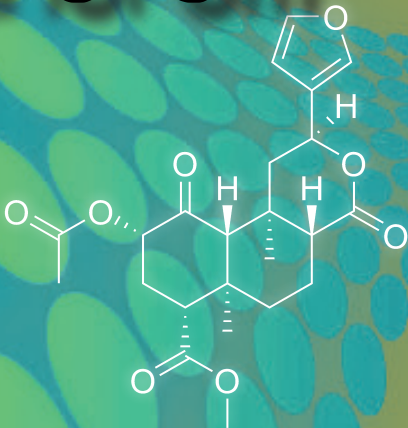


salvia divinorum



Quando si usano sostanze
psicoattive,
anche se naturali, e' molto
importante sapere cosa si
sta facendo.

Ogni individuo reagisce
diversamente: conosci te
stesso, il tuo corpo, le
tue risorse.

Non assumere mai alcuna
sostanza se non stai bene
mentalmente o fisicamente.

COSE'

La Salvia Divinorum è una pianta perenne appartenente alla famiglia delle labiatae, come la menta e la comune salvia da cucina. Originaria del Messico, questa pianta cresce solamente nella regione di Oaxaca, all'interno della Sierra Mazateca dove è conosciuta come Ska Maria Pastora: foglie di Maria la Pastora.

La Salvia Divinorum si caratterizza per i suoi effetti psicoattivi, dati dalla presenza di Salvinorin A, principio attivo con una struttura unica rispetto a quelli degli altri allucinogeni conosciuti e quindi difficilmente paragonabile ad essi. Della pianta vengono utilizzate le foglie essiccate, queste possono essere masticate (metodo del quid), fumate, o sminuzzate e potenziate con quantità variabili di Salvinorin A, dando origine ad estratti distinti dal grado di intensità rispetto alle foglie: 5X, 5 volte più potente delle foglie, 10X ...

La Salvia Divinorum è una pianta che appartiene ad un insieme di sostanze complesse sia per

quanto riguarda la storia, che per l'uso e gli effetti: gli psichedelici. Il termine psichedelico, cioè "che manifesta la psiche", fu coniato dal ricercatore Osmond nel 1956 e divenne di uso comune a metà degli anni '60, anche se queste sostanze vengono comunemente chiamate allucinogeni.

Si distinguono tre categorie di allucinogeni:

- sostanze naturali (esistenti in natura) come funghetti, salvia divinorum;
- semisintetiche (presenti in natura ma modificate in laboratorio) come l'LSD;
- sintetiche (costruite interamente in laboratorio) come ketamina ecc.

La particolarità di queste sostanze non sta tanto nella loro tossicità fisica, quanto nell'imprevedibilità dei loro effetti psicologici: l'esperienza psichedelica

è estremamente delicata da trattare in un materiale informativo e, ancor di più, da affrontare in prima persona. In questo senso, prima di concludere questa introduzione, desideriamo sottolineare l'importanza di quei fattori che stanno alla base dall'andamento di un'esperienza psichedelica: sostanza, set, setting e sitter.

Per sostanza si intende sia la qualità (principio attivo e taglio) sia la quantità (dosaggio). Il set è il nostro mondo interiore e comprende sia la situazione psicologica e lo stato d'animo del momento presente, sia tutte le esperienze e i ricordi (anche rimossi) del nostro passato. L'uso di psichedelici coinvolge e amplifica tutti gli aspetti del nostro universo interiore e risulta perciò evidente che anche una situazione che viviamo come stressante o negativa possa influenzare enormemente un'esperienza con sostanze psichedeliche.

Il setting è l'ambiente in cui questa esperienza avviene, esso ha una forte influenza, perché chi assume allucinogeni diventa molto sensibile agli

stimoli esterni. Il setting comprende sia lo spazio fisico, e quindi il luogo scelto, che le persone con le quali si decide di sperimentare una determinata sostanza. La presenza di una persona che non assuma la sostanza e che possa accompagnare e rassicurare (qualora ce ne fosse il bisogno) chi invece sceglie di farne uso è altresì un importante consiglio di riduzione del danno.

Questa persona (sitter) può rivelarsi di grande aiuto nel caso in cui qualcuno si dovesse trovare in situazioni difficili da gestire o di estrema pericolosità per se stesso o per altri individui.

STORIA

Salvia Divinorum (salvia dei veggenti) deve il suo nome all'impiego che tradizionalmente ne viene fatto dagli indigeni Mazatechi, che masticandone le foglie o attraverso infusi, si servono delle proprietà psichedeliche di questa pianta. Il primo occidentale a sperimentarne gli effetti visionari fu l'etnomicologo R.G. Wasson

che, nel 1962, accompagnato anche da Albert Hoffman (scopritore dell'LSD), riuscì a raccogliere i primi esemplari di Salvia Divinorum ottenendone l'identificazione botanica.

Nei primi anni '80, furono isolati dalla Salvia Divinorum due diversi composti, il salvinorin A ed il salvinorin B. Prove di laboratorio dimostrarono che solo il Salvinorin A era attivo e, nel 1993 D.J. Siebert, oltre ad accertarne la psicoattività sull'uomo, ne stabilisce il dosaggio "soglia" (quello necessario per percepire gli effetti psicoattivi) in circa 200 mcg, facendo del Salvinorin A la sostanza psicoattiva naturale più potente conosciuta sino ad ora. Solo nel 2002 un'equipe di ricercatori guidata dal dott. Roth ha scoperto i meccanismi d'azione del Salvinorin A fino ad allora sconosciuti. E' illegale in Italia e in molti altri Paesi.

EFFETTI FISICI

Anche se sono ancora in corso ricerche per determinare altri principi attivi presenti nella Salvia

Divinorum, per il momento conosciamo solamente l'attività psichedelica del Salvinorin A, che agisce selettivamente su un particolare recettore chiamato k-oppioidi (KOR). Quest'azione fa sì che sul fisico l'uso di Salvia Divinorum provochi grosse difficoltà nella coordinazione dei movimenti e nell'espressione verbale, aumento della sudorazione e in alcuni casi problemi legati ad una leggera ipotermia.

EFFETTI PSICOATTIVI

Una particolarità che distingue questa pianta dagli altri composti psicoattivi è lo stretto rapporto esistente tra essa e la sensibilità di chi ne fa uso, infatti, alcuni (almeno il 10%) non avvertono nessun effetto dall'uso di Salvia Divinorum.

Gli effetti psichici della sostanza variano in base allo stato d'animo di chi la assume (set), all'ambiente (setting), alla quantità e qualità della sostanza stessa e alle modalità d'assunzione. Se fumata, la "salita"

avviene intensamente nel giro di pochi minuti e l'intera esperienza si esaurisce in meno di un'ora; con la masticazione invece il principio attivo viene assorbito più lentamente e l'effetto, percepito dopo circa 10/20 minuti, sarà di più lunga durata (1/3 ore). A seconda della quantità utilizzata, la Salvia Divinorum modifica temporaneamente lo stato di coscienza ordinario con variazioni più o meno intense delle percezioni sensoriali. Queste sensazioni vanno dal facilitare l'introspezione interiore fino alla totale perdita della percezione corporea, dando nell'assuntore la percezione di essere tirato o torto da forze esterne, di potersi vedere dall'esterno o di rivivere momenti del proprio passato (soprattutto dell'infanzia). Questi effetti, seppur brevi, possono essere molto intensi ed essere percepiti come sgradevoli o negativi a tal punto da poter sopraffare chi fa uso della sostanza (BAD TRIP).

RISCHI A BREVE TERMINE

Come per gli altri composti psichedelici, i rischi immediati derivanti dall'uso di Salvia Divinorum non sono legati alla tossicità fisica ma soprattutto all'imprevedibilità degli effetti psichici e ad eventuali difficoltà nella gestione dell'esperienza.

Sul fisico i rischi sono legati alla perdita di coordinazione dei movimenti dovuta all'entrata in circolo (salita) della sostanza nell'organismo. Questi effetti possono sopraggiungere molto rapidamente soprattutto se la Salvia Divinorum è fumata, rendendo rischiosi contesti apparentemente innocui, anche solo per la presenza di spigoli o gradini. E' quindi consigliabile l'uso in contesti protetti (SETTING) nei quali sia possibile stare tranquillamente seduti o sdraiati e in compagnia di una persona vigile (SITTER) che possa seguire l'esperienza dall'esterno, rassicurando l'assuntore ed evitando incidenti. Al termine dell'esperienza, se la pianta è fumata, può sopraggiungere una leggera emicrania.

EFFETTI A MEDIO E LUNGO TERMINE

Essendo poco diffuso l'uso di questa pianta, non è stato finora possibile studiarne effetti e rischi a lungo termine. Nonostante ciò i ricercatori ritengono i rischi della Salvia Divinorum simili a quelli di tutte le sostanze psichedeliche.

Le esperienze fatte con queste sostanze necessitano di tempo per essere elaborate e un'eccessiva frequenza d'assunzione, soprattutto in chi non ha ancora completato la maturazione psicologica, può compromettere l'equilibrio psichico scatenando depressione, insonnia, psicosi e disturbi paranoici. La Salvia Divinorum non induce dipendenza fisica né tolleranza, al contrario, gran parte degli assuntori riferisce un aumento di sensibilità agli effetti della pianta dopo più assunzioni, descrivendo una sorta di "tolleranza inversa".

TUTELATI, RIDUCI IL RISCHIO!

- Non assumere Salvia se hai disturbi fisici o psichici.
- Se hai deciso di utilizzarla, fallo con gente di cui ti fidi e in un ambiente rassicurante. Una persona fidata e lucida che ti affianca nel "viaggio" può aiutarti a superare eventuali momenti difficili.
- Evita i mix con alcol e altre sostanze, aumentano esponenzialmente i rischi.
- Se la fumi cerca di rimanere seduto, l'effetto quasi istantaneo porta a perdita di coordinamento con il rischio di cadute od incidenti.
- Fai molta attenzione se scegli di utilizzare estratti, la maggior concentrazione di principio attivo presente tutela rende necessaria una particolare attenzione ai dosaggi.

- Non assomigliando a nessun'altra sostanza, esperienze con allucinogeni fatte in precedenza non ti rendono più preparato all'esperienza che, seppur breve, può essere molto intensa.

- Generalmente è meglio non assumere questa sostanza (ed in generale tutti gli Allucinogeni) a stomaco vuoto o eccessivamente pieno. È meglio mangiare qualcosa di leggero qualche ora prima dell'assunzione.

- Se gli effetti non si fanno sentire, aspetta prima di assumerne ancora, la salita a volte dura più del previsto.

- Sotto effetto di Salvia evita di alzarti e camminare, l'equilibrio e la capacità di coordinazione dei movimenti sono precari. Si rischia di inciampare, cadere e farsi male: per questo evita di compiere azioni che richiedano concentrazione o responsabilità, come guidare, nuotare o correre.

- Quando arriva la discesa, riposati, distenditi e mangia prodotti che contengano zucchero e vitamine.

- Evita di ripetere l'esperienza prima di alcune settimane (almeno un mese). Farne uso troppo frequentemente aumenta i rischi.

BAD TRIP

E' uno dei rischi maggiori di un'esperienza con allucinogeni e le cause possono essere diverse: dosaggio eccessivo, mix con altre sostanze, set e setting inadeguati. In una prima fase possono manifestarsi stati ansiosi e angoscia, che possono essere superati o sfociare in crisi di panico e psicosi. Nella maggior parte dei casi al cessare degli effetti della sostanza assunta scompaiono tutti i sintomi del bad trip, anche se possono permanere difficoltà nell'analizzare con lucidità l'accaduto.

Se stai facendo un brutto viaggio, cerca di rilassarti ed accetta lo sviluppo dell'esperienza e la relativa

modificazione del tuo stato di coscienza. Ricorda che ciò che sta succedendo è provocato da una sostanza... perciò passeggero!

Se un tuo amico sta avendo un brutto viaggio rimani calmo, fai il possibile per rassicurarlo e accompagnalo in un angolo tranquillo e ben areato. Cerca di capire in che stato si trova e di 'leggere' le sue reazioni: qualsiasi gesto (anche se in buona fede) può essere sentito come invasivo.

Se chi è in bad trip non riesce a contenersi e rischia di far male a se stesso o ad altri, chiama il 118. Il personale specializzato è in grado di intervenire.

ATTENZIONE!!

A volte le sostanze intervengono su problemi già esistenti nella psiche, in questo caso il bad trip non si risolve una volta esaurito l'effetto dell'allucinogeno, ma continua scatenando problemi duraturi, come angosce difficilmente controllabili, fobie, e vere e proprie psicosi. In queste situazioni è assolutamente necessario consultare un professionista.



LA CAROVANA O.N.L.U.S
Via Pellizza da Volpedo, 30
Bologna - tel. 051-494721
www.lacarovanacoop.com

Si ringrazia per la collaborazione
e la fornitura di testi U. P. Reggio Emilia

