casos, de um ciclo de danos causados a outras pessoas.

Podemos definir agressão sexual ou abuso sexual como qualquer comportamento sexual indesejado, físico, verbal ou outro. Ou como interações sexuais em que uma das partes não pôde dar o consentimento completo e informado.

O consentimento completo e informado, neste contexto, é um acordo entre as pessoas para que se envolvam em uma atividade sexual.

A capacidade de alguém de dar consentimento completo e informado pode ser afetada ou reduzida pelos seguintes fatores:

- 1) Inebriação por meio de substâncias que alteram a consciência, como álcool, medicamentos, psicodélicos ou medicinas vegetais.

- 2) Indivíduos passando por doença, crise de cura e respostas a trauma; e deficiências, baixa escolarização, diferenças culturais/linguísticas e pessoas LGBTQ podem ser mais vulneráveis a danos devido a discriminação, dificuldades de comunicação ou manipulação. Alguém no processo de curar uma ferida profunda em torno de abandono ou apego, por exemplo, pode se comportar de maneiras pelas quais depois pode se arrepender. É importante reconhecer que, se um/a participante está em um processo de cura profundo, qualquer atividade sexual pode afetá-lo/a profundamente e ser possivelmente prejudicial, mesmo que o consentimento tenha sido dado no momento.
- 3) Os jovens, por exemplo, os menores de 16 anos, embora aptos a dar consentimento, também podem estar mais expostos a danos devido à falta de entendimento ou discernimento.
- 4) Desequilíbrios de poder no relacionamento. Isso se aplica particularmente às relações entre médicos e pacientes, professores e alunos, empregadores e funcionários etc. Deve-se lembrar sempre que funcionários e curadores estão em uma posição de poder em relação aos pacientes devido ao seu conhecimento, status, experiência e acesso a recursos e, portanto, precisam ser proativos para obter o consentimento completo e informado dos pacientes a cada passo do caminho.

Os participantes podem ter sentimentos de amor ou atração por facilitadores no processo de cura. Os facilitadores precisam estar cientes do poder da projeção e não tirar proveito dos participantes em estados vulneráveis, mesmo quando o consentimento for aparentemente presente. A projeção positiva pode rapidamente se transformar em seu oposto, a projeção negativa. Por esse motivo, os facilitadores precisam estar cientes das projeções dos participantes e, na medida do possível, evitar agir de uma maneira que possa ser vista como tirar vantagem das projeções dos participantes vulneráveis.

- 5) Estados de “congelamento”, travamentos decorrentes de um histórico de trauma, que podem deixar uma pessoa incapaz de expressar consentimento ou impor limites no momento.

### **Seção 3: Diretrizes para reconhecer abuso ou trauma sexual**

É importante estar ciente de que as pessoas nem sempre comunicam um histórico de trauma ou abuso sexual ao entrar em um processo terapêutico. Isso pode ser devido a várias razões, incluindo vergonha, repressão da memória e medo de quem não acreditem nelas.

Observamos que muitas pessoas sofreram culpabilização da vítima, descrédito e outras respostas traumáticas quando tentaram denunciar abuso sexual, e podemos assumir que essas situações ou o medo de que elas ocorram pode impedir que se discuta traumas sexuais passados ou presentes.

Em alguns casos, as pessoas podem já ter feito muito trabalho terapêutico em seus traumas sexuais e podem achar que não é uma prioridade trabalhá-los nas suas jornadas atuais. Ou elas podem

simplesmente optar por não revelar seu trauma sexual por qualquer outro motivo. Essa é uma escolha que precisa ser respeitada.

Dito isso, incentivamos a qualquer pessoa que trabalhe com medicações vegetais ou medicações psicodélicas terapêuticas que crie uma oportunidade em privado com os/as pacientes para discutir saúde, uso de medicamentos e histórico pessoal, incluindo traumas passados, antes de iniciar um processo terapêutico com eles/as. Acreditamos que os facilitadores devem sempre estar atentos a sinais de que alguém passou por trauma ou está tendo uma resposta ao trauma, independentemente do que ele/a escolheu comunicar.

Além disso, mesmo que um indivíduo não tenha nenhuma experiência pessoal direta de trauma sexual, observamos que esses tipos de medicações podem penetrar profundamente nos domínios da cura energética subconsciente, ancestral (epigenética) e coletiva, onde podem emergir camadas de trauma que não foram claramente identificadas pelo paciente de antemão. Por exemplo, um paciente pode começar a sentir traumas sexuais ancestrais ou coletivos e precisar de apoio adicional em resposta a isso ou, de repente, lembrar-se de algo de que nunca teve consciência até então.

#### **Alguns comportamentos e respostas a serem observados:**

Observamos que alguns indivíduos experimentam TEPT (transtorno de estresse pós-traumático) em conexão com trauma sexual passado. Medicações vegetais terapêuticas e medicações psicodélicas podem ser muito intensas e, às vezes, também as vimos desencadear ou aumentar momentaneamente os sintomas de TEPT durante todo o processo de cura. Alguns sinais de TEPT podem incluir:

*Por favor, observe que esses sintomas podem ser uma parte válida e natural da resposta das pessoas ao trauma, e não devem ser rotulados como doenças, ou como experiências ruins ou erradas.*

- Flashbacks, memórias intrusivas, pesadelos.
- Evitar qualquer coisa que lembre as experiências traumáticas.
- Sentir-se desapegado/a da vida e perda do interesse nas atividades diárias.
- Hiperexcitação, estar constantemente em alerta máximo, sendo incapaz de dormir, facilmente assustado/a.
- Depressão, paranoia, culpa, desconfiança das pessoas, sentimentos de remorso e vergonha.
- Desassociação, sensação de que se está assistindo a vida através de uma tela de cinema ou se sentindo “fora do corpo”, como se a consciência e o corpo estivessem separados.
- Dor e tensão persistentes ou falta de energia e letargia no corpo físico.
- Aversão ao toque ou à fala.
- Estar em uma resposta de luta, fuga ou “congelamento”, observável através de ações, conversas ou linguagem corporal.

Também observamos que indivíduos com histórico de trauma sexual podem (consciente ou inconscientemente) associar sua autoestima a serem sexualmente desejáveis. Vimos isso representado por indivíduos que buscam, compulsivamente, validação através do contato sexual

com outras pessoas. Isso pode se manifestar na busca por encontros sexuais numerosos, indiscriminados ou arriscados, ou na busca por conexão sexual com pessoas em posições de poder/status, como curadores, chefes, professores etc.

Também vimos como o trauma sexual pode danificar e interferir no desenvolvimento de limites interpessoais saudáveis. Observamos que indivíduos que vivenciaram a violação de seus limites sexuais no passado podem enfrentar desafios contínuos em manter ou sentir-se claros a respeito de seus próprios limites sexuais.

Essas pessoas também podem correr o risco de serem os alvos (consciente ou inconscientemente) daqueles que buscam causar danos ou tirar proveito de pessoas com limites enfraquecidos e baixa autoestima.

Alguns exemplos de limites sexuais comprometidos que observamos:

- Dizer sim quando, na verdade, você quer dizer não.
- Ir contra suas crenças para agradar aos outros.
- Aceitar investidas sexuais, conversas ou toques que você não deseja de verdade.
- Não se sentir capaz de se manifestar quando você é tratado/a de uma maneira que parece prejudicial.
- Apaixonar-se instantaneamente por pessoas que você mal conhece e/ou conheceu online.
- Sentir-se culpado/a ao dizer “não” às investidas sexuais.
- Sentir consistentemente a necessidade de ser desejado/a ou validado/a como sexualmente atraente.
- Sentir-se abatido/a ou sem propósito quando não está envolvido/a com um parceiro sexual ou recebendo atenção sexual de alguém.
- Sentir-se constantemente sob o risco de “predadores” ou temer que você acabe de alguma forma em uma situação sexual indesejada.
- Não perceber, em um primeiro momento, que você teve uma experiência sexual que você não queria de verdade, especialmente caso tenha sido com uma pessoa de quem você gosta, que respeita ou em quem confia.
- Ter fortes compulsões para se conectar sexualmente com alguém, mesmo quando uma parte de você não quer ou sabe que é inapropriado/inseguro.



Também é importante notar que, dentro de ambientes de medicinas vegetais terapêuticas ou medicinas psicodélicas, existem alguns alertas vermelhos específicos, aos quais sugerimos que você esteja atento/a, em relação a situações em que abuso ou violação de limites sexuais podem ocorrer ou estar ocorrendo:

- Um/a curandeiro/a ou facilitador/a falando sobre ser capaz de curar problemas sexuais ou conceder poderes especiais a certas pessoas por meio de atividade sexual.
- Um/a curandeiro/a ou facilitador/a que oferece massagens/tratamentos especiais, especialmente em torno das áreas genitais, ou que tenta organizar tratamentos especiais em particular com os participantes fora do restante das atividades do grupo.
- Um/a curandeiro/a ou facilitador/a flertando com participantes, constantemente comentando a aparência deles ou discutindo sua vida íntima com um participante.
- Um/a participante de repente expressando fortes sentimentos românticos em relação a um/a curandeiro/a ou facilitador e/ou desejando consumir esses desejos.
- Um/a curandeiro/a ou facilitador/a mencionando sonhos/visões eróticas com um/a participante ou dizendo que ele tem intuições especiais sobre a natureza íntima dessa pessoa e vice-versa.
- Um/a participante repentinamente se tornando retraído/a, reservado/a ou ansioso/a.
- Um/a participante repentinamente se tornando excessivamente exuberante, confiante e errático/a ou sensual/sexual em seu comportamento.
- Outros participantes ou funcionários preocupando-se com limites sexuais sendo infringidos.
- Um/a curandeiro/a ou facilitador/a repentinamente passando mais tempo sozinho com um/a participante específico/a.

#### **Seção 4: Etapas para reduzir danos e apoiar as pessoas que sofreram trauma sexual.**

##### **1) Triagem adequada antes do tratamento.**

Sugerimos que a equipe e os facilitadores criem um espaço seguro e privado para que os participantes discutam seu histórico de saúde pessoal antes de iniciar qualquer processo de cura. Isso deve ser feito com um tradutor competente nos casos em que o curandeiro principal fala outro idioma.

Além de fazer perguntas sobre saúde física e medicamentos, sentimos que é correto fazer a pergunta: "Você já teve alguma experiência sexual indesejada ou sofreu algum trauma sexual?". No entanto, não pressione as pessoas a falar sobre algo que não desejam discutir, nem tente contradizê-las ou "cavar" para obter detalhes.

## **2) Identifique e comunique limites sexuais a todos para criar um ambiente seguro.**

Acreditamos que é uma boa prática conversar com todos os participantes e curadores antes de iniciar o tratamento para esclarecer os limites sexuais e pessoais do processo. Também é útil discutir o que os detalhes dos tratamentos envolverão para obter um consentimento claro dos participantes antes de iniciar qualquer tratamento.

Nossa opinião é que qualquer pessoa que facilite ou ensine medicina vegetal ou psicodélica nunca deve sugerir, iniciar ou ter qualquer interação sexual com participantes antes, durante ou após o tratamento, mesmo que o/a paciente demonstre interesse em fazê-lo. Dito isso, reconhecemos que há momentos em que os indivíduos se conectam genuinamente com consentimento recíproco e informado e, nesses casos, há códigos de conduta que outras organizações terapêuticas criaram, com cronogramas sugerindo um "período de reflexão" após o tratamento. Consideramos que 6 a 12 meses é uma janela de tempo segura para aguardar antes de agir sobre tais sentimentos, caso todos esses outros elementos tenham sido avaliados e o/a facilitador/a tenha verificado a situação com um colega, mentor ou ancião antes de qualquer ação.

Quando surgem sentimentos sexuais ou atrações românticas entre pessoas da equipe e participantes, sugerimos que o membro da equipe procure apoio externo de um colega de confiança ou membro sênior e, se necessário, tenha uma discussão mediada com o/a participante e outro colega de confiança para ajudar a esclarecer os limites do relacionamento e faça um plano para avançar com segurança.

Uma maneira útil de expressar esse limite para um/a paciente, colega ou aluno/a com interesse sexual em você pode ser dizendo:

*"Sou um/a profissional/trabalhador/curador que está aqui para ajudá-lo/a em seu processo de cura. Seria inapropriado para mim manter um relacionamento pessoal ou sexual com qualquer paciente ou aluno/a aqui".*

Se o problema não puder ser resolvido, é nossa opinião que o curandeiro deve parar de trabalhar com esse/a participante e encaminhá-lo/a para outro curandeiro de confiança. Isso inclui casos em que um membro da equipe está se sentindo fortemente atraído por um participante ou aluno e não pode resolver os sentimentos por conta própria ou através do apoio de um colega ou mentor.

Além das relações curandeiro/a e paciente; e professor/a e aluno/a, sugerimos também que, no caso de programas em grupo, os participantes também evitem se conectar sexualmente entre si até depois da conclusão do tratamento.

### **3) Direcionamentos.**

Caso você veja ou ouça falar de alguma relação sexual ou vínculo romântico em desenvolvimento entre participantes, funcionários, curandeiros ou estudantes, recomendamos que você aja imediatamente.

Chame essas pessoas em particular para expor suas preocupações e explique por que não é apropriado ou benéfico se envolver em comportamentos sexuais dentro desse contexto.

Deixe claro que o tratamento não poderá continuar se os limites sexuais forem ultrapassados e tenha uma política de tolerância zero para os funcionários em relação ao contato sexual com pacientes ou estudantes.

Essa política pode significar que, se os limites sexuais forem ultrapassados, o membro da equipe será instantaneamente dispensado de sua função ou temporariamente dispensado, enquanto se trabalha com ele a justiça restaurativa e opções educacionais.

Embora acreditemos que a segurança dos participantes deva ser sempre uma prioridade, também incentivamos todos os facilitadores, administradores e curandeiros a discutir por que esses limites existem com sua equipe e, assim, se um limite for ultrapassado, ajudar essa pessoa a entender seu próprio comportamento, a fim de reduzir as chances de causar mais danos no futuro.

### **3) Fique atento a sinais de trauma que se expressam no processo de cura.**

A seção 2 deste documento descreve algumas das coisas a serem observadas. Por favor, consulte-a.

### **4) Você pode oferecer apoio a pessoas que sofreram trauma sexual de algumas das seguintes maneiras:**

- Procure ouvir todas as pessoas com quem trabalha (pacientes e colegas) demonstrando não julgamento, consideração positiva, compaixão, empatia e curiosidade (Carl Rogers, conceitos centrais da terapia centrada na pessoa).
- Lembre-se de suas limitações, seu papel e suas qualificações e torne-os transparentes. Você está lá para dar suporte às pessoas em suas experiências com medicina vegetal ou psicodélica; você não é o médico de saúde mental delas.
- Acredite nas vítimas, mesmo que a história delas pareça inconsistente ou vaga para você, não as pressione ou questione sobre os detalhes de sua experiência, simplesmente ouça abertamente o que elas desejam expressar.
- Enquanto uma pessoa estiver se expressando, tente se abster de dar conselhos, de tentar confortá-la ou de interrompê-la, pois isso pode fazer com que se sinta sem poder ou que

pareça que você não é capaz de ouvi-la. Em vez de lhe dizer o que fazer, faça perguntas sobre como ela está se sentindo, o que pode ajudá-la ou o que ela gostaria que acontecesse agora. Isso pode levá-la a um senso de empoderamento e autoconsciência durante todo o processo em que o/a participante é capaz de apresentar suas próprias estratégias para se sentir seguro e curar-se.

Depois de ouvir uma experiência de abuso ou trauma, algumas respostas simples podem ser:

“Agradeço por compartilhar”

“Sinto muito que isso tenha acontecido com você”

“Você não tem culpa pelo que aconteceu”

“Eu respeito sua vontade de compartilhar isso comigo”

- Faça um “plano de segurança” com o/a cliente no início do processo, incluindo uma lista de seus apoios informais (por exemplo, amigos íntimos ou familiares) e outras atividades que o/a ajude a se adaptar ou que façam com que se sinta seguro/a (por exemplo, ouvir música, dar um passeio, tomar chá de ervas, tomar um banho quente etc.). É bom ter uma lista das preferências dos pacientes, e isso pode ser organizado antes de iniciar o processo terapêutico.
- Não invada os limites energéticos/emocionais dos clientes sem consentimento. Caso alguém não queira falar sobre algo, receber tratamento ou se envolver em um processo, nunca se deve forçá-lo a fazê-lo.

## **5) Busque consentimento e esclareça novamente os limites.**

É muito importante buscar o consentimento claro do/a paciente para todos os tratamentos, processos e terapias em que a pessoa estará envolvida. Explique passo a passo o que será envolvido ou exigido do/a participante e pergunte diretamente se ele/a concorda em participar de cada etapa desse tratamento.

Por exemplo, em alguns ambientes tradicionais de medicina vegetal, os curandeiros podem preparar banhos medicinais, tratamentos corporais ou benzimentos que exijam contato físico. Explique o processo antecipadamente aos pacientes e, então, no momento do tratamento, pergunte novamente se eles consentem em participar; e se ofereça para ficar com a pessoa enquanto ela recebe o tratamento.

**NÃO TOQUE NO PACIENTE SEM CONSENTIMENTO:** Entendemos que, em alguns casos, será necessário ajudar fisicamente indivíduos que possam estar sob a influência de fortes medicinas vegetais ou psicodélicas e que não estejam completamente coerentes. Sugerimos que você nunca se envolva em contato sexual, mesmo quando o/a participante entra em contato com suas necessidades ou frustrações sexuais e/ou solicita isso. Sabemos que não é incomum que as emoções dos participantes mudem após uma experiência psicodélica e que se sintam violados em retrospecto.

Sugerimos que você discuta isso antes de administrar qualquer medicina a esses indivíduos e obtenha o consentimento para a faixa específica de contato físico que possa ser necessária. Por exemplo, você pode dizer: *“Podemos precisar ajudá-lo fisicamente a levantar-se e ir ao banheiro, ou talvez seja necessário ajudá-lo fisicamente a se sentar para receber tratamento, o que provavelmente envolveria a colocação de nossos braços em volta da sua cintura ou sob seus ombros, tudo bem para você?”*

Sugerimos também que, no momento em que você precise ajudar fisicamente alguém, usando o nome da pessoa, pergunte *“está tudo bem se eu ajudar você agora?”*.

Se eles não puderem ou não chegarem a responder verbalmente, e é crucial para o bem-estar deles que você os ajude fisicamente, ainda é importante comunicá-los à medida que procede e dizer: *“OK, agora vamos ajudá-lo a se sentar”* ou qualquer que seja a ação realizada.

Se esse cenário ocorrer, sugerimos que você entre em contato com essa pessoa posteriormente para garantir que ela esteja bem com tudo o que aconteceu ou se há alguma preocupação ou perturbação com a experiência.

## **6) Ajude as pessoas a permanecerem conectadas ao corpo e à respiração.**

Se você presenciar alguém em pânico ou sendo altamente afetado antes, durante ou depois de um processo de cura, você pode tentar ajudar essa pessoa a se sentir mais segura, auxiliando-a a se conectar ao próprio corpo, à respiração e ao ambiente ao redor. Em nossa experiência, isso ajuda a regular o sistema nervoso e pode ajudá-la a se sentir calma. No entanto, em alguns casos, isso pode fazer as pessoas se sentirem piores, por isso, sempre verifique com a pessoa para ver o que é bom para elas.

Você pode sugerir algumas das seguintes técnicas:

- Respirar lenta e profundamente, com o tempo de expiração equivalente ao de inspiração ou um pouco mais lento que este.
- Colocar as próprias mãos no peito ou na barriga para sentir a respiração subindo e descendo (somente se isso aumentar a segurança do cliente. Alguns terapeutas informados sobre trauma não recomendam isso, pois mesmo as próprias mãos no corpo podem causar desconforto ou desassociação).
- Olhar ao redor, nomeando objetos e observando sons ou cheiros.
- Nomear entes queridos, pessoas ou lugares que os fazem se sentir seguros ou visualizar estar nesses lugares, com essas pessoas.
- Deitar em um espaço silencioso, escuro e calmo e descansar.

- Tomar um copo de água ou uma xícara de chá em um local tranquilo, onde a pessoa possa se expressar.
- Pedir à pessoa para se concentrar nos próprios pés e no contato deles com o chão.

## **7) Facilitadores, estejam atentos a si mesmos.**

Isso é MUITO importante.

Fique de olho em si mesmo.

Você tem problemas que estão sendo espelhados ou acionados pelo seu paciente ou colega? Em caso afirmativo, qual é o seu protocolo profissional e de autocuidado para resolver esses problemas que surgem para você?

Peça ajuda a um colega caso não se sinta bem, dê um passo atrás e não sinta que precisa fazer tudo sozinho. Todos nós temos nossos limites, e fronteiras saudáveis nesses espaços são algo que começa conosco. Reconheça que seus conhecimentos e sua capacidade para o trabalho são limitados, e tome cuidado para não exceder suas próprias limitações.

É importante que todos os profissionais de medicina vegetal ou psicodélica tenham uma equipe de colegas aos quais possam recorrer para obter apoio. Também é importante que os profissionais tenham pessoas a quem possam recorrer para obter aconselhamento, apoio e supervisão especializada sempre que possível.

Por exemplo, em uma organização comunitária de saúde mental, isso significa ter profissionais seniores dos quais você recebe regularmente supervisão individual confidencial.

Outras possibilidades são a supervisão de grupo e prática reflexiva discutindo casos de maneira confidencial e não identificada; desenvolvimento profissional, como capacitação com provedores regulamentados e supervisão com mentores externos ao local de trabalho.

Sugerimos que os facilitadores de medicações vegetais terapêuticas promovam ativamente conexões proveitosas com outros profissionais de saúde e mentores experientes, a fim de ajudar a apoiar e refletir sobre seu trabalho. Sugerimos também que você receba treinamento adicional em sensibilidade ao trauma e primeiros socorros básicos quando possível.

Seja honesto e descreva com precisão suas qualificações e experiência, e os cuidados e serviços que você pode oferecer. Trate os outros de maneira justa, aberta e direta, honre os compromissos profissionais e ajude a esclarecer qualquer confusão sobre seu papel ou suas responsabilidades.

Abstenha-se de dar aconselhamento médico se você não estiver certificado para fazê-lo. Não use o relacionamento profissional para explorar participantes e lide adequadamente com conflitos de interesses pessoais. Tome medidas contra comportamentos prejudiciais ou antiéticos dos colegas de maneira saudável, que incentive o crescimento e a aprendizagem; orientando-se principalmente pela proteção daqueles que possam sofrer com o comportamento prejudicial.

## **Seção 6: Conselhos para manter a segurança em espaços cerimoniais e terapêuticos de medecinas vegetais**

- Se você estiver buscando cura, procure encontrar um ambiente consciente e comprometido ativamente com a prevenção de danos e que leve em consideração os efeitos do trauma sexual.
- Se você tem um histórico de abuso ou trauma sexual, recomendamos que você considere isso antes de escolher onde procurar tratamento, e mencioná-lo a um membro da equipe para que ele possa lhe dar pleno suporte em seu processo de cura.
- É importante, sempre que possível, ter acesso a um suporte em saúde mental para ajudá-lo a se preparar para o seu trabalho com medecinas vegetais ou medecinas psicodélicas terapêuticas e para ajudar a integrar suas experiências posteriormente. Idealmente, isso acontecerá com um profissional que possa lhe dar suporte de maneira contínua no local onde você mora.
- Faça suas verificações de antecedentes. O/a curandeiro/a com quem você está trabalhando ou o centro que deseja visitar tem uma boa reputação? Você conhece alguém que já esteve lá ou que já trabalhou lá? É possível você falar em um idioma que você entende totalmente para alguém que estará lá quando você estiver recebendo tratamento? Se você for mulher, há funcionárias do sexo feminino presentes? Se você se identificar como LGBTQ, se sentirá apoiado/a quanto a isso?
- Peça que todos os processos sejam explicados com antecedência e dê a si mesmo a possibilidade de considerar se você se sente confortável com eles. Alguns tratamentos tradicionais podem exigir que você seja banhado/a ou lavado/a com plantas medicinais, benzido/a com fumaça/perfume ou tocado/a de alguma forma. Geralmente, isso pode ser feito de maiô ou roupa íntima, ou administrado por você mesmo/a se você não estiver confortável em ser tocado/a.
- Não tenha medo de pedir a outra pessoa de confiança que fique com você durante os tratamentos e que haja tradução adequada de todas as conversas.
- Se lhe oferecerem massagem ou terapias corporais, pergunte qual parte do seu corpo será tocada. Em nossa opinião, é improvável que um/a curandeiro/a precise tocar uma parte íntima do seu corpo, como órgãos genitais ou seios, para fins de cura. Se algo parecer desconfortável, peça para a pessoa parar.
- Enemas e lavagens às vezes entram em processos de cura, mas devem ser administrados de maneira muito clara e limitada. Se um/a curandeiro/a sugerir que isso é necessário, sugerimos que você peça que alguém explique o motivo, solicite a presença de outro

membro da equipe de confiança durante a administração e não faça nada com que se sinta desconfortável ou que não entenda o propósito.

- Seja o mais claro possível com a equipe e os/as curandeiros/as sobre o que é bom e o que não é bom para você em relação ao toque físico. Se você precisar de espaço físico em suas cerimônias, informe o/a facilitador/a antes da cerimônia sobre isso e se você não quiser ser tocado/a em nenhuma parte do seu corpo, expresse isso. Se é TALVEZ, então é não. Não forneça consentimento para o toque, a menos que seja um sim 100% completo e você esteja se sentindo muito seguro/a.
- Esteja ciente de manipulação ou violação de fronteiras sexuais. Se alguém em um papel de curador ou de professor começa a flertar, conversando com você sobre sua vida sexual ou romântica pessoal, fazendo comentários repetidos sobre sua aparência ou sobre ter uma conexão especial com você, dizendo que você tem energia especial ou que ele/a tem sonhos ou visões de natureza sexual sobre você, que ele/a sente que vocês são “almas gêmeas” ou que pode ajudar você a se curar ou fornecer poderes extras por meio de uma conexão íntima, esteja ciente de que isso não é apropriado e pode ser um sinal de perigo.
- Em alguns contextos, também é possível que os/as curandeiros/as influenciem os desejos do paciente para seduzi-los. Por favor, esteja ciente de qualquer atração ou energia sexual entre você e um/a curador/a ou professor/a como sendo não apenas antiético, mas também energeticamente perigoso e proibido na maioria das linhagens e religiões tradicionais. A relação sexual durante ou após as cerimônias tradicionais de medicina vegetal é uma transgressão energética e é considerada espiritualmente perigosa em muitos contextos.
- Se você começar a sentir fortes sentimentos sexuais em relação a um/a curandeiro/a, professor/a ou integrante da equipe, fale com alguém em quem confie. Reflita sobre as circunstâncias em que os sentimentos estão surgindo e seu próprio trauma ou processos relacionados. Afaste-se e dê-se espaço se você estiver se sentindo sobrecarregado/a e procure o apoio adequado de amigos ou profissionais para ajudar a manter limites saudáveis. Se necessário, retire-se inteiramente e procure apoio em outro lugar.
- Se um/a professor/a ou curandeiro/a faz sexo com um/a paciente ou aluno/a, é sempre um abuso de poder, conforme explicado pelas razões acima, portanto, mesmo que você pense que está consentindo em algo, pode se sentir diferente depois, lembre-se disso.
- Os fortes efeitos das medicações vegetais terapêuticas, das medicações psicodélicas e dos processos de cura podem ser muito enganadores quando estamos no meio de tudo isso, e muitas pessoas aprenderam isso da maneira mais difícil. É bastante normal sentir energia erótica e atrações sexuais/românticas ao trabalhar com essas energias fortes, pois muitas plantas e medicações têm um efeito afrodisíaco. No entanto, todos devemos usar nosso julgamento para manter a segurança e navegar no objetivo do trabalho, que é curar e formar limites seguros e saudáveis para o benefício em longo prazo de todos os envolvidos.



- Esteja ciente das diferenças culturais, comunicação e estereotipagem. Existem influências interculturais complexas em jogo em muitos espaços tradicionais de medicina vegetal. Esteja ciente de que os comportamentos que você consideraria normais em casa podem enviar uma mensagem diferente em outro país. Um exemplo seria que, no interior da América Latina, pode haver um estereótipo de que as mulheres ocidentais são mais sexualmente liberais e promíscuas. Vestir roupas reveladoras, proporcionar muito contato visual direto, abraços ou outro contato corporal pode ser recebido como confirmação dos estereótipos negativos das mulheres ocidentais para as pessoas nas áreas rurais da América Latina. Sugerimos que você se proponha uma maneira mais formal e conservadora de se relacionar/vestir/expressar e use uma linguagem muito clara e calma, com tradução adequada quando necessário.
- Você também pode encontrar noções romantizadas de que um/a curandeiro/a ou professor/a é algum tipo de guru, o que é totalmente incorreto. A maioria dos/as curandeiros/as nas culturas tradicionais são, na melhor das hipóteses, membros respeitados e importantes da comunidade e, outras vezes, na verdade, figuras bastante periféricas e temidas. Lembre-se de que somos todos humanos com nossos próprios problemas, limites e histórias.
- Se a equipe de profissionais está criando em você um sentimento de adoração ou de que eles são os únicos que podem ajudá-lo a se curar, talvez você precise considerar se eles são autênticos e humildes ou se estão agindo a partir de um local de poder, controle, ego etc.
- Se algo acontecer com você, procure ajuda. Você não precisa se sentir envergonhado/a ou temer retaliação. Se puder, fale imediatamente com alguém em quem confie e busque apoio, de preferência de quem for responsável pela cerimônia ou pelo retiro, caso não seja ele/a quem lhe causou algum dano. Tudo bem se você paralisar ou só perceber o que aconteceu mais tarde, no entanto, é altamente recomendável que você procure apoio o mais rápido possível, se puder.
- Pergunte ao/à facilitador/a se ele/a tem alguém em sua equipe de integração, ou um/a terapeuta informado sobre trauma para quem você possa pedir apoio se estiver passando por uma experiência retraumatizante, caso se sinta confuso/a com a cerimônia ou caso se sinta desconfortável ou inseguro a qualquer momento. Se você tiver uma queixa com a pessoa responsável pela cerimônia ou pelo retiro em que está, procure ajuda profissional ou um profissional de integração de medicina vegetal externo àquele espaço.
- Apoie os outros. Se você vê algo que parece inseguro, fale, e também esteja ciente do poder da projeção negativa, considere também se você está projetando em facilitadores. Todos somos responsáveis por apoiar-nos mutuamente e denunciar comportamentos inapropriados ou perigosos. Em nome da cura comunitária em longo prazo, precisamos garantir que nos responsabilizemos mutuamente.

- Se você não estiver se sentindo adequadamente apoiado/a, ou se sentir inseguro/a a qualquer momento, poderá se proteger primeiro se manifestando e, se necessário, deixando o espaço e buscando apoio por meio de recursos como os listados abaixo.

## **Seção 7: Recursos**

### **Terapeutas informados/as sobre trauma e medicina vegetal:**

- **Atira Tan**  
<http://www.atiratan.com/>
- **Rob Coffey e seus colegas**  
<https://inwardbound.nl/>

### **Treinamento de Facilitação com Informações sobre Trauma:**

- **Treinamento de 3 dias com informações sobre trauma com Atira Tan**  
[https://www.ayahealingretreats.com/ayahuasca-facilitation-course/?fbclid=IwAR37TBMioZTwYPIWORVpnZKXykbe1Hd\\_EckMwhM8E2P4debwcQZ5VXNp4-c](https://www.ayahealingretreats.com/ayahuasca-facilitation-course/?fbclid=IwAR37TBMioZTwYPIWORVpnZKXykbe1Hd_EckMwhM8E2P4debwcQZ5VXNp4-c)

### **Leitura/escuta adicional:**

- **Consciência de abuso sexual**  
<https://maps.org/news/bulletin/articles/436-maps-bulletin-spring-2019-vol-29,-no-1/7825-ayahuasca-community-guide-for-the-awareness-of-abuse-spring-2019>
- **Ayahuasca: guia comunitário para conscientização sobre abuso sexual**  
<https://chacruna.net/community/ayahuasca-community-guide-for-the-awareness-of-sexual-abuse/>
- **Abuso sexual nos contextos de uso ritual da ayahuasca**  
<https://chacruna.net/sexual-abuse-contexts-ritual-use-ayahuasca/>
- **Sedução sexual nas interações entre xamãs de Ayahuasca e participantes**  
<https://chacruna.net/sexual-seduction-ayahuasca-shaman-participants-interactions/>
- **Código de Ética em Psicoterapia Assistida com MDMA da MAPS**  
<https://maps.org/news/bulletin/articles/436-maps-bulletin-spring-2019-vol-29,-no-1/7710-maps-mdma-assisted-psychotherapy-code-of-ethics-spring-2019>

- **Podcast sobre abuso sexual em cerimônias de Ayahuasca**  
<https://www.stitcher.com/podcast/occult-sentinel/psychedelics-today/e/64447641>

### Livros sobre trauma e terapia somática:

- **Trauma Essentials: The Go-To Guide** - Babette Rothschild
- **Somatic Psychotherapy Toolbox** - Manuela Mischke-Reeds
- **The Body Keeps the Score: Brain, Mind and Body in the Healing of Trauma** - Bessel van der Kolk
- **In an Unspoken Voice: How the Body Releases Trauma and Restores Goodness** - Peter A. Levine
- **The Pocket Guide to the Polyvagal Theory: The Transformative Power of Feeling Safe** - Stephen W. Porges \*
- **O despertar do tigre: curando o trauma** - Peter A. Levine

### Linhas de Apoio para Abuso Sexual:

- Austrália  
<https://www.1800respect.org.au/>
- EUA  
<https://www.rainn.org/>
- Canadá  
<https://crcvc.ca/links/>
- Reino Unido  
<https://www.mind.org.uk/information-support/guides-to-support-and-services/abuse/sexual-abuse/>
- Nova Zelândia  
<https://www.helpauckland.org.nz/>
- Brasil  
<https://www.mapadoacolhimento.org/>

## Referências:

*Australian Institute of Health and Welfare 2018. Family, domestic and sexual violence in Australia 2018. Cat. no. FDV 2. Canberra: AIHW.*