

## **El programa 'Mentoría del Método Terapéutico MART' de la Dra. M<sup>a</sup> Carmen M. Poyato alcanza su ecuador con gran éxito**

**La doctora Mari Carmen Martínez Poyato, autora del libro #1 en ventas 'Muchas emociones, muchas decisiones', dirige esta mentoría online que dio comienzo el pasado 2 de julio. El programa está especialmente enfocado para todas aquellas personas que desean reprogramar su mente para el crecimiento, superación personal, una mejor gestión de las emociones y conseguir un equilibrio en todas las áreas de su vida**

El programa 'Mentoría del Método Terapéutico MART', dirigido por la doctora Mari Carmen Martínez Poyato, ha alcanzado su ecuador obteniendo una gran aceptación. Esta mentoría online, que arrancó el pasado 2 de julio, ha tenido una enorme acogida entre los participantes que asistieron previamente a las conferencias gratuitas que Integra & Activa Tu Mente, plataforma organizadora de este programa, celebró en junio.

La autora del libro Muchas emociones, muchas decisiones, que en mayo llegó a ser número uno en ventas en Amazon, es la creadora de este interesante proyecto. El programa está enfocado hacia el crecimiento y la superación personal, la gestión de bloqueos emocionales y el equilibrio energético.

'Mentoría del Método Terapéutico MART', arrancó con la sesión inicial titulada 'Iniciando el viaje hacia el equilibrio emocional'. El 9 de julio se celebró la segunda, 'Reconociendo y liberando bloqueos energéticos'; el 16 de este mismo mes, la tercera, 'Fortaleciendo la resiliencia emocional'; y el 23, la cuarta, 'Reconfiguración mental'. Cada sesión tiene una duración de 90 minutos y se imparte los martes a partir de las 19 horas.

Tras el parón vacacional de agosto, el programa se reanudará el próximo 3 de septiembre con la celebración de la quinta jornada, 'Integrando cuerpo y mente a través del movimiento'. El 10 de este mismo mes está prevista la sesión 'Sanación emocional profunda y relajación'; y el 17, 'Creando hábitos para el equilibrio energético'. El programa se cerrará el 24 de septiembre con la celebración de la última sesión, que lleva por nombre 'Evaluación y plan de seguimiento'.

Además de estas 8 sesiones grupales, el programa ofrece otras 2 individuales, de 50 minutos de duración, en las que cada uno de los participantes consiguen resolver su caso personal de forma individualizada.

Recursos, herramientas y ayuda complementaria

'Mentoría del Método Terapéutico MART', además, pone a disposición de sus participantes

un grupo privado de WhatsApp en el que pueden volcar sus dudas, obtener un seguimiento y recibir ayuda complementaria con el equipo y la misma doctora Martínez Poyato.

Estos, asimismo, tienen acceso de por vida a un área de miembros donde pueden reproducir las grabaciones de estas sesiones online, así como hacer uso de las tareas y ejercicios prácticos que se adjuntan como material complementario. También tienen a su disposición otras herramientas para reconfigurar la mente y eliminar malos hábitos y creencias limitantes.

A modo de obsequio, la doctora Martínez Poyato, especializada en terapias alternativas, les ofrece la posibilidad de disfrutar de forma gratuita de su libro, Muchas emociones, muchas decisiones. Y los primeros en formalizar su inscripción pudieron tener acceso a un programa complementario de entrenamiento de 21 días, enfocado a aprender a desarrollar nuevos hábitos y a integrar la meditación en sus vidas.

¿En qué consiste el método MART?

El método MART permite a quienes lo aplican disfrutar de un mayor bienestar y calidad de vida, ya que educa en la gestión de las emociones y la estabilización del cuerpo energético.

Este sistema permite identificar emociones lesivas o traumas anclados a vivencias del pasado, así como modificar de manera eficiente y duradera conductas o creencias reiteradas que limitan la vida cotidiana.

De igual manera, se consigue reprogramar conductas y grabar nuevas rutas en la mente subconsciente para establecer coherencia de pensamiento, acción y reacción.

El método MART, asimismo, garantiza una mejora en la autoestima y confianza personal, una notable reducción del estrés y la ansiedad, y aporta claridad mental y enfoque, favoreciendo de este modo la proyección de relaciones personales saludables.

Hasta el momento, esta mentoría creada y dirigida por la doctora Mari Carmen Poyato está obteniendo grandes resultados no solo en cuanto a número de participantes. Se han registrado testimonios personales de entre ellos que aseguran haber experimentado un cambio importante que les ha servido para superar sus problemas ya desde las primeras sesiones. La próxima fecha marcada en el calendario es el próximo 3 de septiembre, cuando arrancará la recta final de este novedoso programa.

**Datos de contacto:**

Álex Mediano

Lioc Editorial

673 034 885

Nota de prensa publicada en: [España](#)

Categorías: [Internacional](#) [Nacional](#) [Medicina](#) [Medicina alternativa](#) [Psicología](#) [Cursos](#) [Webinars](#) [Otras ciencias](#) [Bienestar](#)  
[Servicios médicos](#)

---

**NotasdePrensa**

<https://www.notasdeprensa.es>