

Tú Revista

# EVOLUCIONANDO PARA EL ÉXITO

EDICIÓN **OCTUBRE- NOVIEMBRE**

**El III Congreso  
Mundial  
de Mujeres  
Líderes 2023  
en Harvard**

**LA RUTA DE  
LA LIBELULA**

**LIDERAZGO  
Y COACHING**

**HARI  
RODRÍGUEZ**

— Seguir un sueño —

[@evolucionandoparaelexito.com](https://www.evolucionandoparaelexito.com)

# CONTENIDO

02

## **Somos emociones.**

Por: Evolucionando para el Éxito

03

## **Emprender en el mundo de las extensiones de pestañas: un camino que nunca es tarde para recorrer.**

Por: Haridian Rodríguez

04

## **¿Qué es el TDAH?**

Por: Angélica Oñoro

05

## **TDAH o trauma en la adopción.**

Por: Jessica Lockhart

06

## **TDAH femenino.**

Por: Angela Kohler

07

## **La ruta de la libélula.**

Por: Sylvia Corea

08

## **Anuncios.**

Por: Evolucionando Para El Éxito

09

## **Síndrome del Impostor.**

Por: Dra. Laura Graterol

10

## **Alzheimer, cómo afrontarlo como un cuidador.**

Por: Luis Jiménez

11

## **El III Congreso Mundial de Mujeres Líderes 2023 se celebrará en la universidad de Harvard.**

Por: Evolucionando Para El Éxito

12

## **Global Academy.**

Por: Yanira Domínguez

13

## **Ellas adelante.**

Por: Ilena Daza

14

## **Imagen que impacta.**

Por: Kristela Degay

15

## **Liderazgo y coaching (Alquimia- Química).**

Por: Jhon Fredy Trujillo

\*Los conceptos vertidos en los artículos son de exclusiva responsabilidad de los autores y no reflejan necesariamente el punto de vista de los editores de la revista.

Por: Evolucionando para el Éxito.

Hablemos un poco del universo emocional y su rama popular, la inteligencia emocional, ésta importante parte del ser humano se ha ido reconociendo y entendiendo en dos dimensiones: la inteligencia intrapersonal y la inteligencia interpersonal.

La faceta intrapersonal es la habilidad de conectarnos con nuestras propias emociones y sentimientos, y para conocernos a nosotros mismos debemos evitar juzgarnos, compararnos y creer que hay ideales externos por cumplir. Si solamente nos observamos, con respeto y cariño, empezaremos a comprender cómo nos sentimos.

La inteligencia interpersonal implica observar hacia fuera, a nuestros semejantes y dejarnos sorprender, no dar nada por sentado, ya que no debemos juzgar a los demás porque no sabemos lo que han vivido y lo que experimentan. Para comprender es importante hacer preguntas y escuchar activamente, esto permite que las personas se abran, confíen y se sientan escuchadas.



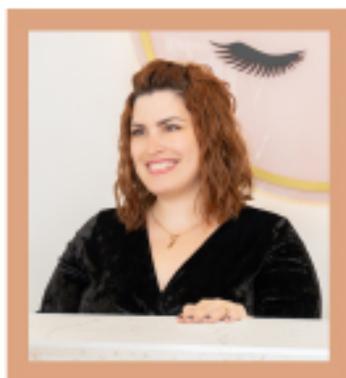
# SOMOS EMOCIONES

Ahora bien, las palabras, los pensamientos y las imágenes tienen el poder de afectar a nuestro cuerpo, generan estados de ánimo, emociones, sentimientos y es así como entramos en la expresión de nuestro mundo emocional. Así, en el cerebro, el hemisferio izquierdo interpreta lo que decimos, escuchamos y vemos, mientras que esos mismos 'mensajes' evocan en el hemisferio derecho imágenes, sensaciones y sentimientos que se transforman, en nuestro cuerpo, en emociones.

Por eso es importante tener cuidado con la información que recibimos o elegimos ver, escuchar y decir, todo generará reacciones en nuestro ser emocional. ¿Has prestado atención a cómo te hablas a ti mismo y qué es lo que eliges para ti? ¿Te has dado cuenta lo importante que es tu nivel de comunicación cuando les hablas a los tuyos?

El lenguaje que usamos influye en cómo nos sentimos. Nuestro cerebro está formado por el hemisferio izquierdo, que piensa en palabras, y el hemisferio derecho, que se comunica a través de sensaciones, imágenes y emociones. La calidad de mensajes que usamos reactivan emociones y experiencias vividas y por eso pueden afectar en gran medida a lo que sentimos en el presente, de este modo, te propongo que seamos muy cautos en la selección de lo que comunicamos a los demás, de lo que nos decimos a nosotros mismos y de lo que permitimos que llegue a nosotros, cuidando cariñosamente del ser que representamos en la vida y por consecuencia, de nuestro entorno. Es un gran paso de inteligencia emocional.

**Bienvenidos, amados lectores, a la nueva edición de su revista digital.**



## EMPRENDER EN EL MUNDO DE LAS EXTENSIONES DE PESTAÑAS: UN CAMINO QUE NUNCA ES TARDE PARA RECORRER.

En un mundo donde a menudo nos dejamos llevar por lo que 'se supone que debemos hacer', me encontré inmersa en la carrera de la restauración y, más tarde, en el fascinante universo de las loterías. Aunque aprendí valiosas lecciones en el camino, mi corazón buscaba una pasión diferente.

Un día, tuve un encuentro mágico con las extensiones de pestañas, y fue entonces cuando todo cambió. Me quedé asombrada con la capacidad de realzar la belleza de las personas y potenciar su confianza a través de esta profesión. Fue un despertar para mí, una chispa que encendió mi pasión y me hizo darme cuenta que había encontrado mi verdadero camino.

Con 30 años en aquel momento, decidí dar el salto hacia un futuro que me emocionaba profundamente. Emprender en un campo desconocido era desafiante, pero me dije a mí misma que nunca era tarde para formarse y aprender algo nuevo. Me sumergí en la formación, me rodeé de expertos y me esforcé por dominar el arte de las extensiones de pestañas.

Hoy en día, puedo decir con orgullo que mi pasión se ha convertido en mi profesión. Dirijo un exitoso estudio profesional de cejas y pestañas, donde cada día recibo a clientes maravillosos que confían en mí para realzar sus miradas.

Pero mi historia no termina aquí. He decidido compartir mi conocimiento y experiencia fundando una academia de formación en extensiones de pestañas. Mi objetivo es guiar a otras personas a través de este emocionante camino, para que encuentren su pasión y puedan triunfar en este maravilloso mundo.

No puedo negar que han habido momentos difíciles y desafiantes, pero cada obstáculo ha valido la pena. Mi transformación ha sido asombrosa, y hoy en día estoy viviendo la vida que siempre soñé.

Si estás leyendo esto y sientes ese anhelo de cambiar de rumbo, quiero animarte a que lo hagas. Nunca es tarde para formarse y seguir una nueva pasión. No te estanques en un trabajo que no te llena de alegría. El camino puede ser desafiante, pero las recompensas son infinitas.

Hoy, te invito a que te atrevas a emprender, a que sigas tu corazón y encuentres la chispa que ilumine tu camino. ¡El mundo de las posibilidades te espera con los brazos abiertos!

Si yo pude lograrlo, ¡también lo puedes hacer tú!  
¡Vamos a conquistar nuestros sueños juntos!



# ¿QUÉ ES EL TDAH?

Por: Angélica Oñoro

En la contemporaneidad, urge reflexionar sobre la salud mental, involucrando a padres, educadores, profesionales de la salud y la sociedad en general. Recientes datos revelan que entre el 8% y 10% de los niños en etapa escolar se ajustan a los criterios del Trastorno por Déficit de Atención e Hiperactividad (TDAH).

El TDAH, un trastorno del neurodesarrollo común, exige una atención temprana. Con origen crónico en la primera infancia, usualmente alrededor de los tres años, su presencia pasa inadvertida hasta la adolescencia, cuando se vuelve discernible antes de los 12 años. Diagnosticado típicamente entre los 8 y 9 años, puede prolongarse hasta la edad adulta, incrementando el riesgo de trastornos psiquiátricos coexistentes.

El TDAH se caracteriza por dificultades en el mantenimiento de la atención, hiperactividad y comportamiento impulsivo. Se clasifica en tipos combinados, impulsivos/hiperactivos y

de falta de atención. Sus complejidades afectan la vida infantil y generan estrés parental. Un diagnóstico temprano previene la estigmatización, el fracaso académico y otros desafíos que pueden surgir para su vida.

Los fundamentos del TDAH son multifactoriales, involucrando genética, neurobiología, desequilibrios neuroquímicos y factores ambientales. La predisposición genética y las diferencias cerebrales son respaldadas por investigaciones. El sistema nervioso central y factores psicosociales también ejercen influencia.

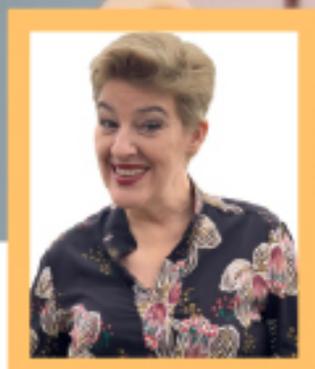
**¿Cómo se identifica el TDAH en un niño?**

Una evaluación neuropsicológica, aplicada por psicólogos, psiquiatras o neurólogos pediatras, ofrece resultados basados en criterios específicos. En niños sin TDHA la corteza cerebral alcanza el 50% de grosor máximo hasta los 7 años y medio, en los niños con TDHA esto sucede hasta los 10 años y medio es diagnosticado por un pediatra o neuropediatra.

## ¿QUÉ HACER SI TU HIJO PRESENTA SÍNTOMAS O INDICADORES DE TDHA?



- Indagar si en la familia existen personas con el trastorno.
- Limita el tiempo frente a las pantallas, evitar exposición excesiva a la T.V. y a los video juegos en los primeros cinco años de vida e incluso hasta los 8 años, dependiendo de un caso particular relacionado con madurez cognitiva.
- Asistir a clases de baile, que estimula sustancias químicas, mejoran comunicación neuronal y ayuda a producir nuevas células en el cerebro.
- Hacer meditación y ejercicios reduce síntomas TDHA.
- Reducir ingesta hipercalórica.
- Acuda a institución educativa para prevención-orientación psicoeducación del caso.
- Buscar solución de la mano de expertos.  
Busque apoyo en comunidad terapéutica.



**Por: Jessica Lockhart**

## TDAH o trauma en la adopción.

Con frecuencia, los niños adoptados presentan secuelas por situaciones difíciles en su pasado que se reflejan en dificultades de aprendizaje, comportamientos complicados o retrasos en el desarrollo. Cuando adoptamos un hijo, al igual que ocurre cuando tenemos uno biológico, lo hacemos desde el amor y con multitud de sueños y esperanzas por ese futuro juntos.

Tristemente, en el caso de las adopciones, nos podemos encontrar ante diversos problemas según nuestro pequeño va creciendo: no parece avanzar en la escuela como los demás, presenta comportamientos extraños, observamos regresiones o actitudes difíciles. Corremos a pedir ayuda a profesionales que realizan batallones de pruebas y presentan diagnósticos, en ocasiones acertados, en otras no tanto.

Hoy quisiera llamar la atención sobre un caso bastante común de error de diagnóstico que provoca mayores complicaciones en el tratamiento de nuestros hijos. Tal y como escribiera la autora, Caroline Miller, para el Child Mind Institute en su artículo titulado ¿Es TDAH o trauma? algunos profesionales confunden los síntomas de ambos. Así, no es extraño que se diagnostique (y medique) a los niños adoptados con TDAH, cuando lo que estamos presenciando son síntomas de trauma. En psicología un trauma es un conjunto de síntomas que se desarrollan por un acontecimiento que resulta amenazante, algo con frecuencia presente en los primeros años de nuestros pequeños. Esos síntomas son muy similares a los que cursan con TDAH y de ahí que algunos profesionales los confundan, como por ejemplo, la distracción, la impulsividad o la falta de concentración que, en casos de estrés postraumático, podrían deberse a que el niño esté concentrado en su pasado y no presente en el momento.

Como padres, es importante plantear a los profesionales que estén tratando a nuestros hijos que existen traumas en sus vidas. El abandono es de por sí un evento traumático. Hemos de solicitarles que contemplen la posibilidad de que se trate de un caso de trauma que requiera un tipo de terapia específico, sobre todo cuando encontramos otros síntomas como pensamientos intrusivos, pesadillas recurrentes o momentos de bloqueo profundo. El estrés postraumático es un mecanismo de protección ante posibles nuevos traumas, por lo que es fundamental observar al pequeño para ver cómo se comporta y trabajar de la mano de los profesionales.

Humanologa



Jessica J Lockhart



humanologiajessicajlockhart

[www.thehumanology.net](http://www.thehumanology.net)



Por: **Angela Kohler**

# TDAH FEMENINO

## Una realidad inadvertida

El Trastorno por Déficit de Atención e Hiperactividad (TDAH) es una condición neuropsiquiátrica que no discrimina por género, afectando tanto a hombres como a mujeres de todas las edades. Sin embargo, las manifestaciones del TDAH en mujeres pueden diferir y a menudo pasan desapercibidas. Aquí es donde entra en juego el acompañamiento de nosotros los psicólogos desempeñando un papel crucial en la detección temprana, el manejo y la mejora de la calidad de vida de las mujeres con TDAH.

A diferencia de los hombres, las mujeres con TDAH tendemos a presentar síntomas más sutiles y menos hiperactividad, lo que hace que su diagnóstico y tratamiento sean un desafío. Este fenómeno se debe en parte a la imagen tradicional del TDAH, que ha estado estrechamente vinculada con la imagen del niño hiperactivo que no puede quedarse quieto en clase. Las mujeres con TDAH podemos tener dificultades con la inatención y la distracción, en lugar de la hiperactividad evidente. Estos síntomas pueden confundirse con problemas emocionales o de aprendizaje, lo que resulta en diagnósticos erróneos, que conduce a una intervención inadecuada. Además, las mujeres con TDAH a menudo desarrollamos mecanismos de compensación para ocultar nuestras dificultades, lo que nos lleva a esforzarnos por cumplir con las expectativas sociales y académicas, ocultando así nuestras luchas internas.

La falta de reconocimiento del TDAH en mujeres tiene importantes implicaciones, por ejemplo, podemos enfrentar problemas de autoestima, ansiedad y depresión debido a la sensación constante de no estar a la altura. El tratamiento inadecuado también puede tener un impacto negativo en las relaciones. Por esto es esencial que los profesionales de la salud mental y la sociedad en general estén conscientes de la naturaleza única del TDAH en las mujeres. La educación y la sensibilización son fundamentales para asegurar que las mujeres recibamos el apoyo y el tratamiento adecuados. Los diagnósticos tempranos y la intervención terapéutica marcan una gran diferencia en la vida de las mujeres con TDAH, permitiéndoles comprender sus desafíos, desarrollar estrategias de afrontamiento efectivas y liberar su verdadero potencial.

Los psicólogos trabajamos para fortalecer la confianza en sí mismas, fomentar la autonomía y promover prácticas de autocuidado. Este enfoque integral contribuye a una vida más equilibrada y satisfactoria para alcanzar así su máximo potencial.





Por: Sylvia Corea

## LA RUTA DE LA LIBÉLULA

Sylvia es una mujer nacida en un pequeño país, bendecido por Dios, conocido como, Costa Rica. A las personas nacidas acá se les conoce como **ticos** y **ticas** respectivamente. Es el país del pura vida, del gallo pinto, de volcanes y hermosas playas, localizado en América Central.

Es una apasionada del baile y la música. Esposa de Jonathan y madre de Fiorella. Desde niña manifestó una cualidad artística para volar y crear mundos. Profesional de la Comunicación, se ha dedicado por más de 20 años a ayudar a la pequeña y mediana empresa en su rol como banquera comercial. Le encanta aprender, es una mujer positiva y entiende que ayudar al otro es un impacto directo a su estabilidad.

Como todo en esta vida tiene un sagrado propósito, recientemente tuvo un evento a nivel de salud que cambió su vida. Su corazón casi decide dormirse para siempre, pero los designios de Dios son más grandes que los nuestros y a manera de regalo, se le da otra oportunidad de vida. Así que desde esta nueva perspectiva quiere honrar a esa niña interior que quería escribir un libro y hoy nos entrega su primer libro "La Ruta de la Libélula". Sin lugar a duda, los momentos difíciles de la vida te enseñan. Este libro está escrito con el corazón en la mano para ti, te inspira a ayudar a los demás. Las mujeres tenemos mucho que ofrecer, tenemos que honrar a nuestros ancestros que vinieron a abrirnos paso en esto que llamamos vida. El libro invita al lector a cambiar, auto descubrirse, superarse y encontrar el propósito de vida, las pasiones, metas, el equilibrio entre ellas, estimula el servicio a los demás. Retoma la importancia de la amistad, y del encontrar, ese grupo de mentores, que necesitas. Aunque la vida nos lleve por diferentes senderos.



@sylvia.corea

[www.facebook.com/sylvia.corea.escritora](http://www.facebook.com/sylvia.corea.escritora)



# SECCIÓN ANUNCIOS

# Tú Revista EVOLUCIONANDO PARA EL ÉXITO

**Paola Vivas**  
IMPACTANDO PAIS



¿SIENTES MIEDO O NERVIOS AL HABLAR EN PÚBLICO?

CURSO ONLINE

**IMPACTA CON EL PODER DE TU COMUNICACIÓN**

[www.paolavivastv.com](http://www.paolavivastv.com)

GLOBAL ACADEMY YANIRA DOMINGUEZ

**FORMACIONES Y CURSOS**

Únete a esta comunidad y aprendamos juntos.

- 1 Formación de Coach con PNL
- 2 Oratoria
- 3 Autoestima
- 4 Formación de Mentores

Certificación Internacional



**DRA. HC YANIRA DOMINGUEZ**  
Autora, Mastercoach en PNL

+1 787 2224274

[globalacademydominguez@gmail.com](mailto:globalacademydominguez@gmail.com)

DESDE OTAVALO PARA EL MUNDO



**RADIO LUNA**  
BRILLA CON LUZ PROPIA

MÁS DE 18 H DE PROGRAMACIÓN

SINTONIZA 106.3 FM

ENTRETENIMIENTO MÚSICA DEPORTES CULTURA INFORMACIÓN RADIO NOVELAS

[www.radioluna.ec](http://www.radioluna.ec)  
+59398911142



**TAMOREADY RADIO**

[f](https://www.facebook.com/tamoreadyradio) [@tamoreadyradio](https://www.instagram.com/tamoreadyradio) [y](https://www.youtube.com/tamoreadyradio) @TAMOREADYRADIO

ANÚNCIATE CON NOSOTROS:

Más información escribemos a: [@evolucionandoparaelexito.com](https://www.evolucionandoparaelexito.com)



# SÍNDROME DEL IMPOSTOR

Por: Dra Laura Graterol

En el ámbito de la psicología y su evolución a las demandas generacionales, la mujer como base fundamental de la familia, ha logrado cada día un equilibrio entre la vida laboral familiar, demostrando que somos capaces no solo de velar por nuestra familia sino además de cumplir nuestras metas profesionales, llegando a crear nuevas formas de equidad de género, sin embargo las altas demandas personales y una actitud perfeccionista puede crear inseguridades, comparaciones y agotamiento laboral (Burnout), en 1978 la Dra. Pauline Clance y Suzanne Imes describieron en mujeres exitosas el común síntoma de sentirse un fraude, a pesar de tener excelente trayectoria personal, las cuales atribuían a su suerte o factores externos sus logros, sin sentirse seguras de sus capacidades y esperando ser descubiertas como no aptas en sus trabajos en cualquier momento.

## ¿CÓMO LO IDENTIFICO?

Como en la mitología griega, pensar que SOMOS UNA CAJA DE PANDORA, si la abren saldrán todas nuestras desgracias.

## Constantemente tengo pensamientos de inseguridad, como son:

- Preferir estar sola, así evito situaciones que puedan dejar expuestas mis debilidades.
- Al ser halagada, afirmar que fue solo suerte y no celebrar tus logros.
- Dudas sobre decisiones a tomar por miedo a no ser asertiva.
- Compararse de manera negativa con tus compañeros, afirmando no ser tan buenas como ellos.
- Deterioro de la salud mental y física por excesivo trabajo, llegando al agotamiento.



## Recomendaciones:

- 1 Reconoce y acepta tus logros (haz una lista).
- 2 Controla tu voz interior, conoce tus miedos y trabaja en ellos.
- 3 Acepta los elogios que recibes, no te compares con personas con metas diferentes.
- 4 Comenta tus inseguridades con personas de confianza y busca ayuda con un profesional que te brinde herramientas.
- 5 Valora el tiempo en familia, cuida de tu salud física, tiempo de ocio y descanso.

Referencias:  
Página, Dra. Paulina Clance, acceda para realizar un test y obtener más información.  
[paulineroseclance.com/impostor\\_phenomenon.html](http://paulineroseclance.com/impostor_phenomenon.html)

# ALZHEIMER,

## CÓMO AFRONTARLO COMO UN CUIDADOR.



Por: Luis Jimenez

El Alzheimer es una condición la cual afecta al cerebro y presenta una serie de síntomas los cuales van creciendo de manera progresiva, estos golpes fisiológicos hacen que el sujeto prácticamente quede poco a poco aislado del mundo que lo rodea, una vez en algún congreso escuché estas palabras: «Esta enfermedad es como una despedida progresiva de aquel que una vez fue».

### Los síntomas más comunes son:

- Pérdida de la memoria, comenzando en la reciente hasta la memoria de largo plazo.
- Pérdida progresiva de las capacidades de pensamiento, lógica y coordinación motora.
- Cambios emocionales, pudiendo tornarse agresivos, sumisos, depresivos y otros.
- Consecuente pérdida de habilidades motrices: caminar, asearse y valerse por ellos mismos.

Estos cambios son progresivos pueden verse desde leves a muy acentuados dependiendo del tiempo de evolución, así como de otras enfermedades que ya tenga la persona, estas pueden ser: diabetes mellitus, hipertensión arterial, artritis reumatoide, o problemas genéticos no conocidos, así como exposición a cuadros infecciosos por virus en algún momento.

### ¿Qué hacer como cuidador?

Todo lo anteriormente dicho, mi querido lector, lo puedes encontrar en cualquier página médica de internet que hable del tema, pero en mi experiencia como médico, investigador y también como cuidador que fui en algún momento te doy estas recomendaciones para ti y tu familia.



**No hay curas milagrosas**, es una condición crónica la mejor manera de afrontarla es con conocimiento y templanza.

**Busca tener un grupo de especialistas** como: médicos internistas, neurólogos, psicólogos y psicopedagogos (ellos tienen los conocimientos y nosotros debemos fusionarlo todo).

**Tienes que darte la oportunidad de hacer un duelo sano**, la persona que está a tu lado como paciente perderá sus memorias, pero guarda un lazo contigo (conserva esos bonitos recuerdos).

**La familia no siempre estará de acuerdo**, pero dentro de todos habrá un guía o alguien que funja como líder, no lo deben abandonar, es el comienzo de los problemas.

**Trata de crear espacios como cuidador para descansar o recuperarte**, por favor no veas esto como un castigo.

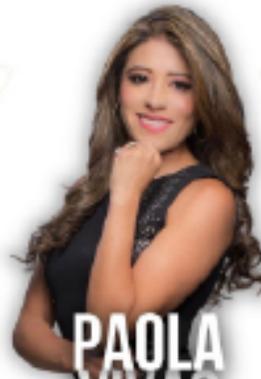
# El III Congreso Mundial de Mujeres Líderes 2023 se celebrará en la universidad de Harvard



**ROSELIN CABRALES**

ORGANIZADORA

"MUJERES CREANDO, IMPULSANDO Y REINVENTANDO EL MUNDO DE LOS NEGOCIOS"



**PAOLA VIVAS**

PRESENTADORA OFICIAL

"MUJERES CREANDO, IMPULSANDO Y REINVENTANDO EL MUNDO DE LOS NEGOCIOS"

Por primera vez se reúnen 40 Mujeres Líderes hispanas, expertas y de renombre para compartir conocimientos en temas empresariales y tecnológicos con especial atención a los 17 objetivos de Desarrollo Sostenible y la Agenda 2030 de las Naciones Unidas. El objetivo principal: inspirar e impulsar el liderazgo femenino.

El evento que se llevará a cabo este próximo 11 de octubre, en la Universidad de Harvard, en el marco del mes de la hispanidad, es organizado por la Escuela Estadounidense de negocios estratégicos Entrelideres, Business Strategy School, liderado por la PhD. Roselin Cabrales.

Roselin Cabrales señaló que es un sueño hecho realidad y que el objetivo es: «mostrar al mundo que los hispanos somos unos líderes que estamos haciendo grandes aportes a la sociedad y que tribunas como esta maravillosa universidad nos abre sus puertas y así poder inspirar a muchos más hispanos a que sigan educándose para que salgan adelante».

La presentación del evento estará a cargo de la reconocida periodista, presentadora de tv y comunicadora, Paola Vivas.

Las lideresas latinas de EEUU, Venezuela, Colombia, República Dominicana, México, Argentina, España y de otras naciones que estarán presentes son:

Marzolyde Medina.  
Julita Barreto.  
Pierangela Marinucci.  
Joimar Verónica Díaz.  
Sara Ibáñez.  
Evelyn Vázquez.  
Clarice Farina.  
Noeliz De Jesús Vásquez.  
Patricia Pedraza Cruz.  
Yulma Hernández.  
Amalia Díaz Enríquez.  
María Alejandra Malaver.  
Ligia Pérez.  
Angélica León.  
Grisell Masso.

Nahil Núñez.  
Marcia García.  
Gabriela Contreras.  
Adriana Corona Gil.  
Ximena Montilla.  
Paola Onzaga.  
Paula Pérez.  
María Camila Pérez.  
Andrea Martínez.  
Marisu Fernández.  
Carla Youngs.  
Andrea Vergara.  
Adriana Cruz.  
Mónica Plaza.

Jannerys Ortiz.  
Karin Rodríguez.  
Marianna Agudello.  
Karen Bruges.  
María Victoria Valencia.  
Paola Vivas.  
Roselin Cabrales.  
Juan Martín Curiman.  
Ana Lucía Calderón.  
Gustavo Nava.  
Genny Barragán.  
Lynette V. García.  
Pedro de la Torre.  
Nilsy Rapallo.

# GLOBAL ACADEMY

Global Academy, es una organización que se dedica a divulgar, formar y acompañar a personas que quieren integrar el Desarrollo Personal en cualquier área de su vida.



Esta organización está formada por un gran equipo de profesionales expertos en Coaching, Mentoring, Comunicación, Formación y Competencias Digitales. Todos ellos liderados por la Dra. Yanira Domínguez, Especialista en Coaching Personal y Liderazgo.

La misión de Global Academy, es crear un movimiento integrado por personas de diferentes países del mundo con un objetivo común: **DESARROLLAR SU POTENCIAL A TRAVÉS DEL COACHING Y LA PNL PARA ALCANZAR UNA MEJOR CALIDAD DE VIDA.**

Nuestra visión es conseguir esa meta, creando espacios seguros de formación para nuestros alumnos. Nos dirigimos a personas que sientan que necesitan evolucionar hacia un estilo de vida de mayor calidad. Personas que se encuentren en un momento de crisis personal, profesional o también aquellas que, estén dispuestas a dar los pasos necesarios hacia la transformación.

Ofrecemos capacitaciones enfocadas en el aprendizaje y desarrollo del Coaching y PNL.

La metodología será online y presencial.

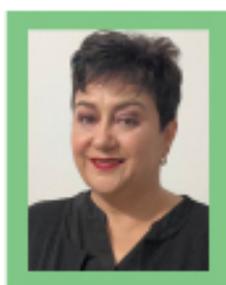
Habrà parte teórica y práctica acompañada de los materiales necesarios para que el alumno cumpla los objetivos.

Un valor diferencial será el acompañamiento de su mentor o coach en diferentes etapas del proceso.

Nuestra **CERTIFICACIÓN ESTRELLA** tiene como **RESULTADO** convertirte en Coach PNL

La hemos creado para una duración de 6 meses y consta de 6 módulos que se dictarán mensualmente:

1. Origen, bases y coaching, y metodología del coaching.
2. Capacidades y éticas del Coach.
3. Procesos comunicativos en el ámbito del coaching. La PNL.
4. Modelos Mentales.
5. Otras corrientes que impulsan la metodología del coaching.
6. Principios del mercadeo del Coaching.



Por: Yanira Domínguez

## ¿Qué obtendrá el participante en esta certificación?

Con esta Certificación tendrás la capacidad de acompañar a otras personas a Desarrollar su Potencial y Transformar su calidad de vida, gracias al cambio de patrones que le impiden ser todo lo que puede ser.

Si sientes que estás listo para renacer como un 'Ave Fénix' y volar todo lo alto que MERECE, ¡este es tu momento!.

# ELLAS ADELANTE

Las mujeres ganaremos espacio con conocimiento, determinación y asumiendo riesgos. Viviendo nuestro propósito en el día a día, siendo visibles desde nuestros valores y apoyándonos entre todas.



Por: Ilena Daza

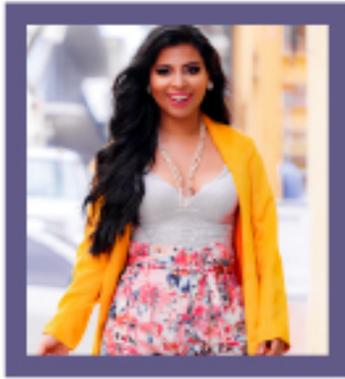


Ellas adelante, una iniciativa de la @oficinamujerbaq y @alitic fue la plataforma para compartir nuestras experiencias con un grupo de mujeres hermosas, valientes, valiosas y con grandes sueños que tocaron nuestro corazón.

Autoliderazgo, comunicación altamente eficaz, visibilidad, proyección e imagen, fueron algunos de los temas que trabajamos en este espacio, entregando herramientas para apoyar a cada una de estas mujeres líderes que tienen como misión de vida impactar a sus comunidades.

Doy especial agradecimiento a Paola Vivas, quien nos acompañó desde la Florida, Estados Unidos, en este encuentro con su profesionalismo, entrega, carisma, generosidad y dando todo su conocimiento desde el amor y propósito superior.

Seguimos con el compromiso de acompañar a nuestro género en su desarrollo, empoderamiento y liderazgo.



# IMAGEN QUE IMPACTA

Por: Kristela Degay

En el camino de la vida, cada uno es una alma única y valiosa del universo. Para quienes viven con TDAH, el viaje puede presentar retos. Desde el amor propio y la conexión con nuestra esencia, descubrimos la importancia de la imagen que proyectamos hacia el mundo.

Tu imagen no se trata solo de cómo te perciben los demás, sino de cómo te ves y aceptas a ti. Amar tu esencia y ser auténtico es la base para construir una imagen estratégica e integral.

La importancia de la imagen para personas con TDAH radica en cómo influye en su día a día. Una imagen segura y confiada mejora la autoestima, disminuye la ansiedad social y fomenta relaciones significativas. Adoptemos acciones que fortalezcan tu imagen desde lo más profundo de tu ser.

1. Autoaceptación y compasión: Abraza tus singularidades y virtudes únicas. Cultiva la compasión hacia ti, tratándote con amabilidad.
2. Autoconocimiento: Conéctate contigo a través de la introspección y la meditación. Conocer te es la piedra angular para gestionar una imagen auténtica y coherente con tus valores y deseos.
3. Cuidado del cuerpo y la mente: Practica ejercicios como yoga y mindfulness para manejar el estrés y cultivar una imagen alineada y en armonía.

## Herramientas para tú autodescubrimiento:

1. Visualización alineada: Proyecta tu mejor versión y cómo quieres ser en el mundo. Refuerza la autoconfianza y determinación en tus objetivos.
2. Estilo consciente: Vístete con prendas que reflejen tu personalidad y te hagan sentir cómodo y seguro. Existen 7 estilos, cada uno con su comunicación arraigada.

## Mejorar tu calidad de vida a través de tu imagen:

1. Espacios inspiradores: Crea un entorno que refleje tu esencia y te motive. Un espacio armonioso potencia la creatividad y enfoque.
2. Comunidad y apoyo: Conecta con otros individuos que también vivan con TDAH. Son un faro de luz en momentos de desafío.



Recuerda que la imagen no es cumplir estándares externos, sino irradiar tu luz interior al mundo. Desde el amor propio, la aceptación de tu autoimagen y esencia, tu imagen se transformará en un reflejo de tu alma vibrante y auténtica. Despliega tus alas con confianza y deja que tu esencia brille en cada rincón del universo, siempre con una estrategia bien llevada.



Kristela Degay Oficial



@kristeladegay



@kristeladegay



@kristeladegay

[www.tuimagenestrategica.com](http://www.tuimagenestrategica.com)



# LIDERAZGO Y COACHING

(ALQUIMIA – QUÍMICA)

Por: Jhon Fredy Trujillo

La alquimia integra el principio de los géneros humanos, por eso se transforma en una relación de individuos libres y con alas propias, desarrollo físico, sexual, emocional, mental y espiritual. Y la química como conjunto innumerable de conocimientos, investigaciones, experiencias y propiedades que transforman.

En ese orden de ideas, INLENET la Red de Liderazgo Integral y Coaching, como organización fundada en el año 2019 nace con la misión de divulgar el liderazgo integral y el coaching de vida y de negocios a toda la comunidad hispanohablante, llevando un servicio lleno de amor, vocación y profesionalismo con nuestros programas de formación en LIDERAZGO INTEGRAL, COACHING PARA PAREJAS, LIFE COACH, COACHING LÍDER PARA LOS NEGOCIOS, LIDERAZGO PARA LA ALTA DIRECCIÓN, LIDER PARAMÉDICO INDUSTRIAL, LIDER EN PREVENCIÓN DE RIESGOS LABORALES, certificaciones internacionales con aval en:

ISO 17024-2012, (certificación de competencias laborales a personas).

INIPAC, el centro inteligente y profesionalización y acreditación laboral.

INACEC, el instituto nacional de certificador de coaching avalada por la ICF.

La National Registry Emergency Medical Technicians (solo para certificaciones en salud médica y riesgos).

Buscamos incrementar en nuestros clientes el completo bienestar y la armonía personal que conllevará a excelente rendimiento profesional para ser más consientes y llevar mejorar su calidad de vida, entorno personal, familiar y laboral.

Ofrecemos una formación organizada y de acciones académicas concertadas de cualquier nivel, tales como, conferencias, reuniones, seminarios, diplomados, cursos, mediante el intercambio de experiencias y conocimientos, de formadores y expertos, recursos didácticos, tecnología y metodología para el estudio a distancia, que permitirá a los participantes interactuar como si estuvieran en un aula presencial, entre ellos y con los tutores.

Nuestro enfoque educativo se basa en la combinación de sesiones teórico-prácticas permanentes que garantiza una integración de la formación completa asegurando un aprendizaje transformacional a través de:

- Sesiones de coaching y liderazgo.
- Formación vivencial. • Cultura de aprendizaje.
- Enfoque personal y profesional. • Aula sincrónica.
- Mentorías grupales.



## Mentorías individuales.

Te ayudamos a lograr tus objetivos, nos encargamos de orientar tus sueños a una posible realidad, cree en ti, esfuérzate, levántate, despierta, fórmate y empieza a vivir lo que siempre quisiste ser, nunca es tarde para empezar, comienza hoy.

# JHON FREDY TRUJILLO

Empresario, Coach  
de Liderazgo integral,  
Conferencista  
Internacional



 inlenet\_yont

 Inlenet Jonfre

 INLENET

[www.redinlenet.com](http://www.redinlenet.com)

## Tú Revista EVOLUCIONANDO PARA EL ÉXITO

**Paola Vivas**

Presidenta de Evolucionando para el Éxito  
Fundadora de la revista Evolucionando para el Éxito

**Sofy Catalina Rosas Durán**

Directora de estilo y contenido de la revista  
Evolucionando para el Éxito

**Diana Paola Vizcaino**

Diseño y Dirección de arte revista  
Evolucionando para el Éxito

COLABORADORES EDICIÓN  
OCTUBRE NOVIEMBRE



Haridán Rodríguez, Ángela Oñoro, Jessica Lockhart  
Ángela Kholer, Sylvia Corea, Dra Laura Graterol, Luis Jiménez  
Yanira Dominguez, Ilena Daza, Jhon Fredy Trujillo, Kristela Degay

### AUSPICIAN:



Follow us on

Instagram

facebook

YouTube



Tú Revista  
EVOLUCIONANDO  
PARA EL ÉXITO

iappynar



@evolucionandoparaelexito.com