
Guía del Kit de Cultivo de Setas Mágicas

Una (vídeo)guía completa para cultivar tus Setas Mágicas



Un kit de cultivo de setas mágicas incluye todo lo que necesitas para cultivar tus propias setas de psilocibina. Con nuestros kits de cultivo, ¡es increíblemente fácil! Gracias a una fórmula especial y a más de 30 años de experiencia, apenas necesitas hacer nada para tu primera cosecha. Sigue los pasos de esta guía y podrás esperar una cosecha abundante.

¿Por qué usar kits de cultivo para cultivar Setas Mágicas?

Las setas mágicas pueden tener efectos muy positivos sobre la creatividad, la productividad y el bienestar. Al cultivar tus propias setas, puedes controlar todo el proceso de crecimiento y garantizar un suministro fiable y constante. Te da la oportunidad de gestionar tu propia reserva de setas con cuidado y de aprender cómo funciona este proceso.

¿Qué tipo de kit de cultivo ofrecemos?

El "Psilocybe cubensis Golden Teacher", como su nombre indica, se reconoce por sus sombreros dorados. Elegimos específicamente esta seta mágica por su potencial para ofrecer una experiencia chamánica profunda. Es conocida por su fuerte intensidad y sus ricos efectos visuales, creativos y filosóficos.

El rendimiento total de un kit de cultivo de setas mágicas depende de las condiciones concretas de cultivo. La cantidad exacta puede variar, y con el cuidado y la paciencia adecuados, es posible conseguir varias cosechas (3 o más) del mismo kit: entre 120 y más de 360 gramos en total.

¿Cómo cultivar Setas Mágicas?

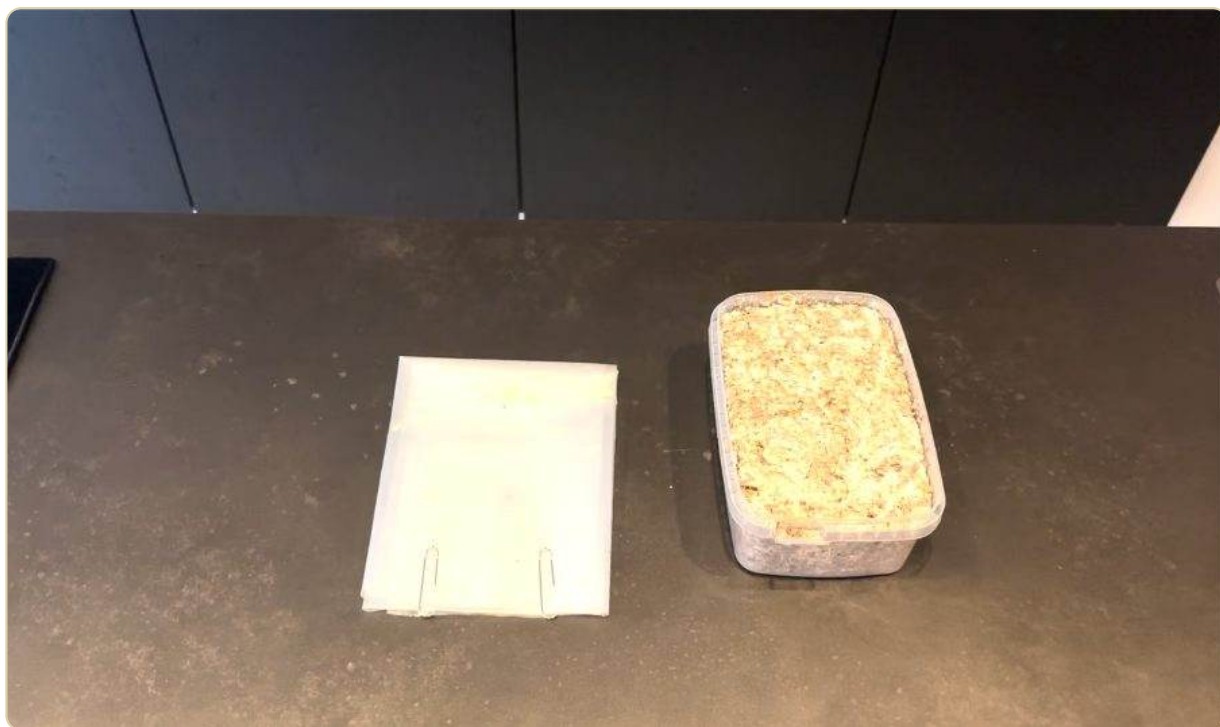
[Haz clic aquí para ver el vídeo tutorial](#)

PASO 1

Preparación

Empieza el proceso de cultivo en cuanto recibas el kit. Si debes retrasarlo, guarda el kit en la nevera a 3-5 °C dentro de una bolsa de plástico hermética durante un máximo de 3 a 4 semanas para evitar contaminaciones. En caso de que puedas empezar directamente, estos son los pasos de preparación:

- Lávate bien las manos.
- Asegúrate de que el entorno esté limpio.
- Opcionalmente, utiliza una toalla para colocar los materiales y proteger la superficie.

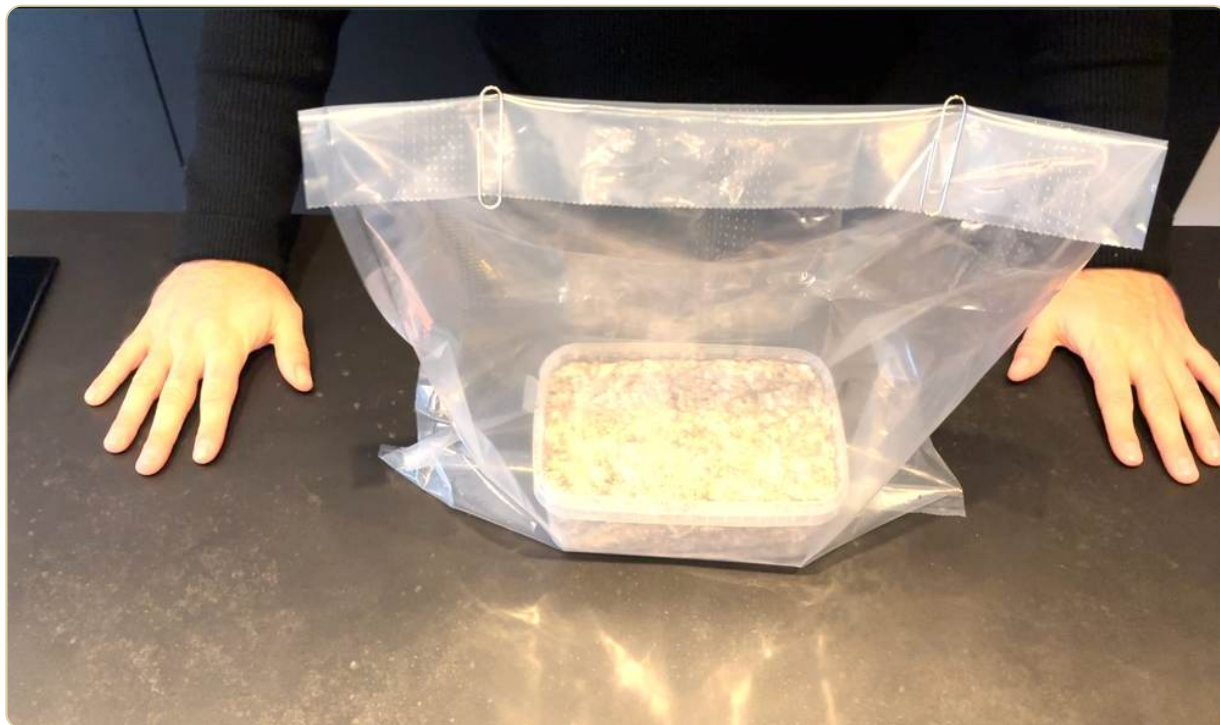


PASO 2

Inicio

- Saca de la caja el kit de cultivo, incluyendo el "sustrato", la bolsa de plástico y el clip.
- Quita la tapa del kit de cultivo (guárdala, la necesitarás más adelante). Enjuágala bajo el grifo.
- Coloca el kit de cultivo sin la tapa dentro de la bolsa de plástico incluida.

- El lado con las microperforaciones (los agujeritos) debe quedar hacia arriba para garantizar una buena circulación de aire.



Las microperforaciones (y los clips) deben quedar en la parte de arriba.

Importante:

- No riegues el kit de cultivo.
- Coloca el kit de cultivo en una zona con suficiente luz natural.
- Sin embargo, nunca lo coloques bajo luz solar directa (muy importante).
- Mantén una temperatura entre 18 °C y 28 °C.

CONSEJO — aunque las setas pueden crecer prácticamente a cualquier temperatura por encima de los 15 °C, 23 °C es la temperatura ideal para obtener el mejor rendimiento. Existen esteras térmicas especiales para mantener esta temperatura sin necesidad de calentar toda la habitación.

PASO 3 · OPCIONAL

Crecimiento: abre la bolsa y coloca el sustrato en vertical

- En cuanto veas que se forman pequeñas bolitas, puedes colocar la bolsa con el sustrato en posición vertical. Las primeras setas mágicas serán visibles al cabo de aproximadamente 1-1,5 semanas.
- Colocar el sustrato en vertical le da más espacio para que las setas crezcan por todos los lados.

Enderezar (opcional). Nota: enderézalo y después vuelve a meterlo en la bolsa de plástico.

PASO 4

Cosecha



- Las setas están listas para cosechar justo antes de que el velo situado bajo el sombrero empiece a rasgarse. Asegúrate de cosecharlas antes de que caigan las primeras esporas.
- Puedes cosechar entre 7 y 10 días después de que aparezcan las primeras bolitas.
- Cosecha girando y tirando suavemente de la seta por la base, para no dañar el micelio (la red de la seta).

Nota: sé minucioso/a para evitar que las setas viejas se pudran y contaminen el sustrato.

¿Cómo reconocer este momento crucial para cosechar tus setas?



El momento adecuado para cosechar es justo antes de que se rasgue el velo. Sé siempre delicado/a y cuidadoso/a al recoger las setas.

El velo se encuentra en la parte inferior del sombrero y cubre las láminas. En una seta joven, los velos son carnosos y de color claro, normalmente un gris blanquecino. Cuando llega el momento de rasgarse, suelen oscurecerse y empezar a hundirse. No esperes si ves estas señales; cosecha de inmediato. Trata cada seta de forma individual y guíate por las señales de esa seta en concreto.

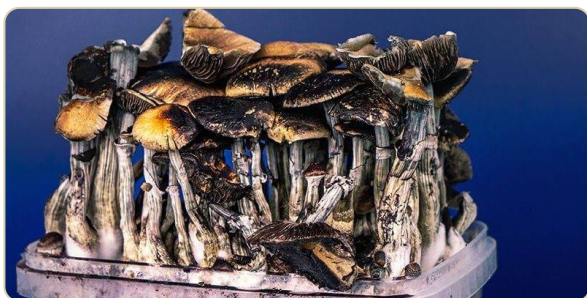
Hasta que tengas algo de experiencia, cosecha siempre las setas mientras los velos sigan siendo de color claro. En cuanto veas cualquier indicio de que empiezan a oscurecerse, ¡ha llegado el momento de cosechar!



¿Cuándo es demasiado tarde?

También necesitas saber cuándo ha pasado el momento óptimo, porque en ese punto igualmente tendrás que recogerlas cuanto antes y evitar cometer este error en el futuro.

El velo literalmente caerá por el tallo en cuanto se rasgue, separándose de la parte inferior del sombrero y dejando a la vista una cavidad cóncava y las láminas. Al principio puede que solo se rasgue por un lado, pero el resto no tardará en seguir. El velo se volverá negro, y después el sombrero y toda la seta.



PASO 5

Choque frío y nuevo ciclo

Estos kits producen varias cosechas de setas. Después de la primera cosecha, llena el kit con agua limpia del grifo. Este proceso se conoce como choque frío y revitaliza el micelio, garantizando que haya suficiente humedad para que las setas vuelvan a crecer.

- Lávate bien las manos.
- Asegúrate de que el entorno esté limpio.
- Opcionalmente, utiliza una toalla para colocar los materiales y proteger la superficie.
- Saca el sustrato de la bolsa.
- Vierte agua (con la ayuda de un vaso) en el kit de cultivo hasta que el recipiente quede completamente lleno.
- Coloca la tapa sobre la caja del sustrato y déjalo en remojo durante 12 horas, preferiblemente en un lugar frío, como la nevera.

Drenaje del agua

- Abre un poco el recipiente y deja que toda el agua se drene hacia el fregadero o un cubo. ¿Por qué solo un poco? Para evitar que se escape ningún componente (ingredientes de cultivo) del kit. Drena el agua con cuidado.
- Una vez que haya salido toda el agua, puedes retirar la tapa.
- De nuevo, no tires la tapa; guárdala.

Puedes volver al paso 2 y colocar el kit de cultivo sin la tapa dentro de la bolsa de plástico incluida.

Qué hacer y qué no hacer durante el proceso de cultivo

¿A qué debes prestar atención durante el cultivo?

Qué hacer

- ✓ Garantiza un espacio de trabajo limpio y manos estériles para evitar contaminaciones.
- ✓ Sigue con atención las instrucciones del kit de cultivo.

- ✓ Mantén el kit de cultivo en un lugar cálido con suficiente luz, ¡pero nunca bajo luz solar directa! La temperatura ideal está entre 18 °C y 28 °C.
- ✓ Opcional (avanzado): lleva un registro de la temperatura, la humedad y el crecimiento para controlar el proceso.

Qué no hacer

- ✗ Evita añadir agua o nutrientes extra más allá de la cantidad recomendada.
- ✗ Evita abrir el kit de cultivo con demasiada frecuencia para prevenir contaminaciones.
- ✗ No coloques el kit de cultivo en una zona con corrientes de aire o demasiado fría, ya que esto puede ralentizar el crecimiento.

¿Necesito secar las Setas Mágicas? ¿Y después qué?

Cultivar tus propias setas mágicas es tremendamente gratificante, pero si quieres conservarlas más tiempo, debes secarlas. Si no se secan, empezarán a estropearse y a enmohecerse en pocos días. Y si tienes una buena cosecha, no vas a poder usar todas las setas en una semana ;-). ¡Es hora de conservarlas!

Indicación de vida útil

- Setas frescas: 3-4 días (igual que las setas normales).
- Setas secas: de 2 a 3 meses, incluso años.

Las setas contienen mucha humedad (a veces hasta un 90%). Cuanta más humedad contiene algo, mayor es el riesgo de que aparezca moho. De un kit de cultivo, normalmente cosechas una cantidad considerable de setas que no puedes usar todas en poco tiempo, así que querrás conservarlas. Pero, por desgracia, solo se mantienen frescas unos días — piensa en las setas que a veces dejas en la nevera: se vuelven oscuras, viscosas y mohosas. Por eso, la mejor solución es secarlas. Sin embargo, es importante hacerlo correctamente: si queda aunque sea un poco de humedad, puede aparecer moho. Pero si lo haces bien, puedes conservarlas durante meses, incluso años en condiciones ideales.

Opción 1 — La forma más sencilla de secar tus setas: dejarlas secar

Para este método no necesitas ningún equipo especial; puedes simplemente secarlas al aire o al sol. Después de cosecharlas, coloca tus setas sobre una superficie limpia y seca. Por ejemplo, usa una bandeja y cúbrela con dos capas de papel de cocina. Asegúrate de que las setas no se toquen entre sí.

Quieres que queden completamente secas, así que puedes colocarlas al sol, cerca de un radiador o de una chimenea. Cuanto más secas queden, mejor. Coloca un paño negro u oscuro sobre las setas: esto atraerá más calor y acelerará el secado. Cambia el papel de cocina bajo las setas cada día, ya que absorberá la humedad. Con este método, tus setas durarán más tiempo. Sin embargo, puede que no elimine toda la humedad de las setas.



Opción 2 — Secar las setas con sal Epsom

El sulfato de magnesio (también conocido como sal de magnesio o sal Epsom) también se puede usar para secar setas. Sin embargo, antes de usarla debes hornearla a 250 grados centígrados. La propia sal Epsom contiene algo de humedad; al hornearla a 250 grados se evaporará toda la humedad restante y después podrá absorber la de tus setas.

1. Pon el horno a 250 grados y coloca una bandeja con una capa de 1 cm de sal Epsom en el centro del horno.
2. Hornea la sal durante 2 horas. Formará una capa sólida.
3. Después de 2 horas, sácala del horno.
4. Trabaja rápido a partir de ahora, ya que no quieres que la sal empiece a absorber humedad del aire de nuevo.
5. Usa un martillo para romper el bloque de sal en trozos.
6. Después colócalo en un recipiente (también puedes hacerlo mientras la sal aún está caliente), pon una rejilla encima y coloca las setas sobre ella.
7. Cierra inmediatamente con una tapa y deja que la sal haga su trabajo.

Cómo conservar las Setas Mágicas

Ahora que ya tienes tus setas secas, asegúrate de conservarlas correctamente: guárdalas en un recipiente hermético, en un lugar fresco, oscuro y seco. Usa una bolsa con cierre hermético o, mejor aún, envásalas al vacío con una envasadora, para conservarlas en condiciones óptimas. ¿Listo/a para cultivar setas? ¡Pídelas en [la tienda de Awake!](#)

Setas Mágicas — Consumo

Ahora nos adentramos en los efectos al consumir Setas Mágicas, la dosis ideal y qué hacer y qué no hacer al consumirlas.

Tomar setas mágicas requiere tener en cuenta con cuidado la dosis, el entorno y la preparación mental para garantizar una experiencia segura y potencialmente beneficiosa. Aquí tienes una guía básica para empezar:

¿En qué tipo de entorno?

- **Entorno:** elige un entorno tranquilo, cómodo y seguro donde te sientas a gusto. Puede ser una habitación tranquila en casa, un lugar apartado en la naturaleza o cualquier sitio donde sea poco probable que te molesten.
- **Compañía:** estar con amistades de confianza o con un/a guía sobrio/a y con experiencia en psicodélicos puede darte tranquilidad y ayudar a gestionar los momentos más difíciles.

¿A qué debes prestar atención?

- **Estado mental:** tu estado mental antes de tomar setas puede influir en tu experiencia. Lo ideal es acercarte a ellas sintiéndote relativamente estable y con apertura hacia la experiencia.
- **Salud física:** asegúrate de estar bien físicamente. Evita las setas si te encuentras mal o si tienes problemas de salud importantes.
- **Efectos potenciales:** pueden ir desde mejoras visuales y sensoriales hasta revelaciones emocionales profundas y, en algunos casos, experiencias psicológicas complicadas. Suelen empezar entre 20 y 40 minutos después de la ingesta y pueden durar hasta 6 horas, según la dosis.
- **Integración:** después de la experiencia, date tiempo para integrar y comprender los conocimientos o emociones que hayan surgido.

Consejos de seguridad

- **No mezclar:** setas mágicas con alcohol, medicación con receta u otras drogas sin entender las interacciones.
- **Mantente hidratado/a:** ten agua a mano, pero evita comer en exceso antes de la experiencia para prevenir las náuseas.
- **Prepárate:** ten previstas algunas actividades que puedan ayudarte a guiar tu experiencia, como escuchar música, dibujar o escribir un diario.

Recuerda que la experiencia puede ser intensa, y es fundamental tener un enfoque respetuoso hacia estas sustancias tan poderosas. Si no estás seguro/a o es tu primera vez, considera hablarlo con alguien con experiencia o buscar orientación profesional.

¿Cómo encontrar tu dosis ideal?

La dosis ideal de Setas Mágicas varía según el peso de cada persona, ya que quienes tienen más peso corporal pueden necesitar más cantidad para experimentar los mismos efectos. Esta diferencia se debe a cómo se distribuye por el cuerpo el componente psicoactivo, principalmente la psilocibina. En personas con más masa corporal, los efectos pueden ser menores, a menos que se aumente la dosis en consecuencia. Ajustar la dosis según el peso puede dar lugar a una experiencia más segura y satisfactoria, logrando el impacto psicológico y físico deseado.

Dosificación según el peso para Setas Mágicas — Frescas

Peso	Microdosis (g)*	Dosis pequeña (g)*	Dosis media (g)*	Dosis alta (g)*
50 kg	1,4	12,5	17,4	27,5
60 kg	1,5	13	19	30
70 kg	1,6	14,5	20,5	32
80 kg	1,75	15,5	22	35
90 kg	1,9	16,5	23,5	37
100 kg	2	17,4	24,6	39

Dosificación según el peso para Setas Mágicas — Secas

Peso	Microdosis (g)*	Dosis pequeña (g)*	Dosis media (g)*	Dosis alta (g)*
60 kg	0,23	1,9	2,7	4,2
70 kg	0,23	2	2,9	4,6
80 kg	0,25	2,2	3,1	4,9
90 kg	0,27	2,3	3,3	5,2
100 kg	0,28	2,46	3,5	5,5

**Nota: esto son solo orientaciones. Cada persona es única, así que descubre por ti mismo/a cuál es la dosis adecuada para ti. Si tienes dudas, te recomendamos empezar con una dosis más baja. Ten en cuenta que los efectos de nuestros productos pueden variar de una persona a otra. No prometemos resultados específicos.*

Qué hacer y qué no hacer al consumir Setas Mágicas

Hemos elaborado una serie de recomendaciones que pueden enriquecer tu experiencia, además de algunas cosas importantes que debes evitar antes de empezar.

Qué hacer

- ✓ **Investiga por tu cuenta:** entender los efectos, beneficios y riesgos asociados a las Setas Mágicas puede ayudarte a tomar decisiones informadas y a mejorar tu experiencia.
- ✓ **¿Primera vez con Setas Mágicas? Empieza con una dosis baja:** si eres nuevo/a o estás probando un lote distinto, empieza con una cantidad pequeña para comprobar tu reacción. Puedes aumentar la dosis en futuras sesiones si te sientes cómodo/a.
- ✓ **Fija una intención:** determina qué quieres conseguir: un conocimiento personal, crecimiento espiritual o creatividad. Tener una intención clara puede guiar tu experiencia.
- ✓ **Prepara tu entorno:** ordena y crea un espacio relajante con elementos cómodos y detalles tranquilizadores, como una luz suave o música.
- ✓ **Mantente hidratado/a y aliméntate bien:** bebe agua y ten a mano algún tentempié ligero, pero evita las comidas copiosas (¡importante!) justo antes o durante la sesión. Esto también puede ayudar con las náuseas.

- ✓ **Cuenta con un/a trip sitter:** sobre todo si tienes poca experiencia o vas a tomar una dosis alta, se recomienda contar con alguien de confianza que pueda apoyarte.
- ✓ **Mézclalas con otros sabores:** para disimular el sabor, puedes tomar la seta junto con chocolate negro u otro producto de tu preferencia que contenga poco o nada de azúcar.
- ✓ **Lleva un diario (opcional):** ten un diario a mano para anotar pensamientos, ideas y reflexiones durante y después de la experiencia.
- ✓ **Integra la experiencia:** después, reflexiona sobre lo vivido y piensa cómo aplicar los aprendizajes a tu día a día para generar un cambio positivo.

Qué no hacer

- ✗ **No pases por alto la preparación:** no investigar ni prepararte puede dar lugar a una experiencia abrumadora o negativa.
- ✗ **No te precipites con la dosis:** empezar con una dosis demasiado alta sin conocer tu sensibilidad puede provocar malestar o efectos más intensos de lo esperado.
- ✗ **No descuides la hidratación y la alimentación:** mantente hidratado/a y ten tentempiés ligeros disponibles, pero evita las comidas copiosas justo antes o durante la sesión. Las comidas pesadas pueden generar molestias e interferir con la experiencia.
- ✗ **No mezcles sustancias:** combinar psilocibina con otras drogas o alcohol puede aumentar los riesgos y provocar efectos impredecibles.
- ✗ **No consumas Setas Mágicas durante el embarazo o la lactancia.**
- ✗ **No consumas Setas Mágicas si eres menor de 18 años.**
- ✗ **Ten cuidado si tienes problemas de salud mental:** extrema la precaución si tienes problemas graves de salud mental. Ante cualquier duda, consulta siempre con un/a profesional médico.
- ✗ **No combines las Setas Mágicas con medicación como los ISRS:** algunos medicamentos, especialmente los antidepresivos u otras sustancias psicoactivas, pueden interactuar negativamente con la psilocibina y provocar efectos peligrosos o impredecibles. Si no estás seguro/a de si las Setas Mágicas son seguras para ti, es fundamental que consultes con un/a profesional médico.
- ✗ **Evita combinarlas con otras sustancias psicoactivas:** esto puede provocar interacciones y efectos impredecibles.

IMPORTANTE: si no estás seguro/a de si las Setas Mágicas son seguras para ti, es fundamental que consultes con un/a profesional médico para recibir asesoramiento personalizado.

¿Qué esperar de las Setas Mágicas?

Los beneficios de las Setas Mágicas

Las personas consumen Setas Mágicas principalmente para mejorar su estado de ánimo, alterar su percepción o, en algunos casos, alcanzar conocimientos profundos. Se utilizan con fines recreativos, espirituales y, cada vez más, terapéuticos.

Algunos de los beneficios más reportados:

- **Potencia la creatividad:** pueden ayudarte a pensar de forma más creativa.
- **Alivio emocional:** pueden ayudarte a soltar emociones intensas y sentirte mejor.

- **Mayor apertura:** puede que te sientas más abierto/a a probar cosas nuevas y a replantearte tus creencias.
- **Sensación de conexión:** podrías sentir un vínculo más fuerte con las personas, la naturaleza o el mundo.
- **Mejora del bienestar mental:** tienen el potencial de ayudar con la salud mental.
- **Cambios en la percepción:** la experiencia puede cambiar de forma significativa cómo ves el mundo.

¡Disfruta de los efectos mágicos!

Las Setas Mágicas son conocidas por sus posibles efectos mágicos. Estos efectos pueden variar mucho según la dosis, la sensibilidad individual y el entorno en el que se consumen (más sobre esto en la sección de qué hacer y qué no hacer). Prepárate y abre la mente a algunos de los efectos más comunes:

- **Visuales:** puede que veas colores intensificados, patrones vívidos y distorsiones visuales o alucinaciones. Pueden aparecer objetos, y al cerrar los ojos pueden verse patrones geométricos.
- **Amplificación emocional:** tus emociones pueden intensificarse; puede que te sientas más feliz, eufórico/a y experimentes emociones más positivas.
- **Percepción distinta del tiempo y el espacio:** el tiempo puede parecer avanzar más lento o más rápido de lo normal, y las cosas a tu alrededor pueden verse más grandes o más pequeñas de lo que realmente son.
- **Experiencias espirituales y sensación de asombro:** mucha gente vive una experiencia profunda y significativa que le hace sentirse conectada con el universo o le aporta una sensación de conocimiento personal. También es posible que encuentres las cosas cotidianas más fascinantes y sientas un fuerte aprecio por la naturaleza.
- **Creatividad potenciada:** puede que experimentes un estallido de creatividad, veas ideas nuevas y hagas conexiones que antes no habías notado.
- **Sensaciones físicas:** algunas personas sienten la gravedad de forma completamente distinta; puede que te sientas muy ligero/a o incluso como si estuvieras flotando.

¿Prefieres algo ya preparado en lugar de cultivar el tuyo propio?

Si no tienes tiempo o espacio para cultivarlas tú mismo/a, aprovecha la comodidad de nuestras Trufas Mágicas (de microdosis) listas para usar. Nuestra selección te ofrece trufas seguras y fiables sin el esfuerzo de cultivarlas.

Setas Mágicas frente a Trufas Mágicas

Las setas mágicas y las trufas mágicas forman parte del mismo organismo y contienen los compuestos psicoactivos psilocibina y psilocina, pero difieren considerablemente en su biología y sus efectos.

Setas Mágicas

Son los cuerpos fructíferos del hongo: crecen sobre la superficie y contienen esporas. Tienen una estructura reconocible de sombrero y tallo.

Trufas Mágicas

También conocidas como esclerocios, las trufas son masas compactas y endurecidas de micelio que crecen bajo tierra. Sirven como reservas de nutrientes para el hongo y no son trufas "verdaderas", sino que reciben ese nombre por su aspecto.

Ambas contienen sustancias psicoactivas, pero su potencia puede variar. Las trufas suelen ser menos potentes que las setas y normalmente requieren una dosis más alta para lograr efectos similares.

Efectos

Ambas pueden provocar experiencias psicodélicas similares, incluyendo mejoras visuales, revelaciones emocionales profundas, una percepción alterada del tiempo y el espacio y, en algunos casos, experiencias espirituales. Sin embargo, la intensidad y la duración pueden variar debido a las diferentes concentraciones de compuestos psicoactivos.

> [Visita nuestra web para ver nuestros productos de trufas mágicas \(de microdosis\)](#)