



VI JORNADAS CUERPO, ARTE Y SALUD 2025

CLÍNICA EXPRESIVA SOMÁTICA

Psicoterapia Sensoriomotriz: Reconstruyendo la Seguridad Corporal

Facilitadora: Almendra Salazar

Institución: Instituto Poiesis

Supervisado por: Edmundo dos Santos

Resumen

El presente taller experiencial se enmarca en las **VI Jornadas Cuerpo, Arte y Salud - Clínica Expresiva Somática**, ofreciendo herramientas somáticas para la **prevención, estabilización y regulación emocional** en el trabajo con profesionales que acompañan procesos terapéuticos. La seguridad corporal se presenta como un fundamento esencial para la estabilización sensorial y emocional, proporcionando bases para la intervención desde un enfoque somático.

Desde la **psicoterapia sensoriomotriz**, se explorarán estrategias para integrar la percepción corporal, desarrollar la autorregulación y restablecer la seguridad a través de la atención a la sensación sentida, la relación entre emoción y corporalidad, el uso del movimiento como herramienta terapéutica y la creación de un entorno seguro para la exploración. Se trabajará con técnicas de conciencia corporal, ajustes posturales y anclajes somáticos para fortalecer la capacidad de respuesta y resiliencia ante el estrés y el trauma (Van der Kolk, 2014; Ogden, Minton, & Pain, 2006).

Este taller está dirigido a **profesionales de la salud mental, terapeutas corporales y educadores**, promoviendo la seguridad corporal como un pilar clave en la prevención del trauma y en la estabilización de los procesos terapéuticos.

Palabras clave: Psicoterapia sensoriomotriz, regulación emocional, seguridad corporal, prevención del trauma, movimiento, integración somática.



VI JORNADAS CUERPO, ARTE Y SALUD 2025

CLÍNICA EXPRESIVA SOMÁTICA

Abstract

Sensorimotor Psychotherapy: Rebuilding Body Security

This experiential workshop is part of the **VI Jornadas Cuerpo, Arte y Salud - Clínica Expresiva Somática**, providing **somatic tools for prevention, stabilization, and emotional regulation in therapeutic practices**. **Sensorimotor psychotherapy** is based on the premise that trauma is stored in the body through tension, rigid movement patterns, and dissociative responses, limiting emotional regulation and internal safety (Ogden, Minton, & Pain, 2006).

This approach explores strategies to integrate body perception, develop self-regulation, and restore security through awareness of felt sensation, the connection between emotion and embodiment, the use of movement as a therapeutic tool, and the creation of a safe space for exploration. Participants will engage in body awareness techniques, postural adjustments, and somatic grounding to enhance resilience and stress response (Van der Kolk, 2014).

This workshop is designed for **mental health professionals, body-based therapists, and educators** seeking to integrate **somatic tools for trauma prevention and stabilization** in therapeutic and educational settings.

Keywords: Sensorimotor psychotherapy, emotional regulation, body security, trauma prevention, movement, somatic integration.

Desarrollo

El taller **Psicoterapia Sensoriomotriz: Reconstruyendo la Seguridad Corporal** se desarrolla dentro del marco de las **VI Jornadas Cuerpo, Arte y Salud - Clínica Expresiva Somática**, un espacio que explora la relación entre el cuerpo, el arte y la salud en procesos terapéuticos y preventivos. Desde este enfoque, la seguridad corporal se entiende como un pilar esencial en la estabilización emocional y sensorial, proporcionando herramientas fundamentales para el trabajo en clínica expresiva somática.

La Clínica Expresiva Somática integra metodologías que abordan el trauma desde el cuerpo, facilitando la regulación emocional y la reorganización de la experiencia somática a través del arte y el movimiento. En este sentido, la **psicoterapia sensoriomotriz** aporta un marco sólido para comprender cómo el trauma se almacena en el cuerpo y cómo puede abordarse mediante estrategias que favorezcan la autorregulación y la recuperación de la seguridad interna (Ogden, Minton, & Pain, 2006).



VI JORNADAS CUERPO, ARTE Y SALUD 2025 CLÍNICA EXPRESIVA SOMÁTICA

Principios de la Psicoterapia Sensoriomotriz en la Reconstrucción de la Seguridad Corporal

La reconstrucción de la seguridad corporal tras el trauma requiere intervenciones que permitan la reintegración sensoriomotora y la autorregulación emocional. Desde la **psicoterapia sensoriomotriz**, estos principios ofrecen un marco para la exploración y regulación somática:

1. **Atención a la Sensación Sentida:** La reconstrucción de la seguridad corporal comienza con la **conciencia somática**. A través de ejercicios de escaneo corporal, se invita a la persona a identificar sin juicio las sensaciones en diferentes áreas del cuerpo. Este proceso facilita la localización de zonas de tensión asociadas al trauma y abre la posibilidad de intervención gradual (Ogden et al., 2006).
2. **Integración de lo Somático y lo Emocional:** Al vincular las sensaciones corporales con emociones y recuerdos, se posibilita la liberación de la carga traumática contenida en el cuerpo. La integración somática permite que la persona genere una nueva narrativa corporal en relación con su historia emocional.
3. **Desarrollo de la Autorregulación:** La regulación del sistema nervioso es un pilar fundamental en el tratamiento del trauma (Van der Kolk, 2014). Se trabaja con técnicas como **el anclaje**, que facilitan la conexión con el presente, reduciendo episodios disociativos y reforzando la sensación de seguridad en el aquí y ahora.
4. **Importancia del Movimiento y la Postura:** Pequeños ajustes posturales o la incorporación de movimientos fluidos pueden transformar la percepción del cuerpo y mejorar la sensación de vitalidad y estabilidad. Se explorarán patrones de movimiento que faciliten la recuperación de la seguridad corporal.

Conclusión

La **psicoterapia sensoriomotriz** ofrece un enfoque integral para la reconstrucción de la seguridad corporal en **profesionales de la salud mental y terapeutas corporales**. A través del trabajo directo con el cuerpo, la regulación emocional y la integración del movimiento, se facilita un proceso de estabilización y prevención del trauma.

Bibliografía

- Ogden, P., Minton, K., & Pain, C. (2006). *Sensorimotor psychotherapy: Interventions for trauma and attachment*. New York, NY: W. W. Norton & Company.
- Van der Kolk, B. A. (2014). *The body keeps the score: Brain, mind, and body in the healing of trauma*. New York, NY: Viking.



VI JORNADAS CUERPO, ARTE Y SALUD 2025

CLÍNICA EXPRESIVA SOMÁTICA

Currículum Vitae

Almendra Salazar

Psicoterapeuta especializada en integración somática y trauma. Docente en el **Máster en Terapia de Artes Expresivas, Trauma y Embodiment - Embodiment-Centered Expressive Arts Therapy for Trauma – EC-EXATT™** del Instituto Poiesis.

Cuenta con formación en Psicoterapia Sensoriomotriz y abordajes somáticos para la regulación del trauma. Ha trabajado en entornos clínicos y educativos, facilitando procesos de estabilización y prevención del trauma a través del movimiento y la conciencia corporal. Su labor se centra en la relación entre el cuerpo, la seguridad y la regulación emocional como bases para la intervención terapéutica y educativa.