



El Modelo Microhuasca para facilitar procesos con Microdosis

Federico Infante, Ph.D. (Perú)
Co Fundador, psicólogo transpersonal

 Microhuasca

Cosmovision



Endocosmic
Foundation



MICROHUASCA

PROGRAMA EN LÍNEA

Introducción al Uso de Microdosis de Ayahuasca

MICROHUASCA

PROGRAMA INTERNACIONAL EN LÍNEA

Formación: Uso Profesional de Microdosis de Ayahuasca

Psicología Transpersonal

- Dimensión Espiritual
- Cuarta fuerza
- Estados ampliados de consciencia
- Relación íntima con un mundo interconectado





**La Materia no es la Única Realidad.
El Universo está hecho de Energía.**



Fuente:

<https://opensciences.org/about/manifesto-for-a-post-materialist-science>

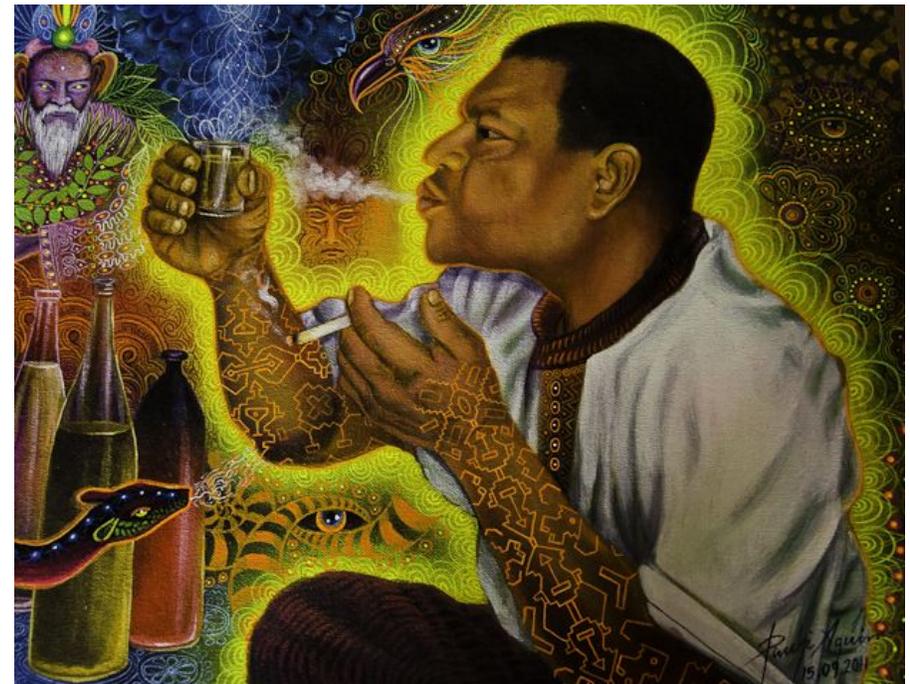
Aproximación a la Cosmovisión de la Ayahuasca de parte del Participante del Programa de Microhuasca

- Respeto a la Ayahuasca como planta sagrada.
- Reconocer a la naturaleza, plantas, animales, seres humanos como seres sintientes (energía, ánimas, espíritus, chi-China, ki-Japón, prana-India).

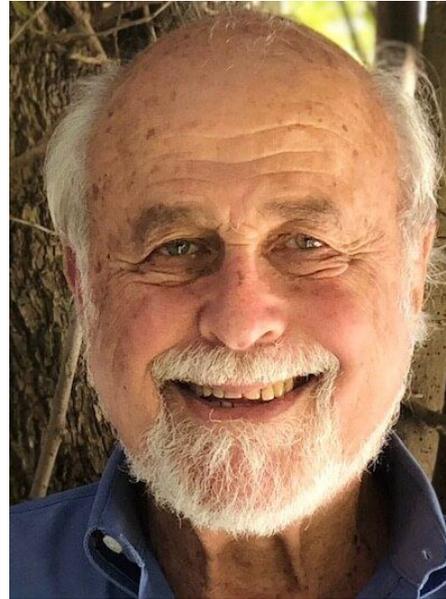
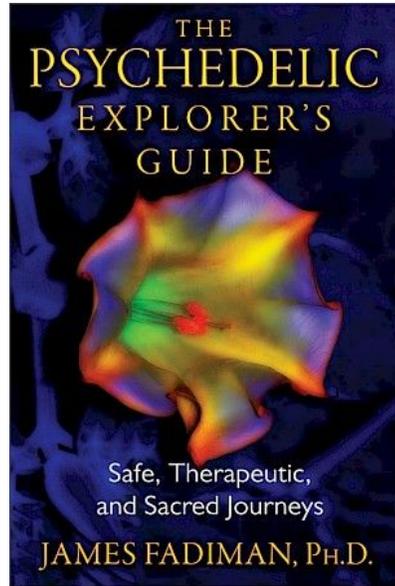




- El Instituto Nacional de Cultural (INC) declaró Patrimonio Cultural de la Nación a los conocimientos y usos tradicionales del ayahuasca practicados por comunidades nativas amazónicas, como garantía de continuidad cultural. (24/06/2008)
- Los *Íkaros*, cantos tradicionales del pueblo shipibo-konibo, fueron declarados Patrimonio Cultural de la Nación, a través de una resolución del Viceministerio de Patrimonio Cultural e Industrias Culturales del Ministerio de Cultura del Perú (23/06/2016).



Aportes del Dr. James Fadiman



IMA International
Microdosing
Association

DÍA 1
Día de
microdosis

DÍA 2
Día de
reminiscencia

DÍA 3
Día de
descanso

DÍA 4
Día de
microdosis

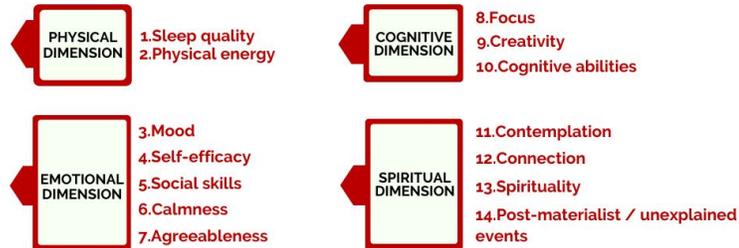


Redefiniendo Set & Setting: Los Elementos de Integración

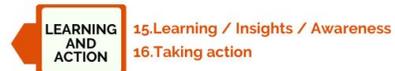


Results a microdoser could experience. The path towards a successful microdosing process*.

EFFECTS, STATES OR EXPERIENCES



LEARNING AND ACTION



CHANGE

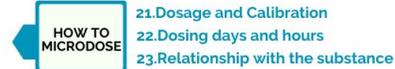


Elements that surround a microdoser's daily life. Related to harm reduction and other areas, they can impact results through benefits or challenges.

INTENTION



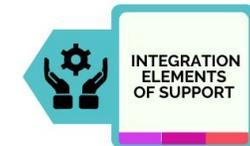
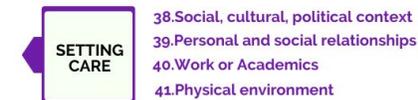
USE OF THE PORTAL



ENERGY AND ENVIRONMENT

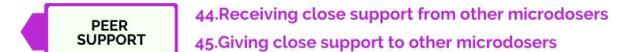


HEALTH AND CONSUMPTION



Complementary and usually external elements that can aid a microdoser to achieve a successful process.

PROFESSIONAL AND COMMUNITY SUPPORT



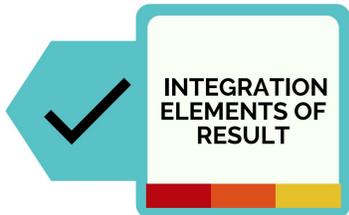
EDUCATION AND EXPERIENCE



USE OF REGISTRY TOOLS

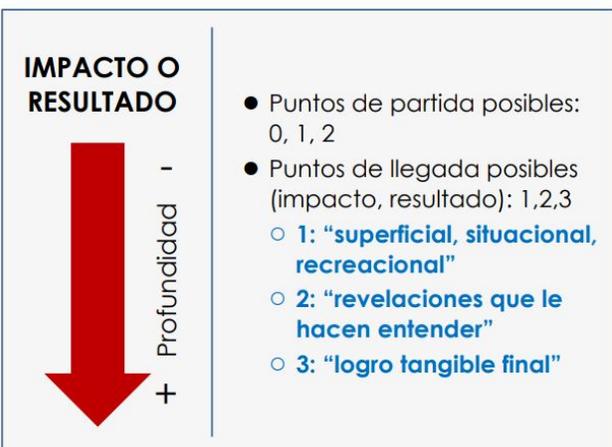
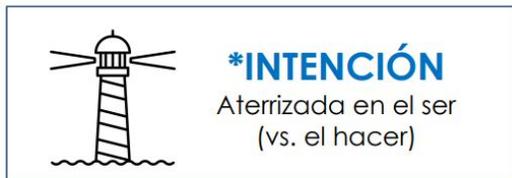


Descarga el paper completo (PDF): www.microhuasca.com/integration-elements



Modelo de Aprendizaje y Transformación

¿CÓMO ES EL PROCESO DE APRENDIZAJE CUANDO TOMAMOS MICRODOSIS DE AYAHUASCA?



(0) USO DE PORTAL
Sustancia o método para acceder a estados no ordinarios de consciencia



(A) TOMAR CUIDADO
Educación, legalidad, obtención, reducción de daño

(1) ESTADOS Y EXPERIENCIAS
Detonantes para el proceso de aprendizaje

ESTADOS	EXPERIENCIAS
Beneficiosos o desafiantes	Personales o en relación a otros
<ul style="list-style-type: none"> ● Calidad de sueño ● Energía física ● Ánimo ● Autoeficacia ● Habilidades sociales ● Tranquilidad ● Amabilidad 	<ul style="list-style-type: none"> ● Foco ● Creatividad ● Capacidad cognitiva ● Contemplación ● Conexión ● Espiritualidad ● Vivencias cotidianas ● Intuición / Reflexión / Pensamiento ● Recuerdos ● Sueños ● Visiones ● Sucesos inexplicables ● Vivencias sociales ● Vivencias con la naturaleza o cosmos



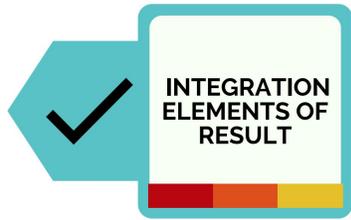
(B) TOMAR CONCIENCIA
Identificar, analizar, comprender, darse cuenta, confrontar

(2) INSIGHTS
Qué descubre sobre lo que le sucedió



(C) TOMAR ACCIÓN
Objetivos medibles, acciones tangibles, resultados medibles

(3) MEJORA O TRANSFORMACIÓN
Cómo genera cambios positivos permanentes



Beneficios reportados por usuarios de Microhuasca

DIMENSIÓN FÍSICA

- Regulación de la **energía**
- Mejora la calidad de sueño
- **Sueños** positivos y reguladores
- **Alerta**, activo, vital
- Mejor organización del tiempo
- Reducción de las migrañas

DIMENSIÓN EMOCIONAL

- **Buen ánimo**, mejor disposición
- **Tranquilidad**, calma,
- **Paz**, fluidez, estar en el presente
- **Amabilidad**
- **Felicidad**, bienestar
- **Inteligencia emocional**
- **Habilidades sociales**
- **Empatía**
- Alivio de la **depresión** y la **ansiedad**
- Buen manejo de situaciones críticas
- Cultivo de relaciones personales

DIMENSIÓN COGNITIVA

- Alta **concentración**
- **Mindfulness** (Conciencia plena)
- **Intuición**, creatividad, pensamiento divergente
- Perspicacia, **lucidez**, buena memoria
- **Introspección**, meditación profunda
- Entendimiento desde el niño interior
- Elocuencia, **pensar** antes de hablar
- Orden, armonía, **enfoque**, claridad, productividad

DIMENSIÓN ESPIRITUAL

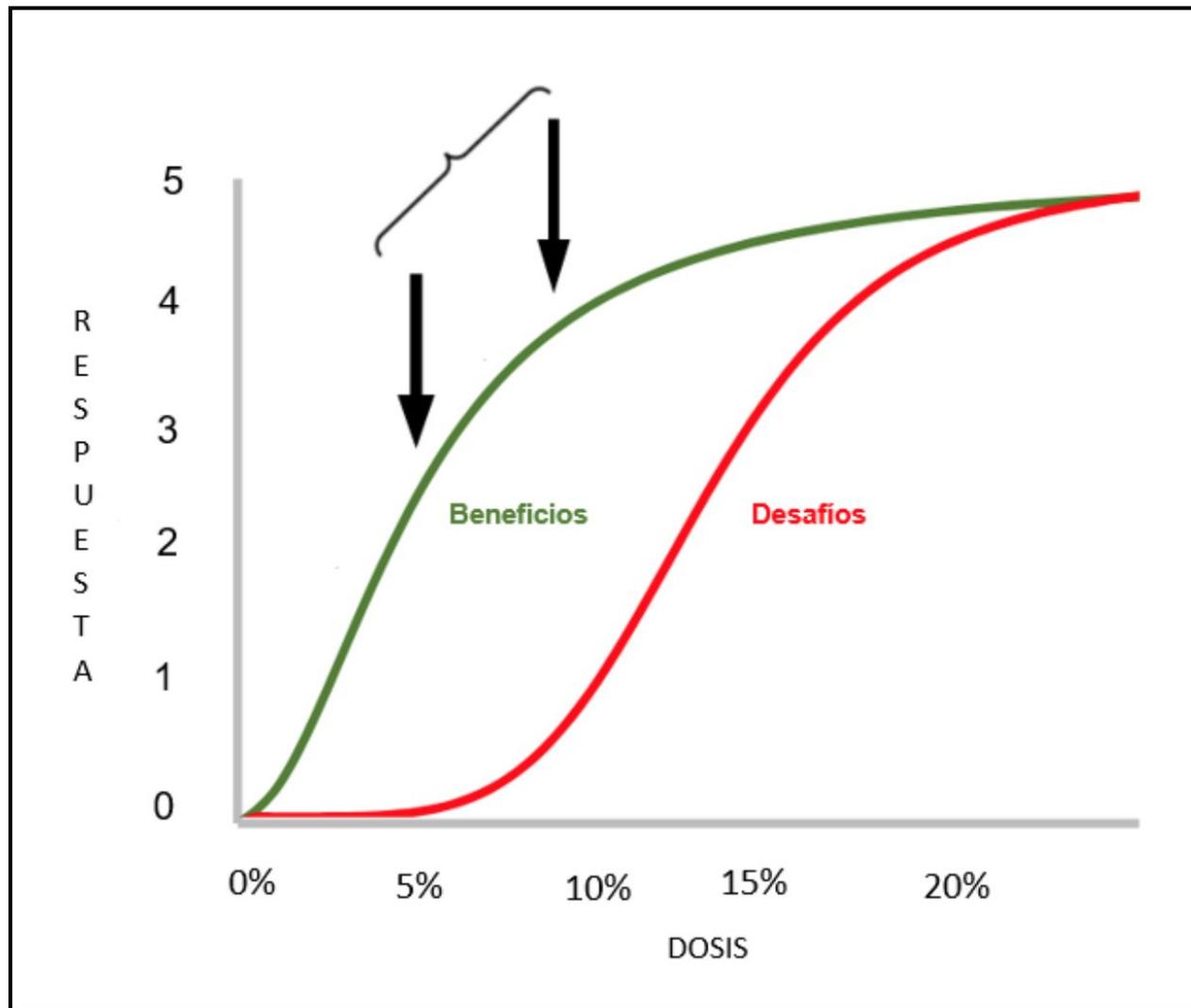
- Sensación de lo **sagrado**
- **Gratitud**, belleza de la vida cotidiana
- **Conexión** con el entorno, con los demás, la humanidad
- **Contemplación** de la naturaleza, la vida, lo cotidiano
- **Integralidad**
- Sueños vívidos y enriquecedores

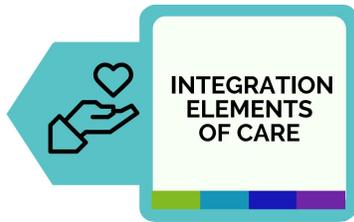




Dosificación y Calibración

Ayahuasca: 5%, 10%, 15%, 20% de una dosis completa





Nutrición (dieta)

Cuando las microdosis de ayahuasca se toman en ayunas, a primera hora de la mañana, se recomienda comer a partir del mediodía en adelante:

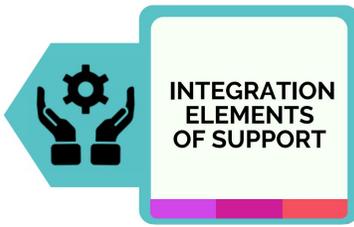
SE RECOMIENDA COMER:

Comida sana en general: frutas, verduras, arroz, legumbres, tubérculos, carnes de aves y pescado a la plancha, agua, jugos de frutas, granos, nueces, semillas, panes integrales,

NO SE RECOMIENDA COMER:

1. Carnes rojas, comidas muy grasosas, dulces, saladas, condimentadas.
2. No recomendable lo artificial: bebidas gaseosas, sabores o aromas químicos, alimentos procesados o sintéticos.

Se complementa con la *dieta energética*.



Soporte Humano

Socio de Aprendizaje

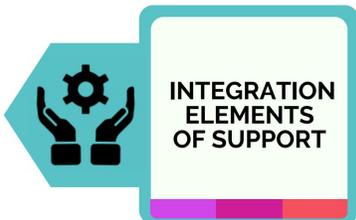


Facilitación



Círculo de Comunidad





Bitácora Diaria

Herramienta Personal de Introspección del Usuario

Bitácora Microhuasca 2022 ☆ 📄 🌐

Archivo Editar Ver Insertar Formato Datos Herramientas Extensiones Ayuda

90% \$ % .0 .00 123 Raleway 20 B I S A 🔍 📄 📅 📊 📈 📉 📉 📉 📉 📉

Bitácora Diaria		SEMANA 1					
		DÍA 1 (día de toma, 5%)	DÍA 2 (día de descanso)	DÍA 3 (día de toma, 10%)	DÍA 4 (día de descanso)	DÍA 5 (día de toma, 15%)	DÍA 6 (día de descanso)
		miércoles 15 de junio	sábado 07 de mayo	domingo 08 de mayo	lunes 09 de mayo	martes 10 de mayo	miércoles 11 de mayo
8	• ¿A qué hora has tomado tu microdosis?		-		-		
9	• ¿Cuál fue tu dosis? (5%, 10%, 15%, 20%)	5%	-		-		
10	• ¿Por qué decides esta dosis hoy?	-	-		-		
I. REFLEXIONES DIARIAS <i>Escribe libremente</i>							
14	• Comentarios Generales: ¿Cómo te has sentido hoy?						
15	• ¿Has hecho, sentido o pensado algo distinto a lo habitual?						
16	• ¿Tuviste sueños o sucesos inexplicables que desees describir? ¿Les encuentras algún significado para tu proceso?						
II. ESTADOS Y EFECTOS DIARIOS <i>ESCOGE del 0 al 5, y COMENTA ¿por qué? solo donde lo sientas</i>							
20	1. Calidad de Sueño: Me despierto fresco y descansado. 4 0 5: Buenos patrones y calidad de sueño, sueños positivos o reveladores, facilidad para dormir, despertar despejado. 0 1 2 0 3: Problemas para dormir, insomnio, sueños negativos o pesadillas, malos hábitos de sueño.	▼ me levanto continuamente p	▼	▼	▼	▼	▼
21	2. Energía: Me siento activo y con vigor. 4 0 5: Alerta, activo, despierto, estimulado, con vitalidad, sin fatiga. 0 1 2 0 3: Cansado, somnoliento, fatigado, con niebla mental, o con energía desmedida: inquieto, nervioso.	▼	▼	▼	▼	▼	▼
22	3. Ánimo: Me siento animado y de buen humor. 4 0 5: Felicidad, bienestar, alivio de la depresión, estabilidad emocional, positivismo, optimismo, realización, satisfacción, la vida vale la pena.	▼	▼	▼	▼	▼	▼

Facilitadores se forman en teoría y práctica

Toman microdosis y acompañan a usuarios de microdosis

1. Las 4 dimensiones de manifestación de las microdosis: física, emocional, cognitiva y espiritual
2. Set & Setting para microdosis: El modelo de 50 *Elementos de Integración*
3. Modelo de aprendizaje y acción con estados expandidos de consciencia
4. Uso y análisis del *Navegador de Integración*, herramienta para facilitadores
5. Lectura y análisis de casos anónimos frecuentes, complejos o especiales (*Bitácoras* de usuarios y *Navegadores* de facilitadores)
6. Asistencia a usuarios sobre dosificación: El modelo de calibración incremental
7. Asistencia a usuarios en aterrizar su intención y entender sobre qué desea trabajar
8. Asistencia a usuarios para identificar e integrar insights o revelaciones
9. Asistencia a usuarios hacia la toma de acción
10. Asistencia a usuarios en su cuidado nutricional (dieta)
11. Asistencia a usuarios en su cuidado energético (relación con el ocio, dinero, sexualidad, ciclos femeninos, uso de electrónicos, situaciones densas)
12. Asistencia a usuarios en el cuidado de su entorno (social, cultural, relaciones personales, laboral, académico, espacio físico)
13. Asistencia a usuarios sobre el cuidado, uso y cruce con otras sustancias
14. Asistencia a usuarios en el cuidado de su mentalidad (barreras mentales, expectativas, compromiso)
15. Asistencia a usuarios en el aprovechamiento del uso de amplificadores de estados expandidos de consciencia (naturaleza, meditación, música, arte, ejercicio físico)
16. Asistencia a usuarios en el aprovechamiento de una comunidad de usuarios para su proceso terapéutico
17. Asistencia a usuarios en el aprovechamiento de una bitácora como herramienta terapéutica
18. Asistencia a usuarios en componentes de integración desafiantes
19. Asistencia en casos especiales de usuarios
20. Métodos y técnicas de escucha activa
21. Organización y dirección de círculos de conversación entre usuarios
22. Organización y dirección de círculos de conversación entre profesionales y facilitadores
23. Organización y dirección de programas grupales de microdosis
24. Captar, evaluar y filtrar usuarios aptos para procesos con microdosis
25. Identificar aspectos médicos relevantes para procesos con microdosis y cómo trabajar con especialistas
26. Gestión de equipos de facilitadores y profesionales
27. Ética y confidencialidad
28. Pensamiento científico
29. Cuestionamientos dogmáticos sobre la Ayahuasca y su uso en microdosis
30. Ecosistema global de psicodélicos: Personas, organizaciones, comunidades y naciones indígenas a conocer
31. Nexos y trabajo con maestros indígenas o tradicionales: Cómo integrarnos más allá de la reciprocidad
32. Conservación: Recuperación y sostenibilidad de la Ayahuasca y otras plantas maestras
33. Ciencia post-materialista
34. Publicación y visibilización de resultados





Herramienta: Navegador de Integración

Elementos de Resultado (18), de Cuidado (24) y de Soporte (8)

v0.9 Navegador de Integración ☆ 📄 🗑️

Archivo Editar Ver Insertar Formato Datos Herramientas Extensiones Ayuda Última modificación hace unos segundos

100% \$ % .0 .00 123- Helvetica ... 10 B I S A

C1:C3 Definición para el facilitador

TU EXPERIENCIA														
Categorías	Elemento	Definición para el facilitador	Antes de microdosis (línea base) - Semana 0 -		Semana de toma (calibración) - Semana 1 -		Semana de toma - Semana 2 -		Semana de toma - Semana 3 -		Semana de toma - Semana 4 -		Después de las microdosis - Semana 5 -	
			¿Beneficio o Desafío? (B, D o BD)	Observaciones	¿Beneficio o Desafío? (B, D o BD)	Observaciones	¿Beneficio o Desafío? (B, D o BD)	Observaciones	¿Beneficio o Desafío? (B, D o BD)	Observaciones	¿Beneficio o Desafío? (B, D o BD)	Observaciones	¿Beneficio o Desafío? (B, D o BD)	Observaciones
COMPONENTES DE RESULTADO														
Los pasos para llegar al resultado final deseado. El camino hacia el cambio duradero.														
Intención														
Intención	Intención aterrizada	Cuál es su intención según la ve esa semana. ¿requiere reafirmarse o reenfocarse? Durante el proceso ¿sienten avances y/o claridad?												
	Otras motivaciones	Cómo navega nuevas motivaciones que aparezcan y puedan estar o no relacionadas a la intención.												
Estados o Experiencias: ¿Qué siente?														
Dimensión Física	Calidad de sueño	Me despierto fresco y descansado.												
	Energía física	Me siento activo y con vigor.												
Dimensión Emocional	Ánimo	Me siento animado y de buen humor.												
	Autoeficacia	Confío en mi capacidad para hacer frente a las cosas.												
	Habilidades sociales	Me va bien relacionándome.												
Dimensión Cognitiva	Tranquilidad	Me siento en calma y relajado.												
	Amabilidad	Trato a los demás con consideración.												
	Foco	Dirijo mi atención completamente a lo que realizo.												
Dimensión Espiritual	Creatividad	Afronto situaciones de forma ingeniosa.												
	Capacidad cognitiva	Comprendo y razono inteligentemente.												
Dimensión Espiritual	Autoconocimiento	Me conozco y acepto.												
	Contemplación	Me detengo a apreciar más las cosas.												
Dimensión Espiritual	Conexión	Tengo una sensación de estar conectado con todo.												
	Espiritualidad	Siento cercanía con lo sagrado.												

IMA 0.9.11 0.9.11 Compilado 0.9.11 Compilado 0.8 Fdbk 0.8 Compilado 0.7 Fdbk 0.7 Compilado 0.6 Fdbk 0.6 Compilado 0.5 Fdbk 0. Explorar

Co Fundadores Microhuasca



Adolfo Schmitt

Dirección

Perú

Adolfo ha realizado extensa investigación en ayahuasca, hongos y plantas medicinales de la Amazonía del Perú. Es miembro fundador de la International Microdosing Association (IMA) y ha creado el **modelo terapéutico comunitario para microdosis**, con el fin de crear espacios accesibles y de uso responsable, y el **protocolo de dosificación y calibración incremental para microdosis**.



Álvaro Zárate

Estrategia

Perú

Álvaro ha sido uno de los precursores del movimiento startup en Perú, ayudando por 10 años a construir emprendimientos responsables para el mundo. Es miembro fundador de la International Microdosing Association (IMA) y ha creado el sistema **CosmovisionDAO** para creadores de protocolos de psicodélicos y el **modelo de aprendizaje con estados expandidos de consciencia**.



Ana Platzer

Facilitadores y Bienestar

Perú

Ana es coach transpersonal especializada en estados expandidos de consciencia y mujer medicina trabajando por 18 años en la Amazonía peruana. Ha creado el **programa de formación para facilitadores de microdosis**, que reúne a una red de profesionales en América Latina y Europa que trabajan colaborativamente y bajo los más altos niveles de calidad.



Dr. Federico Infante

Desarrollos Terapéuticos

Perú

Federico es uno de los psicólogos transpersonales más respetados en América Latina y presidente de la Asociación Transpersonal del Perú. Ha creado el **modelo de componentes de integración (set y setting)** que permite a facilitadores abordar oportunamente los beneficios y desafíos que enfrentan sus usuarios desde más de 50 áreas, y la herramienta **Navegador de Integración**.



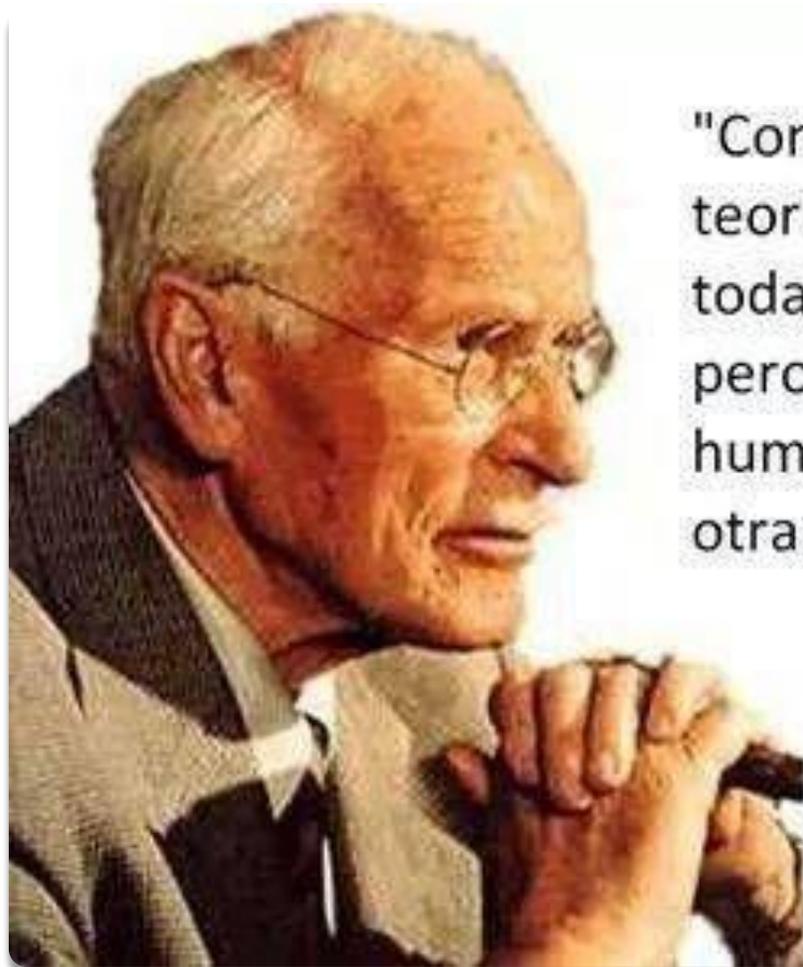
Ronald Rivera

Desarrollos Ancestrales

Perú

Ronald es un reconocido curandero ayahuasquero peruano, creyente de que la ciencia ancestral puede complementarse con lo moderno y seguir evolucionando. Ha creado el sistema de **dieta alimenticia y energética para microdosis** y realiza investigación sobre aspectos post-materialistas de la ciencia de la ayahuasca como la sanación remota.





"Conozca todas las teorías. Domine todas las técnicas, pero al tocar un alma humana sea apenas otra alma humana".

Carl G. Jung



“Estoy asombrado y encantado con lo que han creado. Es el marco más refinado, claro y completo que he visto jamás sobre microdosis. Realmente se siente que la próxima generación de cómo entendemos y usamos las microdosis está aquí y que ustedes nos están guiando a todos.”

— Dr. James Fadiman (EEUU), psicólogo y autor de “Guía del Explorador Psicodélico”, considerado el “Padre del Uso Moderno de las Microdosis”



Gracias,

Federico Infante, Ph.D.

federico@microhuasca.com

 Microhuasca

Cosmovision



Endocosmic
Foundation