

Lo que la ciencia confirma: tu sistema nervioso responde.

Realizamos un estudio piloto con 19 participantes para medir, con un instrumento médico certificado, los efectos de una sola sesión de terapia vibroacústica sobre el sistema nervioso autónomo. Los resultados hablan por sí solos.

ESTUDIO PILOTO 2026 — MEDICIÓN OBJETIVA CON HRV

Medición realizada con el **CLA INSIGHT neuroPULSE**, instrumento médico de grado clínico que mide la Variabilidad de la Frecuencia Cardíaca (HRV) en tiempo real. Protocolo de 3 minutos PRE y POST sesión. **Reconnecting Chiropractic Center, San Diego CA.**

19

Participantes
analizados

38 min

Duración de una
sesión estándar

74%

Mejóro o mantuvo
su score HRV

+4.6

Puntos de mejora
promedio en score

99

Potencial normativo
promedio del grupo

ENTENDIENDO LA MEDICIÓN

¿Qué mide el estudio? Términos clave en lenguaje simple

Antes de ver los resultados, es importante entender qué estamos midiendo. El HRV es un indicador médico reconocido internacionalmente para evaluar el estado del sistema nervioso autónomo.

HRV — Variabilidad Cardíaca

El corazón sano no late como un metrónomo — tiene pequeñas variaciones entre latidos. A mayor variabilidad, mayor capacidad de adaptación al estrés. El HRV es el termómetro del sistema nervioso.

Score HRV (0 a 100)

El instrumento convierte toda la información en una calificación del 0 al 100. 100 es el estado óptimo. Medimos este número antes y después de la sesión para documentar el cambio.

AAI — La Batería del Cuerpo

El Autonomic Activity Index mide la reserva de energía del sistema nervioso. Cuánta capacidad tiene el cuerpo para adaptarse. Alto AAI = batería llena. Bajo = cuerpo agotado.

ABI — El Equilibrio Autónomo

El Autonomic Balance Index mide el equilibrio entre el **acelerador** (sistema simpático: estrés, alerta) y el **freno** (sistema parasimpático: calma, recuperación). 100 = equilibrio perfecto.

Zona 5 — El Estado Óptimo

El instrumento ubica a cada persona en una de 5 zonas. La Zona 5 (verde) es la óptima: buenas reservas y buen equilibrio. El objetivo de cada sesión es acercar o mantener al participante en Zona 5.

El Paradox de Relajación

Cuando el cuerpo entra en relajación tan profunda que el corazón se vuelve muy regular, el score matemáticamente baja. No es negativo — es la firma del descanso más profundo posible. El ABI siempre lo confirma.

¿Qué pasó en una sola sesión de 38 minutos?

El protocolo vibroacústico de Insight incluye cuatro tracks especializados con frecuencias de baja frecuencia (40–50 Hz), frecuencias solfeggio y binaurales Theta y Delta, administrados a través de la cama vibroacústica.

9

Participantes con mejora positiva directa en score HRV

3

Participantes que mantuvieron su score en nivel óptimo

7

Participantes con Paradox de Relajación Profunda

+19

Mayor mejora individual en score (de 70 a 89 en 38 min)

MEDICIONES PRE Y POST

Antes y después: los casos más significativos

Los siguientes participantes muestran los cambios más documentados. Los datos son objetivos, medidos con el instrumento médico CLA INSiGHT neuroPULSE. Los nombres han sido reemplazados por números para proteger la privacidad.

Participante 1 — 59 años

Ansiedad crónica · Bursitis · Primera sesión documentada

+19 pts

PRE-SESIÓN

70

/100 · Zona 4

POST-SESIÓN

89

/100 · Zona 5 ✓

Score HRV 70 → 89



Balance Autónomo (ABI) 78.80 → 92.04



Reserva Neurológica (AAI) 63.81 → 86.58



Hallazgo clínico notable: Este participante llegó con dolor en la mandíbula (tensión muscular asociada a la ansiedad crónica). Al finalizar la sesión, el dolor había desaparecido. El ABI aumentó 13.24 puntos. El sistema nervioso pasó de Zona 4 a **Zona 5 — la zona óptima** — en 38 minutos.

● PRE: Zona 4 (reservas reducidas) → ● POST: Zona 5 (estado óptimo)

Participante 2 — 34 años

Sin condiciones diagnosticadas · Estrés agudo pre-sesión

+16 pts

PRE-SESIÓN

64

/100 · Zona 1

POST-SESIÓN

80

/100 · Zona 2 ↑

Score HRV 64 → 80



Balance Autónomo (ABI) — Récord del estudio 54.94 → 90.04



Reserva Neurológica (AAI) 68.61 → 73.36



Récord del estudio — ABI +35.10 puntos: Este participante llegó con el sistema simpático muy activado (estrés por tráfico). El Balance Autónomo pasó de 54.94 a 90.04 — un cambio de 35 puntos que representa el **mayor flip autónomo documentado en todo el estudio**. El acelerador cedió completamente al freno parasimpático.

● PRE: Zona 1 (simpático dominante) → ● POST: Zona 2 (mejora significativa)

Participante 3 — 36 años

Ansiedad · Depresión · Primera vez en la cama

+13 pts

PRE-SESIÓN

69

/100 · Zona 4



POST-SESIÓN

82

/100 · Zona 5 ✓

Score HRV

69 → 82



Balance Autónomo (ABI) — 2do mayor salto 62.18 → 90.30



Reserva Neurológica (AAI) 71.30 → 76.79



ABI +28.12 puntos: Llegó con el sistema nervioso en modo alerta (estrés 8/10 antes de la sesión), sin medicamentos. El Balance Autónomo saltó 28 puntos en 38 minutos — el **freno parasimpático tomó el control** de forma efectiva desde la primera sesión.

● PRE: Zona 4 → ● POST: Zona 5 (estado óptimo)

Participante 4 — 7 años

Epilepsia · TDAH · Protocolo pediátrico adaptado (18 min)

+10 pts

PRE-SESIÓN

75

/100 · Zona 5



POST-SESIÓN

85

/100 · Zona 5 ↑

Score HRV

75 → 85



Reserva Neurológica (AAI) 74.78 → 88.52



El participante más joven del estudio: Con solo 7 años, epilepsia y TDAH, respondió al protocolo pediátrico adaptado con una mejora de +10 puntos y un AAI que subió casi 14 puntos. La batería neurológica se recargó significativamente en solo 18 minutos. La edad no fue una barrera.

● PRE: Zona 5 → ● POST: Zona 5 (elevación dentro del óptimo)

EL HALLAZGO MÁS IMPORTANTE

El Paradox de Relajación Profunda — 37% del grupo

Uno de los fenómenos más fascinantes documentados en este estudio.

Cuando el sistema nervioso detecta una oportunidad genuina de recuperación, puede entrar en un estado parasimpático tan profundo que el corazón se vuelve **extraordinariamente regular**. Esa coherencia cardíaca extrema reduce matemáticamente la variabilidad — y el score baja.

Esto **no es un resultado negativo**. Es la firma fisiológica del descanso más profundo que el cuerpo puede alcanzar. Lo confirmamos porque en todos estos casos el **ABI mejoró** (el equilibrio autónomo se optimizó) y los participantes reportaron sentirse profundamente relajados, con sueño, o incluso dormidos.

-17

Participante 16

ABI: 95.81

-8

Participante 13 —
Fibromialgia

25 antes y después

-7

Participante 14

ABI POST:
97.25

-5

Participante 17

ABI: 92.97 →
86.20

-4

Participante 18 —
Insomnio

ABI: 93.81 → 96.34
↑

-4

Participante 15

Relajación
profunda

-1

Participante 19 —
Contractura

ABI: 81.45 → 98.57
↑↑

TABLA COMPLETA

Los 19 participantes — datos objetivos

Todos los datos medidos con el instrumento CLA INSiGHT neuroPULSE. Los nombres han sido sustituidos por números para proteger la privacidad de los participantes.

Participante	Edad	Condición	Score PRE	Score POST	Cambio	ABI PRE	ABI POST	Resultado
Participante 1	59 F	Ansiedad · Bursitis	70	89	+19	78.80	92.04	Mejora Z4→Z5
Participante 2	34 F	Sin condición	64	80	+16	54.94	90.04	Flip autónomo
Participante 3	36 F	Ansiedad · Depresión	69	82	+13	62.18	90.30	Mejora Z4→Z5
Participante 4	34 F	Ansiedad · Depresión	67	80	+13	85.63	84.79	Mejora Z5→Z5
Participante 5	7 M	Epilepsia · TDAH	75	85	+10	74.78	88.52	Mejora Z5↑

Participante	Edad	Condición	Score PRE	Score POST	Cambio	ABI PRE	ABI POST	Resultado
Participante 6	60 F	Dolor hombro/cuello	71	81	+10	84.95	89.56	Mejora Z5→Z5
Participante 7	45 F	Sin condición	78	82	+4	82.52	98.88	ABI 98.88
Participante 8	41 F	Sin condición	86	92	+6	91.07	93.02	Optimización Z5
Participante 9	45 F	Sin condición	61	71	+10	53.68	80.66	Rebalanceo
Participante 10	27 F	Sin condición	87	87	= 0	82.61	88.52	Estable Z5
Participante 11	61 F	Sin condición	97	97	= 0	92.85	96.22	Récord PRE 97
Participante 12	39 M	Hipotiroidismo	58	58	= 0	40.29	32.65	Estable
Participante 13	— F	Fibromialgia	90	82	-8	85.38	85.88	Paradox Z5
Participante 14	49 M	Sin condición	76	69	-7	73.49	97.25	Paradox
Participante 15	— F	Sin condición	74	70	-4	78.38	69.42	Paradox
Participante 16	45 F	Resistencia insulina	89	72	-17	95.81	60.20	Paradox
Participante 17	48 F	Sin condición	74	69	-5	92.97	86.20	Paradox
Participante 18	61 F	Hipertensión · Insomnio	78	74	-4	93.81	96.34	Paradox
Participante 19	46 F	Contractura escaleno	75	74	-1	81.45	98.57	ABI 98.57

Azul = Paradox de Relajación Profunda (resultado positivo) | Verde = Mejora directa en score | Dorado = Score estable en nivel óptimo

DESTACADOS DEL ESTUDIO

Los datos más relevantes

Mayor mejora en score

+19 puntos

Participante 1 · de 70 a 89 en 38 min

Mayor salto de ABI (equilibrio)

+35.10 pts

Participante 2 · 54.94 → 90.04

ABI POST más alto

98.88 / 100

Participante 7 · casi equilibrio perfecto

Score PRE más alto del estudio

97 / 100

Participante 11 · 61 años · Zona 5 mantenida

Participante más joven

7 años

Participante 5 · Epilepsia+TDAH · +10 pts

Mayor recarga de batería (AAI)

+22.77 pts

Participante 1 · de 63.81 a 86.58

VOCES DE LOS PARTICIPANTES

Lo que sintieron, en sus propias palabras

Experiencias reales de participantes del estudio. Las identidades están protegidas.

“Me siento extremadamente relajada. Cada vez que lo hago es una experiencia nueva; me hace entrar a estados más intensos e inmersos de meditación. Como siempre, una experiencia única.

Participante 12 — 48 años

Score: 74 PRE · 69 POST (Paradox profundo)

“La verdad fue que maravillosa. Venía muy estresada del tráfico y cuando estuve en la cama me fui sintiendo muy relajada — en conexión con el cuerpo físico. Impresionada de mi resultado en menos de 40 minutos. Todo el mundo debería tener una cama así en su casa.

Participante 2 — 34 años

Score: 64 → 80 · ABI: 54.94 → 90.04

“Me quedé totalmente profunda, que todavía siento que estoy dormida. Me sentí muy a gusto, realmente quedé out, y todavía tengo sueño. Gracias.

Participante 18 — 61 años

Score: 78 PRE · 74 POST (Paradox — insomnio crónico)

“Me sentí bien. Me relajé; venía con un poquito de dolor en la quijada y después de la cama se me quitó. Me sentí muy tranquila, menos tensa, más flojita.

Participante 1 — 59 años

Score: 70 → 89 · Dolor de quijada resuelto

“Relajación profunda.

Participante 9 — 45 años ·

Organizadora del estudio

Score: 61 → 71 · ABI: 53.68 → 80.66

“Hola pues yo quiero recomendar mucho la cama. Me quedé totalmente profunda. Me sentí muy a gusto, realmente quedé out.

Participante 18 — 61 años ·

Insomnio crónico

Score: 78 PRE · ABI mejoró de 93.81 a 96.34

EL INSTRUMENTO

Medido con tecnología médica certificada

El instrumento utilizado en este estudio es el **CLA INSIGHT neuroPULSE**, un dispositivo de grado clínico ampliamente utilizado en consultorios quiroprácticos y centros de salud integrativa en Estados Unidos.

El neuroPULSE combina medición de **HRV (Variabilidad de Frecuencia Cardíaca)** con conductancia galvánica de la piel (GSR), generando un análisis completo del sistema nervioso autónomo en 3 minutos. Produce el Score HRV, el AAI y el ABI — las tres métricas analizadas en este estudio.

El protocolo fue: medición PRE de 3 minutos → sesión vibroacústica de 38 minutos → medición POST de 3 minutos. Sin intervención adicional. Sin medicamentos. Sin placebo.

Instrumento	CLA INSIGHT neuroPULSE
Tipo de medición	HRV + GSR combinados
Duración de scan	3 minutos PRE y POST
Métricas obtenidas	Score, AAI, ABI, Zona
Protocolo sesión	38 minutos estándar
Lugar	Reconnecting Chiropractic Center
Dirección	3500 5th Ave Ste 103, San Diego CA
Fecha del estudio	Marzo - Abril 2026
Total participantes	19 analizados
Rango de edad	7 a 61 años



frecuenciainsight.com

Vibroacústica — Vive el bienestar que vibra en ti
insightvibroacustica@gmail.com

Este documento es de carácter informativo y de bienestar. Los resultados presentados corresponden a un estudio piloto realizado en condiciones controladas. No constituye diagnóstico médico ni promesa de resultados específicos. Los datos de los participantes han sido anonimizados para proteger su privacidad. Medición realizada con el instrumento CLA INSIGHT neuroPULSE en Reconnecting Chiropractic Center, San Diego CA, Marzo-Abril 2026.