

Fecha: 27-01-2026  
 Medio: El Mercurio  
 Supl.: El Mercurio - Revista Ya  
 Tipo: Aviso Publicitario  
 Título: **AVISO PUBLICITARIO: ENCUENTROS EL MERCURIO**

Pág.: 2  
 Cm2: 685,5  
 VPE: \$ 9.004.518

Tiraje: 126.654  
 Lectoría: 320.543  
 Favorabilidad: ☐ No Definida

## ENCUENTROS EL MERCURIO



**Nazareth Castellanos y Ricardo Chávez**

### **EL PODER SANADOR DE LA RESPIRACIÓN**

**MIÉRCOLES 28 DE ENERO 18:30 HORAS / ONLINE**

En su más reciente libro, “El puente donde habitan las mariposas”, la neurocientífica Nazareth Castellanos aborda la relación entre el cuerpo y la mente, en la que la respiración es una piedra angular del bienestar. “La respiración es un biomarcador del cerebro y del estado emocional y mental”, dice la investigadora en una conversación con el profesor Ricardo Chávez.

**Nazareth Castellanos:** Licenciada en Física Teórica y doctora en Neurociencia por la Universidad Autónoma de Madrid. Directora de Investigación del Laboratorio Nirakara y de la cátedra extraordinaria de Mindfulness y Ciencias Cognitivas de la Universidad Complutense de Madrid. Autora de “El espejo del cerebro” y “Neurociencia del cuerpo”, entre otros libros.

**Ricardo Chávez:** Profesor de Educación Física de la Universidad de Concepción. Postgrado en Nutrición Deportiva por la Universidad de Barcelona. Diplomado en Neuroeducación y en Envejecimiento, Nutrición y Calidad de Vida. Preparador físico y asesor nutricional. @pollo\_fit en Instagram.

Valores: Socios Club de Lectores \$5.000\*/Público General \$10.000

Suscríbase a Encuentros El Mercurio y Acceda a todos los eventos del mes por \$1000 el primer mes y a partir del 2do mes UF 0,24 mensual.

Venta de entradas y suscripción en +562 27536363, Casa Club Santa María 5542. Compra online y más información en <https://encuentros.elmercurio.com> (El ticket permite ver los Encuentros en vivo o después de la transmisión)

\*Para suscribirse a El Mercurio visite [www.elmercurio.com](http://www.elmercurio.com)