Ayni
Centro de
Salud Integrativa

1ª Jornada de Bienestar Ayni

2026 | *Salud • Ciencia • Comunidad*

Sábado
21 *Nov*
15:00 a 19:00 hrs.

Centro Ayni Requínoa
Camino a Totihue Km 2,2

Charlas
Salud integrativa
Microbiota
Hábitos de vida saludable

Nutrición
Alimentación consciente
para tu salud y energía

Mindfulness
Presencia, respiración, y
bienestar en el día a día

Yoga
Movimiento y
respiración consciente
para tu cuerpo y mente

Dirigido a:
Médicos, terapeutas, y profesionales de la salud

TOCA AQUÍ y reserva tu Ticket:
welcu.com/centro-ayni-requinoa/jornada-de-bienestar-ayni

Más información en un nuestro IG @aynirequinoa
Whatsapp +56 9 2639 0137 | aynirequinoa.cl



Ayni
Centro de
Salud Integrativa

1ª Jornada de Bienestar Ayni

2026 | *Salud • Ciencia • Comunidad*

Programación

15:00 - 15:20	Registro
15:20 - 15:30	Bienvenida
15:30 - 16:00	Yoga
16:00 - 16:20	Medicina del Estilo de Vida: transformando la salud del siglo XXI. | *Dr. Rodrigo Rodríguez*
16:20 - 16:40	Músculo, movimiento y nutrición: la ciencia de envejecer mejor. | *Nut. Camila Díaz*
16:40 - 17:00	Break
17:00 - 17:20	La motivación de cuidarnos: una mirada al autocuidado en profesionales de la salud desde la Terapia Centrada en Compasión (CFT). | *Ps. Marcela Jiménez*
17:20 - 17:40	Obesidad y Medicina del Estilo de Vida: ¿qué funciona realmente? | *Dra. Belén Donoso*
17:40 - 18:20	Eje intestino-cerebro: cómo cuidar nuestra salud desde el diálogo con el microbioma. | *PhD Ismael Palacios-García*
18:20 - 19:00	Sunset + Música en Vivo + Emprendedores

Ayni
Centro de
Salud Integrativa

1ª Jornada de Bienestar Ayni

2026 | *Salud • Ciencia • Comunidad*

Exponen



Ismael Palacios-García, PhD en Neurociencias

@neurogut

Ingeniero en Biotecnología Molecular de la Universidad de Chile y Doctor en Neurociencias de la Pontificia Universidad Católica de Chile. Investigador y divulgador científico, especializado en el estudio del eje cerebro-intestino-microbiota. Su trabajo busca comprender cómo interactúan los microorganismos, el sistema nervioso y los estilos de vida, acercando la evidencia científica a la comprensión y promoción de la salud y el bienestar humano.



Dr. Rodrigo Rodriguez, Médico de Estilo de Vida

@dr.rodriguez_mev

Médico Cirujano de la Pontificia Universidad Católica de Chile y Magíster en Administración de Salud por la misma universidad. Cuenta con formación en Medicina del Estilo de Vida, Microbiota y Medicina Integrativa. Su trabajo integra prevención, hábitos saludables y un abordaje integral de la salud, con interés en llevar la Medicina del Estilo de Vida más allá de la consulta individual, hacia organizaciones, comunidades y entornos educativos.

Ayni
Centro de
Salud Integrativa

1ª Jornada de Bienestar Ayni

2026 | *Salud • Ciencia • Comunidad*

Exponen



Camila Díaz | Nutricionista, Prof. de Vinyasa Yoga

@nutricion_pura_vida

Nutricionista de la Universidad del Bío-Bío, con formación en nutrición integrativa, yoga y bienestar. Su trabajo se centra en el acompañamiento nutricional y la modificación de hábitos, incorporando la alimentación, la actividad física y el contacto con la naturaleza como componentes del cuidado integral de la salud.



Ps. Marcela Jiménez | Psicóloga formada en Terapia Centrada en Compasión y Mindfulness

@marcejimenezf_psicologa

Psicóloga Clínica de la Universidad del Desarrollo, formada en Mindfulness y Terapia Centrada en la Compasión (CFT). Su enfoque integra herramientas de las terapias de tercera generación, la atención plena y el cultivo de la autocompasión para acompañar a las personas en la regulación emocional y el alivio del sufrimiento psicológico.



Dra. Belén Donoso | Médica y Magister en Nutrición y Alimentos

@marcejimenezf_psicologa

Médica Cirujana de la Universidad San Sebastián y Magister en Nutrición y Alimentos de la Universidad de Chile. Cuenta con formación en nutrición humana, nutrición pediátrica y pediatría ambulatoria. Se dedica a la prevención y al manejo integral de la obesidad en niños, adolescentes y adultos, desde un enfoque basado en evidencia, Medicina del Estilo de Vida y atención respetuosa, libre de estigmas asociados al peso.