



Curso

Fisiología Emocional



Salud-Mente-Cuerpo-Espíritu

Objetivo General:

Comprender el propósito del malestar, del dolor, de los síntomas y/o la enfermedad en nuestra vida para aprender a crearnos salud y bienestar.

Objetivos particulares:

- ▶ Descubrir o ampliar nuestro conocimiento sobre el proceso emocional y la manifestación física como un mensaje.
- ▶ Participar activamente en el proceso de crearnos salud consciente bienestar y paz interior a través de técnicas, posturas, ejercicios y elecciones.

Temario:

- Fases del proceso emocional.
- La inteligencia espiritual, apoyo a la salud integral.
- Los pensamientos, las actitudes y la biología corporal.
- La fisiología del estrés.
- ¿Qué indican los síntomas, el dolor y/o la enfermedad?
- El Modelo de Malestar/Bienestar.
- Visión general de los canales energéticos (medicina tradicional china).
- La Respuesta de Relajación (Dr. Herbert Benson, Medicina Mente- Cuerpo, HARVARD Medical School).
- Cómo crearnos salud consciente.

Metodología:

- Exposición, apoyos visuales, cuestionarios, participación e interacción grupal.
- Ejercicios prácticos para integrar la información.
- Práctica de técnicas asociadas con el tema.



LIBERTAD NOS HARA LIBRES
**UNIVERSIDAD
IBEROAMERICANA**
CENTRO DE EXTENSION
SALTILLO

Duración: 12 horas impartidas en 4 sesiones.

Facilitadora:

Linda Ancira de Pue.

- Licenciada en Desarrollo Humano Universidad Albert Einstein, campus Monterrey.
- Especialidad en Bienestar Integral “Wellness Certificate Program” Sheridan College, Toronto, Ont. Canadá.
- Certificación Internacional para impartir los seminarios: “Amate y sana tu vida” y “Tu puedes sanar tu vida” de Louise L. Hay. Hay Educational Institute San Diego, Calif., USA.
- Entrenamiento en salud Mente-Cuerpo y Espíritu con Dra. Joan Borysenko, - Co fundadora del Instituto Mente-Cuerpo de la Universidad de Harvard, Boston, Mass. USA.



Inicio: PROXIMA APERTURA.

Horario: jueves de 16:30 a 19:30 hrs.

Diseño de programas a las necesidades de su empresa o institución

- Acapulco
- Cd. de México
- Guadalajara
- León
- Oaxaca
- Puebla
- Tijuana
- Torreón
- Centros de Extensión:
- Monterrey
- Saltillo

Para mayores informes favor de comunicarse al Departamento de Promoción y Relaciones Públicas con:

Marialba Rodriguez marialba-rodriquez@uiasaltillo.edu.mx Ext. 114
Irma Martinez irma-martinez@uiasaltillo.edu.mx Ext. 105

Eje dos 870 Centro Metropolitano
Saltillo, Coahuila 25095
Teléfono y Fax (844) 430 2222
www.uiasaltillo.edu.mx

Derechos Reservados Universidad Iberoamericana