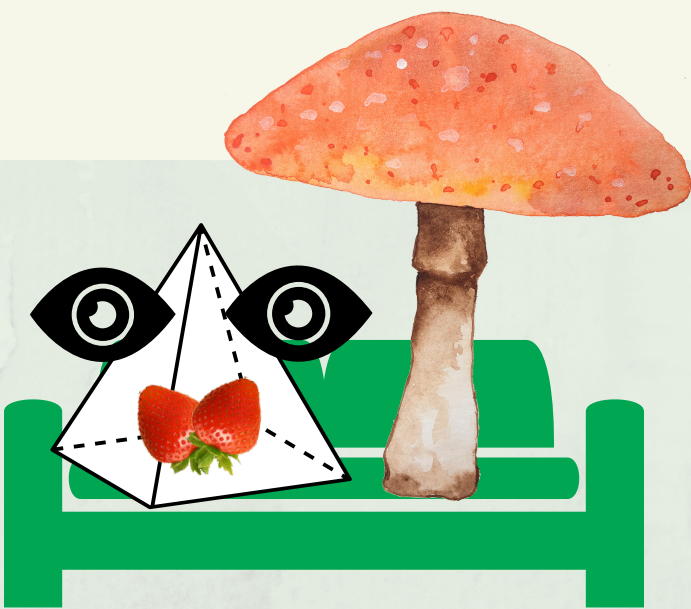


Hongos con componentes psicoactivos.

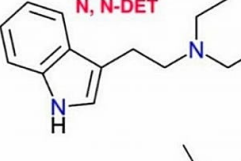
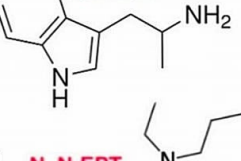
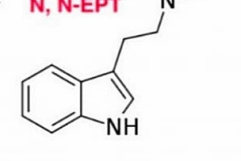
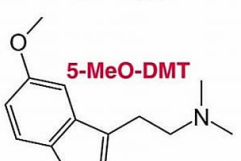
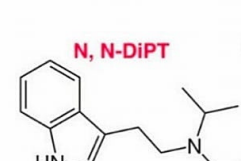
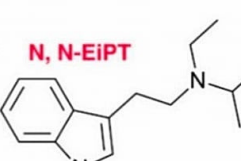
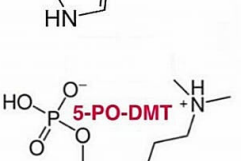
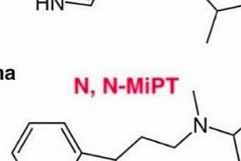
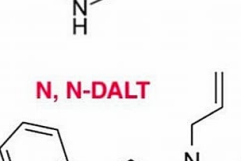
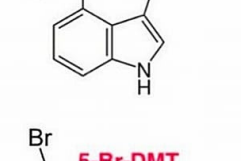
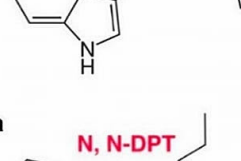
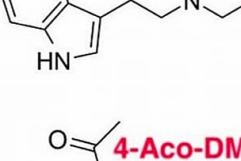
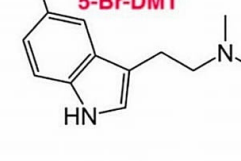
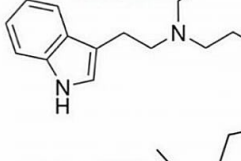
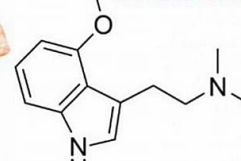
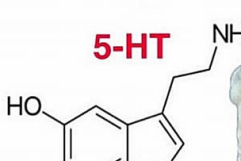
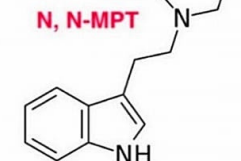
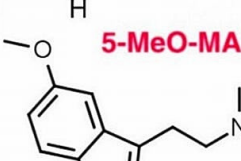
GUÍA INFORMATIVA



En Uruguay se conocen comunmente como *cucumelos*, por la palabra en latín *cucumellum* que significa *pequeño caldero*. El nombre científico es *Psilocybe cubensis* y existen cientos de especies.

Estos hongos tienen triptaminas psicodélicas:
Principalmente psilocina, psilocibina y baeocistina.

principales triptaminas psicodelicas:

Dimetiltriptamina		Dietiltriptamina		Ala-metiltriptamina	
Bufotenina		Metileiltriptamina		Etilpropiltriptamina	
Sapo del Desierto de Sonora		Diisopropiltriptamina		Etilisopropiltriptamina	
Psilocibina		Metilisopropiltriptamina		Dialitriptamina	
Esponja Smenospongia		Dipropiltriptamina		Psilocetina	
Serotonina		Metilpropiltriptamina		5 Metoxi-alitriptamina	
Somnífero		Propilisopropiltriptamina		Planta de Iboga	

Las triptaminas son moléculas con actividad neurológica.
algunas esenciales para la vida,
otras con una potente actividad psicotrópica
y un subgrupo de moléculas de actividad farmacológica.

Psilocibina

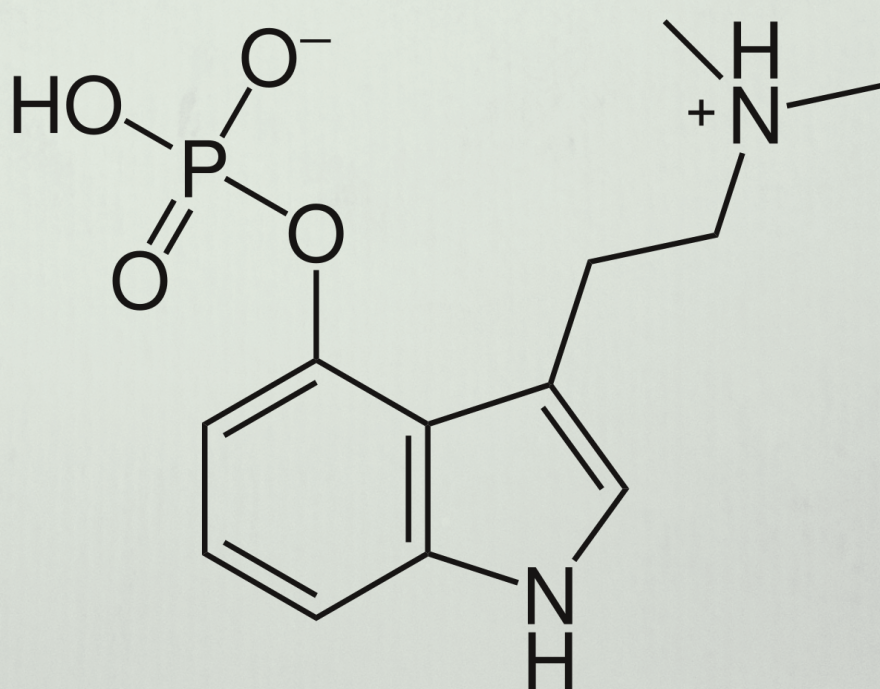
La cantidad de sustancia psicoactiva presente en cada hongo varía en relación a la especie, el lugar de crecimiento y las condiciones de cultivo.
Pero sobre todo varía entre cada pieza.



Por eso, para el consumo en microdosis, lo mejor es secarlos y pulverizarlos para mezclarlos y separar las dosis en la cantidad que se quieran consumir .

La psilocibina, baeocistina y psilocina son triptaminas presentes en los hongos psilocibios.
Cuando se consume por vía oral,
la psilocibina es metabolizada por
una enzima fosfatasa alcalina.

Esta enzima elimina parte de la estructura química de fósforo, oxígeno e hidrógeno, conocida como grupo fosfato,
convirtiéndola en **psilocina**.



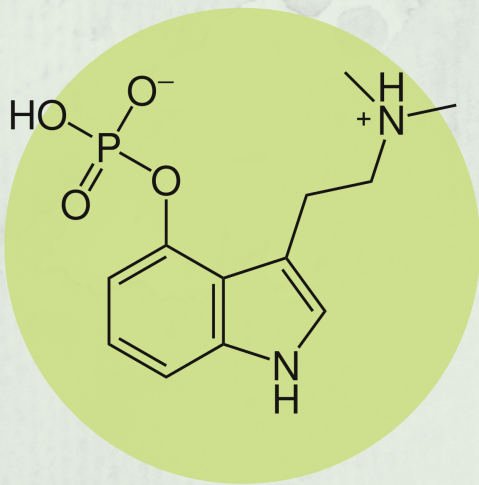
Los efectos psicotrópicos asociados a estas triptaminas son debido a que actúan como agonistas parciales de varios receptores de la serotonina en el córtex prefrontal del cerebro.

serotonina

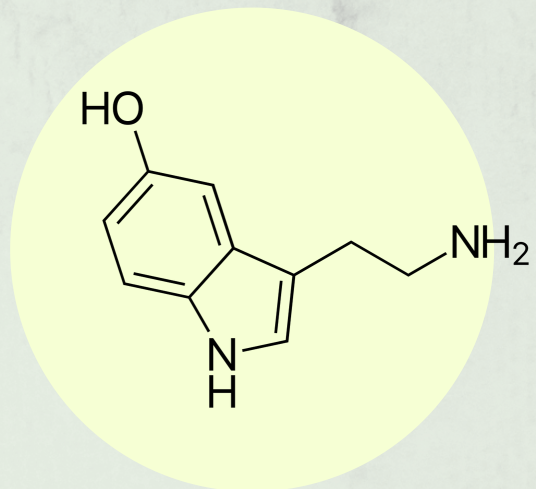
La serotonina es una molécula neurotransmisora que regula bastante nuestro estado de ánimo.

La estructura de la psilocina es muy parecida a la serotonina, son combinaciones similares de nitrógeno, hidrógeno y oxígeno.

Serotonina



Psilocibina

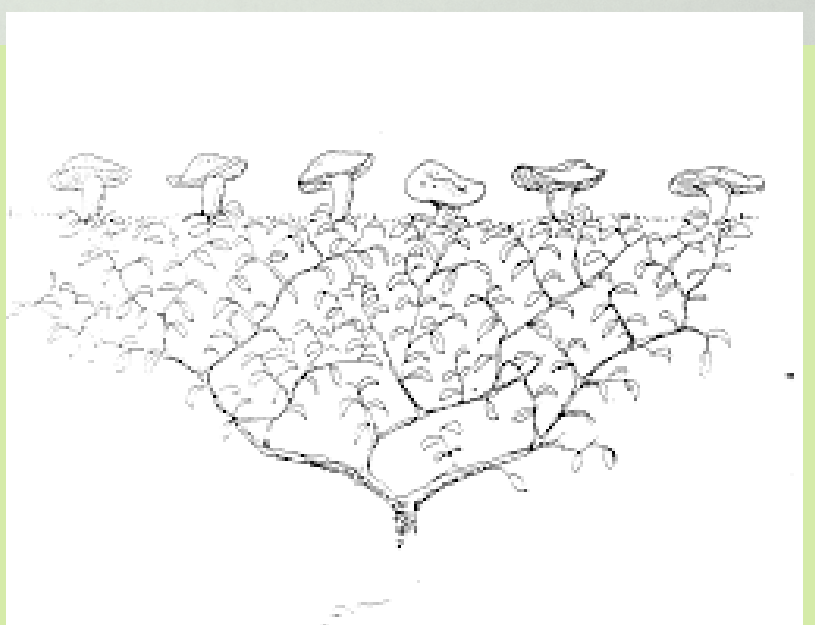


Además, tienen una actividad psicotrópica más potente que las aminas primarias. Puede ser porque el enlace al lugar de unión de los receptores protéicos es mas probable para las aminas terciarias.

Estas moleculas tienen afinidad por los lípidos, y una mayor lipofilia facilita la penetración de la barrera hemato-encefálica, o sea, su distribución en el cerebro.



Los hongos tienen el poder de conexión.



Pre-consumo

Es importante estar en un lugar agradable, con poca contaminación en general, y seres de confianza. También la seguridad y predisposición a un buen resultado. No se recomienda tener al momento responsabilidades importantes o necesidad de atención significativa.

Por lo menos 4 horas de ayuno, estar descansado, con la energía cuidada. No mezclar sustancias para observar y aprovechar los efectos puros.

Aunque se consuman bastantes hongos (digamos más de 5g. secos) los efectos no son necesariamente alucinógenos; No se pierde la conciencia de que se consumió un psicoactivo, y cuando termina el efecto se puede recordar.

Los efectos de la psilocibina se empiezan a sentir entre veinte y cuarenta minutos después de su consumo. (Lo que dura el proceso de desfosforilación).

Aunque no sea la primera vez, se recomienda empezar con dosis moderadas,



La percepción de los efectos es propia de cada persona, con su carácter, umbral de tolerancia , estado general y disposición.

cantidades sugeridas

Promedio en:	Hongos al natural	Hongos secos
Microdosis	5g.	0.5g.
Experiencia moderada	20g.	2g.
Experiencia intensa	50g.	5g.

Efectos generales

Al principio es muy común sentir inquietud, el corazón acelerado, o ansiedad. Pero es solo la introducción a un estado de calma, observación y comunión.

Hay cambios en la percepción del espacio-tiempo, confianza y conexión.

Los sentidos se potencian y puede darse la sinestesia.



“ la psilocibina puede habilitar estados en los que nuestra experiencia consciente del mundo se libera de su asociación con nuestro ego específico, que puede revelarse como una construcción ilusoria. La pérdida del ego temporal podría ser beneficioso en el contexto adecuado. Estas experiencias expansivas, que a veces cambian la vida, nos ayudan a sentirnos profundamente conectados y vivos. También estimulan la creatividad.”

Terence McKenna

potencial terapéutico

La psilocibina hace que partes del cerebro que normalmente no están muy conectadas entre sí empiecen a intercambiar señales con mayor frecuencia.



Se utiliza y continúa estudiando el tratamiento con psilocibina para:
trastorno depresivo, adicción al tabaco, alcohol, cocaína u otras sustancias adictivas, procesos de abandono de fármacos como antidepresivos, trastorno obsesivo-compulsivo, dolores crónicos, angustia psicológica relacionada con el cáncer u otras enfermedades terminales.

En caso de estar consumiendo antidepresivos :
El mecanismo de funcionamiento de la psilocibina es a través del subtipo de receptor de serotonina 2A (5-HT_{2A}R). Desgraciadamente, la mayoría de los antidepresivos también funcionan (en parte) a través de este receptor.
Por lo cual esta sobreestimulación podría resultar en la ineficacia de ambos métodos.

Para aquellxs que tienen algún tipo de historia bipolar, psicosis, o un trastorno de ansiedad grave, existe la posibilidad de una sobreestimulación.

Hay que tener en cuenta que entre estas alteraciones y visiones pueden haber cosas angustiantes, que nos generen tristeza o demasiada inquietud. Hay que recordar que el efecto pasa, y que podemos usar esa información a nuestro favor de forma terapéutica.

MICRODOSIS

Para las personas que consumen por primera vez, o que buscan empezar con un efecto más sutil, recomendamos una microdosis de 0,3g. de hongo seco durante dos días y dos días sin consumir. 5 veces. Ingiriendo así 3g en 18 días. Si va bien, esperar 5 días y repetir.

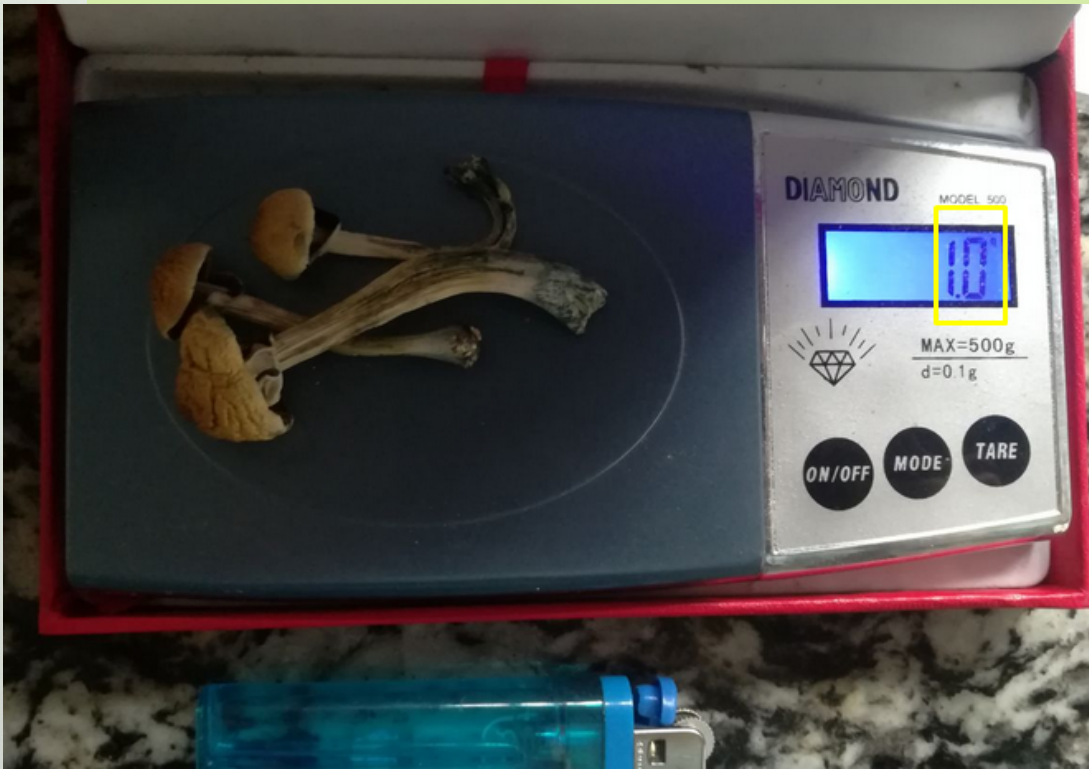
LUNES	MARTES	MIERCOLES	JUEVES	VIERNES	SÁBADO	DOMINGO
1 0.3g.	2 0.3g.	3 no consume	4 no consume	5 0.3g.	6 0.3g	7 no consume
8 no consume	9 0.3g	10 0.3g	11 no consume	12 no consume	13 0.3g	14 0.3g
15 no consume	16 no consume	17 0.3g	18 0.3g	19 no consume	20 no consume	21 no consume
22 no consume	23 no consume	24 puede repetir	25	26	27	28
29	30					

Para las personas con experiencia en psicodelicos, que buscan un efecto mas potente, recomendamos una microdosis de 0.6g de hongos secos, 3 dias seguidos, no consumir por dos dias y volver a consumir 3 días. Repetir 3 veces. Ingridiendo asi 5.4g en 13 días Si va bien, esperar 10 días para repetir.

LUNES	MARTES	MIERCOLES	JUEVES	VIERNES	SÁBADO	DOMINGO
1 0.6g.	2 0.6g.	3 0.6g.	4 no consume	5 no consume	6 0.6g.	7 0.6g.
8 0.6g.	9 no consume	10 no consume	11 0.6g.	12 0.6g.	13 0.6g.	14 no consume
15 no consume	16 no consume	17 no consume	18 no consume	19 no consume	20 no consume	21 no consume
22 no consume	23 no consume	24 puede repetir	25	26	27	28
29	30					

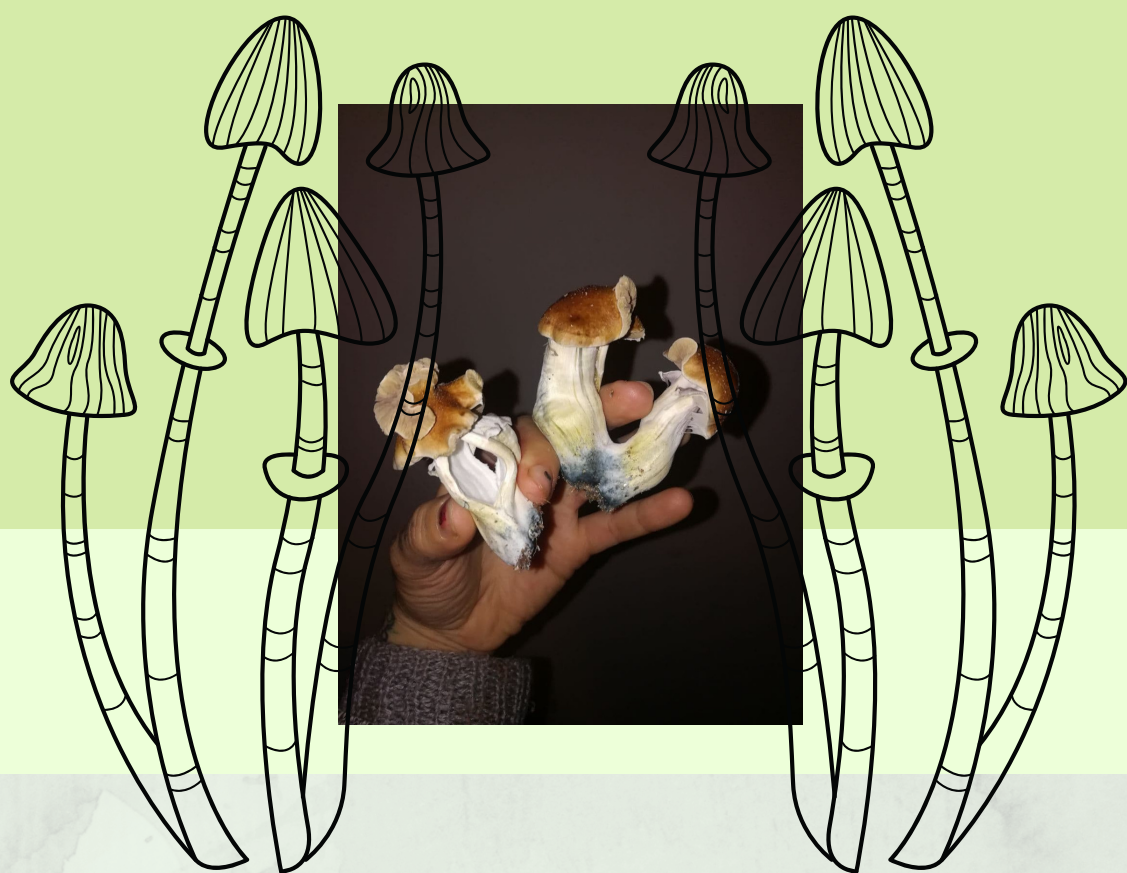
Estos modelos de administración en microdosis son sugeridos en base a experiencias de otros usuarios y registros de estudios publicados.

La microdosis puede ajustarse según cada persona y su umbral de tolerancia, su rutina y la respuesta a la primera ingesta. Lo ideal sería crear una forma de microdosis personalizada.



1g
Hongos secos.

es muy común que los usuarios hablen de un cambio en su perspectiva de vida, teniendo una comprensión más profunda de su persona para vivir con mas autenticidad.



“Los psicodélicos son ilegales no porque a un gobierno amoroso le preocupe que usted pueda saltar por la ventana del tercer piso. Los psicodélicos son ilegales porque disuelven las estructuras de opinión y los modelos de comportamiento y procesamiento de la información establecidos culturalmente. Te abren a la posibilidad de que todo lo que sabes está mal.”

Terence McKenna

