



REGÁLANOS TUS LÍMITES,
TE DEVOLVEMOS COHERENCIA



En CORENTE® hacemos frente a la creciente problemática del estrés, a través de Entrenamiento, Mentoría y Tecnología HeartMath®, para empoderar a los equipos, personas y comunidades con herramientas prácticas y eficaces, 100% aplicables a la gama de retos que presenta la vida moderna para que logren un estado de bienestar físico, emocional y cognitivo, en el que se desempeñen al máximo.



HeartMath.
Certified Trainer



HeartMath.
Certified Mentor



HeartMath.
Certified Coach

Fundado en 2009 con autorización del HeartMath Institute®, CORENTE nace con la misión social de difundir el Sistema HeartMath® en México. En 2014, obtuvimos la designación Master Distributor - *único en México* - de la Tecnología HeartMath®. En 2017, fuimos acreedores al galardón internacional *Humanitarian Heart Award* por nuestra labor social.

CONTAMOS CON

- Programas Certificados HeartMath®
- Programas CORENTE® 100% basados en el Sistema HeartMath®
- Entrenadores y mentores/coach certificados por HeartMath®

ALGUNOS DE NUESTROS CLIENTES FELICES

- Instituto Estatal de Educación para Adultos de Jalisco (IEEA-INEEJAD)
- Instituto Municipal de las Mujeres en San Pedro Tlaquepaque (IMMT)
- Participación Ciudadana del Municipio de San Pedro Tlaquepaque
- Secretaria de Seguridad Ciudadana de Guadalajara
- Sistema Universitario de Adultos Mayores (SUAM)
- Universidad del Futbol y Ciencias del Deporte
- Grupo OHL Desarrollos / Ciudad Mayakoba
- OPD Hospitales Civiles de Guadalajara
- UdeG, UNAM, ITESO, COMUDE León
- CRIT Occidente (Teletón)



SERVICIOS

Nuestros servicios están basados en la metodología comprobada del Sistema HeartMath®. Esta metodología de alto impacto asegura la continuación de beneficios en el participante y la organización.



ENTRENAMIENTO Y
CAPACITACIÓN



TECNOLOGÍA
EMWAVE®- INNER BALANCE™



MENTORÍA Y
COACHING

TRABAJAMOS CON



- Empresas
- Organizaciones
- Gobierno
- Corporativos
- ONG
- Líderes



- Escuelas
- Universidades
- Equipos de investigación
- Equipos deportivos
- Capacitadores/ Coaches
- Adultos mayores



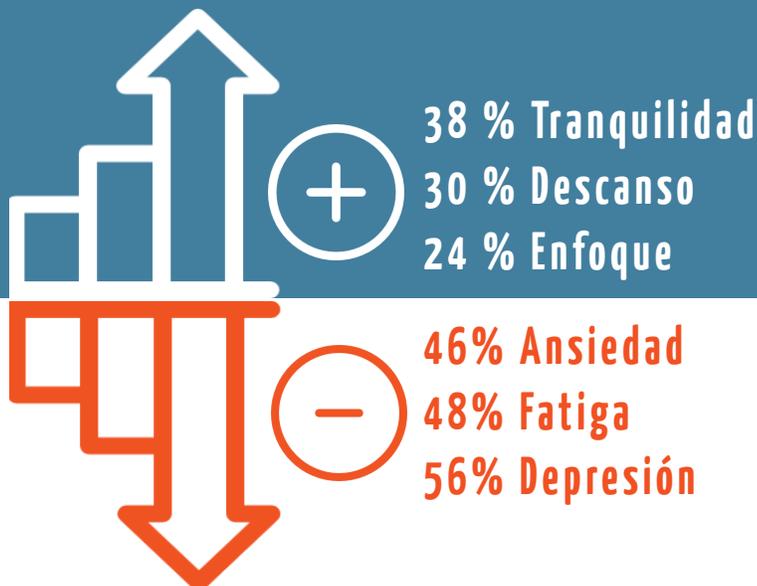
- Hospitales
- Profesionales de salud
- Seguridad pública
- Bomberos
- Protección civil
- Comunidades

ALGUNOS DE LOS MUCHOS BENEFICIOS INTEGRALES

Después de tan solo 6 a 9 semanas de practicar la metodología del Sistema HeartMath®, estudios validados han demostrado mejorías mentales, físicas y emocionales en los participantes.

Aunado a esto, en estudios se ha visto la continuidad exponencial de los beneficios: medidos a las 8 semanas, 6 meses y 1 año de haber implementado el Sistema HeartMath®.

En la gráfica se muestran algunos de los resultados de una serie de estudios realizados con 11,903 participantes, evaluados pre y post, con el psicométrico *Valoración de Calidad Personal y Organizacional - Revisada (POQA-R)*.



MENTAL

Aprendizaje y memoria
Objetividad y eficiencia
Concentración y claridad
Pensamiento divergente
Flexibilidad de raciocinio



EMOCIONAL

Disminución de estrés
Regulación y equilibrio
Tranquilidad y felicidad
Autoestima y confianza
Consciencia e introspección



FÍSICO

Sueño reparador
Energía y resiliencia
Regulación metabólica
Funcionamiento óptimo
Regeneración y vitalidad



LABORAL

Decisiones asertivas
Efectividad y priorización
Proactividad y compromiso
Creatividad y productividad
Menor rotación y ausentismo



EDUCATIVO-DEPORTIVO

Logro de metas
Trabajo en equipo
Tiempo de reacción
Empuje y motivación
Enfoque en objetivos
Rendimiento y estamina



RELACIONAL

Unión y empatía
Ambiente armonioso
Comunicación efectiva
Resolución de problemas
Proactividad y positividad
Menor agresividad y violencia

¿QUIEN ES HEARTMATH®?



Instituto fundado en 1991, creador de un sistema integral -eficiente y efectivo- para transformar el estrés, mejorar el desempeño, y construir resiliencia y bienestar integral

Su ciencia, herramientas y tecnología están basadas en 26 años de investigación



Se encuentra validado por más de 300 estudios independientes

Cuenta con prestigio, presencia y alianzas en más de 100 países, en los 5 continentes



Más de 5 millones de personas disfrutan de los beneficios de integrar el Sistema HeartMath en su vida diaria, en:



Empresas y corporativos



Hospitales y áreas de salud



Escuelas y universidades



Deportivos y equipos



Instituciones y gobierno



Policía, bomberos, milicia

ALGUNOS DE SUS CLIENTES FELICES

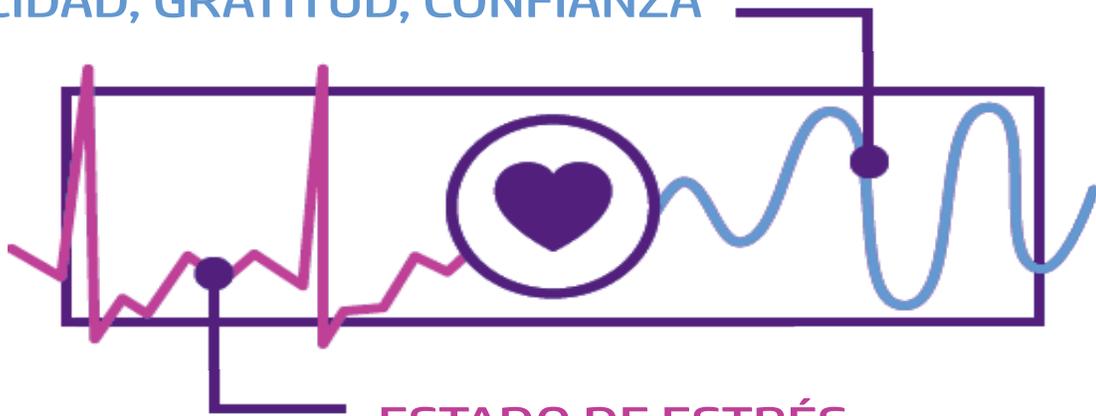


LA CIENCIA DETRÁS DE HEARTMATH®

Desde 1991, HeartMath ha estudiado el impacto de las emociones en nuestra fisiología y desempeño. En 1995, se publicó por primera vez su investigación en el *American Journal of Cardiology*, en donde se mostró cómo las emociones modifican de forma directa nuestros ritmos cardiacos.

- Ritmos cardiacos ondulados y suaves
- Balance y sincronía en nuestro SNA¹
- Estado de eficiencia sistémica y bienestar

ESTADO DE COHERENCIA²: FELICIDAD, GRATITUD, CONFIANZA



ESTADO DE ESTRÉS: FRUSTRACIÓN, ENOJO, TRISTEZA

- Ritmos cardiacos desordenados y caóticos
- Falta de sincronía en nuestro SNA¹
- Estado de emergencia o supervivencia

La metodología del Sistema HeartMath® se enfoca en entrenar a los usuarios para que puedan generar un estado de coherencia, a voluntad, en 1 minuto.

(1)SNA: Sistema Nervioso Autónomo; regula el 90-97% de nuestras funciones fisiológicas automáticas como: presión arterial, respiración, digestión, latido cardíaco, sudoración, etc. Es impactado por nuestras emociones.

(2)COHERENCIA: Estado en donde nuestros sistemas físicos, mentales y emocionales trabajan de forma óptima, en balance y sincronía = ahorro energético, mejor desempeño físico y cognitivo, mayor salud física y emocional, menor estrés y desgaste, mejores comunicaciones, trabajo en equipo y habilidades interpersonales.

TECNOLOGÍA HEARTMATH®



Sistema de Biofeedback



Científicamente validada



Visual y atractiva



Fácil de instalar y usar



Excelente costo-beneficio



Larga durabilidad Actualizable

- 1** Analiza la Variabilidad de Ritmo Cardíaco (VRC), el cual indica cómo los estados emocionales están afectando tu estado físico-mental-emocional-conductual.
- 2** Interpreta en tiempo real y muestra los resultados en sencillas gráficas, calificaciones y colores, amigables y fáciles de comprender.
- 3** Entrena y desarrolla tu habilidad de activar a voluntad el estado de Coherencia, en donde te desempeñas en alta eficiencia fisiológica, balance y bienestar.
- 4** Guarda automáticamente un historial de tus sesiones y resultados.

Para PC y Mac



emWave Pro® **Versión profesional**

- Usuarios ilimitados
- Ideal para profesionales, familias e instituciones



emWave 2® **Dispositivo portátil**

- Batería de litio recargable
- Úsalo por sí solo, o con la computadora



Inner Balance™ **Bluetooth**

- Para Android e iOS
- Recargable, pequeño y ligero



Inner Balance™ **Lightning**

- Para iOS
- Usalo en iPhone, iPad e Ipod Touch

TRANSFORMA TU ESTADO EN SOLO UNOS MINUTOS

-  Conecta el sensor al dispositivo y colócalo sobre el lóbulo de tu oreja.
-  Inicia la sesión y observa tu nivel de balance y sincronización en tiempo real.
-  Practica una herramienta HeartMath y observa las mejoras inmediatas.
-  Finaliza la sesión después de 3 o más minutos.
-  Disfruta de los beneficios inmediatos, y acumulables.



“Como ex-infante de Fuerzas Especiales de la Marina (Navy SEAL), trabajo con la élite de personas de alto rendimiento, incluyendo equipos de la NFL, ejecutivos de Fortune500 y Navy Seals utilizando la tecnología emWave-Inner Balance. Ellos aprenden a autorregular sus emociones, lo que resulta en mejoras significativas en su desempeño”.

- Curt Cronin, Entrenador HeartMath Certificado



“Unos cuantos minutos de práctica diaria han mostrado reducir y prevenir los efectos negativos del estrés, tales como la sobresaturación, fatiga y agotamiento, problemas de sueño, ansiedad y síndrome de burnout”.

- HeartMath



EMPRESAS E INSTITUCIONES

Utilizan la Tecnología HeartMath® para prepararse ante la toma de decisiones, eficientar las juntas y solucionar los problemas de forma asertiva y creativa.



HOSPITALES Y SALUD

Utilizan la Tecnología HeartMath® para disminuir el burnout y la rotación en sus colaboradores, y para acelerar el proceso de sanación de los pacientes.



ESCUELAS Y UNIVERSIDADES

Utilizan la Tecnología HeartMath® para acelerar y hacer más efectivo el proceso de aprendizaje, aumentar el rendimiento académico y prevenir el bullying al mejorar las habilidades socio-emocionales.



DEPORTIVOS Y EQUIPOS

Utilizan la Tecnología HeartMath® para disminuir la ansiedad ante las competencias, fomentar el trabajo en equipo, impulsar el desempeño y rendimiento, prevenir lesiones y acelerar el proceso de sanación.



POLICÍA, BOMBEROS, MILICIA

Utilizan la Tecnología HeartMath® para tomar decisiones asertivas al momento, minimizar el desgaste, prevenir errores y desempeñarse mejor bajo presión: alertas, centrados y con mejor tiempo de respuesta.



COMUNIDADES Y FAMILIAS

Utilizan la Tecnología HeartMath® para fomentar el desarrollo de relaciones saludables, la comunicación sin violencia, el buen trato, y la unidad y colaboración proactiva.

TESTIMONIOS

Definitivamente veo a mi equipo mucho más relajado, enfocado y contento y sobre todo tienen mucha más energía; estamos muy contentos de poder usar estas herramientas cada día. Lo aplicamos ante el estrés o cuando necesitamos ser más objetivos; lo usamos siempre 3 minutos antes de las juntas o cuando vamos a tener una cita con un cliente, y esto nos permite ver los retos y problemas de una forma mucho más objetiva. Es bastante fácil, con unos pocos momentos el estado mental cambia completamente, nos ayuda muchísimo y hay beneficios increíbles. De manera personal me ha ayudado mucho a ser más positivo, a enfocarme, a tener muchos mejores resultados... puedo decir que es parte de mi vida.

-Dimitri, CEO y Fundador de Sumie Ideas



En zero de kínder teníamos un niño que durante todo el año escolar le había hecho bullying a un compañerito y no habíamos tenido éxito en detener este comportamiento. Esto generaba un ambiente de miedo entre los alumnos de este salón. Un día el niño empujó a su compañerito, haciendo que se golpeará en la cabeza y sangrara. En ese punto, tomé el estetoscopio del Kit de Herramientas HeartMath para kínder y le pedí al niño escuchara el corazón de su compañerito, al que había molestado por tanto tiempo. Al hacerlo, dijo con gran asombro, “¡Su corazón es igual que el mío!”. Y esa fue la última vez que agredió a su compañero.

- Patricia, Directora de kínder en Veracruz

En mis 30 años de servicio en el ayuntamiento, siempre acudía a las comunidades para llevar programas preventivos, y dentro de esos 30 años nunca había visto un programa que generara tanto cambio inmediato, mismo que es visible en áreas relacionales, cognitivas, físicas y también emocionales.

- Jacinta, Trabajadora Social, Inst. M. de las Mujeres en S. P. Tlaquepaque



*Algunos testimonios pueden haber sido editados con el fin de que sean más breves y claros. No se ha alterado el contenido ni sentido de las afirmaciones.

CONOCE MÁS EN

www.corente.mx



CORENTE (México)



www.corente.mx/tienda



CORENTE (Zapopan)

www.heartmath.org



CORENTE S.C.

www.heartmath.com



iTransforma a tu equipo!



**(33)3164-0851
(33)3880-8534**



contacto@corente.mx



www.corente.mx