

LSA

Semi, capsule

L'*Ergina* o l'*ammide dell'acido lisergico* è un alcaloide naturale presente in alcuni semi di fiori tropicali, in particolare: *Ipomomea Corymbosa* (ololiuhqui), *Argyreia nervosa* (Hawaiian baby woodrose) e *Ipomomea violacea* (Morning Glory).

LSA ha una struttura analoga a quella dell'LSD. Tuttavia gli effetti psicoattivi e le allucinazioni sperimentate si differenziano da quelli riscontrate in quest'ultima o in altre sostanze psichedeliche.

Info:

L'uso dei semi contenenti LSA nella storia è sicuramente antecedente alla sintetizzazione ottenuta nel 1947 da Albert Hofmann. Alcune fonti ne riportano l'utilizzo da parte di tribù Mazatec, cerimonie Ayurveda o altre preparazioni rituali in popolazioni americane.

Sebbene l'uso da parte dell'uomo sia stato storicamente accertato, non ci sono abbastanza studi sulla tossicità della sostanza e sui rischi dell'ingestione dei semi citati, al momento non sono rari gli episodi di intossicazione.

Forma:

Semi interi, semi in polvere, capsule, estratto liquido

Modalità di assunzione e durata:

Ingerito: Durata: 4 – 12 ore

Ricorda che gli effetti iniziano dopo 20-180 minuti.

In caso gli effetti siano meno intensi di quelli ricercati attendi almeno un paio d'ore prima di decidere se ridosare.

Per ridurre la nausea si consiglia di tritare i semi, quindi lasciarli in infusione per una notte (8/10 ore) in un bicchiere di acqua fredda in luogo fresco e non illuminato, quindi bere l'acqua senza ingerire i residui.

Dosaggio:

Dipende dalle caratteristiche e dalla sensibilità personale.

Inizia sempre con un basso dosaggio, specialmente se è la tua prima volta!

Il rischio di affrontare un'esperienza difficile o sviluppare nausea aumentano all'aumentare del dosaggio.

Le dosi solitamente raccomandate sono:

da 1 a 10 semi di *Argyreia nervosa* (Hawaiian baby woodrose);

da 20 a 400 semi di *Ipomomea violacea* (Morning Glory);

1 o 2 capsule di semi *Argyreia nervosa* (Hawaiian baby woodrose).

Effetti:

Ricercati: Alterazione della percezione dello spazio-tempo, euforia, pensieri e sentimenti insoliti, sentimenti mistici e introspettivi, distorsioni visive e uditive, effetti sedativi.

Collaterali: confusione mentale, stato di ansia, disforia, paranoia, soppressione dell'appetito.

Fisici: fluttuazione della temperatura corporea, formicolio, disagio a livello gastrico, nausea, vomito, tremore, debolezza, vasocostrizione, disidratazione.

Gli effetti delle sostanze psichedeliche dipendono in gran parte dal set (ovvero il tuo stato mentale e le tue aspettative) e dal setting (l'ambiente sociale e fisico in cui ti trovi).

Rischi:

È indispensabile essere in buono stato fisico e mentale ed essere a stomaco vuoto.

LSA è nota provocare nausea e vasocostrizione anche a dosaggi bassi.

Un uso frequente può causare perdita di contatto con la realtà.

Un pericolo, anche consumando solo una volta, è che si manifestino disordini psichici già presenti in persone vulnerabili.

Mix da evitare:

Cannabis, dissociativi, psichedelici o stimolanti possono portare a stati inaspettati e una intensificazione significativa degli effetti comportando maggiori rischi di sviluppare psicosi, provare stati confusionari, ansia e paranoia.

Sali di litio e altri farmaci usati per trattare disturbi psichiatrici.

Alcool, può portare a disidratazione, nausea e affaticamento fisico.

Safer use:

- Naturale non vuol dire sicuro!
- Gli effetti fisici collaterali di questa sostanza non vanno sottovalutati e possono presentarsi anche con dosaggi bassi.
- Usa semi non trattati.
- Non raccogliere ed ingerire piante o semi che non conosci.
- Cautela a provare preparazioni trovate su internet che fanno riferimento a poche esperienze personali.
- I prodotti commerciali contenenti *Argyrea nervosa* o altri semi non sono privi di effetti fisici collaterali come nausea e vasocostrizione.
- Al momento esistono poche informazioni sulla tossicità e gli effetti a lungo termine del consumo di semi contenenti ergina.
- Non prendere LSA se non sei veramente pront* o se non sei in perfetta forma fisica e psichica (buon «set»).
- Usa solo in un ambiente nel quale ti senti a tuo agio e con persone di fiducia che sanno di cosa si tratta (buon «setting»).
- Occorre essere consapevoli dei pericoli. Se hai paura degli intensi effetti psichedelici dell'LSA o di provare forte nausea è meglio rinunciare al consumo.
- Non usare LSA a stomaco pieno.
- Durante il trip bisogna lasciarsi andare e non cercare di resistere agli effetti della sostanza.
- Dopo il trip bisogna concedersi almeno un giorno di tranquillità durante il quale ci si può calmare e elaborare l'esperienza e ristabilire un nuovo equilibrio.

