

# PROTOCOLO DEL MENSAJE SOMÁTICO

Qué Hacer Cuando la Activación No Baja

Seminario Internacional de Inteligencia Energética  
Dr. Miguel Ojeda Ríos • Diciembre 2025

## LA INNOVACIÓN CENTRAL DE TRSB

El Protocolo del Mensaje Somático es lo que distingue a TRSB de otras técnicas de reprocesamiento. Se basa en una premisa revolucionaria:

*"Cuando la sensación/emoción no disminuye durante el procesamiento bilateral, no está 'resistiendo' el cambio — está COMUNICANDO información que aún no ha sido escuchada."*

El cuerpo no solo GUARDA el trauma; el cuerpo COMUNICA información esencial sobre el significado del trauma que debe ser escuchada para que el procesamiento sea completo.

### El Cambio de Paradigma

VISIÓN TRADICIONAL	VISIÓN TRSB
La activación que no baja es "resistencia"	La activación que no baja es COMUNICACIÓN
Hay que "superar" el bloqueo	Hay que ESCUCHAR el mensaje
Más bilateral resuelve todo	Primero escuchar, luego procesar
El obstáculo es el problema	El obstáculo contiene la solución

# CUÁNDO ACTIVAR EL PROTOCOLO

## Indicadores Primarios

- El NAE no ha disminuido después de 3-4 sets de bilateral
- El NAE oscila (sube y baja) sin tendencia descendente clara
- El cliente reporta que la sensación "sigue igual" o "no cambia"
- El cliente parece "dar vueltas" sobre el mismo material

## Indicadores Secundarios

- La sensación se intensifica con cada set pero regresa al mismo nivel
- El cliente dice "no sé" repetidamente
- Hay una cualidad de "insistencia" en la sensación
- El cliente reporta frustración por la falta de avance

El estancamiento NO indica que algo esté mal. Indica que hay contenido importante que el sistema está tratando de comunicar.

# EL PROCESO PASO A PASO

## PASO 1: Validar y Reencuadrar

Valida la experiencia y reencuadra el estancamiento como comunicación:

*"Noto que esta sensación no está bajando. Eso no significa que algo esté mal o que no estés haciendo bien el proceso. A veces el cuerpo mantiene una sensación porque tiene algo importante que comunicarnos. Es como si quisiera asegurarse de que lo escuchemos antes de soltar. ¿Podemos explorar qué quiere decirte?"*

## PASO 2: Facilitar la Articulación

**Preguntas de apertura:**

- "Si esta sensación en [ubicación] pudiera hablar, ¿qué diría?"
- "¿Qué quiere que sepas esta sensación?"
- "¿De qué te está tratando de proteger?"

**Si el cliente dice "no sé":**

- "Está bien no saber. ¿Qué imaginas que diría? ¿Qué adivinarías?"
- "Si tuvieras que inventar qué dice esta sensación, ¿qué sería?"

**Para profundizar:**

- "¿Qué necesita que reconozcas?"
- "¿Qué tiene miedo de que olvides?"
- "¿Desde cuándo ha estado tratando de decirte esto?"

# FORMAS TÍPICAS DEL MENSAJE

TIPO	EJEMPLOS	FUNCIÓN
Advertencia	"No confíes", "Ten cuidado"	Prevenir repetición del daño
Recordatorio	"No olvides lo que pasó"	Mantener alerta
Protección	"Si te cierras no te herirán"	Evitar vulnerabilidad
Lealtad	"Si sueltas esto, traicionas"	Mantener vínculo con quien sufrió
Identidad	"Esto es quien eres"	Preservar sentido de self

## PASO 3: Identificar la Creencia Codificada

Una vez articulado el mensaje, identifica la creencia nuclear que está codificada en él:

- Mensaje "No confíes" → Creencia: "Las personas que amo me traicionan"
- Mensaje "Si te cierras no te herirán" → Creencia: "No es seguro ser vulnerable"
- Mensaje "Esto es quien eres" → Creencia: "Sin mi dolor no sé quién soy"

#### **PASO 4: Reprocesar con el Mensaje Integrado**

Ahora que el mensaje ha sido "escuchado" y la creencia articulada, el procesamiento típicamente se desbloquea.

*"Ahora que hemos escuchado lo que esta sensación quería decirte, podemos continuar procesando. Mantén presente tanto la memoria original como este mensaje que acabamos de descubrir..."*

Se continúa con estimulación bilateral. Generalmente el NAE comienza a bajar porque la información "fue escuchada".

#### **Por Qué Funciona**

La investigación de Lieberman et al. (2007) demostró que nombrar una emoción ("etiquetado afectivo") reduce significativamente la activación de la amígdala. Este efecto de "regulación descendente" ocurre cuando articulamos el mensaje y nombramos la creencia codificada.

# SCRIPTS CLÍNICOS

## Script de Transición al Protocolo

*"He notado que esta sensación no está disminuyendo como esperaríamos. En mi experiencia, cuando esto sucede, generalmente significa que hay información importante que todavía no hemos escuchado. El cuerpo a veces mantiene una sensación porque quiere asegurarse de que entendamos algo antes de soltar. ¿Te parece si exploramos qué podría estar tratando de comunicarte?"*

## Script de Articulación

*"Cierra los ojos y pon toda tu atención en esa sensación en [ubicación]. Imagina que esa sensación tiene voz. Si pudiera hablar, si tuviera palabras... ¿qué te estaría diciendo? No pienses demasiado, solo déjalo emerger. ¿Qué dice?"*

## Script de Reconocimiento

*"Gracias por compartir eso. Parece que esta parte de ti ha estado tratando de [protegerte/advertirte/recordarte]. Tiene sentido que haya querido asegurarse de que lo entendieras antes de poder soltar. Ahora que lo hemos escuchado, ¿podemos continuar el procesamiento con esta nueva comprensión?"*

## RESUMEN DEL PROTOCOLO

PASO	ACCIÓN	OBJETIVO
1	Validar y Reencuadrar	Normalizar, cambiar de "resistencia" a "comunicación"
2	Facilitar Articulación	"Si pudiera hablar, ¿qué diría?"
3	Identificar Creencia	Encontrar la creencia nuclear codificada
4	Reprocesar	Continuar bilateral con mensaje integrado

*"Cuando la activación no baja, no es resistencia. Es mi cuerpo pidiendo ser ESCUCHADO."*