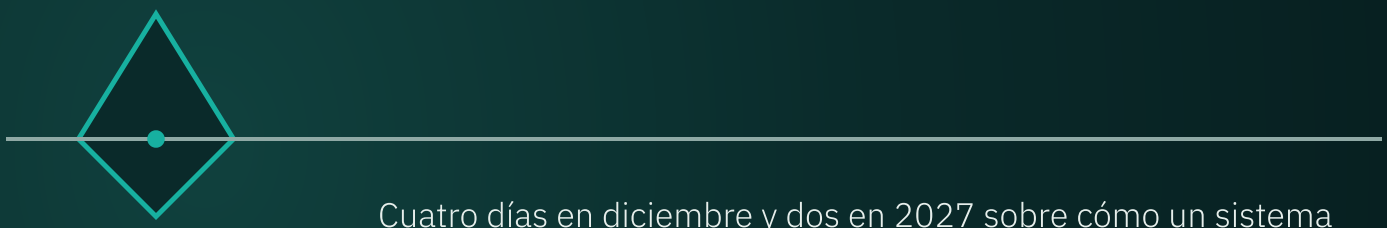
INSTITUTO CENTROBIOENERGETICA · SEMINARIO INTERNACIONAL 2026

Cognición Diversa y Sistemas Predictivos

Memoria, reescritura e intervención



Cuatro días en diciembre y dos en 2027 sobre cómo un sistema sigue funcionando con información del pasado, y cómo esa información se actualiza.

CUÁNDO

3 al 6 de diciembre de 2026

+ enero y febrero de 2027

DÓNDE

Ciudad de México y en línea

Hotel Galería Plaza Reforma

FORMATO

Presencial o en línea

Grabación para todos

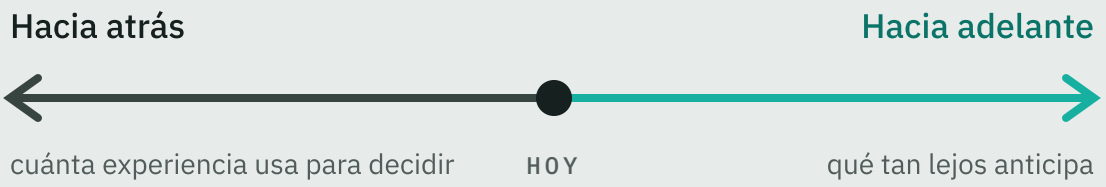
Dr. Miguel Ojeda Rios

Acompaña a la sesión del 12 de noviembre: El paciente crónico y su horizonte

El horizonte: el tiempo hacia adelante que una persona toma en cuenta para decidir

Un termostato simple enciende la calefacción cuando la casa ya se enfrió. Uno conectado al pronóstico del clima la enciende antes de que baje la temperatura. Los dos tienen la misma caldera; cambia el tiempo hacia adelante que cada uno toma en cuenta para actuar. Ese tiempo es el horizonte, uno de los cinco componentes con los que el marco TAME-quíntuple describe cualquier sistema regulado: una célula, un órgano o una persona.

En el paciente crónico se ve en decisiones concretas. Casi todo tratamiento pide un esfuerzo hoy por un beneficio en meses o años. Cuando el horizonte es corto, ese beneficio pesa poco y el esfuerzo de hoy pesa mucho.



TOLCHINSKY, LEVIN Y COLABORADORES · 2025

Tres formas de falla

SE REDUCE

Solo cuenta el día presente

No hace planes. Es la más frecuente en la enfermedad crónica.

SE APLANA

Todo el futuro pesa lo mismo

Lo del próximo mes y lo de diez años quedan igual de lejos, y tampoco puede planear.

SE OCUPA

Ve el futuro, pero ya está escrito

Lo llena una predicción aprendida, a veces heredada. No basta con preguntar qué tan lejos ve: también qué ve.

Desmoralización y depresión. La depresión mayor es un trastorno del estado de ánimo, con criterios y tratamiento propios. La desmoralización es la pérdida de sentido y de esperanza después de una enfermedad grave o prolongada: «no le veo caso». La persona puede disfrutar un momento presente, pero no ve un futuro por el cual actuar. Es, en buena parte, un problema de horizonte.

02 · CÓMO SE RECONOCE Y SE MIDE

Un horizonte corto se reconoce en la entrevista

Cuatro señales

01 Vive al día, y no por elección: planear le parece inútil

02 No puede describir una escena concreta de su vida en dos o tres años

03 Elige lo que lo alivia hoy, aunque le cueste después

04 Cuando se le pregunta qué quiere, describe vacío, no opciones

Tres preguntas

«¿Qué planes tiene para los próximos seis meses?»

SE OBSERVA · CONCRETA, VAGA O SIN RESPUESTA

«Descríbame un día suyo dentro de dos años»

SE OBSERVA · CUÁNTO DETALLE DA

«¿Qué le gustaría que fuera distinto dentro de un año?»

SE OBSERVA · SI DEPENDE DE LA PERSONA

Las respuestas se anotan con las palabras de la persona. Al repetir las mismas preguntas en consultas posteriores, se puede comparar si el horizonte cambió. Lo que se evalúa no es si el futuro descrito es bueno o malo, sino cuánto detalle concreto puede dar.

Instrumentos en español

Índice de Esperanza de Herth	Medida general de la esperanza, en cualquier enfermedad crónica. Validación en España, en cáncer (Calderón y col., 2024).
Escala de Desmoralización II	Distingue desmoralización de depresión. Validada en hispanohablantes con cáncer avanzado (Belar y col., 2019); cortes en 10 y 20 de 32.
Miedo a la Progresión, versión corta	Intensidad del miedo a que la enfermedad avance. Sin validación en español: solo orienta.
Percepción de la Enfermedad, breve	Entre otras cosas, cuánto cree la persona que va a durar su enfermedad.

Conviene aplicar el mismo instrumento al inicio y a los dos o tres meses, para comparar. Siempre junto con la entrevista clínica.

CRITERIO DE SEGURIDAD

Si una persona dice que no ve el futuro, primero se descarta riesgo suicida, con la **Escala de Desesperanza de Beck**, validada en México. Si la puntuación es alta o expresa deseo de morir, se evalúa el riesgo antes de cualquier otra intervención: si hay un plan, si hubo intentos y si tiene red de apoyo.

Lo que amplía el horizonte es la evidencia de que el futuro se cumple

NO AMPLÍA

Convencer a la persona

Un argumento actúa en el lenguaje y no cambia una expectativa aprendida por experiencia.

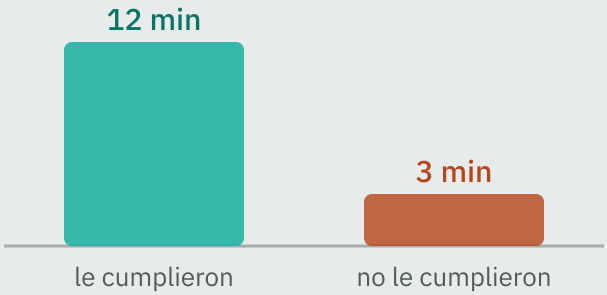
NO AMPLÍA

Imaginar un futuro ideal

Quienes más fantaseaban con su recuperación de cadera se recuperaban peor (Oettingen y Mayer, 2002). Ayuda más imaginar el resultado y, enseguida, el obstáculo: el contraste mental.

Kidd y su equipo (Rochester, 2013) repitieron el experimento del dulce: comerlo ahora o esperar para recibir dos. Antes, a un grupo de niños el adulto les cumplió lo prometido y a otro no. La espera no dependía de la fuerza de voluntad, sino de la experiencia previa de que el adulto cumple.

Oyserman y su equipo (Michigan, 2006) ayudaron a estudiantes de secundaria a conectar el futuro que esperaban con pasos concretos de ese año. A dos años, tenían mejores calificaciones y asistían más.



Tres criterios

01 El futuro que imagina se conecta con algo que puede hacer **este mes**

02 Lo que hace le da evidencia de que el futuro llega: **plazos visibles que se cumplen**

03 La dificultad se interpreta como señal de que la meta **importa**, no como prueba de que es imposible

La regla del 7 sobre 10

«Del cero al diez, ¿qué tan seguro está de que lo va a hacer?». Si responde menos de siete, el paso se reduce hasta que la confianza llegue a siete. Metas de dos semanas, no de un año. «Cuidarme más» no se puede comprobar; «caminar quince minutos tres veces por semana», sí.

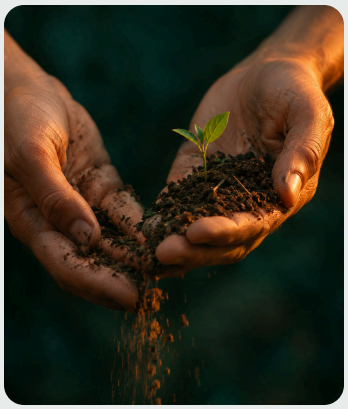
LORIG · STANFORD · 1999



Devolver decisiones reales sobre la vida diaria también cuenta: en un asilo, a los 18 meses había muerto el **15 %** del grupo con decisiones, frente al **30 %** del de comparación (Langer y Rodin, 1977).

04 · EDICIÓN PREDICTIVA

Cuando el horizonte se sostiene en una predicción, se trabaja la predicción



Una predicción aprendida es una frase que la persona da por cierta sobre su futuro sin haberla comprobado nunca. La evidencia general no la mueve: hay que trabajarla a ella.

01 · SE ESCRIBE

Con las palabras de la persona, como una regla: si hago esto, pasa aquello.

02 · SE CONTRADICE

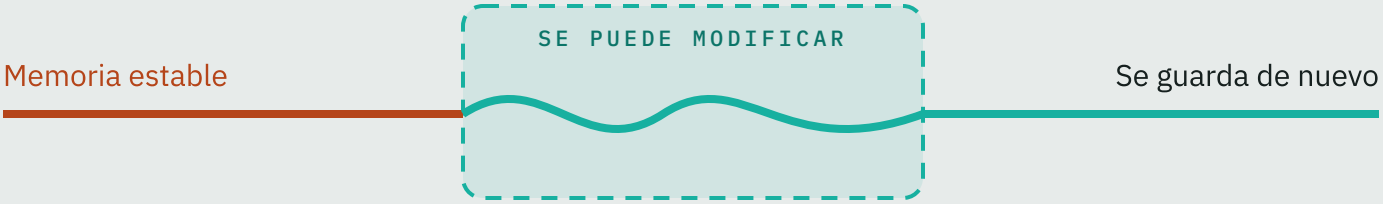
Con experiencias de su propia vida en las que la regla no se cumplió.

03 · SI HACE FALTA, UN ACTO

El cuerpo vive lo contrario de lo que la predicción anuncia.

El **acto** es una acción física, diseñada para cada paciente, en la que la persona hace lo que su predicción considera imposible y comprueba que la consecuencia esperada no ocurre. Se diseña y se aprende en sala, con supervisión.

Reconsolidación: la ventana



1 · Reactivación
activa en el cuerpo

2 · Error de predicción
algo la contradice

3 · Peso de la evidencia
demasiado clara para descartarla

APRENDER ENCIMA

Compiten dos versiones. Fuera del contexto, regresa la vieja (Bouton, 2002). Eso es una recaída.

MODIFICAR EL ORIGINAL

Queda una sola versión. El cambio se sostiene sin esfuerzo. Es lo que busca el trabajo con la predicción.

Cuatro señales de una actualización, no de un alivio temporal

1 · Se sostiene solo, sin esfuerzo

2 · Aparece fuera de la consulta

3 · La persona vuelve a hacer planes a futuro

4 · Extraña la sensación anterior, aunque era desagradable

El trabajo sobre la predicción acompaña al tratamiento médico y no lo sustituye.

PROGRAMA · DICIEMBRE DE 2026

Jornadas 1 y 2 · marco y contracción

JORNADA 1 · JUE 3 DIC

Marco · El marco quíntuple

Primera jornada del seminario. Presenta el marco TAME-quíntuple y sus cinco componentes —estados, operadores, restricciones, meta y horizonte temporal—, y la diferencia entre un colectivo y un agregado de partes.

10:00–11:30	**Marco TAME-quíntuple** los cinco componentes de un sistema de control multiescala
12:00–13:30	**Permisos fisiológicos** la regulación como restricción dependiente del estado
14:30–16:00	**Meta defendida y horizonte temporal** qué persigue el sistema y cuánto anticipa
16:30–18:00	**Agencia, eficiencia y superaditividad** qué distingue un colectivo de un agregado

JORNADA 2 · VIE 4 DIC

Contracción · La diabetes como problema modelo

Segunda jornada del seminario. Toma la diabetes tipo 2 como problema modelo: su lectura como fallo de coordinación entre escalas, la resistencia a la insulina, las ventanas de reversión y las dianas terapéuticas.

10:00–11:30	**Fallo de coordinación multiescala** la diabetes tipo 2 como problema modelo
12:00–13:30	**Resistencia a la insulina** mecanismos moleculares y consecuencias terapéuticas
14:30–16:00	**Reversibilidad en la diabetes tipo 2** trinquetes y ventanas de reversión
16:30–18:00	**Estrategias terapéuticas** qué no ataca el arsenal actual y qué dianas quedan

PROGRAMA · DICIEMBRE DE 2026

Jornadas 3 y 4 · reescritura y acto

JORNADA 3 · SÁB 5 DIC

Reescritura · Predicción y reconsolidación

Tercera jornada del seminario. Presenta el procesamiento predictivo, los niveles en que opera la información, la reconsolidación de memoria y las improntas defensivas.

10:00–11:30	**Procesamiento predictivo**	cómo una expectativa llega a vivirse como percepción
12:00–13:30	**Niveles de procesamiento**	cuatro campos de información y la compatibilidad de la intervención
14:30–16:00	**Reconsolidación de memoria**	la ventana en que un aprendizaje emocional vuelve a ser modificable
16:30–18:00	**Improntas defensivas**	mecanismo de instalación y formas que adopta

JORNADA 4 · DOM 6 DIC

Acto · El acto de quiebre

Cuarta jornada del seminario. Presenta el acto de quiebre somático: su estructura, sus filtros de validación, la irreversibilidad endógena y el diseño del acto terapéutico.

10:00–11:30	**El acto de quiebre somático**	cómo se completa un ciclo defensivo interrumpido
12:00–13:30	**Estructura del acto de quiebre**	componentes y filtros de validación
14:30–16:00	**Irreversibilidad endógena**	dónde se inscribe y cómo se diseña
16:30–18:00	**Diseño del acto terapéutico**	de la predicción concreta a la acción que la contradice

Dos jornadas más, incluidas

JORNADA 5 · ENERO 2027

Enero · El repertorio y la dosis

Primera jornada adicional, en enero de 2027. Presenta el repertorio de actos y sus criterios de indicación, el manejo de la activación, el Protocolo de Actualización Predictiva y su aplicación a la enfermedad crónica.

10:00–11:30	**Ritual Experiencing y Actos que Mueven** tipos de acto y criterios de indicación
12:00–13:30	**Reactivación y regulación sostenida** manejo de la activación durante la sesión
14:30–16:00	**Protocolo de Actualización Predictiva** las tres fases del método
16:30–18:00	**Predicción y horizonte en la enfermedad crónica** identificación y actualización

JORNADA 6 · FEBRERO 2027

Febrero · Lo que se hereda

Segunda jornada adicional, en febrero de 2027. Presenta lo transgeneracional como fuente de predicciones, la meta heredada y la construcción de programas de trabajo con el marco.

10:00–11:30	**Lo transgeneracional como fuente de predicciones** material emergente y criterios de manejo
12:00–13:30	**Contradicción de la predicción heredada** diseño y ejecución
14:30–16:00	**El anhelo como meta heredada** identificación y edición
16:30–18:00	**Programas de trabajo con el quíntuple** aplicación del marco al propio campo

Lo que podrán hacer

1. Analizar un caso con los cinco componentes, incluido el horizonte
2. Escribir la predicción que sostiene un cuadro y reconocer cómo se instaló, también cuando es heredada
3. Reconocer el nivel en que está la persona y elegir lo que ese nivel puede recibir
4. Diseñar un acto a partir de la predicción de cada paciente, practicado con supervisión
5. Distinguir una actualización de un alivio temporal y acompañar las semanas siguientes

Cómo se sostiene el contenido

Antes de enseñar el marco, contrastamos ocho afirmaciones centrales con la literatura publicada. Cinco ya estaban publicadas por otros autores, una quedó parcialmente refutada, y las citamos. Cada idea se presenta con su estado: qué tiene evidencia, qué es interpretación y qué es una hipótesis de trabajo.

Para personas con práctica clínica o terapéutica. No hace falta conocer el marco: la primera jornada empieza desde el principio.



INSCRIPCIÓN

Los esperamos en diciembre

FECHAS	Jueves 3 a domingo 6 de diciembre de 2026 Más una jornada en enero y otra en febrero de 2027
HORARIO	10:00 a 18:00, hora de la Ciudad de México
SEDE	Hotel Galería Plaza Reforma, Ciudad de México
EN LÍNEA	Todas las jornadas, en vivo, y grabación para todos

PREVENTA · HASTA EL DOMINGO 15 DE NOVIEMBRE

Presencial	$11,500
En línea	$8,500

DESDE EL LUNES 16 DE NOVIEMBRE

Presencial	$12,500
En línea	$9,500

Pesos mexicanos. Incluye las cuatro jornadas de diciembre, las dos de 2027 y el material; en presencial, también la comida.

ESCANEE PARA VER EL PROGRAMA COMPLETO

WhatsApp 55 7907 6626

institutocentrobioenergetica.com/cognicion-diversa-2026

Es una formación: no sustituye la atención médica ni psicológica.