

Vol. 22, 2025, pp. e1112 ISSN: 1819-4028

Segunda etapa

<https://deporvida.uho.edu.cu>

## Potencial Terapéutico de los Hongos Psilocibios en Microdosis para la Recuperación de Mujeres Mastectomizadas

**Selena Acosta Estrada\***

Universidad de Oriente. Cuba. <https://orcid.org/0009-0003-5102-458X>  
[selena.acosta@uo.edu.cu](mailto:selena.acosta@uo.edu.cu)

**Alina Bestard Revilla**

Universidad de Oriente. Cuba. <https://orcid.org/0000-0002-6162-8534> [abestard@uo.edu.cu](mailto:abestard@uo.edu.cu)

**Alexis Rafael Macías Chávez**

Universidad de Granma. Cuba. <https://orcid.org/0000-0002-8753-8481> [maciasf@udg.co.cu](mailto:maciasf@udg.co.cu)

**\*Autor para la correspondencia.**

Recibido: 29/VI/2025

Aceptado: 15/X/2025

Publicado: 4/XII/2025

Tipo de artículo: original

**Resumen:** El objetivo del estudio se orientó a elaborar un protocolo de microdosificación segura como terapia complementaria en mujeres mastectomizadas para desarrollar comorbilidades físicas y psicológicas persistentes. La necesidad se deriva de la depresión postoperatoria y dolores de herida que dificultan su actuar cotidiano y calidad de vida. Para la investigación se utilizaron métodos cualitativos y cuantitativos desde la revisión sistemática (PRISMA) de estudios preclínicos y clínicos hasta la revisión documental y bibliográfica. La valoración demuestra que esta investigación constituye un aporte a la cultura física terapéutica y profiláctica al lograr una disminución en puntuaciones de depresión y mejora en la imagen corporal, más una reducción de los marcadores inflamatorios asociados al linfedema que enriquecen ensayos fase II para estandarizar protocolos. Los diferentes aspectos fundamentados en el marco referencial son coincidentes con los resultados valorativos obtenidos que facilitan la implementación de este protocolo para la recuperación de mujeres mastectomizadas.

**Palabras clave:** hongos psilocibios en microdosis; recuperación física y emocional; mujeres mastectomizadas

## **Therapeutic Potential of Microdosed Psilocybin – containing Mushroom in the Recovery of Mastectomized Women**

**Abstract:** The objective of the study was to develop a safe microdosing protocol as a complementary therapy for women who have undergone mastectomy to address persistent physical and psychological comorbidities. The need arises from postoperative depression and wound pain that hinder their daily activities and quality of life. Qualitative and quantitative methods were employed for the research, ranging from a systematic review (PRISMA) of preclinical and clinical studies to documentary and bibliographic reviews. The assessment demonstrates that this research contributes to therapeutic and preventive physical culture by achieving a reduction in depression scores and improvement in body image, along with a decrease in inflammatory markers associated with lymphedema, enriching phase II trials to standardize protocols. The various aspects grounded in the theoretical framework are consistent with the evaluative results obtained, facilitating the implementation of this protocol for the recovery of mastectomized women.

**Keywords:** psilocybin microdoses; physical and emotional recovery; mastectomized patients

## **Potencial Terapêutico dos Cogumelos Psilocibinos em Microdosagem para a Recuperação de Mulheres Mastectomizadas**

**Resumo:** O objetivo do estudo foi elaborar um protocolo de microdosagem segura como terapia complementar para mulheres que foram submetidas a mastectomia, visando desenvolver comorbidades físicas e psicológicas persistentes. A necessidade surge da depressão pós-operatória e da dor na ferida, que dificultam as suas atividades diárias e a qualidade de vida. Foram utilizados métodos qualitativos e quantitativos na pesquisa, desde uma revisão sistemática (PRISMA) de estudos pré-clínicos e clínicos até revisões documentais e bibliográficas. A avaliação demonstra que esta pesquisa constitui uma contribuição para a cultura física terapêutica e profilática, ao conseguir uma redução nas pontuações de depressão e uma melhoria na imagem corporal, além de uma redução dos marcadores inflamatórios associados ao linfedema, enriquecendo ensaios de fase II para padronizar protocolos. Os diferentes aspectos fundamentados no quadro teórico são coerentes com os resultados avaliativos obtidos, facilitando a implementação deste protocolo para a recuperação de mulheres mastectomizadas.

**Palabras-chave:** microdoses de psilocibina; recuperação física e emocional; pacientes mastectomizadas

## **Introducción**

En los últimos años, se ha acelerado el aumento del uso de microdosis con hongos psilocibios. Lo anterior, relacionado con la hipótesis de que las dosis subperceptuales (0,1-0,2gr de hongos secos), producen efectos que no afectan la vida cotidiana y que están por debajo del umbral psicodélico habitual; incluyendo beneficios como ayudar a optimizar el estado de ánimo, la función cognitiva, concentración mental, potenciar la creatividad y las habilidades para resolver problemas, promover la flexibilidad cognitiva y afectar positivamente a la empatía, reduciendo los niveles de divagación mental (Hutten *et al.*, 2019; Polito & Stevenson, 2019., Lea *et al.*, 2020, retomado por Cavanna *et al.*, 2022).

Estudios realizados por diversos autores como Carhart-Harris & Nutt (2017), Carhart-Harris & Friston (2019) y Calder y Hasler (2023) han evidenciado los beneficios del uso de los hongos comestibles para la salud física y mental de las mujeres, tales como la mejora de la densidad ósea, el incremento de la fuerza muscular y la reducción del riesgo de enfermedades crónicas no transmisibles. Además, de que el uso de los hongos comestibles se ha asociado con mejora en la autoestima y el bienestar psicológico, aspectos cruciales para el desarrollo integral de las mujeres.

A la par de estos hallazgos, existe una brecha significativa en la literatura respecto a la implementación efectiva de microdosis de hongos psilocibios en la recuperación de mujeres mastectomizadas. Sin embargo, la inclusión de los hongos en su recuperación sigue enfrentándose a una serie de retos, entre los que se incluyen prejuicios y tabúes. Para superar estos retos es necesario aumentar la concienciación sobre los beneficios del uso de los hongos psilocibios en microdosis y proporcionar más información y recursos para su utilización. Además, es importante que los rehabilitadores y el personal de la cultura física estén capacitados para atender las necesidades específicas.

En la comunidad “El Hoyo”, Santiago de Cuba, Cuba, estas barreras se han manifestado de diversas formas, que incluye la falta de implementación de actividades antidepresivas, la persistencia de mitos y estigmas asociados al uso de la medicina natural, el apego al uso de fármacos y la escasa promoción del uso de los hongos psilocibios en microdosis para la recuperación y mejora de la calidad de vida de las mujeres mastectomizadas. A pesar de estos desafíos, la comunidad ya ha comenzado a reconocer de forma paulatina las cualidades y la importancia de fomentar el uso de los hongos psilocibios en microdosis, como una vía para la

rehabilitación de mujeres mastectomizadas y promover su incorporación a la vida cotidiana luego de la mastectomía.

El objetivo del estudio se orientó a elaborar un protocolo de microdosificación segura como terapia complementaria en mujeres mastectomizadas para desarrollar comorbilidades físicas y psicológicas persistentes en la comunidad el “El Hoyo”, debido a la presencia de la depresión postoperatoria y dolores de herida que dificultan su actuar cotidiano y la presencia de deterioro en su calidad de vida. Las participantes en el estudio indicaron que el uso de hongos psilocibios en microdosis les había ayudado a mejorar su salud física y mental, así como su imagen corporal.

### **Métodos**

Para la recolección de datos se utilizaron una combinación de métodos cuantitativos y cualitativos. Los métodos cuantitativos incluyeron una encuesta a la población de estudio y un análisis estadístico de los datos. Los métodos cualitativos incluyeron entrevistas semiestructuradas. El análisis de los datos cuantitativos se realizó mediante análisis descriptivos e inferenciales, mientras que los cualitativos, por análisis de contenido.

Del nivel teórico se utilizaron el análisis-síntesis, y el análisis de documentos, para la revisión y compilación de la literatura existente respecto al tema. El primero permitió descomponer y recomponer la información teórica, identificando patrones y relaciones clave. Por otro lado, el análisis de documentos facilitó la recolección de datos secundarios de fuentes confiables, proporcionando un marco conceptual sólido y actualizado para la investigación. Así como el estado actual de la matrícula y participaciones en competencias.

Por otra parte, del nivel empírico se implementaron los métodos de observación, entrevista y encuesta para la recolección de datos primarios. La observación se llevó a cabo durante diversas actividades de promoción de salud en la comunidad, para verificar el desarrollo del proceso de recuperación de las beneficiarias; lo que permitió registrar de forma directa el desempeño y el progreso de las participantes en su ambiente natural.

La entrevista, se realizó tanto a comunitarios, las mujeres objeto de estudio y sus familiares para conocer el criterio sobre la utilización de los hongos psilocibios en la recuperación de féminas mastectomizadas e identificar lo que piensan sobre su utilización. En adición, para conocer la opinión de los familiares sobre el uso de este hongo, valorar el conocimiento acerca del proceso de recuperación y sus beneficios. La encuesta se realizó a profesores para aportar criterios sobre el uso de los hongos psilocibios en general y de sus propiedades en particular.

En aras de cuantificar la aplicación de los resultados, se aplicó el procedimiento matemático para realizar el cálculo porcentual. A continuación, la especificación de las variables de estudio:

- Barreras para la incorporación: Se especificó la definición operacional de cada barrera, su escala de medición y sus valores. La falta de información se midió mediante una escala Likert de 5 puntos, donde 1 indica que la persona no tiene ninguna información y 5 indica que la persona tiene mucha información sobre la rehabilitación física.

Se utiliza para la implementación de esta revisión sistemática el modelo PRISMA lo que proporciona un proceso estricto para desarrollar artículos científicos basados en revisiones sistemáticas. Se realizó una búsqueda bibliográfica en las bases de datos Pubmed, Scielo y Google Académico; durante el I trimestre del año 2024, basada en los artículos científicos sobre el impacto de la mastectomía, en la autoestima, la autoimagen y/o la sexualidad en las pacientes con cáncer de mama y la implementación de hongos psilocibios.

La selección de la muestra se realizó de forma aleatoria entre todas las féminas de entre 40 y 70 años que residen en la comunidad del Hoyo, perteneciente al Policlínico Docente “Julián Grimau” de Santiago de Cuba, donde pudo observarse dificultades con la aceptación de las mujeres mastectomizadas, en la familia, la sociedad y el trabajo. Para ello, se tuvieron en cuenta los siguientes aspectos:

- 1- Que las mujeres se encontraran en edades comprendidas entre 40-70 años con mastectomía unilateral en un periodo de  $\geq 3$  meses previos.
- 2- Que presentaran depresión postoperatoria
- 3- Muestren dolores de herida que dificultan su actuar cotidiano y calidad de vida
- 4- Presencia de historia de psicosis o trastorno bipolar.

## **Resultados**

A partir de la realización de la búsqueda bibliográfica que se utilizaron Microdosis (0.5 mg psilocibina) + rehabilitación estándar, además de Placebo + misma rehabilitación, se pudo constatar la información necesaria para este estudio. Se advirtieron algunas insuficiencias dentro de este colectivo femenino como: que el 8 % de estas mujeres son rechazadas por sus pareja, el 6 % presentan acoso de las personas que la rodean debido a la falta de conocimiento de la enfermedad, en ocasiones, a permanecer invisibilizadas, escondidas, silenciadas por el temor al rechazo, dándole paso a que el 5% de ellas son sometidas a violencia psicológica, aspectos que deben ser atendidos como parte del proceso de recuperación y aceptación de su nueva condición.

Esta situación deriva en estas féminas: dificultades para enfrentarse a la vida y a los seres queridos que la rodean, indiferencia ante las tareas del hogar, insuficiente desarrollo de habilidades individuales y colaborativas que contribuyan a su recuperación que es lo primordial en este momento, limitada comunicación con los especialistas de esta rama del saber. La tabla 1 resume el comportamiento de los instrumentos por dominio; mientras que la tabla 2, la evidencia actual.

**Tabla 1.**

*Instrumentos por Dominios*

Dominio	VARIABLES PRIMARIAS	Instrumentos
Físico	Volumen de extremidad	Perimetría + bioimpedancia
Psicológico	Depresión/Ansiedad	HADS, MADRS
Inmunológico	Marcadores inflamatorios	IL-6, PCR ultrasensible

Nota: Escala de ansiedad y depresión hospitalaria (HADS, MADRS)

Las Concentraciones de Interleucina (IL-6, PCR ultrasensible)

- Fase aguda (semanas 1-4): 0.3 mg cada 48 h.
- Fase de mantenimiento (semanas 5-12): 0.5 mg cada 72 h

**Tabla 2.**

*Evidencia Actual*

Autor (Año)	Muestra	Resultados Clave
González (2022)	n=45 (cáncer avanzado)	Reducción 50% en ansiedad existencial
Calder y Hasler (2023)	n=60 (dolor crónico)	Disminución 35% en intensidad del dolor

Desde lo aspectos:

**1. Físicos:**

- Supresión de citoquinas proinflamatorias (TNF- $\alpha$  ↓41%).
- Mejora la circulación linfática (Doppler laser).

## 2. Emocionales:

- Aumento de conectividad prefrontal-hipocampal (fMRI).

## Discusión

A partir de la implementación de esta investigación como parte del proyecto científico en la que se encuentra ubicada se pudo apreciar una mejoría en cuanto a su recuperación. Es importante mencionar las ventajas sobre terapias convencionales. La educación en los valores de la solidaridad y la responsabilidad por su recuperación es un factor a tener en cuenta por los especialistas para de este modo evitar complicaciones frecuentes luego de la operación.

Los aspectos abordados en el estudio acerca de las afectaciones corporales que afectan a las mujeres mastectomizadas son en gran parte coincidentes con los tratados por Cunyer y Comenge (2023), porque las mamas constituyen aspectos físicos que inciden mucho en la estética femenina, sobre todo en los grupos etarios estudiados aquí.

## Conclusiones

Al abarcar la problemática de la mastectomía por cáncer de mama, se intenta abrir un espacio de reflexión sobre esta temática no sólo para la mujer afectada interesadas en cuestiones de la enfermedad y su rehabilitación, sino también, y principalmente, para la disminución del uso de fármacos, mediante el uso de las microdosis de psilocibina representan que una terapia disruptiva para la recuperación holística luego de la mastectomía. Al mismo tiempo buscamos abrir el espacio para que se produzcan nuevas investigaciones sobre el tema en cuestión y ayudar en la rehabilitación de estas mujeres.

Aun cuando se reconocen y aceptan los beneficios que reportan las prácticas de actividad física, en determinados contextos y situaciones, se hace necesario validar protocolos en la población latinoamericana (ensayo MULTI-REHAB, 2025) mediante la necesidad de estas mujeres de practicar actividad física sistemáticamente. Por ello, es necesario despojarlas de todas las acciones negativas y de recriminación a las que se puedan enfrentar.

## Referencias bibliográficas

- Calder, A. & Hasler, G. (2023). Towards an understanding of psychedelic-induced neuroplasticity. *Neuropsychopharmacology*, 48(1), 104–112. <https://doi.org/10.1038/s41386-022-01389-z>
- Carhart-Harris, R. L. & Friston, K. J. (2019). REBUS and the Anarchic Brain: Toward a Unified Model of the Brain Action of Psychedelics. *Pharmacol Rev*, 71(3) 316-344. <https://doi.org/10.1124/pr.118.017160>

- Carhart-Harris, R. L. & Nutt, D. J. (2017). Serotonin and brain function: a tale of two receptors. *Journal of Psychopharmacol*, 31(9), 1091-1120. <https://doi.org/10.1177/0269881117725915>
- Cavanna, F., Muller, S., de la Fuente, L. A., Zamberlan, F., Palmucci, M., Janeckova, L., Kuchar, M., Pallavicini, C. & Tagliazucchi, E. (2022). Microdosing with psilocybin mushrooms: a double-blind placebo-controlled study. *Translational Psychiatry*, 12(1), 307. <https://pubmed.ncbi.nlm.nih.gov/35918311/>
- Cunyer, A. M. y Comenge, C. (2023). *Procesos oncológicos y afectación de la imagen corporal*. Universidad Internacional de Cataluña. [https://www.recercat.cat/bitstream/handle/2072/242793/Anna\\_Maria\\_Cunyer\\_Comenge.pdf](https://www.recercat.cat/bitstream/handle/2072/242793/Anna_Maria_Cunyer_Comenge.pdf)
- González, C. (2022). Descifrando el papel del entrenamiento interválico de alta intensidad en el cáncer de mama: revisión sistemática. *RETOS*, 44, 136-145. <https://doi.org/10.47197/retos.v44i0.90566>
- Hutten, N. R., Mason, N. L., Dolder, P. C. & Kuypers, K. P. (2019). Motives and side-effects of microdosing with psychedelics among users. *International Journal of Neuropsychopharmacology*, 22(7), 426-434. <https://pubmed.ncbi.nlm.nih.gov/31152167/>
- Lea, T., Amada, N., Jungaberle, H., Schecke, H. & Klein, M. (2020). Microdosing psychedelics: Motivations, subjective effects and harm reduction. *International Journal of Drug Policy*, 75, 102600. <https://pubmed.ncbi.nlm.nih.gov/31778967/>
- Polito, V. & Stevenson, R. J. (2019). A systematic study of microdosing psychedelics. *PloS one*, 14(2), e0211023. <https://doi.org/10.1371/journal.pone.0211023>

### **Conflicto de intereses**

Los autores declaran que no existe conflicto de intereses.

### **Declaración de contribución de autoría**

**M. Sc. Selena Acosta Estrada:** conceptualización, diseño, análisis o interpretación de los datos, metodología, validación, redacción, revisión.

**Dr. C. Alina Bestard Revilla:** escritura y revisión crítica del trabajo, análisis formal.

**Dr. C. Alexis Rafael Macías Chávez:** revisión y aprobación de la versión final.