

Sombras, introspección y rescate interior: un estudio de caso sobre el uso de psilocibina en contexto doméstico

Shadows, introspection and inner rescue: a case study on the use of psilocybin in a domestic context

¹ César Olea Becerra; ² Genara Antonia Castillo Contreras

¹⁻² Facultad de Ciencias de la Salud - Universidad Católica de Trujillo Benedicto XVI (Trujillo-Perú)

* Autor correspondiente: C. Olea (csar93o@gmail.com)

G. Castillo (lawrsantonia@gmail.com)

ORCID de los autores:

C. Olea <https://orcid.org/0009-0005-4423-2262>; G. Castillo <https://orcid.org/0000-0003-1934-6784>

Fecha de recepción: 11 07 2025

Fecha de aceptación: 12 08 2025

DOI: <https://doi.org/10.46363/jnph.v5i3.1>

RESUMEN

Este estudio exploró las experiencias subjetivas asociadas al consumo doméstico y autónomo de hongos psilocibios en un usuario primerizo con énfasis en los procesos de autopercepción y adaptación cotidiana. Se empleó un enfoque cualitativo mediante un estudio de caso único, con análisis temático inductivo aplicado a entrevistas semiestructuradas realizadas antes y después de la experiencia, así como a observación no intrusiva durante el consumo. Los resultados revelaron la emergencia de temas centrales vinculados a la introspección, la evocación de recuerdos emocionalmente

significativos y la activación de procesos de regulación afectiva espontánea. La vivencia psicodélica, desarrollada en un entorno doméstico percibido como seguro, facilitó la resignificación de experiencias pasadas y generó cambios sostenidos en la narrativa de autoconcepto de la participante. Se discuten las implicancias de estos hallazgos para la comprensión del consumo autónomo de psicodélicos fuera de contextos clínicos, y se plantea la necesidad de estrategias psicoeducativas orientadas a la reducción de riesgos y a la integración emocional de este tipo de experiencias.

Palabras clave: Psilocibina – experiencia psicodélica – análisis temático – consumo doméstico

¹ Psicólogo, Maestrando en Psicología de la Salud

² Psicóloga, Doctora en Psicología

Abstract

This study explored the subjective experiences associated with the autonomous, home-based consumption of psilocybin mushrooms by a first-time user, with emphasis on self-perception and everyday adaptation processes. A qualitative single-case design was applied, using inductive thematic analysis of semi-structured interviews conducted before and after the experience, as well as non-intrusive observation during the psychedelic state. Findings revealed key themes related to introspection, emotionally charged memory recall, and

spontaneous emotional regulation strategies. The psychedelic experience, carried out in a home environment perceived as safe, enabled the reinterpretation of past experiences and promoted sustained changes in the participant's self-concept. The implications of these findings are discussed in the context of unsupervised psychedelic use, highlighting the need for educational strategies that promote risk reduction and emotional integration of such experiences.

Keywords: psilocybin, psychedelic experience, thematic analysis, home use.



Este artículo está publicado bajo la licencia [CC BY 4.0](https://creativecommons.org/licenses/by/4.0/)

Introducción

En los últimos años, la investigación científica sobre sustancias psicodélicas ha experimentado un notable resurgimiento, particularmente en torno al potencial terapéutico de la psilocibina. Estudios clínicos han documentado su eficacia en el tratamiento de diversos trastornos mentales, como la depresión resistente, la ansiedad existencial en pacientes con enfermedades terminales y los trastornos por uso de sustancias (Agin-Liebes et al., 2024; Carhart-Harris et al., 2018; Perkins et al., 2023; McCrone et al., 2023).

Estos hallazgos han reconfigurado el interés académico y social por los psicodélicos clásicos, al reconocer su capacidad de facilitar estados de conciencia no ordinarios que, en condiciones adecuadas, pueden promover procesos significativos de transformación psicológica (Hovmand et al., 2024; Campo & Yali, 2024).

El efecto de la psilocibina ha sido explicado en gran medida por el modelo de *set and setting*, el cual enfatiza la influencia del estado mental previo del usuario (set) y del contexto físico, social y cultural donde ocurre la experiencia (setting) (Gukasyan & Nayak, 2022; Carhart-Harris & Friston, 2019). Este enfoque ha demostrado ser crucial para comprender la variabilidad de los efectos psicodélicos, ya que condiciones emocionales negativas, entornos inseguros o la falta de preparación adecuada pueden incrementar el riesgo de experiencias abrumadoras o desorganizadas, mientras que ambientes estructurados

y acompañamiento profesional tienden a potenciar efectos terapéuticos y de integración (Rougemont-Bücking et al., 2024).

No obstante, la mayoría de los estudios existentes han sido desarrollados en contextos clínicos o ritualizados, donde existe un marco explícito de contención, guía e integración posterior (Aicher et al., 2024; Repantis et al., 2024). En contraste, el creciente fenómeno del consumo doméstico y autónomo de psilocibina —particularmente entre adultos jóvenes con acceso a fuentes informativas digitales— se encuentra escasamente documentado (Fradkin, 2024; Weiss et al., 2023). Estas experiencias autodirigidas, si bien reflejan una búsqueda genuina de introspección, bienestar o sanación, presentan desafíos únicos, pues combinan la ausencia de supervisión profesional con la influencia de entornos cotidianos emocionalmente cargados (Simonsson et al., 2024).

La literatura reciente señala que los entornos domésticos pueden actuar como espacios tanto de apertura emocional como de exposición a conflictos no resueltos, especialmente cuando la experiencia psicodélica reactiva memorias biográficas intensas o fragmentadas (Engel et al., 2024; Rougemont-Bücking et al., 2024).

En este contexto, el modelo de flexibilidad psicológica propuesto por Watts y Luoma (2020) resulta pertinente, al sugerir que la psilocibina puede facilitar la aceptación emocional y el contacto con valores personales, siempre que la persona se sienta lo

suficientemente segura como para sostener la experiencia sin evadirla (Pilecki et al., 2024). Esta seguridad, sin embargo, no está garantizada en contextos autodirigidos, donde el acompañamiento emocional suele ser improvisado o inexistente (Nordin et al., 2024).

En el caso peruano, el consumo de psicodélicos como la psilocibina se ha expandido más allá de los contextos tradicionales o clínicos, adoptando formas híbridas que combinan referentes culturales locales, influencias digitales y adaptaciones personales (Manuel-Navarrete et al., 2024; Mendive et al., 2023). Sin embargo, la producción académica sobre estos usos contemporáneos es prácticamente inexistente. Existe, por tanto, un vacío de conocimiento respecto a cómo se configuran estas vivencias, qué dinámicas subjetivas emergen y cuáles son sus efectos en

la percepción de sí mismo y en la vida cotidiana de quienes las experimentan por primera vez.

Este estudio busca aportar evidencia a ese campo emergente mediante la exploración en profundidad de las experiencias subjetivas de una usuaria primeriza de psilocibina en su hogar. Se utilizó un diseño cualitativo con análisis temático inductivo a partir de entrevistas semiestructuradas y observación no participativa (Braun & Clarke, 2006). El objetivo fue identificar los temas centrales que estructuran la experiencia psicodélica en un entorno doméstico no clínico y comprender cómo estos se relacionan con la autopercepción, la regulación emocional y los procesos de integración postconsumo. Al hacerlo, se espera generar insumos útiles para el diseño de estrategias de reducción de riesgos y recursos psicoeducativos culturalmente sensibles.

Metodología

Enfoque y diseño

Se empleó un enfoque cualitativo con diseño de estudio de caso único, orientado a explorar en profundidad las experiencias subjetivas de una mujer adulta durante su primer consumo autónomo de psilocibina en un entorno doméstico. Esta estrategia permitió comprender fenómenos emocionales, perceptuales y narrativos con un nivel de detalle que difícilmente podría ser captado por metodologías cuantitativas (Smith et al., 2009).

Participante y muestreo

La participante fue seleccionada mediante muestreo intencional. Los criterios de inclusión fueron: ser

mayor de edad, residente en Trujillo, no haber consumido psilocibina previamente, y estar dispuesta a participar en entrevistas antes y después de la experiencia. La voluntaria otorgó su consentimiento informado en dos momentos clave del estudio y pudo retirarse en cualquier fase sin consecuencias.

Técnicas e instrumentos

Se emplearon entrevistas semiestructuradas (preconsumo, postconsumo inmediato y seguimiento a las dos semanas), diseñadas para facilitar el relato espontáneo y reflexivo. Las entrevistas fueron grabadas y transcritas de forma literal,

preservando elementos paralingüísticos significativos. Complementariamente, se realizó una observación no participativa durante la experiencia psicodélica, centrada en expresiones corporales, interacción con el espacio físico y estados afectivos evidentes.

Procedimiento

El estudio se desarrolló en tres fases: (1) entrevista preconsumo, centrada en expectativas, motivaciones y preparación emocional; (2) observación durante el consumo en el entorno doméstico; y (3) entrevistas postconsumo, enfocadas en la vivencia inmediata, la integración emocional y los cambios percibidos en la autopercepción. Todo el proceso fue supervisado por una psicóloga clínica.

Análisis de datos

El corpus fue analizado mediante análisis temático inductivo (Braun &

Clarke, 2006), que permitió identificar patrones de significado emergentes sin imponer categorías previas. El procedimiento incluyó lectura iterativa, codificación abierta, agrupación en subtemas y revisión reflexiva constante, contrastando los hallazgos con modelos teóricos como el enfoque de *set and setting* y la flexibilidad psicológica (Watts & Luoma, 2020).

Consideraciones éticas

La investigación cumplió con los principios del Código de Ética de la APA (2017), asegurando el respeto a la autonomía, la confidencialidad y el bienestar de la participante. Se implementaron protocolos de apoyo emocional y se garantizó el almacenamiento seguro de los datos. El anonimato fue preservado mediante el uso de seudónimos, y el proyecto contó con asesoría clínica permanente.

Resultados y discusión

El análisis temático reveló tres núcleos experienciales principales: expectativas y preparación previa, vivencia psicodélica en el entorno doméstico, e integración emocional postconsumo. Cada uno contiene subtemas que ilustran la complejidad simbólica y emocional de la experiencia con psilocibina en un contexto autónomo y no clínico.

Expectativas, motivaciones y preparación previa al consumo

Previo al consumo, la participante manifestó una motivación centrada en la introspección, la curiosidad y el deseo de acceder a recuerdos emocionalmente complejos. Al ser consultada sobre su motivación,

expresó: “para saber qué efecto podría generar en mí” y, más adelante: “quizá experimentar y ver algo muy interno en mí, eso es lo que me causa curiosidad y emoción a la vez”. Esta motivación revela una disposición emocional abierta, aunque no completamente elaborada.

En cuanto a la preparación previa, la participante siguió indicaciones generales proporcionadas por el proveedor: “hacer dieta, seguir las reglas... no comidas rojas... ayer no cené y hoy no desayuné, para que el efecto sea mayor o mejor”. Estas acciones, aunque carentes de fundamento técnico riguroso,

parecen haber cumplido una función simbólica de disposición física y psicológica.

Emocionalmente, se describió como ambivalente: “tenía curiosidad y temor a la vez”, lo cual interpretó como parte de un proceso de encuentro interno: “esperaba encontrarme conmigo misma, pero en tiempo pasado”.

En relación con su entorno y bienestar previo, manifestó que recién estaba desarrollando una buena relación consigo misma y buscaba resignificar su contexto familiar y doméstico: “tratando que sea lo mejor posible, no viéndolo quizá de manera negativa, sino en la que yo me pueda sentir bien en el lugar que esté”.

Vivencia psicodélica: componentes sensoriales, emocionales y espaciales

Durante la experiencia psicodélica, la participante presentó alteraciones progresivas de la percepción, acompañadas de evocaciones autobiográficas cargadas de intensidad emocional. Las primeras manifestaciones fueron físicas: “se me adormecieron las piernas... luego las sentí normal, como que mi cuerpo estaba liviano”, seguidas de imágenes mentales vívidas: “dejaba de estar en la realidad para entrar, digamos, a recuerdos que creo yo, que han sido experimentados”.

Las escenas revividas incluyeron momentos de soledad infantil y tristeza adolescente: “solía verme en la ducha sentada llorando”. Estos recuerdos provocaron una respuesta emocional intensa, con llanto

sostenido, respiración agitada, adopción de posición fetal y gestos de autoprotección como cubrirse con sábanas, observados por el equipo investigador.

Pese a la carga emocional, la participante implementó estrategias de autorregulación: “decía que no era real... simplemente eran recuerdos o la situación que estaba pasando por los hongos, para poder salir”. Estas respuestas fueron especialmente relevantes en momentos simbólicamente densos, como visiones de laberintos, montes oscuros o huecos negros: “era consciente de lo que pasaba... trataba de darme fuerzas”.

Hacia el final de la experiencia, se evidenciaron signos de regulación emocional positiva, como relajación corporal, sonrisas espontáneas y expresión facial tranquila. La participante valoró el acompañamiento, señalando que “el hecho de estar acompañada era un apoyo”, y atribuyó parte de su estabilidad emocional al conocimiento previo sobre los efectos subjetivos de la sustancia.

Procesos de integración y resignificación postconsumo

En las entrevistas posteriores, la participante describió un proceso de integración orientado a la comprensión de su historia personal y a la resignificación de vivencias pasadas. Reconoció la oscuridad simbólica como una representación de su niñez y adolescencia: “la oscuridad... era sobre las cosas vividas... mediante esto me ha ayudado a comprender que... que

depende mucho de mí el estar bien, poder rescatarme”. Esta noción de rescate interior se expresó en frases como: “fui al pasado y me traje al presente y bueno, digamos que ya estoy aquí”.

La experiencia pareció catalizar una transformación en su autopercepción y proyección vital: “siento que ahora veo las cosas de mejor manera... me veo como que puedo lograr muchas cosas y salir adelante”. Esta transformación incluyó un cambio en el enfoque emocional: “ya no tanto en tristeza o en ‘lo que pudo haber sido antes’, sino en lo que ‘puede ser ahora’”.

Finalmente, la participante reportó un efecto positivo en su vida cotidiana y emocional: “con el pasar de los días me he dado cuenta de que es momento de empezar a ver por mí y lo que viene en adelante”, lo cual refleja un proceso de empoderamiento. Además, expresó su disposición a compartir su experiencia con otras personas y aconsejar precauciones: “si alguien planea consumir hongos en casa, que esté acompañado... que se deje llevar e ingresar a su interior”.

Conclusiones

Los hallazgos de este estudio cualitativo permiten concluir que el consumo autónomo de psilocibina en un entorno doméstico puede detonar experiencias subjetivas intensas, emocionalmente significativas y con potencial integrador, incluso en ausencia de un marco clínico o ritualizado. Las motivaciones introspectivas, la preparación

Desde una mirada psicológica, las escenas emergentes durante la experiencia psicodélica revelan una estrecha conexión con eventos significativos de su historia emocional temprana. La participante revivió momentos de soledad infantil y tristeza adolescente, “sentía como que un vacío... inclusive quizás hasta ahora” y “solía verme en la ducha sentada llorando”, que adquirieron una dimensión simbólica durante la experiencia.

Estos recuerdos fueron procesados a través de la propia narrativa interna y dieron lugar a pensamientos nuevos orientados al empoderamiento, como: “me ha ayudado a comprender que... depende mucho de mí el estar bien, poder rescatarme”, o “ya no tanto en tristeza o en ‘lo que pudo haber sido antes’, sino en lo que ‘puede ser ahora’”. Dichos elementos sugieren un proceso de resignificación y reestructuración cognitiva (Watts & Luoma, 2020) que podría vincularse con mecanismos de integración emocional y cambio en el esquema de autopercepción.

simbólica del cuerpo y del entorno, así como la disposición emocional de la participante, jugaron un papel modulador clave en la vivencia psicodélica.

Durante la experiencia, se evidenció la emergencia de recuerdos biográficos cargados de contenido emocional, junto con alteraciones perceptuales y somáticas

características. La capacidad de autorregulación espontánea y el acompañamiento humano presente en el entorno funcionaron como factores protectores que facilitaron la navegación emocional y redujeron el riesgo de desbordamiento psicológico.

En la fase postconsumo, se identificaron procesos de resignificación profunda que transformaron la narrativa personal de la participante, promoviendo una mayor autocompasión, una visión más esperanzadora del presente y una disposición activa hacia el

autocuidado. Estos cambios fueron expresados como parte de una reconstrucción del sentido personal a partir de la vivencia psicodélica.

Este caso aporta evidencia preliminar sobre la posibilidad de que el consumo doméstico de psilocibina, cuando se realiza en condiciones de seguridad emocional básica y con una intención reflexiva clara, pueda generar experiencias terapéuticas espontáneas. No obstante, la necesidad de recursos para la integración posterior sigue siendo central para favorecer procesos de cambios sostenibles.

Referencias bibliográficas

- Agin-Liebes, G., Nielson, E. M., Zingman, M., Kim, K., Haas, A., Owens, L. T., Rogers, U., & Bogenschutz, M. (2024). Reports of Self-Compassion and Affect Regulation in Psilocybin-Assisted Therapy for Alcohol Use Disorder: An Interpretive Phenomenological Analysis. *Psychology of Addictive Behaviors*, 38(1), 101–113. <https://doi.org/10.1037/adb0000935>
- Aicher, H. D., Schmid, Y., & Gasser, P. (2024). Psychedelics-assisted psychotherapy: Experiences with the limited medical use of LSD, MDMA, and psilocybin in Switzerland | Psychedelika-assistierte Psychotherapie: Erfahrungen mit der beschränkten medizinischen Anwendung von LSD, MDMA und Psilocybin in d. *Psychotherapie*, 69(2), 98–106. <https://doi.org/10.1007/s00278-024-00711-y>
- Association, W. M. (2024). World Medical Association Declaration of Helsinki: Ethical Principles for Medical Research Involving Human Participants. *JAMA*. <https://doi.org/10.1001/jama.2024.21972>
- Bahi, C., Irmischer, M., Franken, K., Fejer, G., Schlenker, A., Deijen, J. B., & Engelbregt, H. (2024). Effects of conscious connected breathing on cortical brain activity, mood and state of consciousness in healthy adults. *Current Psychology*, 43(12), 10578–10589. <https://doi.org/10.1007/s12144-023-05119-6>
- Barnett, B. S., Koons, C. J., van den Eynde, V., Gillman, P. K., & Bodkin, J. A. (2024). Hypertensive Emergency Secondary to Combining Psilocybin Mushrooms, Extended Release Dextroamphetamine-Amphetamine, and Tranylcypromine. *Journal of Psychoactive Drugs*. <https://doi.org/10.1080/02791072.2024.2368617>

- Berlowitz, I., García Torres, E., Maake, C., Wolf, U., & Martin-Soelch, C. (2023). Indigenous-Amazonian Traditional Medicine's Usage of the Tobacco Plant: A Transdisciplinary Ethnopsychological Mixed-Methods Case Study. *Plants*, 12(2).
<https://doi.org/10.3390/plants12020346>
- Braun, V., & Clarke, V. (2006). Using thematic analysis in psychology. *Qualitative Research in Psychology*, 3(2), 77–101.
<https://doi.org/10.1191/1478088706qp063oa>
- Brouwer, A., Raison, C. L., & Shults, F. L. (2024). The trajectory of psychedelic, spiritual, and psychotic experiences: implications for cognitive scientific perspectives on religion. *Religion, Brain and Behavior*.
<https://doi.org/10.1080/2153599X.2024.2349151>
- Campo, W. M., & Yali, A. M. (2024). Psychedelic use and psychological flexibility: The role of meaningful intention and decentering. *Journal of Psychedelic Studies*.
<https://doi.org/10.1556/2054.2024.00350>
- Carhart-Harris, R., Roseman, L., Haijen, E., Erritzoe, D., R., R., Branchi, I., & Kaelen, M. (2018). Psychedelics and the essential importance of context. *Journal of Psychopharmacology*, 32, 026988111875471.
<https://doi.org/10.1177/0269881118754710>
- Duque, H., & Aristizábal Díaz-Granados, E. T. (2019). Análisis fenomenológico interpretativo. *Pensando Psicología*, 15(25), 1–24.
<https://doi.org/10.16925/2382-3984.2019.01.03>
- Engel, L. B., Thal, S., Bright, S. J., & Low, M. (2024). Psychedelic trip sitting, dosages and intensities: Supplementing clinical studies with anecdotal reports. *Journal of Psychedelic Studies*.
<https://doi.org/10.1556/2054.2024.00377>
- Fradkin, D. (2024). Breaking through the doors of perception, consciousness, and existence: to what extent does psychedelic phenomenology ontologically depend on external factors? *Journal of Psychedelic Studies*, 8(1), 122–141.
<https://doi.org/10.1556/2054.2022.00168>
- Gukasyan, N., & Nayak, S. M. (2022). Psychedelics, placebo effects, and set and setting: Insights from common factors theory of psychotherapy. *Transcultural Psychiatry*, 59(5), 652–664.
<https://doi.org/10.1177/1363461520983684>
- Hovmand, O. R., Poulsen, E. D., & Arnfred, S. (2024). Assessment of the acute subjective psychedelic experience: A review of patient-reported outcome measures in clinical research on classical psychedelics. *Journal of Psychopharmacology*, 38(1), 19–32.
<https://doi.org/10.1177/02698811231200019>
- Keeler, J. L., Kan, C., Treasure, J., & Himmerich, H. (2024). Novel treatments for anorexia nervosa: Insights from neuroplasticity research. *European Eating Disorders Review*, 32(6), 1069–1084.
<https://doi.org/10.1002/erv.3039>

- La Torre, J. T., Gallo, J., Mahammadli, M., Zalewa, D., & Williams, M. T. (2024). Experiences of psychedelic drug use among people with psychotic symptoms and disorders: Personal growth and mystical experiences. *Journal of Psychedelic Studies*. <https://doi.org/10.1556/2054.2024.00348>
- Manuel-Navarrete, D., DeLuca, S., Friso, F., & Politi, M. (2024). Ayahuasca ceremonies, relationality, and inner-outer transformations to sustainability. Evidence from Takiwasi Center in Peru. *Ecosystems and People*, 20(1). <https://doi.org/10.1080/26395916.2024.2339227>
- McCrone, P., Fisher, H., Knight, C., Harding, R., Schlag, A. K., Nutt, D. J., & Neill, J. C. (2023). Cost-effectiveness of psilocybin-assisted therapy for severe depression: Exploratory findings from a decision analytic model. *Psychological Medicine*, 53(16), 7619–7626. <https://doi.org/10.1017/S0033291723001411>
- Mendive, F., Giovannetti, C., & García Arce, S. (2023). Ancient medicine for a modern disease: traditional Amazonian medicine to treat substance use disorders | Medicina Ancestral para una Enfermedad Moderna: Medicina Tradicional Amazónica para los Trastornos por el Uso de Sustancias. *American Journal of Drug and Alcohol Abuse*. <https://doi.org/10.1080/00952990.2023.2264466>
- Nordin, M., Hlynsson, J. I., Håkansson, J., & Carlbring, P. (2024). A double-edged sword: Insights from practitioners on the short and long-term negative effects of psilocybin-assisted psychological interventions. *Journal of Psychedelic Studies*, 8(2), 196–203. <https://doi.org/10.1556/2054.2024.00337>
- Perkins, D., Ruffell, S. G. D., Day, K., Pinzon Rubiano, D., & Sarris, J. (2023). Psychotherapeutic and neurobiological processes associated with ayahuasca: A proposed model and implications for therapeutic use. *Frontiers in Neuroscience*, 16. <https://doi.org/10.3389/fnins.2022.879221>
- Pilecki, B., Luoma, J., & Lear, K. M. (2024). A pilot study of the effect of group-administered psilocybin on psychological flexibility and outcomes. *Journal of Psychedelic Studies*, 8(2), 211–218. <https://doi.org/10.1556/2054.2024.00295>
- Repantis, D., Koslowski, M., & Fink, S. B. (2024). Ethical aspects of therapy with psychedelics | Ethische Aspekte der Therapie mit Psychedelika. *Psychotherapie*, 69(2), 115–121. <https://doi.org/10.1007/s00278-024-00710-z>
- Rougemont-Bücking, A., Guenot, F., Salamin, V., Gothuey, I., Duffour, C., King-Olivier, J., Girard, V., & Naudin, J. (2024). Psychedelic-augmented psychotherapy for overcoming traumatic dissociation: A review of neuroscientific and phenomenological evidence. *European Journal of Trauma & Dissociation*, 8(3), 100431. <https://doi.org/10.1016/J.EJTD.2024.100431>
- Ruffell, S. G. D., Crosland-Wood, M., Palmer, R., Netzband, N., Tsang, W., Weiss, B., Gandy,

- S., Cowley-Court, T., Halman, A., McHerron, D., Terhune, D. B., & Sarris, J. (2023). Ayahuasca: A review of historical, pharmacological, and therapeutic aspects. *Psychiatry and Clinical Neurosciences Reports*, 2(4). <https://doi.org/10.1002/pcn5.146>
- Rush, B., Marcus, O., García, S., Loizaga-Velder, A., Spitalier, A., & Mendive, F. (2024). Ayahuasca Treatment Outcome Project (ATOP): One-Year Results from Takiwasi Center and Implications for Psychedelic Science. *Journal of Studies on Alcohol and Drugs*, 85(5), 607–618. <https://doi.org/10.15288/jsad.23-00005>
- Simonsson, O., Osika, W., Stenfors, C. U. D., Goldberg, S. B., Honk, L., & Hendricks, P. S. (2024). Longitudinal associations between psychedelic use and meditation practices in the United States and the United Kingdom. *Psychological Medicine*, 54(6), 1228–1234. <https://doi.org/10.1017/S0033291723003082>
- Watts, R., & Luoma, J. B. (2020). The use of the psychological flexibility model to support psychedelic assisted therapy. *Journal of Contextual Behavioral Science*, 15, 92–102. <https://doi.org/10.1016/J.JCBS.2019.12.004>
- Weiss, B., Sleep, C. E., Beller, N. M., Erritzoe, D., & Campbell, W. K. (2023). Perceptions of psychedelic personality change, determinants of use, setting and drug moderation: Toward a holistic model. *Journal of Psychedelic Studies*, 7(3), 200–226. <https://doi.org/10.1556/2054.2023.00291>
- Wiepking, L., de Bruin, E., & Ghiță, A. (2023). The potential of psilocybin use to enhance well-being in healthy individuals – A scoping review. *Journal of Psychedelic Studies*, 7(3), 184–199. <https://doi.org/10.1556/2054.2023.00244>

Anexo**Anexo 1.**

Tabla de resumen temático de resultados

Categoría	Subcategoría	Cita textual	Fuente
Expectativas previas	Motivación	“Para saber qué efecto podría generar en mí.”	Entrevista preconsumo
Expectativas previas	Introspección esperada	“Quizá experimentar y ver algo muy interno en mí.”	Entrevista preconsumo
Rituales implícitos	Preparación dietética	“El día de ayer no cené y hoy no desayuné, para que el efecto sea mayor o mejor.”	Entrevista preconsumo
Fenomenología sensorial	Alteración corporal	“Sentí que se me adormecieron las piernas... como que mi cuerpo estaba liviano.”	Entrevista postconsumo
Fenomenología sensorial	Transición perceptual	“Dejaba de estar en la realidad para entrar, digamos, a recuerdos.”	Entrevista postconsumo
Regulación emocional	Tristeza y miedo	“Tristeza, alegría y miedo... Pero creo que más ha sido tristeza y miedo.”	Entrevista postconsumo
Regulación emocional	Contención personal	“Decía que no era real... eran recuerdos... para poder salir.”	Entrevista postconsumo
Regulación emocional	Llanto intenso	“La participante lloraba y se acomodaba en posición fetal.”	Observación directa
Autoconocimiento	Rescate interior	“Ir y rescatar a mi niña interior.”	Entrevista postconsumo
Autoconocimiento	Reformulación del pasado	“Fui al pasado y me traje al presente.”	Entrevista postconsumo
Integración post-experiencia	Cambio de pensamiento	“Ya no tanto en tristeza o en ‘lo que pudo haber sido antes’ sino en lo que ‘puede ser ahora’.”	Entrevista postconsumo
Apoyo y contención	Valor del acompañamiento	“Sentir que estaban acompañándome me hizo sentir más segura.”	Entrevista postconsumo