



BIONET - COLLOQUIUM OF HONOUR
ON THE OCCASION OF THE 60TH BIRTHDAY
OF PROF. DR HABIL. MARCUS STUECK



Corregulación: un punto de inflexión específico hacia la actuación biocéntrica

Mg.Psych. Vineta Greaves, profesora
de Biodanza

IBRA

25 de julio de 2025



Unidad biocósmica del ser humano e= /Rolando Araneda Toro/

Llegamos con
conciencia
cósmica,
sabiduría
biológica

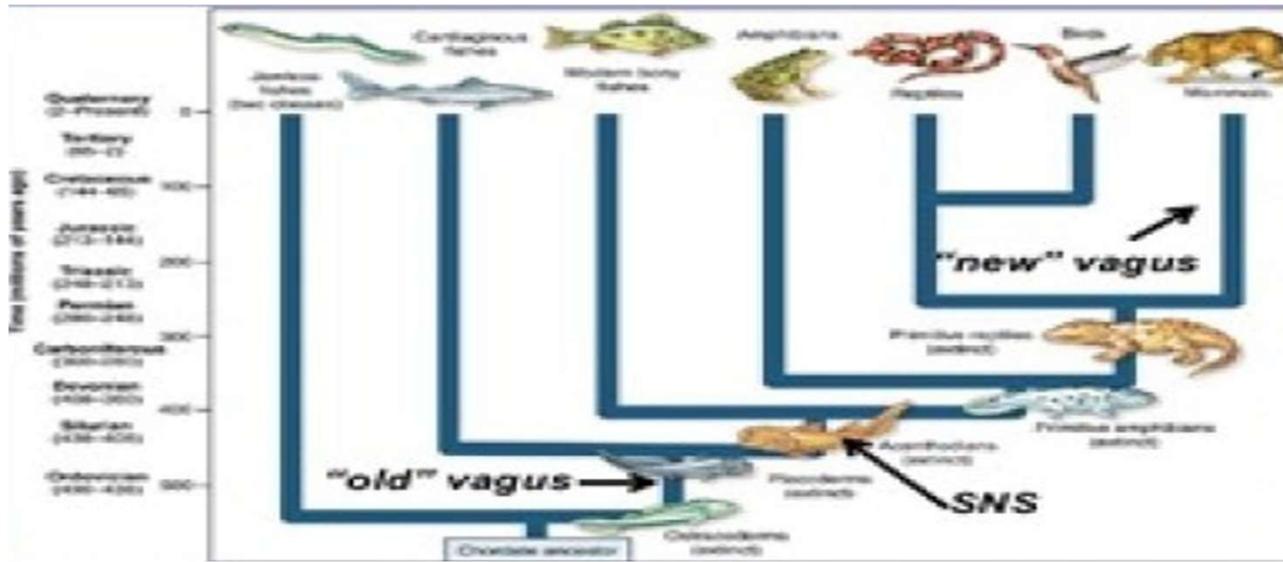


Nuestra
biología
contiene toda
la historia
evolutiva del
cosmos.

La correulación, la reciprocidad y la conectividad son un imperativo biológico
/Teoría polivagal «Ciencia de la conexión» (Stephen Porges, 1995)/



Evolución del sistema nervioso autónomo (SNA) /Stephen Porges/



Reflejo que desactiva la amenaza



Neurocepción de la seguridad

El SNA es nuestro sistema de vigilancia personal «¿Es seguro?»



= más antiguo: congelación

Siguiente = o lucha/huida social

= más reciente: Seguridad y

Inmovilización

Movilizar

Inmovilizar sin miedo

Vagal dorsal parasimpático

Sistema nervioso simpático

Vagal ventral parasimpático



Teoría polivagal (Stephen Porges, 1995)



Tenemos tres estados fisiológicos diferentes:

La parte más reciente: parasimpático Vagal ventral:
sistema de compromiso social

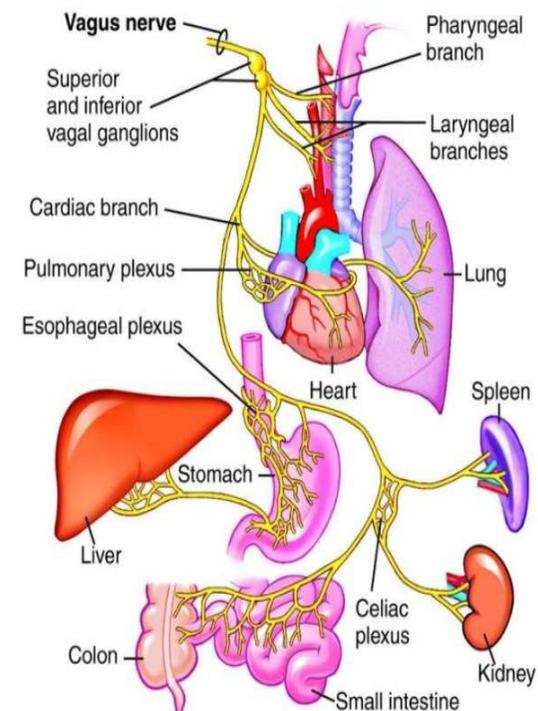
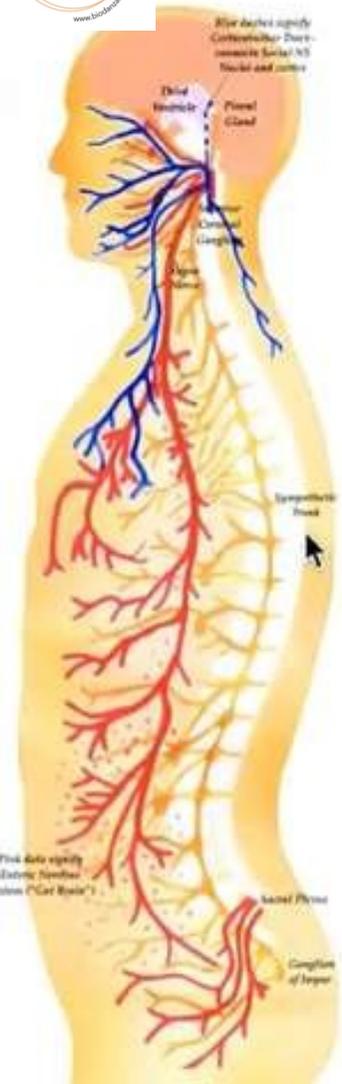
=> simpático MOVILIZAR => Lucha/huida

Parte más antigua: vagal dorsal parasimpático =
INMOVILIZAR => Congelarse

A través de cada una de estas vías reaccionamos «al
servicio de la supervivencia».



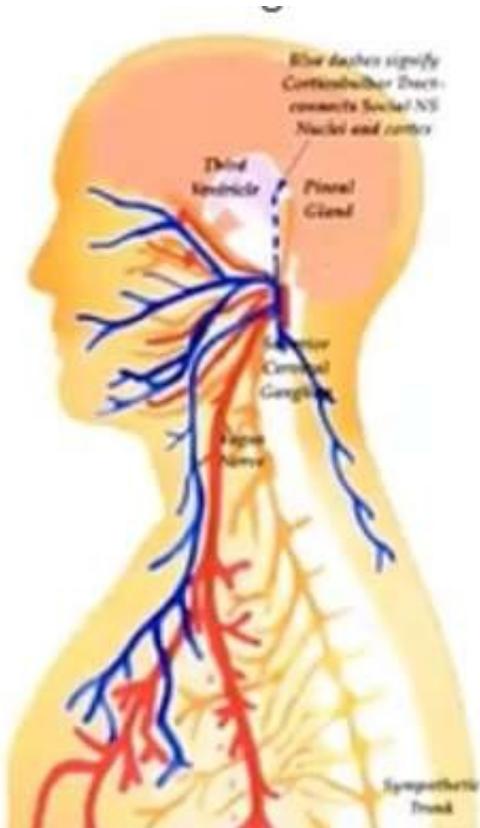
La regulación neural del SNA humano es un
facilitador de nuestro comportamiento social.





Sistema de compromiso social o comunicación (SES)

- La rama más joven del SNA (en azul) está integrada en la parte anterior, que controla los músculos de la cara y la cabeza.
- Esto nos permite transmitir nuestro estado visceral (interno) en nuestra voz, en la entonación de nuestra voz, y proyectarlo en nuestras expresiones faciales.
- Enviamos y recibimos estas señales de seguridad en la rama del sistema de compromiso social (vago ventral) a través de cinco nervios craneales que están conectados en busca de conexión a través de los ojos, los oídos, la voz y los movimientos de la cara y la cabeza.
- La voz transmite el estado fisiológico. => El SNA escucha antes de asimilar la información.



este estado pasamos de la protección a la conexión»./S. Porges/



Señales de seguridad



La interacción cara a cara permite que sus sistemas nerviosos sepan que los movimientos no son agresivos.

Interacción cara a cara = > juego = comportamiento recíproco sistemático = > ejercicio neural complejo

Nuestra voz, nuestra entonación, nuestra expresión facial son las verdaderas señales que muestran a la otra persona que es seguro acercarse a nosotros y que estamos disponibles para ayudarla a autorregularse.

Las señales de seguridad más fuertes no son las palabras, sino la capacidad de ser una persona que brinda apoyo. = > Esto se refleja en el cuerpo.



Fases de la correulación

Fase I

(Comportamientos de compromiso social)

Comportamientos cara a cara
(ejercicios neuronales)

- ✓ Expresión facial
- ✓ Gestos
- ✓ Vocalizaciones prosódicas
- ✓ Escucha
- ✓ Reciprocidad



Crianza Ejercicios => es de correulación, sentimiento compartido de apoyo, conformidad de los cuerpos, sintonía => SEGURIDAD = PRESENCIA

La correulación garantiza la autorregulación.

Fase II

(Inmovilización sin miedo => intimidad)

- ✓ No requiere interacciones cara a cara.
- ✓ Sentirse lo suficientemente seguro como para que sus cuerpos puedan adaptarse sin necesidad de utilizar el lenguaje
- ✓ Mantiene un estado fisiológico que favorece la salud, el crecimiento y la recuperación
- ✓ Optimiza la capacidad de descansar, relajarse, dormir, digerir y realizar procesos corporales.
- ✓ Permite sentimientos de confianza, seguridad y amor.

El primer aspecto de la regulación es la supervivencia del cuerpo físico.

- El hecho de sostener al bebé tiene el efecto más fuerte sobre la regulación del sistema nervioso del bebé.
- Todo lo que los bebés tienen al principio es la sensación de estar en una posición de «contención», lo que significa seguridad y protección. => Pueden descansar y no tienen que luchar por sobrevivir.
- Si un bebé no es sostenido lo suficiente, que es lo que necesita para regularse, entonces su sensación interna será «no puedo descansar, tengo que luchar para sobrevivir» => no tendrá la experiencia de sentirse lo suficientemente seguro como para descansar => **el descanso no es seguro para su fisiología.**
- Si el bebé no recibe suficiente regulación para la homeostasis, necesitará recurrir a la reacción de congelación como estrategia, una reacción instintiva que protege la vida =>

disminución de los estímulos sensoriales, menos movimiento, menos exploración => afecta al sistema nervioso y al desarrollo del cerebro =>

La reacción de congelación se convierte en el principal modelo de protección del SN

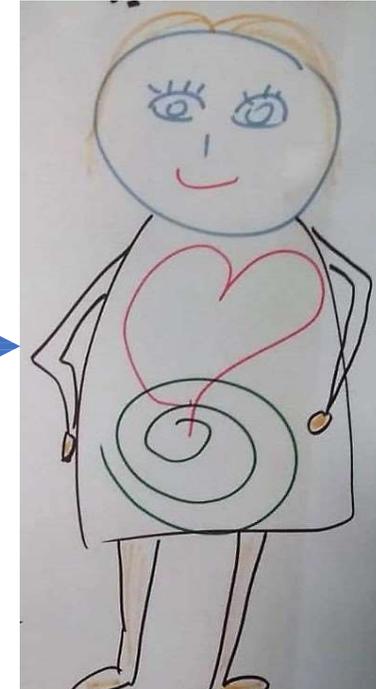




Existencia frustrada
SN desregulado



Existencia auténtica
NS regulada



Dibujos de
Marion Müller

«Por primera vez
en la historia, los
seres humanos
son conscientes
de que viven en
una cultura
enferma».
/Rolando Toro/

«Si nuestras condiciones culturales y socioeconómicas son antívitas, pretendemos cambiar este sistema, no con la ayuda de una ideología, sino **restableciendo, en cada instante de nuestras vidas, las condiciones que nutren la vida**»./ Rolando Toro/

Somos responsables de estar regulados y de regular a los demás.
La seguridad: el desencadenante de los mecanismos de correulación
está dentro de mí.

Corregulación: Fase I

Comportamientos de compromiso social

Corregulación: Fase II

Inmovilización sin miedo (intimidad)

