

COACHING PLUS

NOV. 2022 / EDICIÓN NRO.2



Venezuela
Chapter

COACHING Y SALUD



COACHING PLUS

MAYO 2022 / EDICIÓN NRO.2

Colaboradores de esta Edición
Maria Becerril, PCC
Aida Falcon de Vargas
Milva Jaspe
Dalia Borregales
Michelle López
Nora Ávila

Junta Directiva ICF Capitulo Venezuela:

Presidente: Carolina Rojas
Vicepresidente: Leyla Suárez
Tesorero: Jim Rincones
Secretaria: Milva Jaspe
Directora de Membresias: Dalia Borregales
Directora de Educación: Mylen Losada, ACC

Correo de Contacto:
conversaciones@icf.com.ve
Redes sociales : IG @icf_venezuela
Linkedin ICF Capítulo Venezuela

*****PUBLICACIÓN VIRTUAL DE DISTRIBUCIÓN GRATUITA****

LOS ARTÍCULOS Y OPINIONES EXPRESADAS POR LOS AUTORES, COLABORADORES Y ENTREVISTADOS SON DE SU EXCLUSIVA RESPONSABILIDAD Y NO REFLEJAN NECESARIAMENTE LOS CRITERIOS DE LA FEDERACIÓN INTERNACIONAL DE COACHING O DEL CAPÍTULO. NOS RESERVAMOS EL DERECHO DE MODIFICACIÓN.



CONTENIDO

COACHING Y SALUD

2

**COACHING DE SALUD:
MAXIMIZANDO EL POTENCIAL
DE VIDA**

3

**EPIGENÉTICA, BIOÉTICA Y
COACHING DE SALUD**

5

SALUD & COACHING

7

**COACHING EN LA SALUD Y LAS
COMPETENCIAS DE LA ICF**

8

**LA CONCIENCIA CORPORAL DEL
COACH**

10

**IMÁGENES NOVENO
ANIVERSARIO ICF VENEZUELA**

12

**NUESTROS PATROCINADORES
ANIVERSARIO ICF VENEZUELA**

13

NUESTROS COLABORADORES

14

Coaching y Salud

ACOMPañANDO EL DESARROLLO DEL POTENCIAL
EN CADA PERSONA

**"La salud es la mayor
posesión. La alegría es el
mayor tesoro. La confianza es
el mayor amigo"
Lao Tzu**



La salud física y emocional es clave para nuestro bienestar. Sin duda, vivir con salud integral es uno de los objetivos vitales de muchas personas.

En esta nueva edición traemos diversas perspectivas de profesionales de salud y el coaching, que nos aportan herramientas, reflexiones y conocimientos para cultivar la salud integral.

Este año, el tema del Día de la Salud de la Organización Mundial de la Salud (OMS) fue «Nuestro planeta, nuestra salud» haciendo un llamado a la atención mundial a la interconexión entre el planeta y nuestra salud, como las personas, las comunidades, los gobiernos y las organizaciones de todo el mundo nos afectamos y la necesidad de ser empáticos con nuestro planeta y nuestra salud.

En ICF Venezuela estamos comprometidos con el desarrollo de proyectos para brindar dentro de nuestras competencias, la información y concientización necesaria para que el acompañamiento profesional del coaching sea una opción cada vez mayor, para contribuir al bienestar personal y colectivo.

Cerramos esta edición con broche de oro, honrando y agradeciendo que cumplimos nueve (9) años como Capítulo, gracias al compromiso y dedicación de nuestros miembros.

¡Vamos por más, juntos con visión de futuro y esperanza!

CAROLINA ROJAS / PRESIDENTE ICF VENEZUELA



COACHING DE SALUD: MAXIMIZANDO EL POTENCIAL DE VIDA

El coaching de salud como profesión emergente ha venido evolucionando y aparece como una nueva tendencia dentro de la promoción y educación en salud, aplicando las técnicas y habilidades del coaching con el fin de lograr el empoderamiento y la participación activa del cliente en su proceso de salud y bienestar.

Para ahondar en este tema entrevistamos a María Becerril, Coach PCC por la International Coach Federation (ICF). Coach de Salud por Wellcoaches. Directora y fundadora de la Escuela de Coaching de Salud, Salutis Healthcare. Lda. en Derecho y Documentalista médico durante más de 10 años en el Sector Farmacéutico. Autora del libro "Contáciate de Salud"



*ENTREVISTA A MARIA BECERRIL
REALIZADA POR DALIA BORREGALES*

1. Qué es un coach de salud?

El Coach de Salud es un agente del cambio, que aplica una metodología, que es la metodología del coaching, para acompañar a su cliente (persona, equipo u organización) desde el lugar en que está ahora con respecto a sus objetivos de salud y bienestar, al lugar donde le gustaría estar.

Desde el coaching de salud se considera a la persona como una totalidad, esto se traduce en que el cliente desea que su vida esté equilibrada, tomando en cuenta todos los aspectos de la misma: las relaciones, el trabajo, la alimentación, el ejercicio, la relación con el propio cuerpo, el yo interior y los hábitos de vida. Una vez que el cliente identifica esas áreas que se encuentran en conflicto, nos enfocamos en cada una de ellas para ayudarle a conseguir el equilibrio. Por lo tanto, un coach de salud acompaña a equilibrar la vida de su cliente para que se adueñe de lo que es su salud y bienestar.

2. ¿Qué es la salud para el Coaching de Salud?

Vamos de la mano de los postulados de la Organización Mundial de la Salud (OMS), que dice que la salud no es solamente la ausencia de afecciones o enfermedades sino un estado de completo bienestar físico, mental y social, y que su cuidado es un proceso de habilitación para que las personas incrementen el control sobre su salud y la mejoren.

Desde el coaching de salud decimos que la salud no es un estado, es el resultado de las decisiones que tomamos día a día. La decisión de levantarte temprano, la decisión de meditar, la decisión de tomar agua en lugar de refrescos de soda, la decisión de elegir alimentos saludables, la decisión de cultivar tus relaciones y no solamente un área, es equilibrar tu trabajo-vida personal, y esas decisiones se traducen en salud y, por lo tanto, en vida, y eso es lo que hacemos en coaching de salud, maximizar el potencial de vida de una persona.

COACHING DE SALUD: MAXIMIZANDO EL POTENCIAL DE VIDA



3. ¿Cuáles son los límites del Coaching de salud con respecto a otras especialidades de salud?

Me gusta hablar más de lo que es el coaching de salud, no de lo que no es. El coaching se ve más desde el punto de vista colaborativo. No es algo que sustituye ni a un médico, ni a una enfermera, ni a un nutricionista, o cualquier otra especialidad de salud o bienestar. El coach no diagnostica, no prescribe, acompaña a que la otra persona pueda conseguir los objetivos que los especialistas le han puesto o que se ha propuesto.

Los límites son internos de lo que uno es, ¿Hasta dónde llego yo como coach? ¿Cuál es mi especialización?, y externos de no intromisión en otras áreas, a través del cumplimiento del código de ética o deontológico del Coach.

4. ¿Cuáles son esas competencias que requiere un coach de salud?

Además de la ética y las competencias básicas de coaching, a la hora de llevar un proceso, grupal o individual de personas que quieren cambiar sus hábitos de salud o bienestar, algunas de las competencias que el coach de salud requiere son:

- Activar a la persona para que descubra sus propios recursos para el cambio, para pasar de una situación pasiva ante un problema de salud o bienestar, a una posición activa y productiva.

- Estar entrenado en el proceso de cambio de hábitos. Ser capaz de trabajar el cambio de creencias limitantes en la salud, que al final son obstáculos para el cliente en el logro de sus objetivos.

- Pasar del "rol del experto" al de coach de salud, más que decirle a su cliente como se hace, ayudarles a descubrir como ellos pueden contribuir a encontrar soluciones ajustadas a sus propios procesos.

- Conocer metamodelos sobre la motivación humana, tanto la extrínseca (cambiar porque me lo ha dicho el especialista) como la motivación intrínseca (cambiar un hábito por el placer de cambiar, superarse, de ser y estar mejor). Esto algunas veces solo requiere comenzar por accionar, el "hacer" que también transforma el "ser"

- Conocer las emociones que trae ese cliente porque son indicadores de cómo está afrontando el proceso, y ofrecen mucha información sobre los cambios que necesita trabajar.

- Vivir personalmente un proceso de coaching de salud, ¿Cómo puede permitirse él mismo cuidar de sí mismo? Porque, nadie puede dar lo que no tiene.

5. ¿Qué beneficios brinda tener un coach de salud a tu lado?

A los clientes les permite descubrir qué está obstaculizando su salud y bienestar, muchas veces no es solo cuestión de no cumplir alguna pauta de salud que te

hayan dado, es darse cuenta que le está bloqueando para no poder hacerlo.

Les ayuda a cambiar hábitos tóxicos a saludables, a cumplir los objetivos que le ha puesto su especialista o que el mismo se ha propuesto, a descubrir el valor de la salud en sus vidas, a crear una nueva versión saludable a través de hacer cosas diferentes según lo que le funciona y escoge la propia persona. Construyen una arqueología mental diferente, unas creencias potenciadoras para cuidarse, en resumen, construyen una nueva identidad y el coach de salud acompaña y favorece todo ese proceso de cambio.

6. ¿Qué herramienta de coaching de salud nos puedes compartir?

Les comparto la Rueda de la Salud, que es una herramienta que permite valorar el nivel de satisfacción que tiene una persona en las 8 categorías descritas: Alimentación, Ejercicio, Entorno, Relaciones, Descanso, Mente, Emocionalidad y Yo interior. Al completarla tendrás un sencillo gráfico que refleja tu situación actual o punto de partida en salud y bienestar para empezar a equilibrarla. Página de la Escuela de Coaching de salud, Salutis Healthcare: <https://coachingdesalud.com/recursos-descargables/>

Los Coaches de Salud acompañan a personas en la consecución de objetivos de salud física, emocional y mental, para prevenir, mediante la promoción de adquisición y mantenimiento de hábitos más saludables, y del rechazo a hábitos nocivos como el tabaquismo, o para afrontar alguna dolencia o enfermedad.

Las enfermedades comunes son el resultado de una combinación de factores como la herencia genética, el estilo de vida y el medio ambiente de la persona.

La epigenética estudia todos aquellos mecanismos no genéticos que, en general, conforman un compendio de mecanismos celulares que permiten explicar por qué somos como somos. Estudia los cambios en la expresión y función del gen por factores ambientales, sin alteraciones en la secuencia del ADN afectando sólo al fenotipo y no al genotipo, pudiendo ser reversibles y heredables. El ambiente podría definirse como «el conjunto de elementos no genéticos (ej. medio en el que vivimos, circunstancias, hábitos, alimentación, etc.), cambiantes, que rodean al individuo, y que junto con el genoma y el proteoma conforman el desarrollo y construcción del ser humano, de su salud, pudiendo determinar la aparición o no de una enfermedad. Es posible que las personas con genes similares contraigan o no una enfermedad. Esto depende del estilo de vida que lleve la persona y el ambiente en el que viven.

Los estados epigenéticos juegan un papel importante en la patogénesis de enfermedades como afecciones cardiovasculares, metabólicas, obesidad, autoinmunes, inflamatorias, cáncer y el proceso de envejecimiento

EPIGENÉTICA, BIOÉTICA Y COACHING EN SALUD

DRA. AIDA FALCÓN DE VARGAS

El coach de salud acompaña en la toma de conciencia y adopción de nuevas herramientas que le permitan manejar diferentes situaciones de salud de forma segura y eficaz y la adopción de decisiones más saludables, así como educar a los clientes sobre temas como la nutrición, el ejercicio o el estrés, sin involucrarse ni suplantar el abordaje médico, u otro profesional de la salud, apoyándolo mientras busca y descubre mejores soluciones y recursos para una vida saludable y referir al profesional con licencia correspondiente cuando haya criterio para ello. Adopta un enfoque integrador y holístico al relacionarse con su cliente como un ser humano de manera integral, conociendo los aspectos físicos, mentales, emocionales y sociales que forman espacio seguro para explorar diversos aspectos relacionados con bienestar, que les permitan una mayor comprensión del significado de la salud. Es un catalizador de ideas y opciones en función de metas.



Aida Falcón de Vargas, es médico genetista, PHD en genética humana y epigenética Clínica de la Universidad de Londres, miembro del comité científico Human Genoma y del Comité de Ética y Bioética de la UNESCO. Coach Organizacional, de salud y neurociencias, miembro de ICF Capítulo Venezuela.



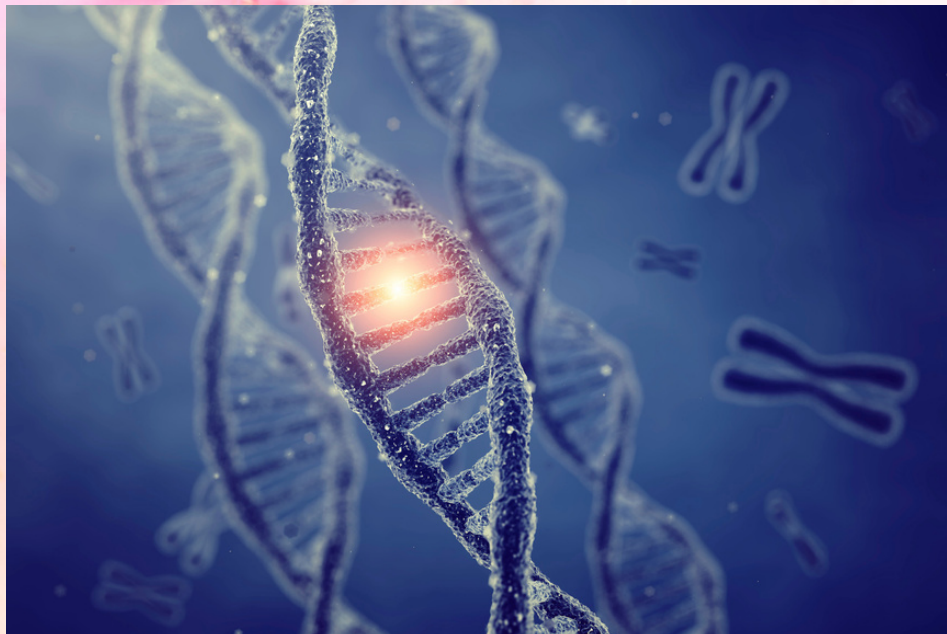
EPIGENETICA, BIOETICA Y COACHING EN SALUD

CONTINUACIÓN.

A través del coaching podemos ayudar a los individuos para que se responsabilicen de su cuerpo y tomen el control de su propia salud y bienestar. Un Coach de Salud puede acompañar a su coachee para que se haga responsable de aquellas influencias ambientales, creencias, estrés, alimentación, que interfieren directamente en su salud y así ayudar en la modulación de los mecanismos de control de la activación - encender o apagar- de genes patológicos. Activa las propias motivaciones del paciente para el cambio de comportamiento y para la adherencia al tratamiento. En este enfoque influyen la escucha activa, preguntas poderosas, trabajar desde las necesidades y problemas sentidos por el cliente, identificar sus creencias y valores, reconocerse su disposición al cambio y motivar a que este cambio ocurra. Es de gran importancia reconocer el alcance beneficioso, curativo en muchos casos, del apoyo emocional, que influye en el modelaje de una expresión genética favorable

Ya tenemos la información necesaria de cómo aplicar el coaching a la epigenética para lograr una mejor versión de ti mismo en relación con el bienestar, solo falta la disposición a llevar a cabo ese aprendizaje a través de la experiencia responsable. El cambio comienza con la acción.

El Coach en Salud debe regir su actuación a los principios contemplados en la Bioética en relación con lo que debe ser o no debe hacerse, en los actos que afectan la vida, favoreciendo el cambio adecuado en los comportamientos y actitudes que obligan a integrantes del equipo de salud a promover una relación coach-cliente saludable, cuya prioridad es ofrecer el El Código de Ética de ICF sirve para preservar globalmente la integridad de ICF y de la profesión de Coach: Establece estándares de conducta consistentes con los valores centrales y principios éticos de ICF. Orienta la reflexión ética, la educación y la toma de decisiones.



Mantendrán estándares de conducta ética que refleje bien al coach individual, así como a la profesión de coaching. mejor servicio a los clientes.

Aplicar la inteligencia emocional al cuidado de la salud es fundamental, y el proceso de coaching de salud lo tiene muy en cuenta cuando proporciona herramientas para que el individuo pueda desarrollar las competencias emocionales que le permiten lograr sus objetivos en relación con su bienestar integral. Los sistemas de salud parecen ignorar el hecho del beneficio económico que tendría la disminución de los gastos destinados a costos médicos. Esto sería significativo si consideraran incorporar las habilidades derivadas de inteligencia emocional en las políticas sanitarias. Más importante aún serían los resultados evidentemente favorables que obtendrían en los pacientes si se gestionaran sus necesidades emocionales de manera inteligente para recuperar su salud integral, fin único y fundamental de la atención en salud.

SALUD & COACHING



MILVA JASPE DIAMOND

Milva Jaspe es Licenciada en Enfermería, Life Coach, Psicolingüística/Psiconeuroinmunología/ Neurociencias., miembro ICF

¿Qué significa tener salud?, según la OMS (Organización Mundial de la Salud), "la salud es un estado de completo bienestar físico, mental y social, y no solamente la ausencia de afecciones o enfermedades." Es interesante distinguir como la vida puede verse afectada de múltiples formas, buscando el equilibrio en esa delgada línea de la salud a la enfermedad y de la enfermedad a la salud, para ello hagamos una revisión de las palabras Salud y Enfermedad desde su etimología: "Salud, es un vocablo latino cuya raíz es "salus", "salutis"; "salud", "salvación", asociado al término romano salvus, "intacto, a salvo", y Enfermedad, proviene del latín "infirmitas", y significa "falta de firmeza (y salud)". Así que estamos enfermos por falta de algo, por falta de salud, porque no estamos intactos, ni a salvo, porque estamos en desequilibrio de la vida.

Ahora vamos a reflexionar estas dos palabras desde su opuesto, porque para que haya falta de algo, tienen que darse ciertas condiciones. Y normalmente esas condiciones están en nuestra mano, en nuestro estilo de vida, en nuestro hacer diario... Si bien hay estrés relacionado con nuestros entornos de trabajo que deben gestionarse, también debemos recordar gestionar el estrés en nuestra vida personal y los conflictos no resueltos. Tanto heredados de nuestro entorno familiar, como los originados en nuestra infancia, como los que vamos acumulando a lo largo de la vida. Aprender a identificar estos conflictos, para manejar situaciones estresantes, es una forma importante de mantenerse saludables y en equilibrio.

Todos somos diferentes, con roles diferentes en nuestra vida cotidiana, y no existe un enfoque único que sea el mejor para mantenerse física, social y mentalmente bien. Por ello es necesario una integración de distintas disciplinas que aporten a una salud integral del ser humano, aquí se integran las disciplinas de la Medicina, Nutrición, Psicología, Enfermería, Epigenética, Bioética, y el Coaching, entre muchas más. Todas con la intención de aportar en el cuidado de nuestro cuerpo, mente y estados emocionales, para ayudarnos a mantenernos en medios saludables, y tener una vida de respeto y auto-respeto, donde el amar esté presente en cada acción diaria, en bienestar y alegría, siendo esta última una emoción que sana y contribuya al equilibrio de las personas.

En este contexto surge un aliado a la vida, el Coaching mediante el acompañamiento del coach profesional de salud, quien guía a la persona a construir un puente entre una situación actual y la situación deseada de salud. Es un proceso en el que la persona pasa de ser un receptor pasivo de información a involucrarse en su propio autocuidado y bienestar.



DRA. MICHELLE LÓPEZ

EL COACHING EN SALUD Y LAS COMPETENCIAS DE LA ICF

Michelle López es médico pediatra, coordinadora docente de post grado de pediatría en Centro Medico Docente La Trinidad, Caracas, Es coach organizacional, coach en salud, Miembro ICF.

La esencia del Coaching en Salud es ayudar a el coachee a comprender mejor su enfermedad o su condición médica, y facilitarle la adquisición de habilidades para convertirse en participantes activos en su propio cuidado, a fin de que puedan alcanzar el estado de salud que desean .

A diferencia de la aproximación tradicional que pretende enseñar al paciente desde lo que el médico considera que debe saber, el coach de salud activa las motivaciones del paciente para el cambio de comportamiento y para la adherencia a su tratamiento desde sus propios recursos. Partiendo de este enfoque podemos ver como **las Competencias de la ICF constituyen un apoyo fundamental para que el Coach de Salud acompañe a su coachee a alcanzar el estado de salud y bienestar que desea .**

1. Respetar las normas éticas y deontológicas. Comprender la ética y la deontología del Coaching y de las relaciones entre el coach, el paciente y los miembros del equipo de salud
2. Establecer el acuerdo de coaching. Comprender lo que requiere la interacción concreta del paciente con su coach de salud
3. Establecer confianza e intimidad con el cliente. Crear un entorno seguro y de confianza para el paciente



EL COACHING EN SALUD Y LAS COMPETENCIAS DE LA ICF



Continuación...

4. Presencia del Coach. Capacidad del coach para mantener el espacio de seguridad para su paciente y hacerle sentir su presencia plena y consciente.
5. Escuchar activamente. Centrarse completamente en lo que dice y lo que no dice el paciente, comprender el significado de sus palabras y de sus estados de ánimo
6. Hacer preguntas poderosas. Capacidad de hacer preguntas que revelan la información necesaria para obtener el máximo beneficio para la relación de Coaching y para el progreso del paciente hacia sus metas.
7. Mantener una comunicación directa. Comunicarse efectivamente durante las sesiones de coaching y utilizar el lenguaje que comprenda el paciente.
8. Crear conciencia. Integrar la información obtenida e interpretarla de forma que ayude al paciente a tomar conciencia de su situación médica para obtener los resultados que desea.

9. Diseñar acciones. Crear oportunidades de aprendizaje y apoyar al paciente para emprender acciones que conduzcan a lograr la mejoría de su condición de salud.
10. Planificar y definir objetivos. Desarrollar y mantener un plan eficaz de Coaching en conjunto con el paciente.
11. Gestionar el progreso y la responsabilidad. Mantener la atención en lo que es importante para el paciente y de lograr que este asuma la responsabilidad de su tratamiento



LA CONCIENCIA CORPORAL DEL COACH

Entrevista a Nora Ávila



Nora Ávila es psicóloga, psicoterapeuta corporal, coach profesional, Directora de FUNDASOMA, miembro ICF.

¿Cuál es la importancia de la conciencia corporal del coach, como recurso para desarrollar presencia, empatía, manejo emocional y límites, en la sesión de coaching?

Partiendo de la premisa de que la conciencia corporal es conciencia de sí mismo, es crucial que el coach reconozca la importancia de considerar que su cuerpo es una fuente inagotable de información, por ser el lugar más accesible y directo donde vive la experiencia de movimientos internos, percibe cambios emocionales que se traducen en sensaciones corporales específicas, siente estados de contracción y distensión, de inquietud y de tranquilidad. Reconocer su mundo interno y su sabiduría

De hecho, se puede asegurar que la conciencia corporal es un sustrato fundamental dentro de la conversación de coaching, ya que, es la base del desarrollo de la presencia del coach, es lo que le permite que, durante el curso de la sesión, pueda estar en el mundo de su cliente, compartiéndolo, sin perder la conciencia de su propio mundo, de su forma de trabajar y de relacionarse.

2. ¿Cómo podemos desarrollar habilidades corporales para regular las propias emociones y el manejar efectivamente la emocionalidad del cliente?

Una de las habilidades clave, para el reconocimiento y regulación emocional es desarrollar la escucha y la observación corporal; el principio que sustenta la práctica de estas habilidades, es que todas las emociones tienen un componente corporal importante y se expresan o se reprimen en el cuerpo. La observación corporal nos permite percibir las posturas y patrones corporales que constituyen el lenguaje no verbal, de como la persona vive y actúa desde el cuerpo, y la escucha corporal nos ayuda a reconocer la relación entre tensiones y estados emocionales, si lo aprendemos a oír, ya que toda relación que sentimos o expresamos tiene su reflejo en el cuerpo.

A. Lowen, el creador de la terapia Bioenergética señala: “no tenemos cuerpo, somos un cuerpo” por tanto, el cuerpo siempre va a estar expresando a través de sus tensiones, dolores, posturas corporales y tonos de voz, lo que esta sintiendo la persona, independientemente de la autoconciencia emocional que tenga la misma.

LA CONCIENCIA CORPORAL DEL COACH

Entrevista a Nora Ávila

Continuación...

Como coaches, podemos desarrollar estas habilidades de escucha y observación corporal explorando nuestro propio cuerpo, observando o indagando que nos esta rebelando la postura, que descubro de mis tensiones corporales.

Esto es un trabajo minucioso, pero que puede aportarnos mucha información, Ejemplo: Con que emoción pudiera asociar mi tensión y peso en mi espalda, o mi rigidez en los hombros etc.

Aprender a atender como y donde se sienten las emociones en el cuerpo nos proporciona una imagen integrada de nosotros mismos, siempre es importante que cuando hagamos estas experiencias se hagan siempre en tiempo presente y registrar lo que descubrimos. Sólo cuando hemos afinado nuestra propia observación y escucha corporal es que podemos acompañar a otros a que lo hagan e incorporarlo a nuestras sesiones de coaching.

3. ¿Qué recomendaciones me ayudan en mi preparación corporal, emocional y mental antes de iniciar una sesión de coaching?

1. Preparar tu ambiente de trabajo y crear un clima de orden y comodidad para ti es fundamental para que puedas recibir a tu cliente.
2. Es necesario estar centrados antes de iniciar nuestra sesión, esto esta directamente relacionado con la efectividad que pueda tener en mi conversación con el cliente
3. Cada persona tiene su propia manera de autorregularse, sin embargo se pueden hacer ejercicios de respiración sobre todo aquellas que tengan la intención de cargar con la inhalación y descargar con la exhalación. Estirar el cuerpo, caminar y si tienes grama puedes descalzarte y caminar sobre el césped.
4. Es importante que tengas posibilidad de autoconciencia y autorregulación emocional una vez que termines una sesión, tener espacio entre sesiones.

4. ¿Qué hábitos son recomendables en la vida diaria para tener una buena gestión emocional?

1. Practicar la escucha y auto observación corporal para comprender y atender tu emocionalidad
2. Hacer ejercicios corporales que faciliten la expresión emocional. Movimientos expresivos acompañados de la voz. Sacudir el cuerpo, golpear o patear cojines, siempre en un ambiente seguro y con precaución de no llegar a extremos de hacerse daño.
3. Ejercicios de tensar y soltar. Aquí es muy importante trabajar con la intención, conectando lo que quieras descargar
4. practicar posiciones de centramiento y arraigo
5. Atenderse con un especialista que trabaje con un enfoque integral cuerpo-mente.



Venezuela
Chapter

9no.
Aniversario

GRACIAS A TODOS LOS ASISTENTES A LAS CELEBRACIONES DE NUESTRO NOVENO ANIVERSARIO EN CARACAS Y BARQUISIMETO EL PASADO 30 DE SEPTIEMBRE.



GRACIAS A NUESTROS PATROCINADORES POR CONFIAR, APOYAR Y CONTRIBUIR A NUESTRO CAPÍTULO Y AL MUNDO DEL COACHING



Gracias a nuestros colaboradores:



Michelle López
@mmml2701



Milva Jaspe
@jaspemilva



Aida Falcón de
Vargas
@aidafalvar



Dalia Borregales
@dborregales



Nora Ávila
@noraavila5



María Becerril
@maria.coachdesalud



Venezuela
Chapter