



PONTIFICIA  
UNIVERSIDAD  
CATÓLICA  
DE CHILE

diseño | UC  
Pontificia Universidad Católica de Chile  
Escuela de Diseño



# SENSILOCYBE

Ecosistema Visual enfocado en Sensibilizar  
sobre el uso personal de Hongos Psilocybes

Tomás Salvador San Martín  
Profesor Guía / Bernardita Figueroa

Febrero 2022  
Santiago, Chile

Tesis presentada a la Escuela de Diseño de la Pontificia Universidad Católica de Chile para optar al título profesional de Diseñador



## **Agradecimientos**

En este proceso he recibido ayuda desde muchos espacios diferentes. Ha sido muy emocionante ser testigo de cómo las redes se activan cuando uno hace algo que realmente lo mueve, algo que realmente ayuda, algo que busca un bien común.

Sin embargo, me gustaría hacer especial mención a Isabel escobar, Conny Navarro, Monserrat Lupe, Francisco Zenteno, Rodrigo Cáceres y Felipe Landaeta. Sin estas personas, todo hubiese sido más difuso y solitario. Ya que no sólo me ayudaron a dar forma a este sueño-proyecto, sino que también me inspiraron a seguir adelante, a creer en esta pasión.

Espero, de corazón, poder seguir expandiendo esta búsqueda, compartiendo este camino, para así poder sensibilizar y visibilizar esta medicina ancestral que sé ha vuelto a resonar en muchas personas, y que a mí, en lo personal, me ha permitido entender el mundo y la vida desde un lugar más sano, más pleno, más mágico.

## Contenidos

- 2 Agradecimientos
- 4 Motivación personal
- 6 Introducción
  
- 9 **Marco Teórico:**
- 10 Estados Holotrópicos de Conciencia
- 12 Psicodélicos y enteógenos
- 13 Historia de las investigaciones sobre sustancias psicodélicas
- 15 Prohibicionismo
- 16 Renacimiento Psicodélico
- 18 Evidencia Histórica del uso humano de Hongos Psilocibios
- 19 Traspaso de la sabiduría ancestral a Occidente
- 20 Perfil de seguridad y efectos de la psilocibina
- 21 Beneficios sustanciales en el tiempo / Riesgos y contraindicaciones
- 23 Set and Setting
- 24 Integración
- 25 **Desafíos y oportunidades presentes en el contexto nacional**
- 27 **Problema detectado y oportunidad de Diseño**
- 28 **Antecedentes del proyecto**
- 30 **Rol social del Diseño en la creación de proyectos conscientes y responsables**
- 31 **Herramientas y decisiones de Diseño**
- 32 **Formulación Proyectual**
- 34 **Referentes**
- 36 **Usuarios**
- 37 **Contexto de implementación**
- 38 **Desarrollo del proyecto**
- 39 **Metodología del proyecto**
- 40 **Avstrak.t**
- 41 **Primera aproximación formal**
- 42 **Experimentaciones visuales**
- 45 **Sensilocybe**
- 56 **Interacciones con el contenido**
- 57 **Proyecciones**
- 58 **Conclusiones**

## Motivación Personal

---

La presente investigación y proyecto surge desde una profunda búsqueda personal que empezó a principios del 2020, a unos meses del comienzo de la pandemia. El encierro y la incertidumbre presente en ese entonces fue provocando en mí una inquietud cada vez mayor por comprender y gestionar mi emocionalidad, la cual estaba siendo afectada directamente por el contexto en el que nos encontrábamos y también por dolencias que venía acarreando desde antes.

Fue en el mes de abril de ese año cuando descubrí el increíble mundo de los hongos a partir del documental *Fantastic Fungi*, el cual considero como el punto de partida de mi fascinación por estos organismos y por los distintos vínculos presentes entre estos y los seres humanos. Dentro de esta producción audiovisual se presenta una clase particular de hongos visionarios que llamó inmediatamente mi atención, ya que han sido utilizados desde los albores de la humanidad como herramientas para facilitar distintas prácticas vinculadas a la trascendencia personal, la espiritualidad y la expansión de la consciencia, siendo extensamente estudiados al día de hoy en su uso para el tratamiento de diversas patologías de salud mental y el incremento del bienestar humano.

El nombre de estos mágicos ejemplares: **Hongos Psilocibios**.

Es a partir de esa primera aproximación donde se da inicio a mi investigación personal enfocada en descubrir el amplio potencial de estos hongos, principalmente impulsada por mi interés y gran curiosidad por vivenciar tales experiencias con un propósito de exploración y sanación. El saber que existía una alternativa que permitía acceder a otros estados de consciencia con el fin de poner en perspectiva la vida y la realidad personal mediante experiencias visionarias era algo que me parecía fascinante, inspirador y atractivo al mismo tiempo, sobre todo debido a la creciente cantidad de evidencia tanto científica como anecdótica que resalta el hecho de que tales experiencias, cuando se gestionan de manera responsable e intencionada, pueden llegar a presentar un potente poder sanador y transformador.





El presente trabajo busca atender desde un lado íntimo y personal algunos de los desafíos y oportunidades detectados en el contexto nacional referente al uso de psicocibios, presentando como principal foco del proyecto **aportar a la educación, visibilización y sensibilización sobre el uso de estos hongos mediante una propuesta de “ecosistema visual”**, el cual toma inspiración directa de aquellos aspectos presentes en este tema con los cuales más he resonado a lo largo de mi propio camino: **el autoconocimiento, el autocuidado y el desarrollo espiritual**. Dado el carácter íntimo de este proyecto, en algunas secciones dentro de este informe se redactará en primera persona con el fin de transmitir más fielmente el impacto que tuvo a nivel personal el desarrollo y alcance de este trabajo, junto con el gran valor atribuido a las distintas conexiones interpersonales que se generaron a lo largo de su desarrollo.

Cabe destacar y es de suma importancia indicar que este proyecto no busca de ninguna manera promover, incitar ni sugerir la producción ni el consumo de hongos psicocibios ni de ningún tipo de sustancia potencialmente ilegal. En cambio, este trabajo se enfoca en aportar a la democratización de conocimiento sobre el tema y abrir los espacios de diálogo en torno a este, considerando las políticas de reducción de daño y maximización de beneficios como sus ejes principales y fundamentales. Por otro lado, también resulta necesario señalar que, si bien la historia de las sustancias psicodélicas presenta un extenso e interesante linaje repleto de grandes autores y visionarios destacables, para fines de esta memoria es posible que varios de estos queden simplemente “honrados” en menciones que solo reflejen una pequeña porción de su importante trabajo.

Sin más preámbulos, a continuación les presento mi proyecto personal de Diseño hecho con infinito amor y convicción: **Sensilocybe**.



AVSTRAKT

*“Hay un mundo más allá del nuestro, un mundo que está lejos, también cercano e invisible. Ahí es donde vive Dios, donde vive el muerto y los santos. Un mundo donde todo ha pasado ya, y se sabe todo. Ese mundo habla, tiene un idioma propio.”*

*- María Sabina*

## Introducción

---

El término Fungi hace referencia al reino presente en la naturaleza que agrupa a todos los organismos eucariotas más comúnmente conocidos como hongos, dentro de los cuales se incluyen los organismos productores de setas, los mohos y las levaduras. Este es uno de los reinos más antiguos y extensos del planeta, formándose en suelo terrestre hace unos 1.300 millones de años y presentando en la actualidad una cantidad estimada de cerca de 1,5 millones de especies alrededor mundo, de los cuales se estima que solo se conocen alrededor del 10% (Furci, 2021). **Estos organismos son considerados los grandes recicladores del planeta**, ya que son los principales encargados de descomponer la materia orgánica y devolver a la tierra los nutrientes, posibilitando así la reutilización de estos por parte de otros seres vivos y la continuidad del ciclo de vida biológico (Sheldrake & Cardona, 2020).

La humanidad ha compartido una estrecha relación con los hongos desde tiempos ancestrales, siendo aprovechados en la alimentación, en la creación de medicinas, en la elaboración de fermentos, en el desarrollo de alternativas para combatir la contaminación y biomateriales, e incluso como herramientas para provocar estados alterados de consciencia con distintos fines a lo largo de la historia. Los ejemplares del reino Fungi que provocan tales alteraciones en la consciencia se denominan **hongos neurotrópicos**, los cuales son más comúnmente conocidos como hongos psicodélicos, alucinógenos, sagrados, mágicos, enteógenos, psicotrópicos, entre otras denominaciones (Guzmán, 1997). Este grupo se compone de varios hongos diferentes, dentro de los cuales se incluye al hongo Amanita Muscaria, el cornezuelo de centeno y los hongos del género Psilocybe, siendo este último el género más utilizado y estudiado históricamente, presentándose como parte fundamental de una extensa y diversa cantidad de ceremonias y rituales sagrados en distintas culturas alrededor del mundo (Pollan, 2018).



Amanita Muscaria, abril 2021.  
Puerto Varas, Chile



Actualmente, la ***psilocibina***, el principal compuesto psicoactivo de los hongos Psilocybe (o Psilocibios), está siendo extensamente estudiada en su **aplicación clínica para el tratamiento de diversas patologías de salud mental, demostrando prometedores hallazgos en su uso para tratar la depresión, la ansiedad, la angustia existencial presente en pacientes de cáncer, el estrés postraumático, las adicciones, entre otros trastornos.**

Debido a los descubrimientos de estas investigaciones, en los últimos años la exposición de los hongos psilocibios en los medios digitales y de comunicación ha aumentado exponencialmente, siendo presentados en varios de estos medios como ***“la medicina del futuro de la salud mental”***. Es a partir de este aumento en la información disponible que, de forma paralela, el interés colectivo hacia el uso de estos hongos ha también aumentado de forma significativa en los últimos años, cautivando tanto a personas que buscan un alivio en su salud mental, como a otras que les llama la atención su uso más recreativo y experimental.

En Chile, la salud mental presenta actualmente una complicada realidad. Esta ha empeorado considerablemente tras el estallido social, agravándose durante los dos últimos años de pandemia y la presente crisis económica, posicionándonos como el segundo país con peor salud mental en el mundo durante la aún presente crisis sanitaria (IPSOS, 2021). A raíz de esta necesidad y búsqueda de alternativas para hacer frente a este complejo contexto, los hongos psilocibios han adquirido un lugar cada vez más presente en la consciencia colectiva de la población nacional, la cual se ha visto principalmente atraída por esta creciente cantidad de información disponible en los medios digitales relativos a los prometedores hallazgos de su uso clínico y terapéutico, como también por la facilidad que el cultivo de estos hongos presenta. Es a través de estas plataformas digitales, principalmente redes sociales y foros digitales, donde se exponen los efectos de la psilocibina, su rol en el bienestar emocional y su impacto en la salud mental de quienes se adentran a tener este tipo de experiencias de manera consciente, intencionada y responsable, incluyendo en varios de estos sitios recomendaciones de uso, contraindicaciones e información sobre dosificaciones.

La presente investigación se centra principalmente en comprender el escenario general del resurgimiento del uso de hongos psicocibios a nivel internacional y nacional en los dos principales contextos donde este se presenta: terapéuticos y recreativos. Es a partir de este análisis que se busca entender las motivaciones detrás del uso personal de los usuarios actuales y potenciales, identificar su nivel de preparación y educación previo a adentrarse a estas experiencias y las distintas interacciones relativas al proceso de integración de las vivencias que surgen partir de estas. Este análisis enfocado en las necesidades de los usuarios ha sido contrastado y discutido en conjunto con diversos profesionales y entusiastas con conocimiento sobre el tema, con el objetivo de comprender de un modo más completo e integral el contexto actual, rescatando de esta manera sus visiones y opiniones en el desarrollo de la propuesta de diseño que se presenta más adelante.

En este proyecto, el Diseño se pone a disposición de las personas para abordar una temática compleja y atingente a una realidad presente en nuestra sociedad, proponiendo una alternativa sensible y pertinente basada en la política de reducción de daños (*set & setting*) y en la gestión de beneficios (*integración*), en la cual se presenta como principal finalidad el **visibilizar prácticas y recomendaciones a considerar en el uso personal de estos hongos.**

Es a partir de este enfoque educativo que se busca posicionar al Diseño como una disciplina capaz de **generar empatía con las necesidades e inquietudes de los usuarios detectados y desarrollar en conjunto con las partes interesadas un proyecto capaz de influenciar positivamente en las prácticas y cuidados presentes en los usuarios actuales y potenciales,** aportando de esta forma a la generación de espacios de visibilización, educación y diálogo en torno a este tema que cautiva a una cantidad cada vez mayor de personas.

Para lograr este conjunto de objetivos, el proyecto busca aprovechar el **rol social y comunicacional del Diseño** a partir de la creación de una narrativa visual que permita transmitir de una manera amigable y cercana, conceptos complejos y consejos fundamentales presentes en el uso consciente de estos hongos, apelando a la dimensión emocional con el fin de cumplir el objetivo principal de este trabajo: **Aportar a la visibilización y sensibilización sobre el uso personal de hongos psicocibios.**



# **1. Marco Teórico**

## Estados Holotrópicos de consciencia y su potencial para el desarrollo humano

Stanislav Grof, uno de los fundadores de la psicología transpersonal y uno de los primeros investigadores en estudiar el potencial del LSD en el campo de la psicoterapia psicodélica, propuso el término holotrópico para denominar a aquellos estados alterados de consciencia que presentan un importante poder curativo a nivel psicológico, espiritual y posiblemente evolutivo (Grof, 1988). **Tales estados se caracterizan por provocar una transformación específica de la consciencia, acompañada de cambios perceptivos en todas las zonas sensoriales, presentando en los individuos un conjunto de emociones intensas y profundas alteraciones de sus procesos de pensamiento** (Grof, 2009). Estas vivencias se presentan como instancias trascendentales de introspección, sanación y crecimiento personal, las cuales pueden conseguirse mediante distintas técnicas ancestrales como la meditación, algunos ejercicios de respiración consciente y el uso controlado de sustancias enteógenas; plantas y hongos con propiedades visionarias.

Grof (2009), sugiere que a través de la práctica espiritual y sistemática de estados holotrópicos de consciencia es posible trascender los límites ordinarios del ego corporal, provocando en los individuos una identificación profunda con otras personas, con la naturaleza, el cosmos e incluso con seres arquetípicos. Esta liberación de las limitaciones de la mente racional, del sentido común y la lógica cotidiana, permite romper barreras internas que separan a los individuos de otras personas y de sí mismos, expandiendo de esta manera su consciencia en dimensiones inimaginables, llevándolos a experimentar de forma posterior un potente sentimiento de unión e identidad con la fuente trascendente de todo ser, impactando profunda y positivamente tanto en su bienestar general como en su dimensión espiritual (Grof, 2009).

Según López (2017), tal dimensión espiritual hace referencia a las experiencias interiores profundas presentes en las personas, las cuales conducen a dotar de sentido y propósito a la propia existencia y a las acciones personales. Tales áreas internas experimentan procesos de desarrollo y cambio a lo largo de la vida y no son consideradas únicamente como parte de religiones ni cultos, ya que aquellos aspectos que promete la espiritualidad, tales como la paz, la alegría, el amor, la sabiduría, la libertad y la conexión con

lo divino, resultan ser estados muy reales y alcanzables mediante diversas prácticas personales que no se vinculan necesariamente a una ideología en particular (López, 2015). En el marco de este trabajo, el desarrollo espiritual es comprendido como una exploración personal de alternativas y prácticas para encontrar sentido, conexión y trascendencia con la dimensión espiritual de uno mismo.

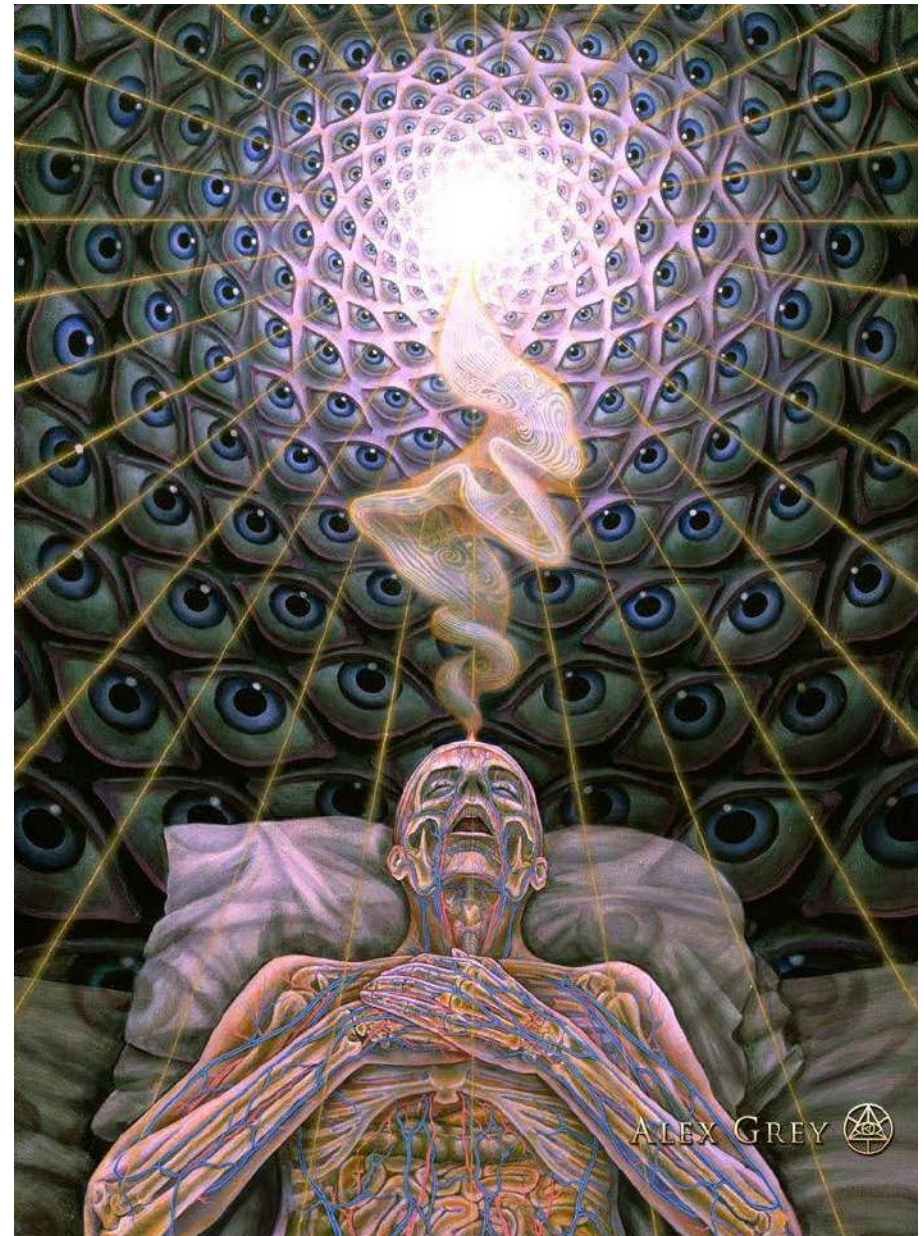
Dentro las alternativas existentes para alcanzar estas denominadas experiencias holotrópicas, **los enteógenos** han sido históricamente considerados como una de las más destacadas a lo largo de la historia de la humanidad, presentándose como poderosas herramientas de acompañamiento y facilitación de procesos internos vinculados al desarrollo, sanación y expansión a nivel tanto psíquico como espiritual. Esto se debe a que las experiencias visionarias que tales sustancias facilitan pueden funcionar como catalizadores que, en ciertas circunstancias, son capaces de producir profundas transformaciones internas, las cuales permiten abrir las posibilidades de encontrar nuevas perspectivas en lo que significa la percepción de uno mismo y del mundo que nos rodea, promoviendo de esta forma el autoconocimiento y autodesarrollo en quienes se adentran a este tipo de vivencias de una forma correctamente gestionada (López, 2015).



Desde la perspectiva de la psicología transpersonal, la cual aborda estos fenómenos psíquicos desde la premisa de que tales eventos no constituyen episodios psicóticos, como podrían ser considerados desde la psiquiatría y la psicología ortodoxa (López, 2017), **tales experiencias visionarias presentan un relevante potencial “heurístico”, lo que significa que al experimentar, estudiar o investigar estos estados alterados de la mente, es posible obtener información compleja y revolucionaria acerca de la psique, de la consciencia humana, e incluso sobre la naturaleza de la realidad** (Grof, 2015). Debido a estas razones, los enteógenos y las sustancias psicodélicas en general han sido desde su descubrimiento moderno un notable foco de interés por parte de diversas disciplinas, siendo investigados y explorados desde la psicología, las ciencias, la filosofía y las artes, las cuales desde sus propias herramientas y metodologías han trabajado en descubrir y demostrar los potenciales que estas drogas presentan para la salud, bienestar y evolución del ser humano (Pollan, 2018).

El vínculo entre los psicodélicos, la salud mental y la espiritualidad se generan principalmente por un fenómeno crucial presente en las experiencias correctamente gestionadas con estas sustancias: las llamadas **“experiencias místicas”**. Este tipo de vivencias se caracterizan por inducir en las personas un sentimiento de éxtasis, unidad y trascendencia en el tiempo y el espacio, manifestando una gran cantidad de significado e información de características inefables y divinas (Johnson et al., 2019). Los estudios recientes sugieren que este tipo de experiencias trascendentales resultan ser esenciales para que el uso terapéutico de psicodélicos sea fructífero y realmente beneficioso (Roseman et al., 2018), mientras que la evidencia anecdótica demuestra que tales experiencias, incluso fuera de contextos clínicos, representan para los usuarios de hongos psilocibios, el enteógeno de estudio de este proyecto, una valiosa oportunidad para aprender de sí mismos, sanar heridas profundas y conectar con una dimensión espiritual presentes en ellos y en la realidad en la que se desenvuelven (Janikian, 2019).

*“El reconocimiento de nuestra propia naturaleza divina, de nuestra propia identidad con la fuente cósmica, es el descubrimiento más importante que podemos hacer durante un proceso de profunda autoindagación.” - S. Grof.*



## Psicodélicos y Enteógenos

Existen múltiples términos utilizados para designar a aquellas sustancias psicoactivas que provocan estados alterados de consciencia y que, bajo ciertas condiciones, logran facilitar las experiencias holotrópicas mencionadas anteriormente. Estos suelen usarse indistintamente para referirse a básicamente el mismo fenómeno, incluyendo los conceptos alucinógeno, psicodélico, visionario, entre otros (Pavillard, 2003). Sin embargo, varios de estos términos quedan limitados al momento de expresar la profunda complejidad de las experiencias que estas sustancias provocan. Un claro ejemplo es “alucinógeno”, el cual es considerado poco inclusivo para referirse a la totalidad de efectos que estas sustancias generan en la consciencia, ya que tal denominación hace referencia principalmente a las alteraciones y manifestaciones de carácter visual, las cuales no suelen presentarse en dosis bajas, y tampoco considera la dimensión mística presente en las experiencias (Nichols, 2004).

Los hongos psilocibios se presentan dentro de dos principales categorías de sustancias psicoactivas capaces de modificar los estados ordinarios de consciencia:

### Los psicodélicos y los enteógenos.

#### Psicodélicos:

El término psicodélico, proveniente del inglés *Psychedelic*, es un término propuesto por primera vez en el año 1956 por el psiquiatra británico Humphry Osmond para referirse a sustancias naturales y sintéticas capaces de causar un “enriquecimiento de la mente y un ensanchamiento de la consciencia” (Pollan, 2018). Es un término que hace referencia al tipo de sustancias que posibilitan la manifestación consciente de material inconsciente y subconsciente, como también emociones y percepciones comúnmente filtradas en el funcionamiento normal de la consciencia (Osmond, 1957). Este neologismo deriva de dos palabras griegas; Psique (mente y alma) y Delon (manifestar), por lo que tal denominación hace alusión a toda sustancia que facilita la “**manifestación de la mente**”.

En dosis normales, estas drogas tienen la capacidad de generar cambios significativos en la percepción, en el pensamiento y el ánimo, presentando alteraciones mínimas en la memoria y la orientación (O'Brien, 2001).

#### Enteógenos:

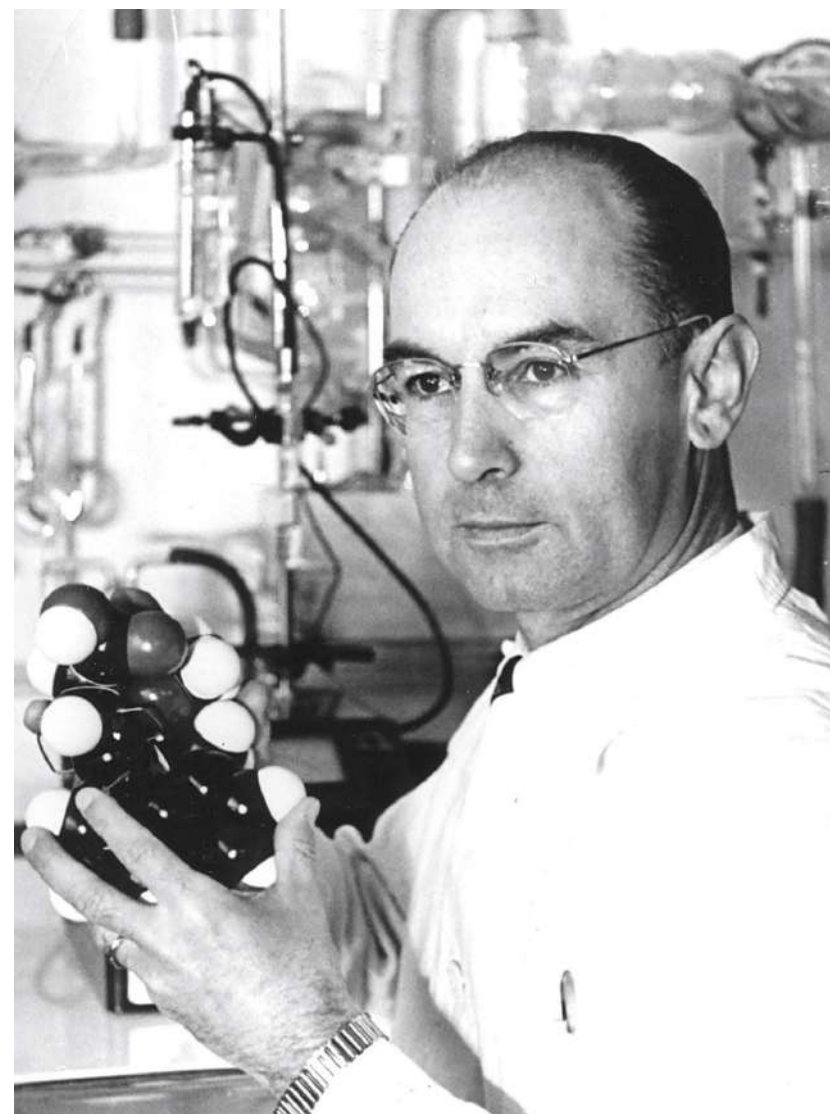
Son sustancias naturales que al ser ingeridas y asimiladas por el organismo provocan un estado alterado de consciencia. Este neologismo fue sugerido el año 1979 por el micólogo Robert Gordon Wasson en conjunto con los investigadores C. A. P. Ruck, J. Bigwood, D. Staples y el botánico J. Ott (Pollan, 2018), con el propósito de desvincular a las plantas y hongos visionarios utilizados en contextos chamánicos y rituales religiosos de las connotaciones asociadas a los términos alucinógenos, el cual se considera impreciso y peyorativo, y psicodélicos, el cual estaba estrechamente relacionado con el movimiento contracultural de los años 60 (Wasson, 1979). A partir de esto, se consideran enteógenos todas las plantas, hongos y preparados naturales que provoquen estados modificados de consciencia y cuya ingestión en ritos religiosos o chamánicos ha sido documentado a lo largo de la historia (Pavillard, 2003).

Este término proveniente del griego Entheos, el cual significa “**dios dentro**”, se presenta como una denominación más integral para referirse a las sustancias que brindan experiencias visionarias, ya que considera que su uso ritual permite generar contacto con una dimensión mística, divina y/o trascendente comúnmente invisible e imperceptible bajo estados ordinarios de consciencia. Según López (2015), los enteógenos funcionan como catalizadores capaces de desencadenar un intenso proceso de modificación del funcionamiento normal de la consciencia, lo cual ofrece un cambio radical de perspectivas que pueden ayudar a ver más allá de la realidad tangible en la cual nos desenvolvemos normalmente. Entre los enteógenos más conocidos se encuentran: Los hongos Psilocybe, la Ayahuasca, el Peyote y el San Pedro.

## Historia de las investigaciones sobre sustancias psicodélicas

Históricamente, se considera que la investigación moderna enfocada en investigar los efectos de las sustancias psicodélicas en la psique surgieron a partir del descubrimiento de la dietilamida del ácido lisérgico (LSD) en 1943 por parte del químico suizo Albert Hoffmann (Grob, 1996), quien fue la primera persona en experimentar los efectos de esta sustancia tras la ingesta accidental de este compuesto que el mismo había sintetizado. Esta experiencia y su posterior reporte clínico en 1947 inspiraron una importante revolución científica en cuanto a los estudios sobre el funcionamiento de la consciencia humana y los estados alterados de consciencia inducidos por psicodélicos (Hoffmann, 1970). A partir de ese acontecimiento, la comunidad científica internacional mostró un gran interés hacia estas drogas, surgiendo diversas investigaciones enfocadas en descubrir sus potenciales uso psicofarmacológicos en la investigación psiquiátrica (Stoll, 1947).

Entre las décadas de 1950 y 1960, los psicodélicos fueron extensamente estudiados por la comunidad científica, iniciando con la investigación de sus potenciales usos psicofarmacológicos como medio para simular y estudiar los síntomas de la esquizofrenia en pacientes normales (Paparelli, 2011) y después en su aplicación como catalizadores en la llamada psicoterapia asistida con drogas psicodélicas (Passie, 1997). En ese periodo de tiempo se desarrollaron más de mil artículos científicos que investigaban el potencial del LSD en el tratamiento de diversas patologías mentales, incluyendo la depresión y el alcoholismo. A partir de tales estudios se presentaron más de 40.000 casos de pacientes que, en su gran mayoría, lograron resultados positivos en su bienestar general y una transformación sustancial de los síntomas y orígenes de tales patologías, debido directamente a los resultados de las experiencias trascendentales que la administración controlada de tal sustancia les proporcionó (Grinspoon, 1979). Los pacientes de tales investigaciones que obtuvieron un mayor beneficio de estos tratamientos fueron aquellos que declararon haber obtenido algún tipo de **“experiencia mística”** a partir de tales vivencias, describiéndolas como experiencias altamente valiosas y trascendentales, llegando a considerarlas como una de las experiencias más importantes de sus vidas (Yensen, 1998).

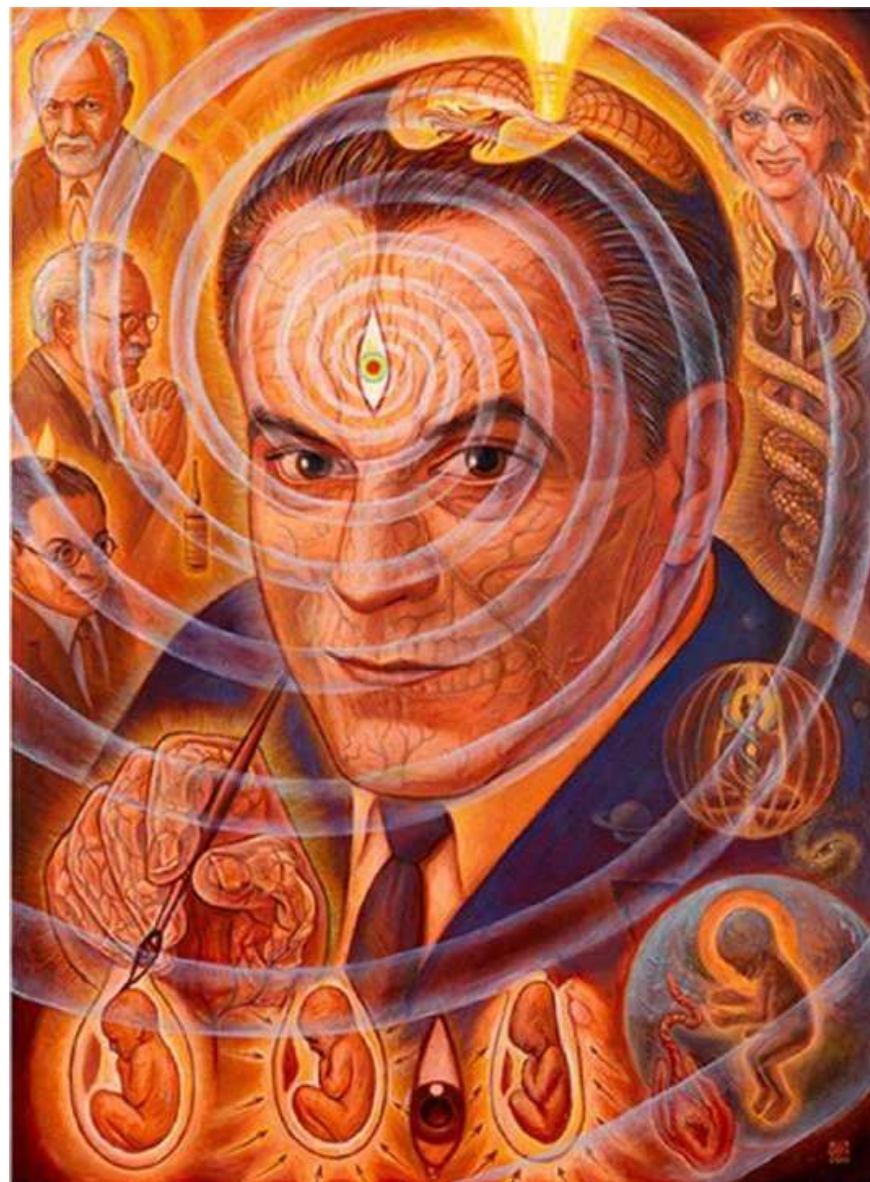


Albert Hoffmann



Al revisar la bibliografía sobre los usos terapéuticos de los psicodélicos previos a su prohibición, Tartakowsky (2014) señala que en esta se puede apreciar el **uso clínico de estas sustancias como herramienta de trabajo en complemento con diversos enfoques psicológicos asociados al vínculo terapeuta-paciente**, como lo son el psicoanálisis, la gestalt y la psicología transpersonal, los cuales funcionan como un fundamental soporte en el análisis e integración de los fenómenos presentes en tales experiencias.

En cuanto a la psicología transpersonal, esta añadió una relevante dimensión al paradigma de estudio de la consciencia humana, influenciada directamente por los resultados obtenidos a partir de estos estados holotrópicos obtenidos en las sesiones: **el reconocimiento de la espiritualidad como un aspecto legítimo de la psique y salud humana** (Grof, 2022).



Stanislav Grof, Obra de Alex Grey

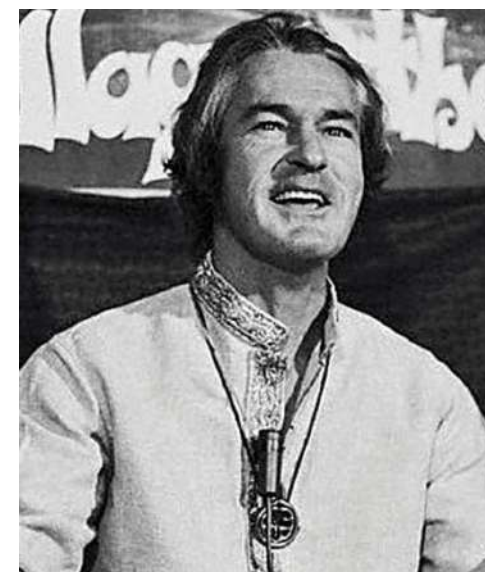


## Prohibicionismo

A pesar de los prometedores hallazgos que se estaban descubriendo a partir de estas investigaciones, en los años 60, el uso recreacional de psicodélicos se masificó fuera de los contextos de investigación y uso clínico, pasando a ser utilizados y popularizados principalmente por la contracultura hippie de Estados Unidos y Europa, quienes se vieron directamente influenciados por figuras reconocidas como **Timothy Leary**, uno de los defensores más populares del uso de drogas psicoactivas (Pollan, 2018).

Fue así como el uso progresivo de estas sustancias, principalmente del LSD, empezó a generar una gran cantidad de publicidad negativa hacia los psicodélicos, debido en parte a que estas sustancias estaban estrechamente asociadas con ideas y movimientos revolucionarios presentes en aquel contexto contracultural (Fadiman, 2011). Tal situación se agravó exponencialmente luego de que se registrasen casos de emergencias provocadas por el uso irresponsable de estas drogas en contextos inapropiados y en varias ocasiones en conjunto con otras sustancias. A partir de estos reportes publicados por la prensa norteamericana sobre los efectos adversos y peligros asociados a estas drogas, específicamente sobre el LSD, se generó un importante pánico moral en la población, provocando de esta manera que los gobiernos prohibieran el uso y ventas de estas sustancias, **cerrando de esta forma también todas las investigaciones que estudiaban en ese entonces el uso terapéutico de los psicodélicos** (Pollan, 2018).

Según señala Krebs (2015), **la prohibición de estas drogas parecía ser el resultado del sensacionalismo mediático, la falta de información y de una base cultural, por lo que se pone en duda que su prohibición sea justificada como una medida de salud pública**, siendo que existen drogas legales, como el alcohol, que resultan ser sumamente más dañinas para el ser humano y que provocan una tasa de accidentes muchísimo mayor en comparación (Global Drug Survey, 2021).



Timothy Leary

---

## Renacimiento Psicodélico: Una nueva oportunidad

Después de varias décadas de represión y abandono de las investigaciones, actualmente se está viviendo un renacimiento de los estudios sobre psicodélicos de la mano de una nueva generación de científicos, investigadores y entusiastas, quienes están poniendo a prueba el potencial de estas sustancias en psicoterapia, en el estudio de la consciencia humana y también en el desarrollo espiritual personal (Pollan, 2018). En los últimos años, la investigación psicodélica ha resurgido con fuerza, cosechando excelentes e interesantes resultados no solo en la salud mental, sino también en el **despertar de una conciencia personal y colectiva** (Landaeta, 2021).

En este llamado **Renacimiento Psicodélico**, se propone que el uso consciente de sustancias psicodélicas es capaz de promover la introspección psicológica y espiritual a través de experiencias profundas y trascendentales, las cuales han demostrado tener un relevante potencial en contribuir a la sanación de las personas a nivel mental, emocional y espiritual (Sessa, 2012). A partir de las evidencias científicas y anecdóticas de estas investigaciones contemporáneas, se ha buscado también **desmitificar la asociación política y el miedo relacionado con estas sustancias**, presentando como mensaje principal que, si bien existen riesgos asociados a su uso, estos se ven altamente minimizados bajo ciertos resguardos y en condiciones controladas (Timmerman, 2022).

Al revisar el estado actual de estas investigaciones, se puede observar una tendencia de expansión presente en diversas disciplinas; actualmente existen cada vez más investigadores, científicos y aficionados estudiando y generando conocimiento sobre estas sustancias y sus múltiples efectos en las vidas y bienestar de las personas. A partir de esto, tales investigaciones se están presentando en más lugares del mundo, donde además se están estudiando más sustancias, como el MDMA, la Ketamina y el DMT, y donde también se están probando tratamientos con psicodélicos en una mayor cantidad de trastornos (Doblin et al., 2019).

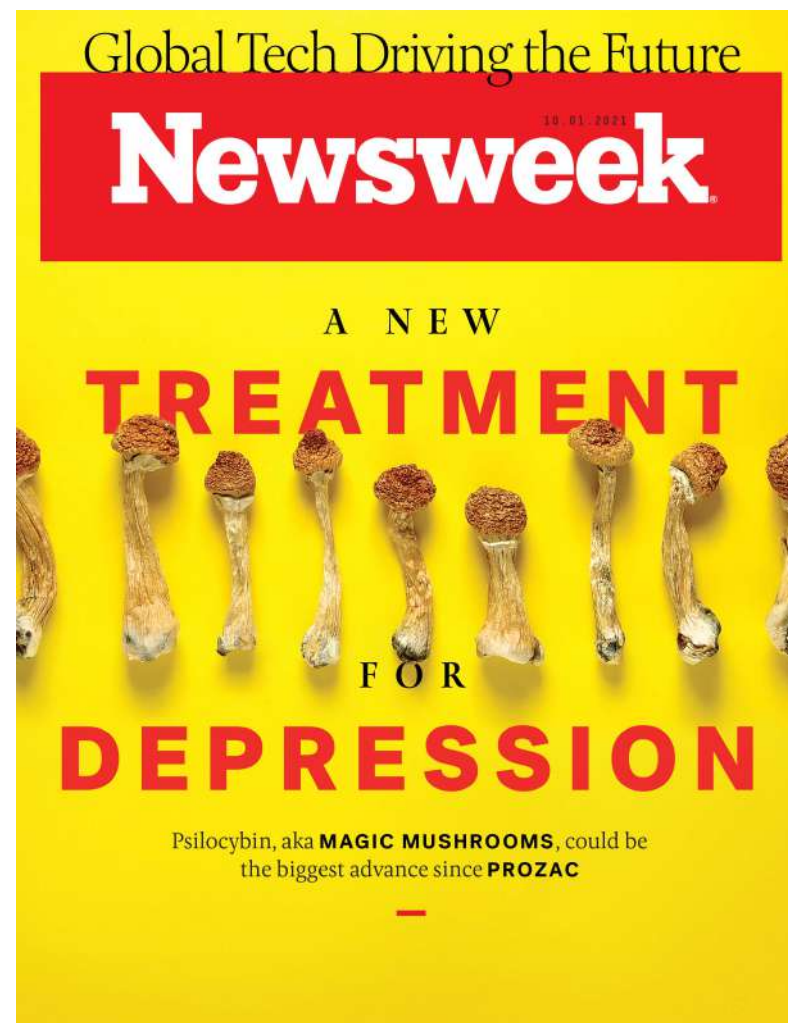
Dentro de los estudios contemporáneos, la **psilocibina**, el principal compuesto psicoactivo de los hongos “mágicos”, es la sustancia psicodélica más estudiada y aplicada al día de hoy (Pollan, 2018). En estos estudios se destaca el perfil de seguridad favorable de esta molécula y su capacidad para mejorar los síntomas de múltiples trastornos mentales, incluyendo la ansiedad, la depresión, las crisis existenciales en pacientes terminales, las adicciones, entre otras (Nichols et al., 2017).



A raíz de los múltiples estudios que se han realizado y que se están llevando a cabo al día de hoy, en los últimos años ha surgido una contundente cantidad de evidencia científica y anecdótica que respalda el uso de estos hongos para tratar trastornos mentales en pacientes que no logran resultados con tratamientos tradicionales. **A partir de estos relevantes hallazgos se ha generado gran cantidad de exposición mediática de estos descubrimientos**, provocando como consecuencia directa de esto un aumento del interés colectivo por acceder a estas sustancias con el fin de mejorar el bienestar personal, ya sea con un propósito de tratar alguna patología de salud mental o como una alternativa para enriquecer un proceso de autodesarrollo y/o exploración personal.

Gracias a la actual era digital, hoy en día las evidencias disponibles sobre las características de estas experiencias no se atribuyen únicamente a los resultados de investigaciones académicas y/o científicas, ya que a partir de las diversas plataformas virtuales disponibles actualmente, es posible acceder a una inmensa cantidad de relatos de personas de todo el mundo que comparten sus propias experiencias con sustancias psicodélicas. Dentro de estos espacios digitales, **los usuarios de hongos psilocibios declaran que su uso, sobretodo cuando es gestionado de forma responsable, intencionada y consciente, es capaz de brindar profundos “viajes” de características visionarias y trascendentales, de los cuales han logrado rescatar y aprender aspectos importantes para sus vidas.**

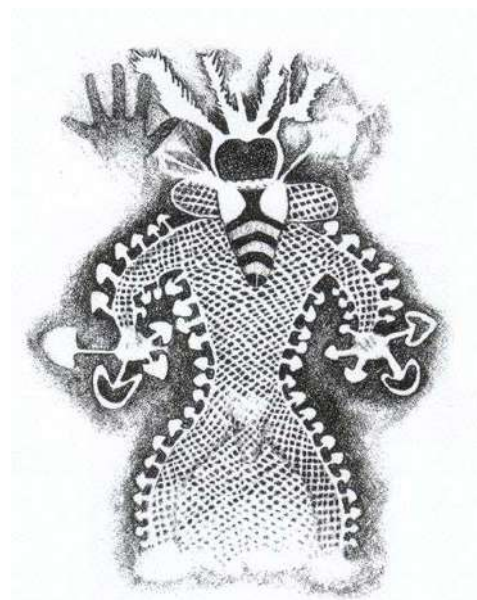
Por otro lado, dentro de este universo de experiencias disponibles, también es posible encontrarse con relatos sobre experiencias desafiantes o “malos viajes”, los cuales muchas veces se asocian a ingestas mal programadas, mal organizadas o que no cuentan con la debida información y consideraciones para ser realizadas (Zenteno, 2021).



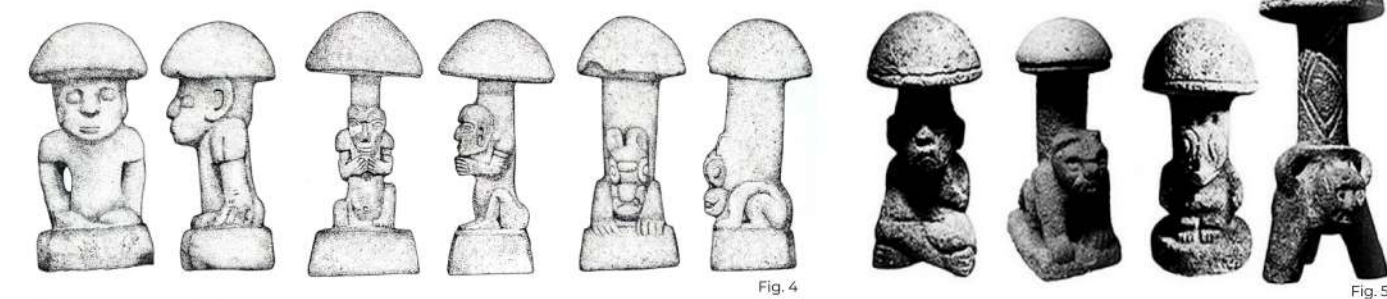


## Evidencia histórica del uso humano de Hongos Psilocibios

Si bien hoy en día se observa un exponencial aumento tanto en el interés científico como colectivo hacia estos hongos y otros enteógenos, lo cierto es que estas sustancias presentan un linaje ancestral que data miles de años previo a su descubrimiento y uso moderno, presentándose en una gran cantidad de pueblos originarios de distintas regiones del mundo como parte fundamental de diversos contextos sacramentales, rituales religiosos y métodos de sanación psico-espiritual (Rámirez et al., 2020). Este uso ritual y medicinal de los hongos psilocibios ha sido ampliamente documentado por una relevante cantidad de especialistas de diversas disciplinas, quienes han resaltado el valioso rol de estas herramientas visionarias en la formación y desarrollo de varias culturas y civilizaciones alrededor del mundo (Schultes, R. & Hoffmann, A., 2000). **La relación establecida entre las comunidades antiguas con estos hongos visionarios ha estado en la gran mayoría de los casos impregnada con un alto grado de devoción y respeto hacia ellos, considerando dentro las creencias registradas que los efectos provocados a partir de su consumo consisten en una puerta de acceso al mundo de los espíritus y a las dimensiones divinas** (Roberts, 2012).



Pintura de 7.000 a.c. encontrada en cueva de Tassili, Norte de Algeria  
Dibujo por Kat Harrison Mckenna a partir de la fotografía de Lajux (1961)



### Evidencia Arqueológica

- Fig 1: Esculturas Mayas de piedra volcánica - ladosis.org
- Fig 2: Réplica de la Piedra-Hongo fotografiada en 1898 por Carl Sapper
- Fig 3: Figurilla de barro encontrada en la zona de las Remojadas, Veracruz. Figura de Kuniaki Ohi en Ohi y Torres, 1994.
- Fig 4: Vista frontal y alteral de tres piedras hongo con figura antropomorfa y zoomorfa. Dibujos de Rumiko N. en Ohi y Torres, 1994.
- Fig 5: Varias esculturas de barro representando el culto a los hongos en Mesoamérica (Lowi, 1974).

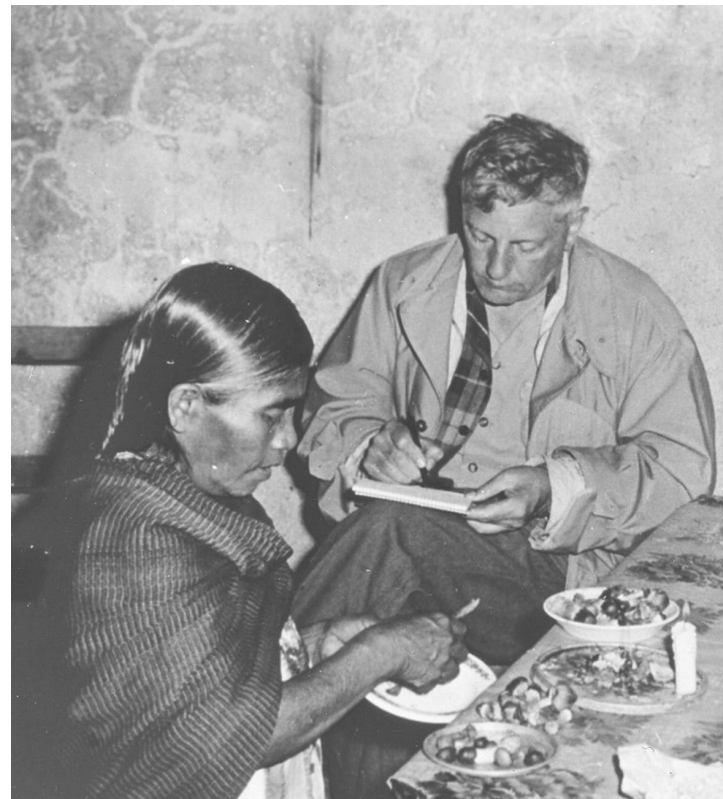


## Traspaso de la sabiduría ancestral a Occidente

Se considera desde un punto de vista histórico que el primer traspaso del conocimiento ancestral sobre estos hongos a la conciencia colectiva occidental ocurrió el año 1957, luego de que se publicara en la revista *Life* el testimonio y registro de la visita que el etnomicólogo estadounidense Robert Gordon Wasson había realizado un par de años antes a la zona de Huautla de Jiménez, ubicada al sur de México. El propósito de este viaje consistió en ir a conocer a María Sabina, una reconocida y respetada curandera mazateca de la zona, quién se refería a estos hongos sagrados como “niños santos” y quién facilitó a Wasson una sesión personal con ellos (Pollan, 2018).

Este relato, en el cual se detallaba la experiencia psicodélica de Wasson y las prácticas de Sabina, llegó a decenas de millones de personas luego de su publicación editorial y su posterior exposición mediática, causando un gran revuelo a nivel tanto científico como social dentro del contexto en el que el mundo se encontraba en ese entonces, donde las drogas psicodélicas estaban en pleno apogeo tanto en las investigaciones científicas como también en su uso por parte de la contracultura hippie (Bouzo, 2013). De esta forma, María Sabina se vio involucrada en un fenómeno cultural que no solo la llevaría a pasar por acontecimientos imprevistos y un desencadenamiento de la explotación comercial y turística de la zona, cuyo impacto afectaría directamente a su vida y a la de su pueblo, sino que también, a partir de tal fenómeno, se dio inicio a una desvinculación del aspecto sagrado presente en el uso de estos “niños santos” por parte de una sociedad que no compartía el mismo vínculo íntimo de respeto y humildad ante el verdadero poder de tal medicina ancestral.

El mismo año de tal publicación, Albert Hoffmann, el neuroquímico suizo responsable del descubrimiento del LSD, logró aislar los dos principales componentes activos de los hongos psilocibios a partir de unas muestras que le hizo llegar Wasson, compuestos a los cuales denominó *psilocibina* y *psilocina* (Hoffmann, 1978). De esta forma, la psilocibina se instauró dentro del contexto en el cual el LSD había irrumpido años antes, presentándose en la elaboración de más de mil estudios científicos entre los años 1947 a 1967, siguiendo la línea de investigación que estudiaba el potencial terapéutico de sustancias psicodélicas (Ott, 1978), insertándose de esta manera dentro de los acontecimientos históricos mencionados anteriormente relacionados con tales drogas.



María Sabina y Robert Gordon Wasson

## Perfil de seguridad de la Psilocibina

Debido a la capacidad de los psilocibios de provocar alteraciones transitorias del funcionamiento normal del sistema nervioso central, estos hongos clasifican actualmente como drogas (OMS, 2004). Sin embargo, a pesar del estigma asociado a tal clasificación, la cual realmente se refiere a toda sustancia que altere el sistema nervioso central, incluyendo drogas socialmente normalizadas como la cafeína, el alcohol, el azúcar, el tabaco, el mate y hasta el uso excesivo de redes sociales (Meshi et al., 2019), el nivel de seguridad de la Psilocibina es bastante alto y su nivel de peligrosidad bastante bajo, llegando a ser considerada como la **sustancia psicoactiva y psicodélica más segura de utilizar tanto en contextos terapéuticos como recreativos** (Global Drug Survey, 2020).

Su destacable nivel de seguridad se atribuye principalmente al hecho de que los hongos psilocibios provocan la menor cantidad de emergencias médicas en comparación con otras sustancias psicoactivas y/o psicodélicas. La psilocibina se caracteriza por presentar una baja toxicidad fisiológica (Passie, 2002), no suponen riesgo de sobredosis y presentan un bajo riesgo de abuso, ya que el organismo genera tolerancia rápidamente a esta sustancia (Fantegrossi et al., 2004).

El Global Drug Survey (2020), señala que recoger y consumir hongos provenientes de la naturaleza resulta ser más peligroso que tener una experiencia psicodélica con psilocibios, debido al peligro que puede conllevar el equivocarse de especie y consumir un tipo potencialmente tóxico para el organismo (Janikian, 2019).

## Efectos de los Hongos Psilocibios

Los efectos de estos hongos dependen directamente de la **dosis**, la **sensibilidad** de la persona a la psilocibina, las **experiencias previas** de consumo y el **contexto** en el cual se efectúa la ingesta (Janikian, 2019). Algunos factores de la persona, tales como su edad, presencia de problemas psicológicos recientes y rasgos de personalidad parecen tener también un rol importante en cuanto a los efectos de la psilocibina y la calidad de las experiencias (Studerus et al., 2012).

Por lo general, los efectos de la psilocibina ocurren entre 30 a 45 minutos después de ingerir los hongos, los cuales suelen durar entre cuatro a seis horas. Según señala Timmermann (2014), los efectos que provoca la psilocibina en dosis normales y en sujetos sanos, consisten en alteraciones de la percepción, afectividad, atención y funciones del “yo”, mientras que en dosis altas se ha reportado la sensación subjetiva de pérdida de los límites entre el “yo” y el ambiente externo, efecto comúnmente llamado “disolución del ego”. Esta sensación presente en dosis altas puede llegar a provocar estados transitorios de ansiedad, los cuales pueden ser controlados con técnicas de respiración y/o meditación (Hasler et al., 2004).

## Beneficios sustanciales en el tiempo

Según Griffiths (2011), dentro de los efectos que provoca la psilocibina en la conciencia de sujetos sanos que la emplean en contextos seguros y apropiados, se considera principalmente la inducción de estados que se pueden definir como un **conjunto de sensaciones placenteras, dentro de las cuales se encuentran un fuerte sentimiento de alegría, una mayor conexión con el entorno y la naturaleza, un aumento de la empatía y una mejora del bienestar personal general.**

En un estudio realizado con voluntarios que tomaron esta sustancia, se registraron cambios positivos e incrementos del bienestar emocional en el 94% de los participantes hasta 14 meses después de sus experiencias visionarias, demostrando que estas **no se tratan de simples sensaciones superficiales y pasajeras, sino que funcionan a niveles tan profundos de la psique que pueden permitir una mejora y aprendizaje del cotidiano individual, provocando estados de bienestar sustanciales en el tiempo** (Griffiths, 2011).

## Riesgos y contraindicaciones

Los potenciales efectos negativos y/o adversos presentes a partir del consumo de estos hongos son relativamente poco frecuentes. El consenso científico actual señala que estas drogas, administradas bajo supervisión y en dosis adecuadas, mantienen un perfil de uso muy seguro (Johansen & Krebs, 2015). Sin embargo, su uso en dosis inapropiadas, la combinación con otras sustancias y/o psicofármacos, un mal contexto de uso, entre otros factores, pueden llegar a desplegar experiencias potencialmente incómodas y riesgosas para sus usuarios.

Según lo que señalan Johnson y Griffiths (2017), las personas con psicosis actual o que corren el riesgo de sufrir trastornos psicóticos corren un mayor riesgo de sufrir reacciones psiquiátricas prolongadas, por lo cual este perfil de personas debería abstenerse del uso de hongos psilocibios y de cualquier otra sustancia psicodélica.

En usuarios de psicotrópicos convencionales, como algunos antidepresivos, se desaconseja el abandono de tal tratamiento sin supervisión médica (Psilodosing, 2021).

En caso de un “mal viaje”, se recomienda buscar una forma de tranquilizar al usuario, alejándolo de condiciones que pueden estar influyendo de forma negativa en su experiencia. La evidencia anecdótica sugiere que la ingesta de frutas y jugos con alto concentrado de vitamina C ayuda a disminuir y mitigar los efectos desagradables presentes en tales experiencias. Respecto a estas experiencias, se destaca la observación de algunas especialistas expertos en sesiones psicodélicas, quienes no consideran estas experiencias negativas, sino que tienen el potencial de ser beneficiosas y significativas para la persona cuando esta logra trascender e integrar tal experiencia (Escobar, 2021).

## **2. Etapa de Definición**

Consideraciones de uso y  
oportunidades detectadas



## Set & Setting: Configuración del viaje psicodélico

El “Set & Setting” es un término utilizado para sesiones de micro y macrodosificación, el cual integra aspectos importantes a considerar antes y durante una sesión psicodélica. Este término, originalmente popularizado por el investigador y escritor Timothy Leary en los años sesenta (Pollan, 2018), es un modelo empleado en el contexto de uso de drogas psicodélicas con el objetivo de gestionar las variables presentes en las experiencias, minimizando posibles riesgos y maximizando los beneficios a partir de un despliegue controlado de tales vivencias.

### Set

El “Set” o mindset, hace referencia al **estado mental** con la cual la persona se enfrenta a la experiencia, considerando dentro de este el nivel de preparación previa, la predisposición, los pensamientos, los sentimientos y las expectativas del usuario.

Antes de adentrarse a tener una experiencia con hongos psilocibios o con cualquier otro psicodélico, siempre es recomendable pasar por un proceso de autoindagación donde se busque responder a algunas de las siguientes interrogantes:

*¿Qué busco a partir de esta experiencia?*

*¿De dónde viene mi necesidad de consumir esta sustancia?*

*¿Me encuentro en un buen momento para tener este tipo de vivencias?*

*¿Está bien programado mi “viaje”? ¿Interrumpe mi rutina o deberes?*

### Setting

El “Setting” se refiere al **contexto físico y social en el cual se tendrá el “viaje”**. Este aspecto influye directamente en el nivel de sostenibilidad y la calidad de las experiencias, por lo cual se recomienda un ambiente placentero capaz de proveer seguridad, control y comodidad. En cuanto al contexto social, se recomienda sobretodo a usuarios con menos experiencia **contar con la presencia de uno o más acompañantes de confianza** que puedan contribuir a esta sensación de bienestar y seguridad. El fin del setting es **proveer a los usuarios de un contexto donde se sientan cómodos, seguros y acogidos**.

Dentro de estas consideraciones se pueden incluir **estímulos sensoriales como música y aromaterapia** para dirigir y acompañar el transcurso de las experiencias.

Queda a disposición y voluntad del usuario si las experiencias se llevan a cabo en interior o exterior. Varios expertos recomiendan usar antifaz en las sesiones “indoor” para poder dirigir plenamente la atención hacia el mundo interno.

## Integración: Gestión de beneficios

El concepto de integración hace referencia al **proceso de darle sentido y significado a las experiencias psicodélicas a partir de un trabajo de incorporación de los conocimientos, simbologías, pensamientos y sentimientos presentes durante estas vivencias**. Es considerado como parte fundamental del proceso terapéutico, donde se busca traducir el significado de estas experiencias en cambios reales en la vida de la persona (Fadiman, 2017). Teniendo en cuenta la visión de los diversos profesionales consultados a lo largo de esta investigación, la integración debería ser considerada en conjunto con las recomendaciones presentes en el modelo de “Set & Setting”, ya que su práctica permite desarrollar un vínculo más sano, íntimo y dotado de significado con la medicina y las diversas experiencias y beneficios que esta puede brindar a sus usuarios.

Dentro de las recomendaciones a considerar para lograr un correcto proceso de integración, Isabel Escobar (2021), propone como primera consideración el buscar resguardo los primeros días después de las experiencias. Esto implica tomar distancia de posibles interferencias externas, como pueden ser las redes sociales y el mundo exterior, buscando, en cambio, un contacto mayor con el mundo interno personal y una contención de parte de personas de confianza pertenecientes a las redes de apoyo personal, como puede ser la familia, las amistades y terapeutas.

Una vez que la persona se sienta preparada para procesar esta información, existen diversos métodos para plasmar tales experiencias. Describir estas vivencias en palabras puede resultar un gran desafío, principalmente debido al carácter de inefabilidad que se presenta en las sensaciones, emociones y pensamientos durante estos “viajes”. A partir del consenso detectado entre los diversos profesionales y la bibliografía consultada, se proponen una serie de prácticas alternativas y/o complementarias a la escritura para propiciar este proceso de integración:

**Registrar las experiencias en una bitácora a través de dibujo, pintura o escritura:** Permite integrar los cambios a un nivel mental consciente, permitiendo expresar y procesar lo que se está sintiendo.

**Darse un tiempo a solas y generar un espacio de introspección:** Reflexionar sobre lo experimentado, permitiendo que surjan y decanten más conocimientos internos antes de comentar la experiencia con amigos y/o familiares.

**Hablar con personas de confianza sobre la experiencia:** Luego de haber reflexionado sobre el significado de esta, procesarla verbalmente con una persona de confianza puede llegar a ser de gran utilidad, en especial si se cuenta con un asesoramiento psicológico, terapéutico o chamánico.

**Meditar y buscar contacto con la naturaleza:** Permite conectar con el ser propio y el entorno, propiciando un estado mental de recarga energética y apertura emocional.

## Desafíos y oportunidades presentes en el contexto nacional

### ***Política prohibicionista actual***

En Chile, la actual ley 20.000 de drogas es la ley encargada de sancionar el tráfico ilícito de estupefacientes y sustancias psicotrópicas, la cual se instauró a nivel nacional a partir de la adopción de políticas de carácter prohibicionista influenciadas directamente del modelo norteamericano del siglo XX. **El conjunto de políticas y discursos políticos prohibicionistas presentes en nuestra sociedad han sido históricamente contruidos a base de sesgos morales e intereses políticos que han y siguen influyendo en la estigmatización de consumidores de sustancias psicoactivas, marginando y vulnerando a aquellas personas relacionadas con tales prácticas** (Zamora, 2018). Históricamente, a partir de diversas fuentes comunicacionales se ha contribuido a una desinformación y satanización de las sustancias psicoactivas más comunes, mientras que las campañas anti-drogas han presentado paralelamente una poca incidencia social de las prácticas enfocadas en la eliminación del consumo de estas (Zamora, 2018). Es así como los consumidores, quienes por lo general no cuentan con herramientas que apoyen la toma de decisiones responsables sobre posibles consumos de drogas, se ven impulsados por diversos factores personales y sociales hacia la experimentación con sustancias mediante sus propios medios y motivaciones, lo cual puede resultar riesgoso para su salud y seguridad (Movimental, 2012).

Al mismo tiempo, dado el estatus legal de las drogas recreativas de origen natural más comunes en el país, siendo la marihuana la más consumida a nivel nacional (Fundación DAYA, 2020), el acceso a estas se da principalmente por dos vías muy distintas entre sí: la compra a través del narcotráfico y el **autocultivo, siendo esta última opción la vía de acceso más segura a tales sustancias.**

### ***Política de reducción de riesgos: una alternativa viable***

Este enfoque político funciona como una alternativa al prohibicionismo, encargándose de proponer un **conjunto de programas, iniciativas e intervenciones destinadas a minimizar las posibles consecuencias adversas a la salud y bienestar ocasionadas por el consumo de sustancias psicoactivas a partir de la educación y el fomento de prácticas responsables**, oponiéndose a los perjuicios infligidos a personas consumidoras de sustancias con el fin de favorecer intervenciones que respeten y protejan los derechos humanos de este colectivo, siendo la libertad y autonomía personal sus dos focos principales (Bosque-Prous y Brugal, 2016).

De esta manera, el enfoque de reducción de riesgos alude a medidas de fomento de la salud en los usuarios como también a medidas para reducir un amplio espectro de daños relacionados con las drogas en las comunidades y población en general (Zamora, 2018).

Esta política desaconseja la aceptación y el consumo precipitado de las drogas psicodélicas sin una supervisión rigurosa y una previa educación entorno al tipo de sustancia y las experiencias que esta pueda facilitar.

*“Si las palabras vida, libertad y la búsqueda de la felicidad no incluyen el derecho a experimentar con tu propia conciencia, entonces la Declaración de la Independencia no vale el cáñamo en la que fue escrita.”*

- Terence Mackenna

## Desafíos y oportunidades presentes en el contexto nacional

### ***Aumento de la oferta y consumo de hongos Psilocybes en Chile***

A pesar del estatus legal de las sustancias psicoactivas mencionado anteriormente, el cual también considera a los hongos del género Psilocybe dentro de este, en el contexto nacional se evidencia un creciente uso de estos tanto para fines recreativos como terapéuticos, lo cual según señala la Fundación Azul Micelio (2021), se relaciona directamente con el aumento de oferta y venta de kits de cultivo. A partir de esto, diversos entusiastas y agrupaciones nacionales, están desarrollando iniciativas basadas en las políticas de reducción de riesgos mencionadas anteriormente para aportar a la educación colectiva y al resguardo tanto de los usuarios como de los mismos hongos.

En un levantamiento de información realizado por Fundación Azul Micelio en el año 2021, se investigó sobre el origen de proveniencia de los hongos psilocibios que se encuentran circulando actualmente para el consumo en Chile. A partir de este estudio, se generó una extensa base de datos de diferentes cultivadores, vendedores de insumos para producir setas y generadores de contenido relativo al uso de estos hongos (Clavería, 2021). Incluido dentro de los focos de la investigación se consideraron además agrupaciones de profesionales, entusiastas, terapeutas, artistas, pensadores y filósofos que buscan generar espacios de información e interacción entre grupos de personas interesadas en profundizar sobre este tema.

Del universo de 60 tiendas virtuales reconocidas a partir de tal estudio, se evidencia que la región Metropolitana concentra la mayor cantidad de emprendimientos dedicados a la venta de kits y esporas, presentando un estimado de 22 tiendas en la región. De estas tiendas, tan solo el 10% genera algún tipo de información referente a la educación sobre reducción de riesgos y consumo responsable de psilocybes (Fundación Azul Micelio, 2021). Dado este bajo porcentaje de tiendas que ofrecen información y recomendaciones de uso, se evidencia además que, por parte de iniciativas individuales de generación de contenido informativo y educativo, existe un creciente interés por generar colectividad e interacción tanto a nivel regional como internacional para aportar a la democratización del conocimiento sobre el tema.

Según señala Monserrat Lepé (2021), **el uso terapéutico de hongos psilocybes es lo que actualmente está tomando mayor protagonismo en el contexto actual**, generando un gran interés colectivo en el último tiempo a partir del ya mencionado aumento de información al respecto. Lo que se ha evidenciado a partir de esto es descrito por la comunidad aficionada al tema como un **cambio en la percepción de la población hacia los psilocybes y los hongos en general, lo que ha influido directamente en la relación que se está estableciendo entre los usuarios y la sustancia.**

Es a partir de este contexto donde los distintos colectivos se encuentran trabajando actualmente en diversas iniciativas basadas en la política de reducción de riesgos con el objetivo de **aportar a la educación y resignificación de estos hongos, abordando el interés colectivo hacia estos desde un enfoque integral que no pierda las distintas dimensiones presentes en su uso, promoviendo de esta manera la generación de un vínculo sano y respetuoso con esta medicina ancestral.**

Este **enfoque integral** que se plantea en la iniciativa de democratización del conocimiento y resignificación relativa a los hongos psilocibios, Gazmuri sugiere lo siguiente: *“Se debe rescatar de alguna forma una mirada más amplia, sin caer en la tiranía epistemológica materialista. Hay que considerar tanto los hallazgos científicos como la sabiduría y profundidad ancestral, reposicionando el valor de las plantas y hongos sagrados a partir del extenso conocimiento existente sobre estos”* (Gazmuri, comunicación personal, Mayo 2021).

Complementando tal postura, Christopher Timmermann señala que **la evidencia apunta cada vez más que el manejo del contexto y de las variables resulta ser fundamental para tener experiencias seguras y eficaces para los propósitos del usuario, por lo que tener en cuenta este universo de consideraciones puede permitir un mejor despliegue de las experiencias y la obtención de mejores resultados** (Timmermann & Brito, 2021).



## Problema detectado

El interés colectivo hacia los hongos psilocybes ha aumentado considerablemente en los últimos años tanto a nivel global como nacional, influenciado en parte importante por la extensa cantidad de evidencia científica y anecdótica que respalda las cualidades beneficiosas presentes tanto en el uso de micro-dosis para el aprovechamiento de sus efectos sub-perceptuales, como en la ingesta de macro-dosis para lograr experiencias holotrópicas y/o trascendentales. Sin embargo, **a pesar de la gran cantidad de información disponible a la fecha relativa a las consideraciones de reducción de riesgos en el uso de estos hongos, el principal problema detectado a nivel nacional surge a partir de que el acceso a estos, generalmente en una primera instancia, suele ocurrir en contextos recreativos inadecuados, desprovistos de información y preparación**, lo cual puede llegar a afectar negativamente la calidad de las experiencias y al resguardo de seguridad de sus usuarios.

A partir de lo mencionado anteriormente resulta posible sugerir que, a pesar de la cantidad de información disponible en torno a las consideraciones de uso, esta al presentar temáticas y conceptos “abstractos” generalmente de forma escrita y sin un apoyo visual, no logra llegar de una manera realmente significativa a los usuarios, quienes en su mayoría se adentran a tener estas experiencias a partir de las recomendaciones de cercanos o conocidos.

Incluso teniendo en consideración el bajo nivel de peligrosidad de los hongos psilocibios en comparación con otros psicoactivos, si los usuarios no toman real conciencia de ciertos factores clave, como lo son las interacciones con otros psicofármacos, antecedentes psiquiátricos de la persona, el estado de ánimo, el contexto y la compañía presente en el momento de adentrarse a tener estas experiencias, existe una mayor probabilidad de que se vean perjudicados por el despliegue de sensaciones desagradables, experiencias desafiantes, crisis de pánico y/o angustia, entre otros potenciales riesgos y emergencias, de las cuales se ha evidenciado un aumento en el último tiempo dentro de los circuitos de profesionales de la salud mental que manejan información sobre este tema (Zenteno, 2022).

## Oportunidad de Diseño

A lo largo del desarrollo de este proyecto se pudo contactar y generar vínculos cercanos con diversas personalidades involucradas en el gremio nacional enfocado en divulgar conocimientos y realizar asesorías sobre hongos psilocibios. Este grupo de profesionales y entusiastas se ven principalmente impulsados por la **necesidad de generar espacios de diálogo, educación y redes apoyo a partir de iniciativas personales y/o grupales, las cuales buscan atender a las necesidades e inquietudes de las personas que están decididas o interesadas en hacer uso de estas sustancias, ya sea con fines recreativos o terapéuticos**. Estos espacios surgen con el fin de educar y promover una gestión consciente y responsable de las variables presentes en las experiencias con estos hongos, con el objetivo de que las personas cuenten con el conocimiento necesario para disminuir posibles riesgos y maximizar los beneficios que tales experiencias pueden brindar.

Es a partir de la presente necesidad de hacerse cargo de esta política pública encargada de resguardar la seguridad y bienestar de los usuarios de estas sustancias, que se logra detectar una oportunidad relevante para el diseño, la cual se vincula estrechamente con el rol que esta disciplina cumple dentro de la comunicación y la divulgación de conocimiento. Esta oportunidad consiste en **transmitir visualmente de una forma amigable, sensible y comprensible las consideraciones fundamentales y conceptos complejos presentes en el uso personal de hongos psilocibios**, rescatando de esta manera las visiones de los diversos profesionales consultados a lo largo del desarrollo del proyecto en el desarrollo de piezas gráficas que permitan abordar estos temas de una manera atractiva e innovadora, asumiendo una gran responsabilidad en la manera en la que estos contenidos se comunican.

Tales piezas gráficas, incluyendo las ilustraciones, fotografías y collages que se muestran a lo largo de esta memoria, están influenciadas directamente por el conocimiento histórico recopilado, las consideraciones de uso y vínculo con la medicina, las experiencias subjetivas que diversas personas me han compartido durante estos años, y también por mis propias vivencias personales y valores adquiridos a lo largo de este tiempo.

***“Fantastic Fungi” - Louie Schwartzberg***

Documental enfocado en generar conciencia sobre el rol del reino fungi, abordando su biología, relevancia ecológica en el planeta y los distintos usos que han sido aprovechados a lo largo de la historia de la humanidad. Si bien es un referente audiovisual para conocer más sobre el mundo de los hongos, incluyendo el potencial psicoterapéutico de los psilocybes, este tema se aborda desde la teoría y las experiencias de usuarios y pacientes, por lo que es un buen antecedente para generar interés inicial en estos.

***“Cómo cambiar tu mente” - Michael Pollan***

Este libro aborda una profunda y extensa investigación sobre la revolución médica y científica en torno a las drogas psicodélicas, presentando la historia personal que cambiaron la perspectiva de vida del propio autor. El verdadero objetivo de este escrito no son sólo las drogas psicodélicas, sino el enigma en torno a la conciencia humana y a cómo deberíamos actuar cuando buscamos encontrar sentido a nuestras vidas en un mundo que nos regala al mismo tiempo momentos tanto placenteros como dolorosos. Es un antecedente destacable dada su motivación por entregar información abundante sobre estudios y experiencias antiguas y actuales.

***“Psilocybin Mushroom Companion” - Michelle Janikian***

Este libro presenta una guía completa y amigable sobre básicamente todo lo que hay que saber y considerar sobre el uso de hongos psilocybes. Entrega conocimientos a partir de consejos paso a paso fáciles de seguir, incluyendo información para planificar viajes seguros y efectivos, acceder a la naturaleza transformadora de estas experiencias, e incluso para aprovechar los beneficios de las microdosis en la mejora del estado de ánimo y el funcionamiento cognitivo. Este antecedente busca poner los hongos psilocybes en perspectiva a partir de la disipación de mitos y leyendas urbanas, permitiendo un acceso a los conocimientos sobre los beneficios de los viajes psicodélicos.

***“Mantún” - Fungishop Chilena***

Esta tienda virtual ofrece kits de cultivo y esporas para la producción personal de hongos psilocybes. Es destacada dentro de los antecedentes principalmente por ser una de las pocas tiendas nacionales de insumos de cultivo que entrega una amplia cantidad de conocimiento de acceso público a través de su página web y sus redes sociales, los cuales buscan ser complementados con la propia experiencia de cultivo que facilitan a través de sus productos y con la educación de personas que buscan instruirse sobre el tema.

***“Abiertamente” - Editorial Chica***

Este manual informativo de bolsillo está hecho por una editorial independiente chilena. Su objetivo es entregar consideraciones clave sobre uso responsable de hongos psilocybe, proporcionando datos sobre la historia de estos, sus efectos en el cerebro y la conciencia, los cuidados necesarios a considerar, los niveles de experiencia psicodélica, entre otros. Se destaca en este antecedente el formato fanzine que presenta, lo cual permite disminuir costos de producción y ser asequible por un público más amplio.

***“Integration Workbook: planting seeds for growth and change” - Psychedelics Today***

Este libro disponible tanto en formato físico como digital presenta distintas actividades para facilitar la integración personal de las experiencias psicodélicas en sus usuarios- Entre los trabajos que se presentan se incluyen ejercicios de meditación, ejercicios para planificar los objetivos y crear una bitácora de experiencias. De los antecedentes mencionados, este es el que más aborda la integración psicológica de la experiencia.

## Rol social del Diseño en la creación de proyectos conscientes y responsables

En el marco de este proyecto, el Diseño es entendido como una disciplina capaz de enfocar la creatividad de las personas en el desarrollo de soluciones innovadoras y atractivas con el fin de aportar a la resolución de problemas presentes en nuestra sociedad. De esta manera, la disciplina presenta una **responsabilidad intrínseca en el manejo de conocimientos y en el impacto social que puedan tener los proyectos donde tales saberes son aplicados**. A partir de esto, se considera el rol social del Diseño como el motor impulsor en la creación de proyectos que buscan lograr cambios positivos en la sociedad, los cuales deben hacerse cargo de sus responsabilidades éticas a lo largo de todo su desarrollo y de sus proyecciones (Papaneck, 1971).

Considerando que este proyecto busca abordar una temática compleja referente a las consideraciones de uso y experiencias facilitadas por una sustancia actualmente ilegal en nuestro país, se puede poner de manifiesto que este trabajo corresponde a un **Diseño con enfoque activista**, el cual ha sido directamente inspirado por el enfoque proactivo y participativo de la disciplina propuesto por Francis (1999), donde se motiva a los diseñadores a **hacer uso de nuestras habilidades para asumir riesgos, basando nuestros pensamientos y acciones en criterios sociales y valores ambientales, involucrándonos a largo plazo para poder hacer realidad una visión y apuntando de esta forma a lograr cambios sostenidos en el tiempo**.

*“Toda acción de Diseño es un acto político que concreta poder y autoridad.”*

- Randolph T. Hester,  
Universidad de California, Berkeley



**Fungitivo (2019):** “Plataforma de difusión fúngica para todxs, conectando mediante las artes, las gráficas, la artesanía y oficios varios a muchas de las personas que aún desconocen las maravillas del Reino Fungi.”

## Herramientas y decisiones de Diseño

Con el fin de aplicar en el desarrollo de este proyecto una visión integral respectiva al uso responsable de hongos psicocibios, fue necesario aplicar el enfoque de **diseño participativo**, el cual se centra en abogar por la participación de los usuarios y partes interesadas a lo largo del proceso de investigación y del proceso de diseño mediante una serie de actividades de co-diseño y de retroalimentación (Hanington B., & Martin B., 2012).

Dentro de las diversas instancias de levantamiento de información y generación de vínculos con los colaboradores y potenciales usuarios del proyecto, se presenta como objetivo principal el hacer converger las múltiples visiones existentes sobre los cuidados necesarios para tener experiencias seguras y potencialmente beneficiosas con psicocibios, considerando las etapas de educación, preparación, set & setting e integración de las experiencias, teniendo en cuenta además aspectos subjetivos como el vínculo emocional y/o espiritual presente en la relación personal con la medicina.

Entre las actividades realizadas para lograr tales objetivos se destacan las reuniones virtuales y presenciales, las conversaciones informales vía telefónica, Whatsapp e Instagram y también las instancias de diálogo casual entorno a los hongos psicocibios con distintas personas tanto cercanas como desconocidas.

A fin de cuentas, el poder conversar sobre este tema abiertamente con mucha gente ha demostrado que los hongos psicocibios ya están presentes en gran parte del imaginario colectivo de personas de distintos rangos etarios, presentando un interés más recreativo en adultos jóvenes (20 a 35 años) y un interés mucho más terapéutico en personas mayores de 35 años. Esto último no excluye el hecho de que muchos adultos jóvenes, sobretudo veinteañeros que presentan altos niveles de ansiedad y estrés, ven en los procesos de microdosificación un interesante complemento para sostener y acompañar de una mejor forma sus rutinas cotidianas.

A partir de los diversos conocimientos, inquietudes, enfoques y sentires recopilados, la manera en que se da forma al proyecto y se le otorga tangibilidad es a partir de la creación de diversas piezas gráficas que no presentan necesariamente una narrativa lineal, ya que a pesar de que estas están pensadas como parte de un conjunto o “ecosistema”, el cual se rige por ciertos principios que se muestran más adelante, estas obras funcionan independientemente una de otra, presentándose como piezas visuales que buscan en una primera instancia cautivar la atención por sí solas, motivando posteriormente una búsqueda y descubrimiento de las demás obras por parte de sus espectadores.

Tal “experiencia” crítica con las piezas gráficas ha podido comprobarse exitosamente a partir de los resultados obtenidos y de las interacciones con los contenidos publicados, lo cual ha demostrado un gran interés en sus espectadores por conocer más sobre este mundo fungi - psicodélico y las distintas consideraciones asociadas al uso responsable, consciente y beneficioso.

Por otro lado, se considera que la forma y el momento en la que tales obras fueron y han sido elaboradas han respondido directamente a una sensibilidad personal y a un apego íntimo con lo que se ha estado desarrollando a través del tiempo, fluyendo naturalmente a partir de procesos de catarsis y canalización emocional profunda y sincera que no se apegan estrechamente a una estructura lógica o racional, sino más bien a una sensorial y experiencial.

### **3. Formulación del Proyecto**



## Qué

Ecosistema visual de piezas gráficas que busca abordar y representar conceptos relativos a las consideraciones, cuidados, aspectos transpersonales y experiencias presentes en el uso de hongos Psilocibios.

## Por qué

Porque el aumento del interés colectivo hacia el uso de psilocybes debe ser atendido desde un enfoque integral que logre transmitir y promover conductas responsables y conscientes en sus usuarios para propiciar la reducción de riesgos (*Set & Setting*) y la maximización de beneficios (*Integración*).

## Para qué

Para complementar y aportar a la democratización del conocimiento colectivo sobre estos hongos y sus respectivas consideraciones de uso, contribuyendo a visibilizar, sensibilizar y abrir los espacios de diálogo en torno a los aspectos presentes en las distintas etapas de las experiencias (*Educación, Preparación, Intención, Experimentación, Integración, Vinculación*).

## Objetivo General

Generar un espacio de representación visual, reflexión y retroalimentación en torno a la gestión de variables presentes en el uso personal de hongos psilocibios que aporte a la divulgación de conocimiento sobre el tema.

## Objetivos Específicos

Reconocer y aplicar en el desarrollo del proyecto las recomendaciones relativas al uso consciente y responsable de hongos psilocibios.

(Preparación, Set & Setting, Integración)

*I.O.V: Cantidad y cualidad de las recomendaciones reconocidas.*

Crear piezas gráficas inspiradas en los aspectos emocionales y transpersonales presentes en las experiencias con hongos psilocibios.

(Ilustraciones, Pinturas, Animación, Fotografías)

*I.O.V: Cantidad de aspectos representados visualmente.*

Generar instancias de visibilización, interacción y retroalimentación a partir de la publicación de las piezas gráficas elaboradas.

*I.O.V: Cantidad y cualidad de las interacciones con los contenidos publicados.*

Evocar emociones en los espectadores de las obras elaboradas.

*I.O.V: Calidad de las emociones expresadas por parte de los espectadores.*



*Evan Mcohen - Ilustrador Transpersonal*

MINERA ESCONDIDA Y METRO DE SANTIAGO PRESENTAN

**CRUZ PAL' FACEBOOK**  
PREMIO DEL PÚBLICO / MENCIÓN HONROSA

Se le quedó el Facebook abierto y me siguió loquita. Los mensajes dulces con su amiguita amarga. Tragó saliva y como siera lágrimas bañadas en simel me chorrearon por la cara como en la comedia del Siete. Las hice todas letras y se las escupió en la cara junto con una lupa. El último cigarrillo me calentó hasta el alma, y me tragué como cien pastillas que me dejaron pálida.

Francisca Muñoz, 20 años, Paoete Alto

**santiago en 100 palabras**  
CONCURSO DE CUENTOS BREVES Y SU VECCIÓN

MINERA ESCONDIDA METRO AEROPUERTO TALLERES SANTIAGO RADIO PLACIO

PRESENTAN ESCONDIDA | BHP Y FUNDACIÓN PLACIO

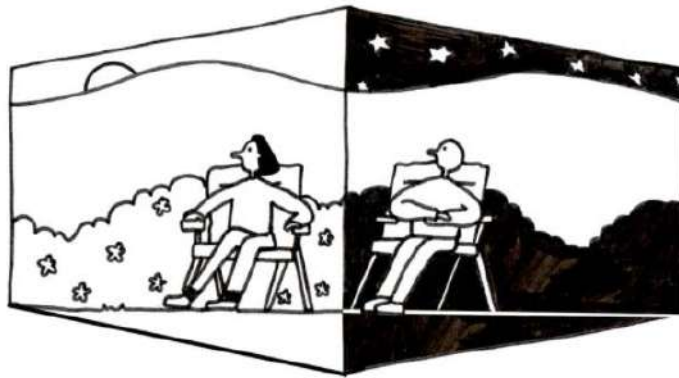
**El Buitre**  
PREMIO AL TALENTO INFANTIL

En los parques se encuentra un zve rapaz, es la paloma apodada «el Buitre», dotada de unas poderosas alas que ahuyentan a los de su misma especie. Con un pico deforme devora migajas y comida sin piedad, devastando pueblos enteros. No tiene debilidades, solo un loco gusto por las chorrillanas, siempre y cuando la cebolla y el huevo estén bien fritos; si no, le repugnan, y ataca al ser vivo que tenga oscuras, ya sea ave, humano o animal doméstico. Para calmarla hay que darle migajas de pan orgánico tostadas. Ya han aido advertidos.

Patricio Maulén Soto, 12 años, Cerrillos

**santiago en 100 palabras**

*Santiago en 100 palabras*



VER  
LA TARDE PASAR



VALEONVALE



VALEONVALE

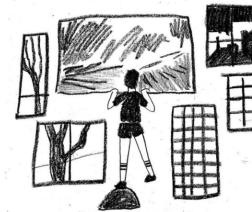
*Ilustraciones Valeonvale*



AÑOS CAMBIANDO DE PAISAJES



Y SIGUEN DOLIENDO LAS DESPEDIDAS



CAMBIAN TAMBIÉN  
LOS CUARTOS, LAS VENTANAS



Y YO SIGO SIENDO MI CASA

*Dibujos de Camilo*

## Usuarios detectados

### Trabajo de campo

Durante el transcurso de esta investigación se realizaron diversas actividades enfocadas en comprender de una forma más profunda el contexto a nivel nacional y entender las motivaciones de las personas por hacer uso de hongos psicodélicos. Con el propósito de definir de una forma más precisa las prácticas, necesidades e inquietudes de las personas interesadas en el tema, se realizó una encuesta enfocada en usuarios actuales de psicodélicos y en personas interesadas en utilizarlos a futuro.

A partir del análisis de los resultados de tal estudio se determinaron los usuarios arquetípicos del proyecto, identificando interacciones críticas presentes en sus contextos.

### Principiantes

Llegan a conocer los hongos psicodélicos a partir de cercanos que han tenido buenas experiencias.

No se sienten tan preparados para tener una experiencia por sí mismos, pero tienen la motivación por aprender más sobre el tema y tener una experiencia psicodélica en un contexto adecuado y controlado.

Aún no se definen como usuarios recreacionales o terapéuticos, pero se puede observar una motivación por obtener experiencias visuales y sensoriales donde conecten profundamente con la naturaleza y/o consigo mismos.

### Recreacionales

Utilizan dosis normales y altas de hongos para tener viajes psicodélicos, los cuales gestionan para poder compartir y disfrutar junto a sus amigos. Suelen tener las experiencias en contacto con la naturaleza, acompañándolas de una selección musical.

La mayoría presenta un alto grado de respeto hacia estas sustancias y un bajo nivel de abuso. Sus viajes les han revelado aspectos profundos sobre su propia vida, tanto en experiencias agradables como en viajes desafiantes.

Se evidencia una importante consideración por parte de estos usuarios respecto al “Set & Setting”, presentando conocimientos base para poder obtener experiencias agradables y seguras.

Aprecian las características “jugetonas” de las experiencias que estos hongos inducen, sienten que a partir de estas han podido ver el mundo desde una perspectiva más amplia, consciente y conectada.

### Terapéuticos

Son los más metódicos y utilizan estos hongos de manera muy planificada para procesar y sanar emociones profundas.

Sus experiencias suelen ser registradas o compartidas con el fin de darles sentido, lo que les ayuda a procesar mejor la integración de tales vivencias y de las emociones vinculadas a estas.

Las dosis utilizadas por este tipo de usuarios puede variar, ya que muchos de ellos suelen aprovechar los efectos sub-perceptuales de las microdosis para conseguir los beneficios de estos hongos sin interrumpir sus actividades cotidianas.

En ciertas ocasiones y contextos específicos planifican viajes con dosis más altas para inducir experiencias profundas, los cuales llevan a cabo con una alta preparación previa y una disposición a conectar con estados más receptivos de consciencia.



## Contexto de implementación

Los usuarios definidos en la página anterior presentan un gran interés por tener experiencias con hongos de forma responsable y consciente, ya sea con fines recreativos o terapéuticos. Buscan informarse por cuenta propia, principalmente por medio de redes sociales, páginas web, o simplemente a partir de los consejos de un cercano que los pueda instruir y eventualmente acompañar al momento de realizar el “viaje”.

Considerando lo anterior, este proyecto busca posicionarse dentro de un contexto de acciones y prácticas relativas a la educación y búsqueda de recomendaciones por parte de los usuarios, quienes se interesan en saber como prepararse e intencionar correctamente antes de tener sus experiencias psicodélicas y también conocer más acerca de los posibles significados que les puedan otorgar a estas (*integración*).

### Interacciones críticas detectadas en los usuarios y su contexto

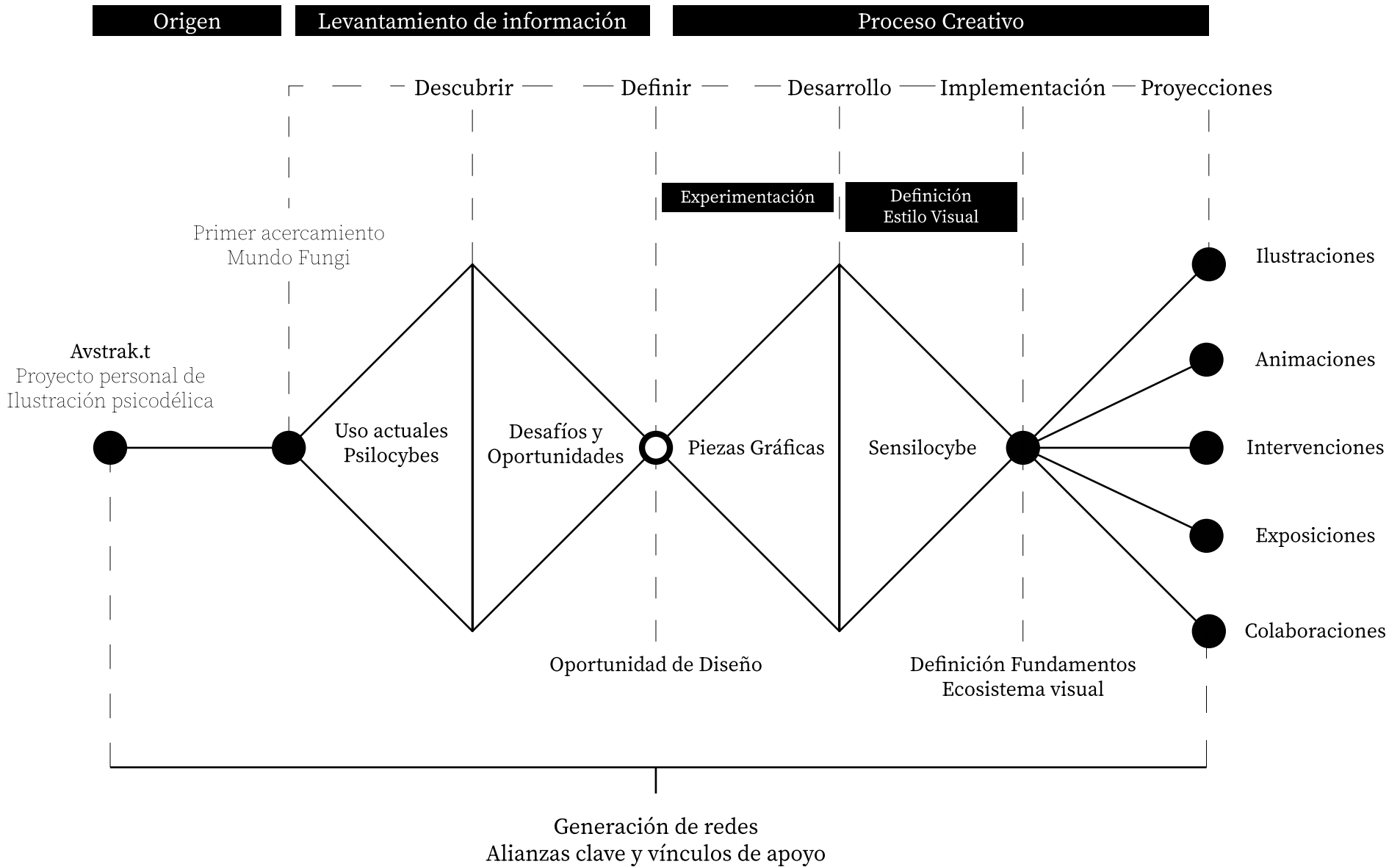
- Las personas interesadas en hacer uso de estos hongos **están buscando su propio camino**; son autodidactas y buscan utilizarlos como herramientas de exploración personal, aprovechando sus potenciales beneficios.
- Se rescata la intencionalidad de los usuarios por **hacerse cargo de su medicina personal**, lo que se puede observar en el aumento de personas que optan por comprar kits de cultivo. Quienes no cuentan con uno presentan una intención por acceder a hongos que hayan sido cultivados con cariño y dedicación por alguien de confianza.
- La mayoría busca tener **experiencias con psilocybes en contacto con la naturaleza**, presentando un desafío para las personas que viven en ciudad y no tienen acceso directo a lugares abiertos y naturales.
- Existe una **búsqueda por generar una resignificación** de los hongos psilocybes, lo cual se ve reflejado en la gran cantidad de profesionales y entusiastas que trabajan en visibilizar el potencial de estos como medicinas sagradas para la sanación y exploración mental y espiritual.

Con el fin de testear de forma preliminar el proyecto y validar el enfoque educativo y visibilizador presente en este, se tomó la decisión de hacer uso de la plataforma de Instagram para publicar las piezas elaboradas, lo cual ha permitido observar y analizar el nivel y la cualidad de las interacciones de los usuarios con las obras publicadas y el alcance que estas han tenido a nivel tanto nacional como internacional.

Más adelante en este informe se mostrarán los resultados obtenidos de tales actividades.

## **4. Desarrollo del Proyecto**

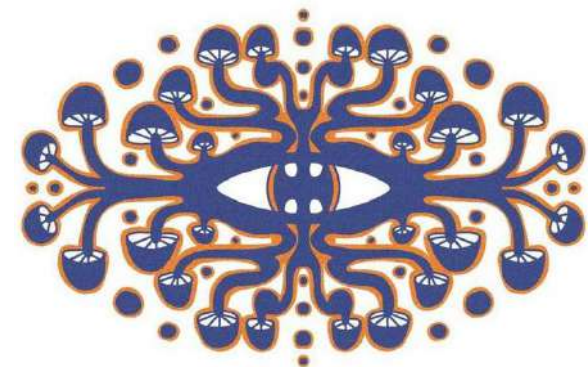
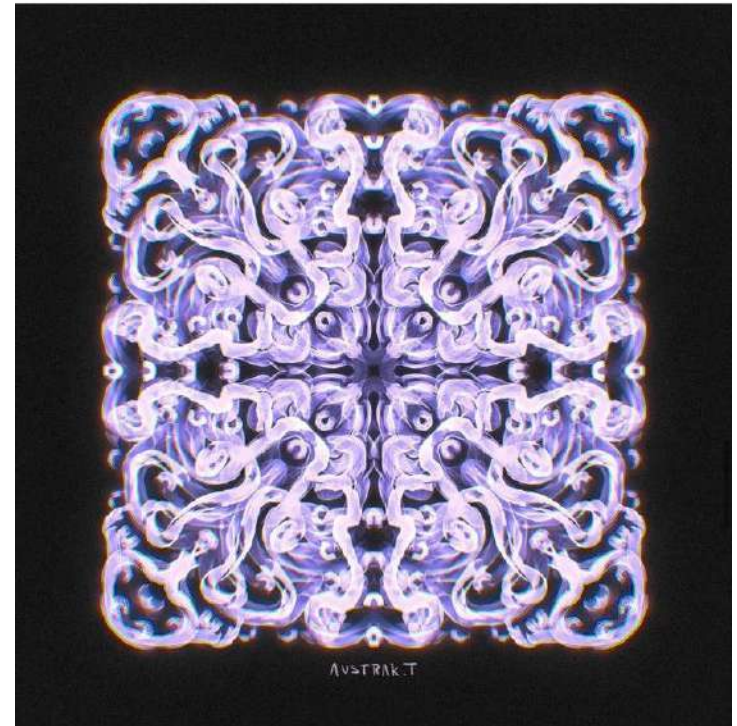
## Metodología del Proyecto



## 0. Avstrak.t: El lugar de origen del Proyecto

Al identificar las bases que dieron origen a este trabajo personal, resulta relevante incluir dentro de estas al proyecto artístico personal que dio vida a su lenguaje visual psicodélico. Avstrak.t surge a fines del 2017 como un perfil en Instagram para dejar registro de obras y experimentos artísticos que he desarrollado a lo largo de la carrera universitaria, siendo varios de estos aplicados a diversos proyectos tanto académicos como trabajos particulares. Como su nombre lo sugiere, el estilo visual de las obras realizadas se basan principalmente en formas abstractas y psicodélicas que suelen surgir a partir de ejercicios de canalización, buscando plasmar las emociones y sensaciones presentes al momento de realizarlas de una forma libre, fluida y expresiva.

Con el pasar del tiempo y el desarrollo de distintas técnicas de ilustración y animación, esta página y su respectivo estilo visual ha podido expandirse a diversos soportes, incluyendo la creación de portadas para discos y singles de grupos musicales nacionales, un mural ubicado en una Growshop del Portal Lyon de Providencia, intervenciones artísticas en eventos de índole creativo, y distintos experimentos audiovisuales de animación.



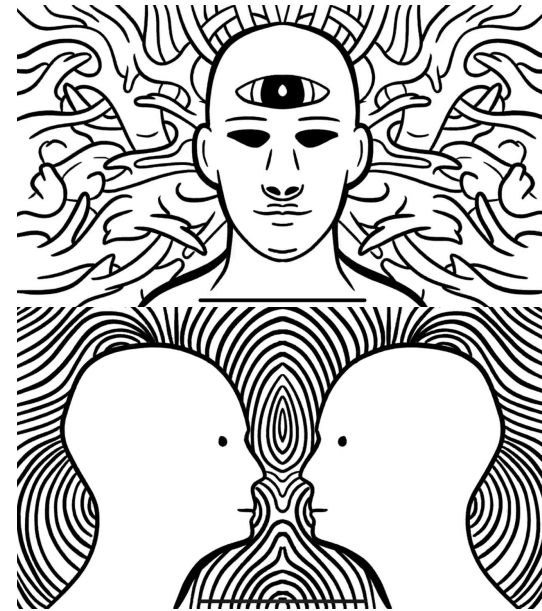
## 1. Primera aproximación formal: ¿Qué son los Hongos Alucinógenos?

Como es mencionado en la introducción de esta memoria, fue a principios del 2020 donde se da inicio a la investigación personal enfocada en conocer más acerca de los usos y funcionamientos de los hongos psilocibios. Fue a partir de este profundo interés sobre el tema que en varias oportunidades se decidió abordarlo en distintos proyectos y ejercicios académicos, siendo uno de los más destacados una animación en particular que dio comienzo a este camino por generar piezas informativas en torno a la visibilización sobre estos hongos.

Esta animación se presentó como parte del examen final del taller Design For Wellbeing, impartido por el profesor Erik Ciravegna. En esta pieza audiovisual se buscaba abordar en menos de un minuto una introducción resumida sobre qué son estos hongos, cuales son sus efectos en la consciencia y cuál es su contexto actual a nivel nacional.

Luego de unos meses de haber sido publicada en el perfil Avstrak.t y de haber tenido una muy buena recepción por parte de los seguidores de la página, se observó un incremento exponencial de las personas que interactuaban con tal publicación y al mismo tiempo con el aumento de seguidores, quienes se presentaban tanto a nivel nacional como internacional. Esto generó conexiones con personalidades y estudiosos del campo vinculado a los Psilocybes y al reino Fungi en general, demostrando por primera vez algo que se ha presentado con mucha fuerza en los resultados de este proyecto: **la expansión y vinculación con otras personas interesadas en hablar, aprender y compartir visiones sobre este tema.**

Fue así como a nivel personal se generaron lazos con personas que han contribuido estrechamente con la consolidación de este proyecto, aportando directamente con su apoyo y sabiduría a lo largo de este desarrollo en sí como también en mi entendimiento más íntimo sobre el tema en cuestión.



← Escanear para  
ver animación

Hasta el día de hoy, esta animación sigue siendo compartida y publicada por diversas páginas enfocadas en la divulgación de conocimiento sobre los hongos psilocybe, logrando llegar a distintas personas dentro de Chile y Latinoamérica, quienes destacan uno de los aspectos presentes como fundamento principal del proyecto Sensilocybe: **la evocación de emociones y la transmisión de conocimiento.**

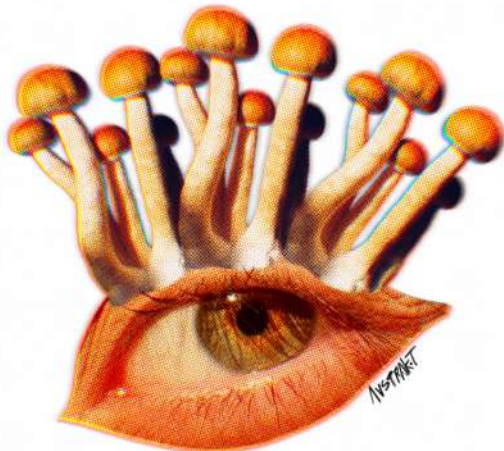


## 2. Experimentaciones visuales

### Fotografías, collage y pintura

Debido a la gran motivación personal por desarrollar un proyecto de visibilización sobre el tema en cuestión, se aprovecharon diversas instancias para abordar la temática, tanto fuera como dentro del contexto académico. La idea detrás de esto: **experimentar lo más posible.**

De esta forma, impulsado por mis ganas de crear cosas inspiradas en este mundo psicodélico, a lo largo del tiempo se realizaron una serie de experimentos visuales, los cuales se consideran como parte importante del desarrollo visual del proyecto.



“Golden Teacher”: Collage digital elaborado a partir de fotografías propias para el ramo “Diseño de Carteles”, 2021.

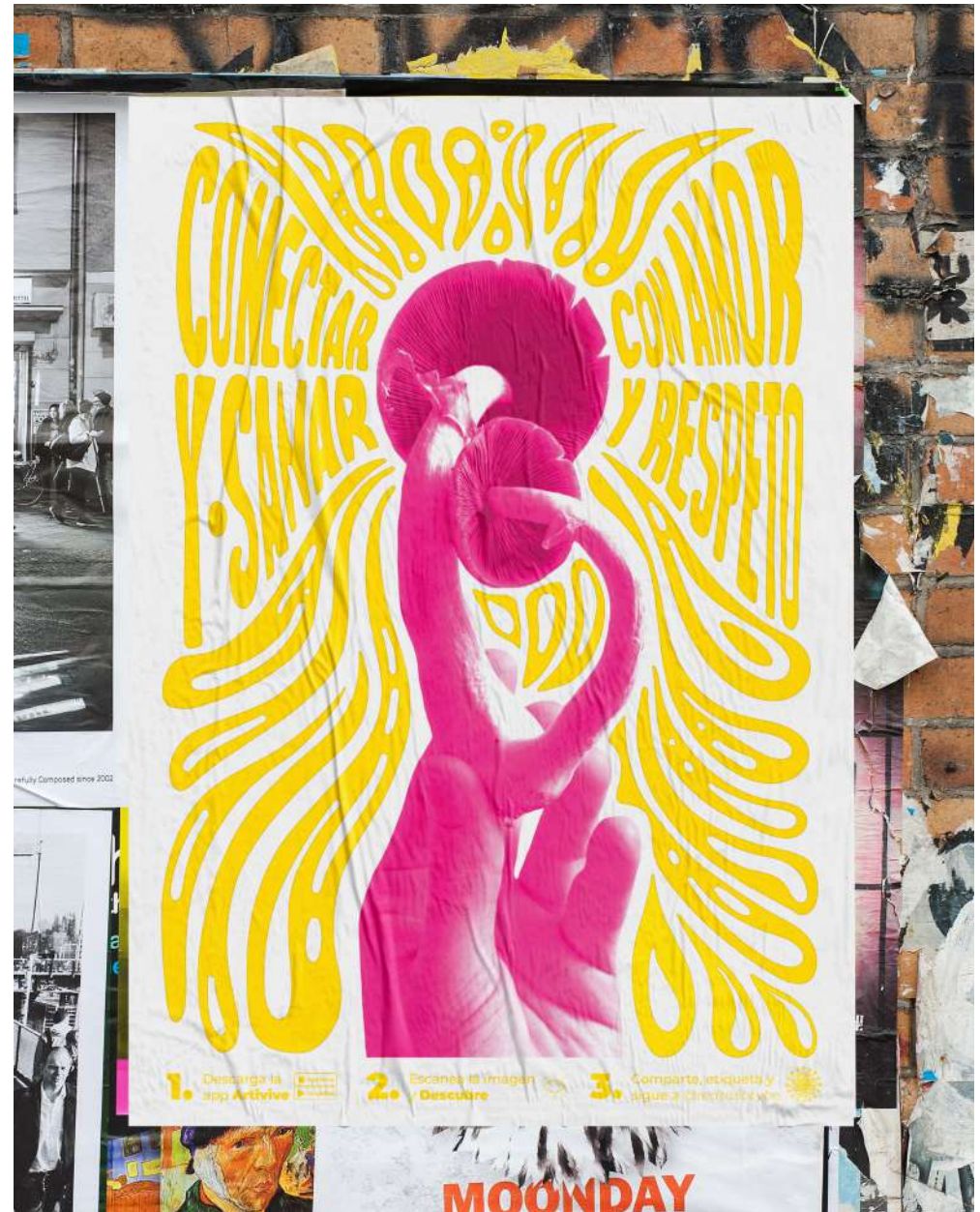
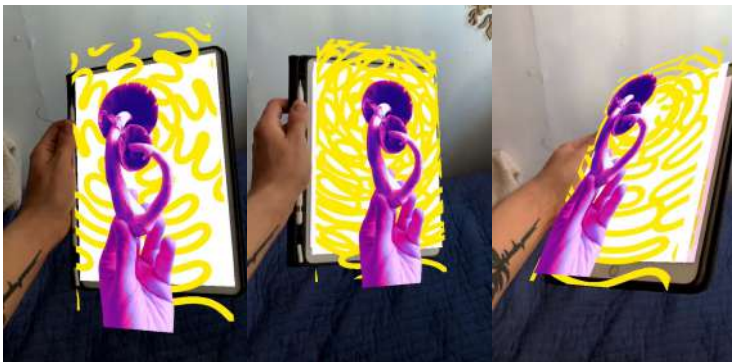


“Ultra Mono”: Collage análogo elaborado el año 2020 en el taller Design for Wellbeing. Esta obra se inspira directamente de “La teoría del mono dopado” de Terence Mckenna (Mckenna, 1992), la cual propone que el consumo prehistórico de psilocibina por parte de un grupo de homínidos sería la principal responsable de un importante salto neuroevolutivo en la cual el desarrollo de la corteza cerebral ocurrió notable y exponencialmente rápido en un período relativamente corto de tiempo, lo cual se cree que podría dar explicación al misterio del “eslabón perdido” y también al desarrollo del lenguaje

## 2. Experimentaciones visuales

### Fotografías, collage y pintura

“Conectar y sanar, con amor y respeto”: Afiche creado para el exámen final del ramo Diseño de Carteles, 2021. El valor agregado de tal trabajo consistió en la creación de una animación que funcionaba con realidad aumentada; al escanear la obra utilizando la aplicación Artivive, se podía ver sobresaliendo del soporte un proceso de generación y movimiento de los elementos presentes en el afiche, el cual “cobraba vida” ante los ojos de los espectadores.





## 2. Experimentaciones visuales

### Fotografías, collage y pintura

“Corazón expansivo”: Pintura creada para el encuentro artístico y exposición “Ruta Corazón”, organizado por un grupo de compañeras de trabajo social en el año 2021. En ese encuentro de estudiantes de diversas carreras de la universidad se buscaba desarrollar habilidades artísticas en torno a la pintura para expresar las vocaciones de los participantes. Fue una oportunidad para salir de la zona de confort y compartir con personas de distintas áreas mi interés por los hongos, lo cual sirvió también como instancia para generar diálogo en torno al tema y conocer las diversas posturas presentes al respecto.



Ejercicio de boceto previo a la pintura.



### 3. Sensilocybe

#### Creación identidad visual

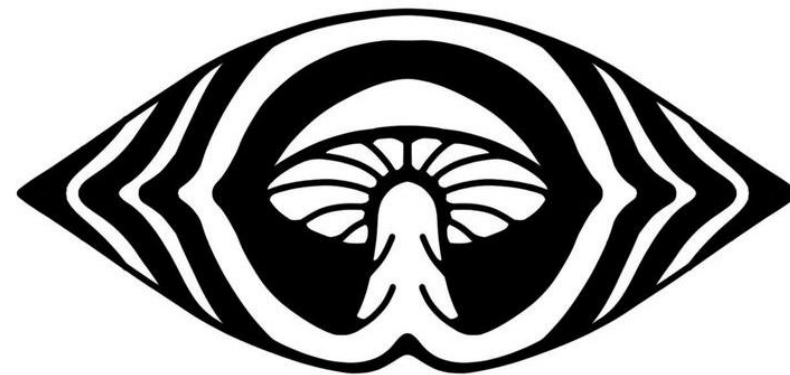
El día 12 de Noviembre del 2021 se publica por primera vez en Avstrak.t la imagen del logo de este proyecto, junto con una breve descripción que explicaba el enfoque principal de este proyecto personal.

En paralelo, en tal publicación se invitaba a los seguidores de Avstrak.t a seguir la página creada específicamente para el proyecto. El mismo día, tal página llegó a los 90 seguidores, pero no duró mucho ya que dadas las políticas de contenido de esa red social, el perfil fue eliminado.

Este percance ocurrió debido a que en la descripción de las imágenes que se publicaron, las cuales se mostrarán más adelante, se hacía mención de los hongos psicibios, aclarando que el enfoque de tales publicaciones tenían un fin educativo. De esta manera, el algoritmo detecta que los contenidos giran entorno a una sustancia ilegal, por lo cual rápidamente actúa de tal forma que elimina las páginas que manejen ciertas palabras.

Sin embargo, esto no detuvo el avance del proyecto, ya que desde la definición del logotipo y de su nombre, todo fue fluyendo de una manera muy especial y nutritiva para sus objetivos de visibilización y generación de diálogo.

En las páginas siguientes se presentan en orden cronológico las diversas ilustraciones publicadas junto con sus bajadas escritas, las cuales han servido como una especie de “bitácora visual”.



**S E N S I L O C Y B E**

### 3. Sensilocybe

#### Primer vistazo del arte conceptual del proyecto

“Conectar para sanar desde lo más profundo del ser. Abrirse a la posibilidad de descubrir y recorrer nuevos caminos. Soltar, fluir, curar, crecer”.

Esta fue la primera ilustración que realicé para el proyecto, inspirada directamente de mi primera experiencia con la sustancia. En tal viaje pude conectar con una profunda pena que me costó mucho tiempo soltar, lo cual me trajo una profunda sensación de alivio posterior.

Al llorar en la experiencia, sentí ríos fluir por mis mejillas, pero no era sensación mala, sino que todo lo contrario, pude sentir que estaba sanando, que estaba dejando ir.

Una sensación de purga emocional, acompañada de un inmenso sentimiento de acogida por parte de esa consciencia enteógena que se presenta en tal encuentro.



AVSTRAKT

♥	●	▼	■
150	13	7	11
<b>Resumen</b> ⓘ			
Cuentas alcanzadas	1.191		
Interacciones con el contenido	181		
Actividad del perfil	26		
<b>Alcance</b> ⓘ			
1.191			
Cuentas alcanzadas			



### 3. Sensilocybe

#### “Salto de fé”

“Un salto de fe hacia lo más profundo, abriéndonos a explorar un espectro más amplio de quienes somos y en quienes nos podemos convertir.

Una experiencia psicodélica planificada, segura e intencionada desde el autodescubrimiento y la sanación puede convertirse en una experiencia significativa trascendental, presentándose como una oportunidad para conectar estrechamente con nuestras emociones, recuerdos y espíritu. Es por esto que el atreverse a adentrarse a estos mundos internos puede llegar a ser en algunas ocasiones algo desafiante; Existen traumas, dolores y fibras sensibles que permanecen en lo profundo de la consciencia, los cuales pueden manifestarse en las experiencias.

Se recomienda a quienes deciden utilizar Honguitos u otro psicodélico con estos fines apoyar el proceso con terapia para poder trabajar las emociones y darle sentido a aquellas manifestaciones que ocurren en estos estados alterados de consciencia, permitiendo así una correcta integración de estos movimientos internos.”

♥	●	▼	📌
114	10	21	18
<b>Resumen</b> ⓘ			
Cuentas alcanzadas	702		
Interacciones con el contenido	163		
Actividad del perfil	68		
<b>Alcance</b> ⓘ			
702			
Cuentas alcanzadas			



AVSTRAKT

### 3. Sensilocybe

#### “Magia y ancestralidad”

“Los hongos psilocibios se han erigido como objeto de admiración desde los albores de la humanidad, provocando profundas sensaciones y visiones en nuestros ancestros homínidos y formando parte importante de distintas culturas alrededor del mundo.

Esta ilustración se inspira en el vestigio más antiguo del uso de estos hongos en la humanidad; un mural de más de ocho mil años de antigüedad ubicado en el desierto de Tassili en Argelia, del cual surge la teoría que propone que los hongos psilocibios son la fuente enteógena más antigua utilizada por la humanidad.”

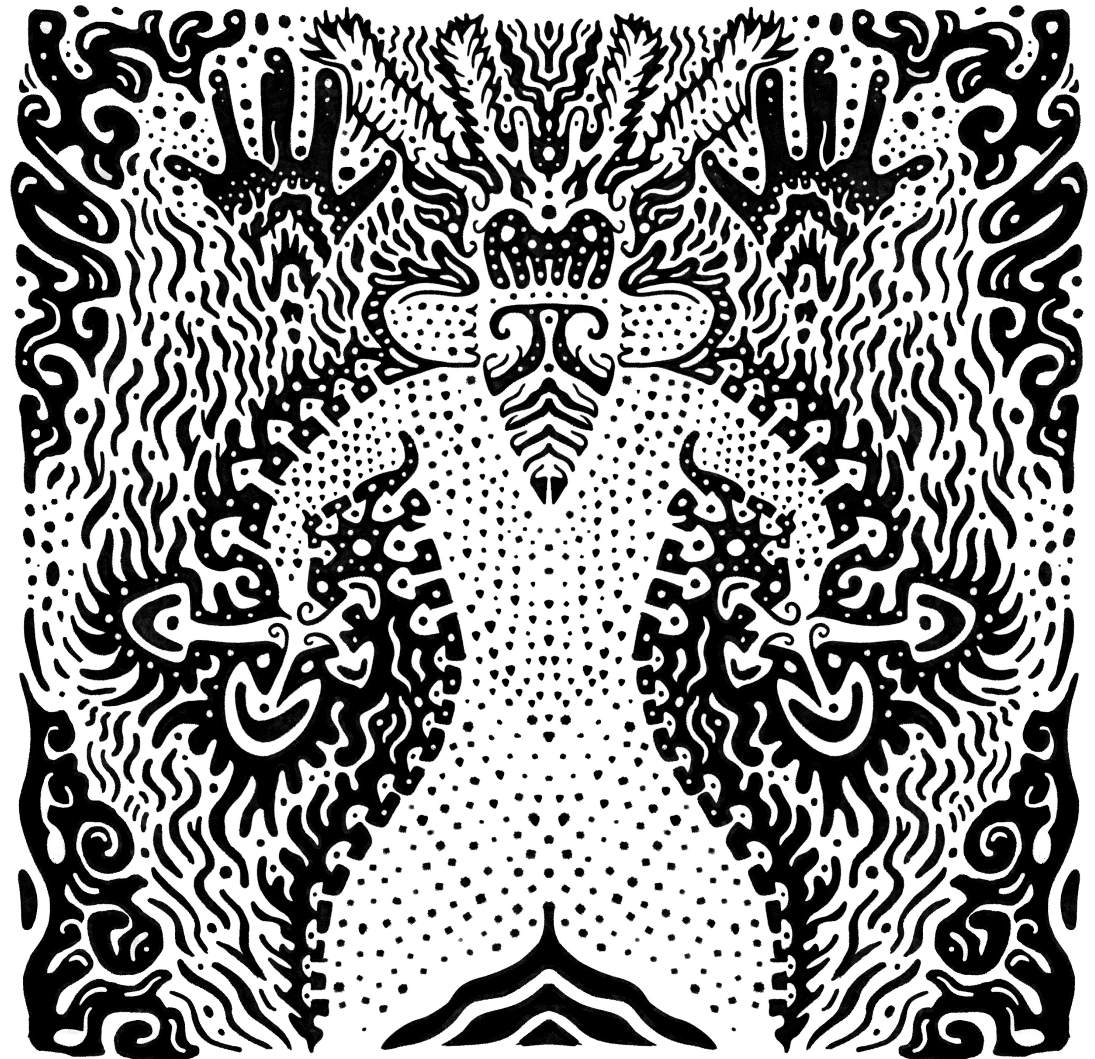
♥ 136
● 6
▼ 32
📌 22

#### Resumen

Cuentas alcanzadas	693
Interacciones con el contenido	196
Actividad del perfil	58

#### Alcance

**693**  
 Cuentas alcanzadas



AVSTRAKT

### 3. Sensilocybe

#### “Auto-cultivo emocional”

“Involucrarse desde el observar, el sentir y la responsabilidad. Admirar la transformación como una fuente constante de aprendizaje, repleta de oportunidades para experimentar más allá de nosotros mismos. Traer desde afuera hacia adentro y llevar desde adentro hacia afuera.”

♥ 190
● 7
▼ 77
🚩 37

#### Resumen ⓘ

Cuentas alcanzadas	782
Interacciones con el contenido	311
Actividad del perfil	131

#### Alcance ⓘ

**782**  
Cuentas alcanzadas



AMSTRAKT

### 3. Sensilocybe

#### “Vida - Muerte - Vida”

“El reino fungi nos enseña que la vida, como todo en la naturaleza, es parte de un ciclo lleno de reinicios. Bajo esa mirada, resulta interesante comparar la funcionalidad biológica de los hongos con los efectos que sus ejemplares psicoactivos presentan en la consciencia humana; una parte de ti muere, se pudre, para dar paso a algo nuevo y poderoso.

Esto no quiere decir que lo pasado se olvide, sino que puede llegar a resignificarse, permitiendo la liberación y el alivianamiento de dolencias espirituales y/o mentales para dar espacio a nuevas estructuras, fortalezas y oportunidades.

El camino no es tan sencillo como llegar, consumir la sustancia y esperar que esta solucione todo como una milagrosa panacea. Los procesos de sanación relacionados a las experiencias místicas requieren de un profundo coraje y determinación, es atreverse a adentrarse a las más grandes de las vulnerabilidades y dolores internos con el fin de enfrentarlos, abrazarlos y, por fin, dejarlos ir. Todo requiere de compromiso, cuidado y favorablemente, un apoyo profesional que te permita integrar correctamente tales experiencias.”

133 9 15 16

#### Resumen

Cuentas alcanzadas	668
Interacciones con el contenido	173
Actividad del perfil	24

#### Alcance

668  
Cuentas alcanzadas



AVSTRAKT

### 3. Sensilocybe “Integración”

“La integración es una parte fundamental de las experiencias de auto-exploración, ya sea con psilocibios o con otros métodos capaces de entregarnos profundas experiencias de autoconocimiento. Este término hace referencia al proceso de encontrar sentido y significado a tales vivencias, permitiéndonos darles el espacio para ser procesadas, registradas e incorporadas en nuestra vida cotidiana.

Uno de los ejercicios más recomendados para facilitar un proceso de integración es tener una bitácora donde se registren las emociones, pensamientos, sensaciones y otras percepciones que emerjan de tales experiencias, con el fin de tener un respaldo de aquellos aspectos a los que debemos atender y acoger.”





### 3. Sensilocybe

#### “Conocerse desde otras perspectivas”

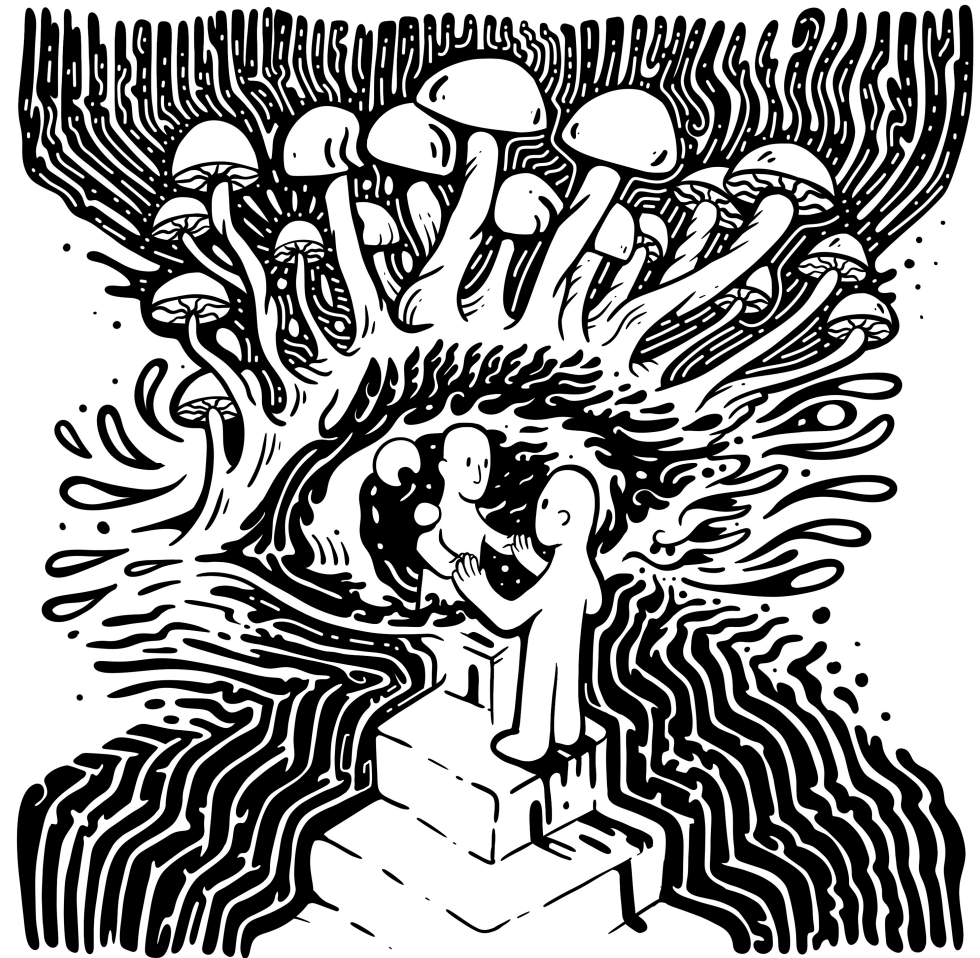
“Antes de adentrarse a tener experiencias con hongos siempre es recomendable pasar por un proceso de auto indagación y responderse algunas cosas previamente; ¿Qué busco de este encuentro?, ¿Cual es mi intención?, ¿Estoy en un buen momento para adentrarme a esos estados?, ¿Cómo me siento realmente?, ¿Estoy tomando los resguardos necesarios?...”

El autoconocimiento, la educación y el auto cuidado son clave al momento de decidir explorar estados no ordinarios de consciencia. Son los principales pilares que nos permiten gestionar de mejor manera las variables presentes, lo cual se traduce en experiencias más seguras y potencialmente beneficiosas.

Sin embargo, existen ocasiones en las que, a pesar de tener en consideración las recomendaciones de uso responsable, la experiencia puede tornarse desafiante e incómoda, mostrando contenidos delicados de tu historia personal y provocando un alto nivel de ansiedad y/o angustia.

Lo sorprendente de los viajes desafiantes es que, a pesar de lo incómodos y angustiantes que pueden llegar a ser, también son una fuente increíble de aprendizaje del principal sujeto en este asunto: tú mismo.”

♥	546	●	15	▼	83	🚩	70
<b>Resumen</b> ©							
Cuentas alcanzadas	5.644						
Interacciones con el contenido	714						
Actividad del perfil	211						
<b>Alcance</b> ©							
5.644							
Cuentas alcanzadas	5.644						



AVSTRAKT

### 3. Sensilocybe

#### “Respetar el contacto divino”

“Cuando te acercas con respeto y gratitud, pidiendo permiso y con una gran humildad. Dispuesto a recibir, entregar, soltar, sanar y crecer. Con ganas de cambiar y evolucionar.

El contacto con el otro se vuelve inevitable y sobrellevador, para luego acogerte lleno de amor transformador.

Dispuesto a entregarte no lo que quieres, sino lo que necesitas. Ahí se encuentra su espíritu, su alma consciente.

Respetar, regenera y protege”

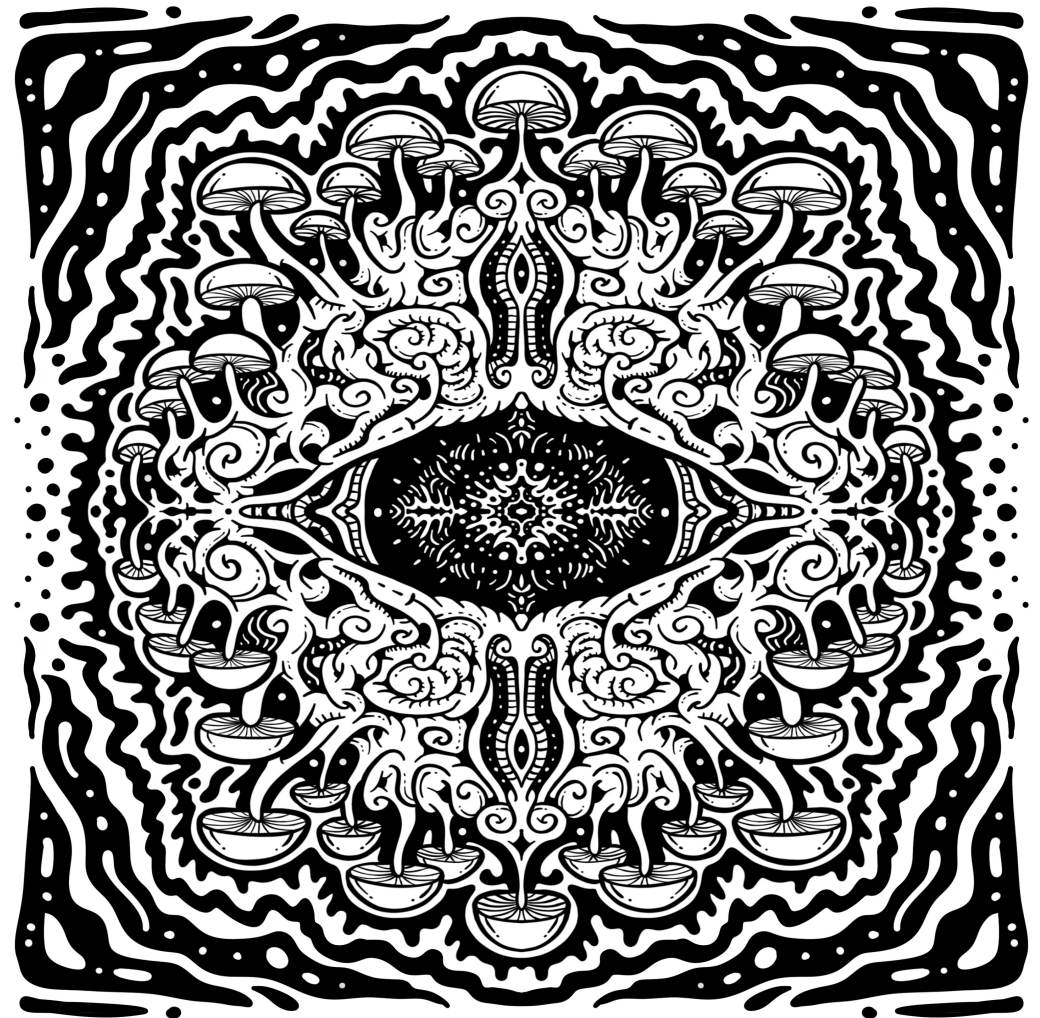
♥ 172
● 7
▼ 38
🚩 18

#### Resumen ⓘ

Cuentas alcanzadas	857
Interacciones con el contenido	235
Actividad del perfil	76

#### Alcance ⓘ

**857**  
 Cuentas alcanzadas



AVSTRAK.T

### 3. Sensilocybe

## “El rol de la meditación en las experiencias visionarias”

“El rol de la meditación en las experiencias visionarias y su posterior integración.

Meditar nos permite darnos el tiempo de conectar con nuestro mundo interno y darle un espacio a nuestra mente para decantar y procesar información. Es un método que como cualquier otro ejercicio se entrena con tiempo, paciencia y dedicación, presentando dentro de sus principales beneficios una gestión más armoniosa de nuestras emociones internas.

Dentro de la integración de experiencias visionarias, la meditación se presenta como una poderosa herramienta que podemos incluir fácilmente dentro de nuestra rutina, ya sea con 5, 10 o más minutos que le dediquemos al día. Todo esfuerzo trae recompensas y dentro de aquellas que la meditación puede ofrecer se encuentra una que resulta ser parte fundamental del proceso de autoconocimiento: la conexión con tu verdadero yo, tú versión más pura y sincera.

Es a partir de esto que su práctica previa, durante y posterior a las experiencias visionarias pueden ser de gran ayuda al momento de adentrarnos de una manera más fluida y consciente a estos estados, dejando ir aquellas externalidades que pueden estar interfiriendo en nuestra atención plena y en nuestro bienestar general.

Concéntrate en tu respiración, vuelve al presente y envuélvete de esa energía que buscas.”



AVSTRAKT

118 10 23 7

Resumen 0  
 Cuentas alcanzadas 640  
 Interacciones con el contenido 158  
 Actividad del perfil 31

Alcance 0  
 640  
 Cuentas alcanzadas

### 3. Sensilocybe

#### “Experiencias desafiantes, malos viajes”

“Al hacer uso de honguitos u otras sustancias psicodélicas siempre existe la posibilidad de que en la experiencia se despliegue información y/o sensaciones altamente incómodas, incluso teniendo en consideración aspectos relativos al uso responsable (set y setting).

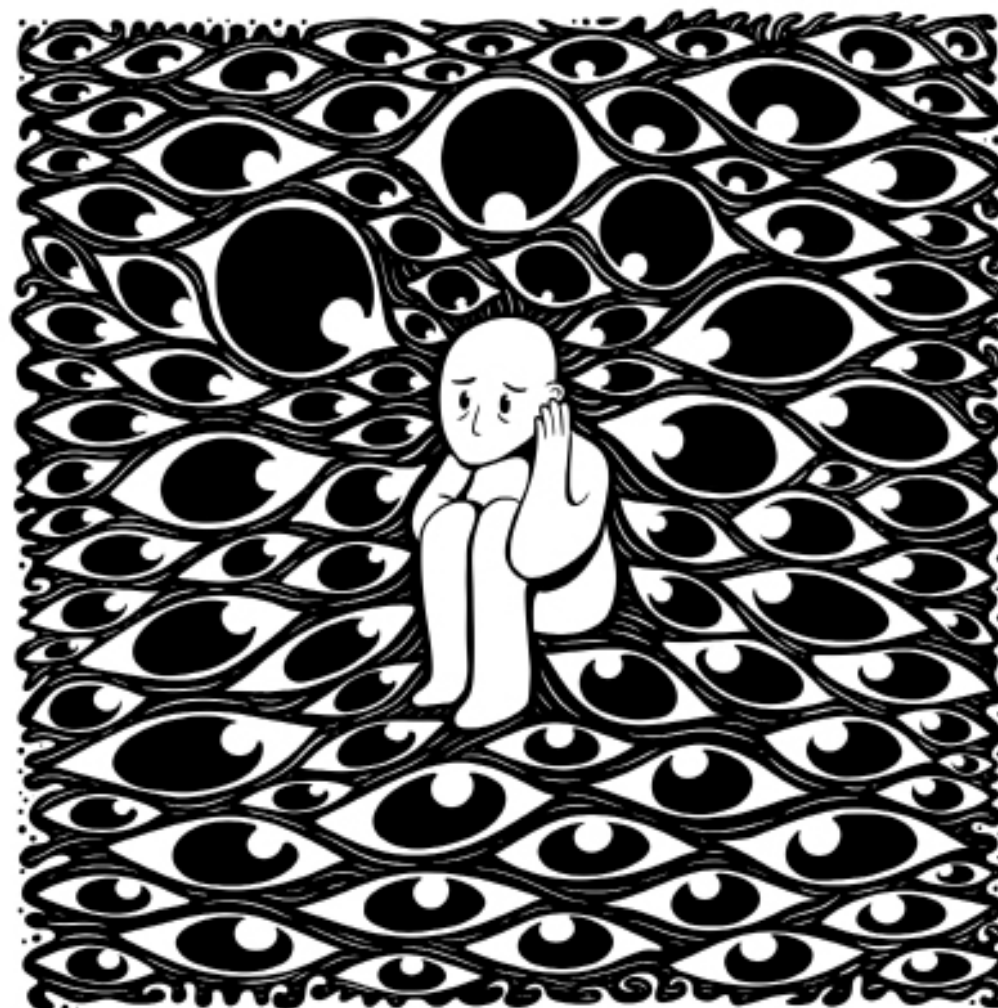
Esto puede ocurrir ya que al estar bajo sus efectos nos volvemos más susceptibles al mundo tanto interno como externo, abriendo también las posibilidades de entrar en contacto con ciertos aspectos que normalmente buscamos ignorar o que simplemente desconocemos.

La ansiedad, el miedo y las crisis de pánico son algunos de los efectos que pueden presentarse en estas experiencias, factores que al ser analizados posteriormente pueden llegar a ser considerados como parte de un “mal viaje”.

Sin embargo, ¿Son realmente “malas” estas experiencias si también son capaces de enseñarnos cosas sobre nosotros mismos?

A pesar de lo desagradable, desesperante y angustiante que pueden llegar a ser estas sensaciones, la evidencia anecdótica demuestra que a partir de varias de estas experiencias muchas personas logran reconocer aspectos que deben atender en sus vidas para lograr los cambios que buscan, los cuales muchas veces requieren salir de su zona de confort y hacerse realmente responsables de estos...”

♥	●	▼	📌
148	12	65	34
<b>Resumen</b> ⓘ			
Cuentas alcanzadas	875		
Interacciones con el contenido	259		
Actividad del perfil	67		
<b>Alcance</b> ⓘ			
875			
Cuentas alcanzadas			



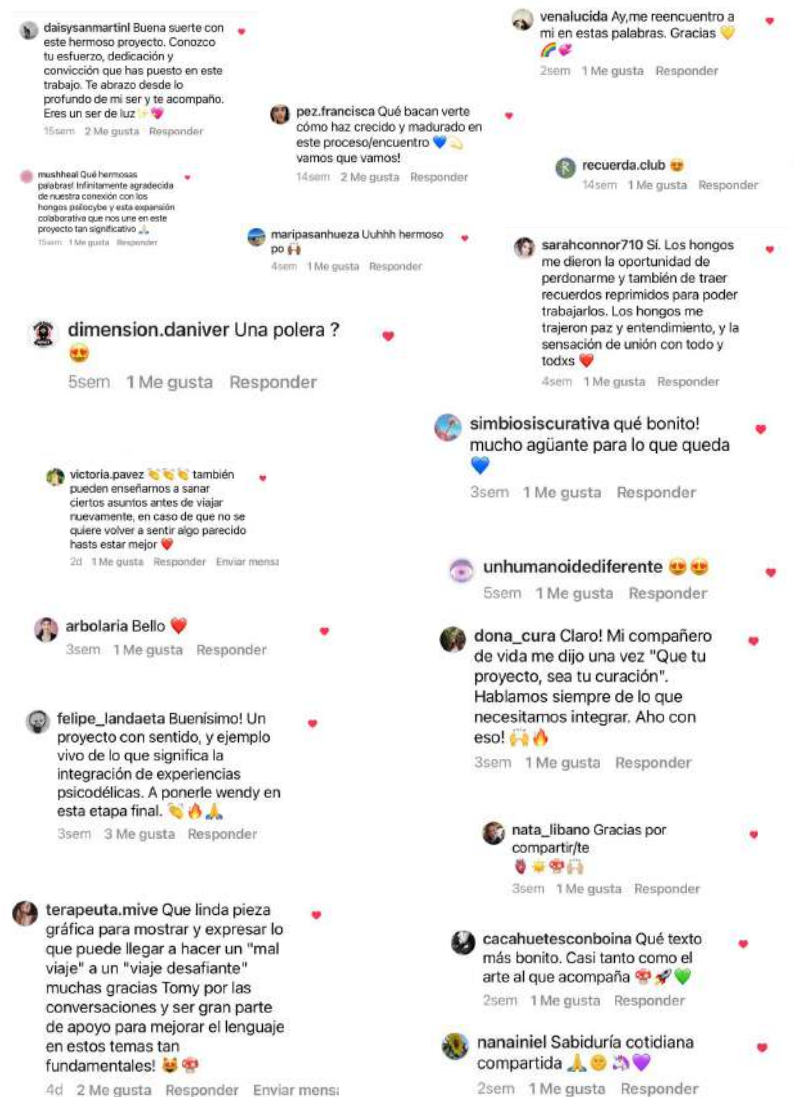
AVSTRAKT

## 4. Interacciones con el contenido

Analizando el alcance que ha tenido el perfil de Instagram de Avstrak.t, se puede dar cuenta de las interacciones que ha habido entre los seguidores de éste y el material subido. Entre los años 2020 y el año presente, ha habido un crecimiento exponencial tanto de los seguidores, como también de las interacciones con las publicaciones (likes, comentarios, mensajes y publicaciones compartidas a través de historias).

Esta expansión de Avstrak.t empezó luego de subir la animación explicativa de los efectos de los hongos psicolocibios. Esta animación, hasta el día de hoy, sigue siendo compartida en historias y en otros perfiles, permitiendo la entrada de Avstrakt en redes de estudio y de información vinculadas al tema.

En la medida en la que este perfil se focalizó únicamente en dar a conocer y compartir este tipo de información, relacionada al consumo consciente de hongos, la comunidad de seguidores ha crecido considerablemente, así como también se ha vuelto más fiel. Esto se ve en las interacciones a través de mensajes direct con el perfil de Avstrak.t, el cual se ha convertido también en un espacio de contención y escucha para quienes quieren saber, decir o quizás sólo encontrar un poco de complicidad al contar sus propias experiencias.





---

## 5. Proyecciones

Siento y quiero creer que esta memoria es sólo el comienzo de este proyecto. Porque el punto principal a probar ya lo he podido entrever en las interacciones de RRSS; existe interés por saber más de los hongos psicocibes y su consumo consciente. Esto ya no es un tema tabú del cual no se habla, esto es algo que ocurre todos los días. Un porcentaje cada vez mayor busca interactuar con estas herramientas, sin tener quizás la información necesaria para hacerlo de mejor manera.

Sensilocybe me ha permitido entrar en una red de personas interesadas en el tema. Hoy soy el más joven de esta comunidad, y espero crecer con ella, para poder seguir aprendiendo de otros, así como también de los hongos.

Mis intenciones son seguir compartiendo información, continuar con las ilustraciones, buscar distintos formatos a través de los cuales pueda plasmar las imágenes creadas. Porque creo también existe la posibilidad de encontrar una fuente de ingreso a partir de este material, ya sea colaborando con estudiosos del tema, generando diseños textiles con las ilustraciones de Avstrak.t, material editorial, o hasta experiencias artísticas inmersivas. Las posibilidades son infinitas y cada vez hay más creaciones disponibles.

También me gustaría continuar mis estudios en el extranjero, especializándome en el tema, siempre vinculándolo con mi herramienta base que es el diseño. Porque hay países donde estas sustancias no son ilegales, sino que son sujeto de estudio. Quiero conocer otras perspectivas, otras historias, otras metodologías, para así poder seguir contribuyendo a la expansión responsable de estas prácticas. Diseñando fuentes que nos permitan recordar y conocer el maravilloso mundo fungi y las posibilidades que nos entregan.

---

## 6. Conclusiones

Este proyecto ha significado muchas cosas para mí. En gran medida, siento que lo había empezado a germinar hace tiempo, a través de mis ilustraciones, imágenes que respondían a mi impulso de crear, pero no necesariamente con un mensaje claro por detrás.

El estilo que he desarrollado durante estos años ha evolucionado junto con el estudio que he hecho del tema, encontrando una forma y esencia propia. Lo que partió como un bosquejo hecho a mano, hoy ha mutado a ser ilustraciones digitales, animaciones e incluso poleras estampadas. Este es un camino artístico que he ido transitando y abriendo de a poco, a mi ritmo. Porque parte de esto también ha sido eso: escucharme y respetar los tiempos de las cosas.

Sin embargo, en algún punto, me encontré con quienes le darían sentido a todo esto: los hongos. Estos seres vivos, misteriosos, vinculados a la muerte y a la vida, que aúnan, que dan miedo, pero también que intrigan. De a poco he ido sumergiéndome en este proyecto que partió tomando forma por su cuenta, pero que hoy yo cultivo, porque sé que es el comienzo de algo que tiene mucho futuro. Quiero que así sea.

A partir de los resultados de este proyecto, como también de las exploraciones previas y contemporáneas a la propuesta de este mismo, pude observar cómo se logró re significar lo que era y es entendido como la psicodelia y su influencia a nivel tanto personal como colectivo en el ámbito emocional, social y terapéutico.

Porque prohibirlo y convertirlo en algo ilegal no ha logrado jamás frenar su uso. Entonces, lo que nos queda, es volver al comienzo, replantearnos el cómo lo vemos, para qué lo usamos, qué buscamos. Y desde ahí, informados, empezar un viaje consciente.

Es a través de estos mismos cuestionamientos por los que llegué a indagar sobre un aspecto que iba más allá de lo sensorial, de lo visual, de los

colores y formas exaltadas por el concepto entendido popularmente como psicodelia; quise profundizar en algo que pudiera convertirse en un lenguaje lo más universal posible y que este pudiera retratar de la misma manera, el sentir individual llevado a una experiencia y conexión colectiva. Así surgen diversas interacciones entre amistades, seguidores antiguos y nuevos de mi cuenta de Instagram Avstrak.t, grupos dedicados al estudio del reino fungi tanto en Chile como en otros países, colectivos de terapeutas basados en este tipo de medicina, etc., las cuales me guiaron en el desarrollo físico de este proyecto, permitiéndome manifestar lo conceptual de éste en una serie de ilustraciones que apelaban a la sensibilidad del espectador.

Ha sido difícil lidiar con esto en un plano académico. Ha sido un gran desafío, sobretodo para mí, redactar esto en el tiempo que dispongo. No obstante, siento que estoy haciendo algo que me hace sentido. Esto, que empezó como un interés, hoy es mi obsesión, mi pasión, mi misión.

Mediante la integración de los principios de luz-oscuridad, vida-muerte, yo-comunidad, he ido dando forma a este espacio. He aprendido a direccionar el proyecto en base a lo que busco, a lo que me resuena, utilizando las herramientas del diseño aprendidas durante estos años de carrera. He podido crear imágenes que funcionen como una especie de espejo, a través del cual distintas personas puedan verse reflejadas en las experiencias retratadas. Ayudar, desde mis conocimientos, a esparcir la consciencia, a consumir de manera respetuosa, a hacernos cargo de las búsquedas internas que queremos activar de la mano de esta gran herramienta que por años ha estado presente, creciendo silenciosamente a nuestro alrededor, generando y ampliando constantemente sus redes.

Porque de verdad creo que con la dedicación y la sensibilidad necesaria, podemos iniciar nosotros mismos como humanidad, una nueva y constante red de expansión y comunicación psicoemocional. Con el fin máximo de convivir respetuosamente, entre nosotros, con el territorio, con la vida y con la muerte.

- Barrett, F. S., & Griffiths, R. R. (2017). Classic hallucinogens and mystical experiences: phenomenology and neural correlates. *Behavioral neurobiology of psychedelic drugs*, 393-430.
- Berazaluze, I., & Grof, S. (2022, 21 febrero). «La emergencia espiritual es un drástico esfuerzo de la psique para curarse a sí misma». Fundación Beckley Med. <https://bmed.org.es/entrevista-stanislaw-grof-bmed/?fbclid=IwAR1TnRjmqIoZuRzGgXYkv4Uo5bGu22bHlroc1jSi8b1-rT2rLRX-GF4qL9fA>
- Bouso, J. C., Ciro, D., & ICEERS. International Center for Ethnobotanical Education Research & Service. (2013). *Psilocibes*. Ultrarradio.
- Casa de la Cultura Oaxaqueña. (2016). María Sabina. *Indeables*, 20. <https://www.oaxaca.gob.mx/cco/wp-content/uploads/sites/31/2016/08/Indeables20.pdf>
- Costa, J. (2012). Cambio de paradigma: la Comunicación Visual. FOROALFA [Mensaje de un Foro] Recuperado de: <https://foroalfa.org/articulos/cambio-de-paradigma-la-comunicacion-visual>.
- <http://www.faud.unsj.edu.ar/descargas/LECTURAS/Diseno%20Grafico/OBLIGATORIAS/3.pdf>
- Colodron, A., & Grof, S. (2009). *El juego cosmico/ The Cosmic Game: Exploraciones de Las Fronteras De La Conciencia Humana/ Explorations of the Frontiers of Human Consciousness* (1.a ed.). Karios Editorial Sa.
- Csikszentmihalyi, M., & Halton, E. (1981). *The meaning of things: Domestic symbols and the self*. Cambridge university press.
- Daniel, J., & Haberman, M. (2017). Clinical potential of psilocybin as a treatment for mental health conditions. *Mental Health Clinician*, 7(1), 24-28.
- <https://www.ncbi.nlm.nih.gov/pmc/articles/PMC6007659/>
- Di Nella, J. I. (2014). *Diseño emocional y experiencia de usuario* (Doctoral dissertation, Universidad Nacional de La Plata).
- Doblin, R. E., Christiansen, M., Jerome, L., & Burge, B. (2019). The past and future of psychedelic science: an introduction to this issue. *Journal of psychoactive drugs*, 51(2), 93-97.
- Erowid. (s. f.). *Erowid Psilocybin Mushroom Vault : Dosage*. Recuperado 2022, de [https://erowid.org/plants/mushrooms/mushrooms\\_dose.shtml](https://erowid.org/plants/mushrooms/mushrooms_dose.shtml)
- Fadiman, J. (2011). *The Psychedelic Explorer's Guide: Safe, Therapeutic, and Sacred Journeys* (Illustrated ed.). Park Street Press.
- Fantegrossi, W., Woods, J., & Winger, G. (2004). Transient reinforcing effects of phenylisopropylamine and. . . : *Behavioural Pharmacology*. *Behavioural Pharmacology*. [https://journals.lww.com/behaviouralrpharm/Abstract/2004/03000/Transient\\_reinforcing\\_effects\\_of.7.aspx](https://journals.lww.com/behaviouralrpharm/Abstract/2004/03000/Transient_reinforcing_effects_of.7.aspx)
- Francis, M. (1999). *Proactive practice: Visionary thought and participatory action in environmental design*. *Places*, 12(2).
- Guzmán, G. 1997. *Los nombres de los hongos y lo relacionado con ellos en América Latina*. Instituto de Ecología, Xalapa.
- Guzmán, G (2016). *Las relaciones de los hongos sagrados con el hombre a través del tiempo*. *Anales de Antropología*, 30(1), 134-147.
- Griffiths, R. R., Johnson, M. W., Carducci, M. A., Umbricht, A., Richards, W. A., Richards, B. D., ... & Klinedinst, M. A. (2016). Psilocybin produces substantial and sustained decreases in depression and anxiety in patients with life-threatening cancer: A randomized double-blind trial. *Journal of psychopharmacology*, 30(12), 1181-1197.
- Grob, C. (1996). *Psychiatric Research with Hallucinogens-what Have We Learned?*. VWB, Verlag für Wissenschaft und Bildung.
- Grof, S. (1988). *The adventure of self-discovery: Dimensions of consciousness and new perspectives in psychotherapy and inner exploration*. Suny Press.
- Hasler, F., Grimberg, U., Benz, M. A., Huber, T., & Vollenweider, F. X. (2004). Acute psychological and physiological effects of psilocybin in healthy humans: a double-blind, placebo-controlled dose-effect study. *Psychopharmacology*, 172(2), 145-156.
- Hester, R. T. & Berkeley, University of California. (2005). *Design activism for whom? Frameworks*. Recuperado 20 de enero de 2022, de <https://frameworks.ced.berkeley.edu/2005/design-activism-for-whom/>
- Hofmann, A. (1970). The discovery of LSD and subsequent investigations on naturally occurring hallucinogens. *Discoveries in biological psychiatry*, 91-106.
- Janikian, M. (2019). *Your Psilocybin Mushroom Companion: An Informative, Easy-To-Use Guide to Understanding Magic Mushrooms--From Tips and Trips to Microdosing and Psychedelic Therapy*. Ulysses Press.
- Johnson, M. W., Garcia-Romeu, A., & Griffiths, R. R. (2017). Long-term follow-up of psilocybin-facilitated smoking cessation. *The American journal of drug and alcohol abuse*, 43(1), 55-60.
- Johnson MW, Hendricks PS, Barrett FS, Griffiths RR. *Classic psychedelics: An integrative review of epidemiology, therapeutics, mystical experience, and brain network function*. Vol. 197, *Pharmacology and Therapeutics*. Elsevier Inc.; 2019. p. 83-102.

- López, C. (2017, 16 octubre). Dimensión espiritual, Actividades de la vida diaria. Infermeravirtual.com. [https://www.infermeravirtual.com/esp/actividades\\_de\\_la\\_vida\\_diaria/la\\_persona/dimension\\_espiritual#:~:text=La%20dimensi%C3%B3n%20espiritual%20hace%20referencia,cotidiana%3B%20a%20contar%20con%20un](https://www.infermeravirtual.com/esp/actividades_de_la_vida_diaria/la_persona/dimension_espiritual#:~:text=La%20dimensi%C3%B3n%20espiritual%20hace%20referencia,cotidiana%3B%20a%20contar%20con%20un)
- López, J. L. (2015). Otra Vez en Matrix. Independently Published.
- MOVIMENTAL, (2016). Otra política de drogas es posible. Recuperado 20 febrero, 2022, de <https://es.scribd.com/document/92889438/Propuesta-Otra-Politica-de-Drogas-Es-Posible-MOVIMENTAL-Cultiva-Tus-Derechos>.
- Nichols, D. E. (2004). Hallucinogens. *Pharmacology & therapeutics*, 101(2), 131-181
- Nichols, D. E., Johnson, M. W., & Nichols, C. D. (2017). Psychedelics as medicines: an emerging new paradigm. *Clinical Pharmacology & Therapeutics*, 101(2), 209-219.
- Noticias, C. (2021, 29 septiembre). Giuliana Furci, micóloga: “Los hongos demuestran que el éxito de la sobrevivencia está en la colaboración y no en la competencia”. CHV Noticias. [https://www.chvnoticias.cl/clima/giuliana-furci-micologa-hongos-exito-sobrevivencia-colaboracion-no-competencia\\_20210924/](https://www.chvnoticias.cl/clima/giuliana-furci-micologa-hongos-exito-sobrevivencia-colaboracion-no-competencia_20210924/)
- Osmond, H. (1957). A review of the clinical effects of psychotomimetic agents. *Annals of the New York academy of sciences*, 66(3), 418-434.
- Ott, J. (1978). Teonanacatl: hallucinogenic mushrooms of North America. Madrona.
- Papanek, V. (2022). Diseñar Para El Mundo Real: Ecología Humana Y Cambio Social (producción Neta). Pol?len Edicions (el Tinter Sal).
- Passie, T., Seifert, J., Schneider, U., & Emrich, H. M. (2002). The pharmacology of psilocybin. *Addiction biology*, 7(4), 357-364.
- Pavillard, S. L. (2003). Los enteógenos y la ciencia. Rediris, 8.
- Ramírez, G. P., Sánchez, D. L. P., Hernández, M. H., & Ramírez, R. R. (2020). Revisión histórica de los hongos psicocibios. *Educación y Salud Boletín Científico Instituto de Ciencias de la Salud Universidad Autónoma del Estado de Hidalgo*, 8(16), 174-186.
- Roberts, T. (Ed.) (2012). *Spiritual growth with entheogens: psychoactive sacramentals and human transformation*. Rochester, VT: Park Street Press.
- Roseman, L., Nutt, D. J., & Carhart-Harris, R. L. (2018). Quality of acute psychedelic experience predicts therapeutic efficacy of psilocybin for treatment-resistant depression. *Frontiers in pharmacology*, 8, 974.
- Science and Non duality. (2015, 31 mayo). What are holotropic states of consciousness? Stan Grof [Video]. YouTube. [https://www.youtube.com/watch?v=9HYEdEZj8w8&ab\\_channel=scienceandnonduality](https://www.youtube.com/watch?v=9HYEdEZj8w8&ab_channel=scienceandnonduality)
- Sessa, B. (2012). *The psychedelic renaissance: reassessing the role of psychedelic drugs in 21st century psychiatry and society*. London: Muswell Hill Press.
- Sheldrake, M., & Cardona, G. T. (2020). *La red oculta de la vida* (geoPlaneta Ciencia). GeoPlaneta.
- Studerus, E., Gamma, A., Kommer, M., & Vollenweider, F. X. (2012). Prediction of psilocybin response in healthy volunteers. *PLoS one*, 7(2), e30800.
- Timmermann, C. (2022). El estudio de sustancias psicodélicas antes era visto casi como un suicidio profesional / Entrevistado por Daniela Pérez. *Diario La Segunda*.
- Zamora, M.I. (2018). *Abiertamente*. Tesis presentada a la escuela de diseño de Diego Portales.