

SER O NO SER

en la era del algoritmo

Salud mental y Bien_estar

CATÁLOGO DE SERVICIOS 2026



SUPERAR CENTRO INTEGRAL DE PSICOLOGÍA
Evaluación y Tratamiento Especializado - Prevención Estratégica - Comunidad y Trabajo
en Red - Diseño de vida Consciente

Índice

Cuidar lo humano en la era digital _____	3
Equipo profesional _____	4
Nuestro enfoque institucional _____	5
Salud mental en la vida contemporánea _____	6
Principales desafíos psicológicos y psicosociales en la actualidad _____	8
Servicios Profesionales _____	14
Servicios de Evaluación _____	14
Tratamientos Psicológicos _____	16
Servicios de Psicoeducación y Prevención _____	18
Servicios en Alianza Estratégica _____	19
Terapia Grupal para tratamiento de Ansiedad y Depresión en alianza con Grulla de Papel _____	20
Programas de Atención Plena y Regulación Emocional en alianza con la Escuela de Atención Plena - EAP _____	21
Procesos de Arteterapia y Expresión Simbólica en alianza con CREATETE _____	22
Programa para el Desarrollo Organizacional y Liderazgo en alianza con EGD - Excelencia, Grandeza y Desarrollo _____	23
Programa para la experiencia plena y consciente en la era de la hiperconexión. En alianza con la Fundación Levanta la Mirada _____	24
Sistemas integrales SUPERAR _____	25
Sistema Integral de Convivencia Escolar _____	27
Sistema Integral de Cuidado y Salud Mental en la Era Digital _____	27
Sistema de Cuidado Integral para la Depresión, el Estrés Crónico y el Burnout _____	27
Sistema de Psicoeducación en Urgencias y Riesgo Psicológico _____	28
Sistema Integral para Prevención y Acompañamiento en Trastornos de la Conducta Alimentaria _____	28
Sistema Integral de Crianza Consciente y Vínculo Temprano _____	29
Nuestros aliados _____	30
Impacto del modelo _____	40
Cómo acceder a nuestros servicios _____	41
Contacto _____	42

Cuidar lo humano en la era digital



La salud mental constituye la base del desarrollo humano en todas sus dimensiones: personal, familiar, educativa, organizacional y comunitaria.

De ella depende la capacidad de cada persona para pensar con claridad, construir sentido y tomar decisiones responsables; la estabilidad de las familias; la calidad del aprendizaje en la escuela; el liderazgo consciente en las organizaciones; y la convivencia respetuosa en la comunidad. Cuando la salud mental se fortalece, se consolidan vínculos sólidos, se amplía la capacidad de discernimiento y se sostiene un desarrollo equilibrado en los distintos sistemas donde transcurre la vida.

La época actual, caracterizada por la aceleración, la hiperconectividad y la exposición digital permanente, configura nuevas dinámicas en la construcción de identidad, en la toma de decisiones y en la manera en que las personas se relacionan consigo mismas y con los demás. Estos cambios requieren mayor conciencia, criterio y responsabilidad individual e institucional.

Cuidar la salud mental representa hoy una decisión estratégica para el bienestar presente y el desarrollo futuro.

En SUPERAR acompañamos procesos individuales e institucionales mediante un modelo integral que articula evaluación rigurosa, intervención especializada y prevención estructurada, ajustadas a cada etapa del desarrollo y a los desafíos emocionales contemporáneos.

Equipo profesional y red especializada



SUPERAR es un Centro Integral de Psicología fundado en 1987. A lo largo de su trayectoria ha acompañado las transformaciones sociales y culturales de cada época, consolidando una práctica clínica rigurosa y una mirada integral sobre el desarrollo y el bienestar humano.

Está conformado por un equipo interdisciplinario de profesionales comprometidos con el ejercicio ético, la formación continua y la toma de decisiones fundamentadas en evidencia científica. Su experiencia se ha construido acompañando procesos personales e institucionales en los ámbitos familiar, educativo, organizacional y comunitario.

Integra profundidad clínica, prevención estructurada y trabajo grupal como dimensiones complementarias del cuidado en salud mental, con criterios claros de evaluación, intervención y seguimiento profesional.

Su labor se fortalece mediante el trabajo en red y alianzas estratégicas que amplían el alcance especializado, elevan el estándar técnico y garantizan coherencia en cada proceso.

En SUPERAR sostenemos una convicción: la salud mental requiere ciencia, ética y responsabilidad compartida. Acompañamos con criterio profesional, fortaleciendo autonomía, discernimiento y desarrollo sostenido a lo largo de las distintas etapas de la vida.



Toda institución es un sistema humano en funcionamiento. Un espacio donde las personas aprenden, trabajan, lideran, toman decisiones y atraviesan distintas etapas del desarrollo dentro de un contexto social y digital que influye de manera constante en su equilibrio emocional.

El rendimiento, el aprendizaje, el liderazgo, la convivencia y el clima organizacional están directamente vinculados con la salud mental, la capacidad de autorregulación y la calidad de los vínculos.

Intervenimos en contextos educativos, empresariales y comunitarios mediante procesos presenciales y virtuales que priorizan la experiencia humana, la claridad conceptual y la construcción de sentido compartido. La información por sí sola no transforma; los cambios sostenibles requieren conciencia, implicación activa y herramientas aplicables a la realidad cotidiana.

Diseñamos intervenciones estructuradas que integran evaluación diagnóstica, acompañamiento clínico, formación especializada y psicoeducación estratégica, ajustadas a la cultura institucional, la etapa evolutiva de sus miembros y los desafíos propios de la era digital.

Nuestro trabajo fortalece a las personas y consolida sistemas más conscientes, responsables y sostenibles.

Nuestro enfoque institucional

Salud mental en la vida contemporánea



La salud mental en la actualidad no puede analizarse únicamente desde la aparición de síntomas individuales. Está inscrita en una transformación más amplia de la cultura, donde la tecnología digital, la aceleración y la lógica del rendimiento han modificado la experiencia subjetiva.

Vivimos en un entorno donde los algoritmos organizan gran parte de la información que consumimos, anticipan preferencias y orientan decisiones. La vida cotidiana se encuentra mediada por sistemas que optimizan la inmediatez y reducen el tiempo de espera. Esta estructura tecnológica no es simplemente un instrumento externo; influye en la forma en

que se construye la percepción, la atención y el juicio.

La atención, que constituye un recurso psíquico fundamental, se encuentra permanentemente solicitada. La fragmentación no es accidental: responde a dinámicas diseñadas para captar y retener foco. Como consecuencia, se debilita la experiencia de continuidad, reflexión y elaboración simbólica. La reacción inmediata gana terreno frente a la deliberación.

Al mismo tiempo, la cultura contemporánea ha desplazado las antiguas formas de autoridad hacia un mandato interno de rendimiento. La exigencia ya no proviene exclusivamente del exterior; se interioriza. La persona se convierte en gestora de sí misma, responsable constante de optimizar desempeño, productividad e imagen. Este modelo favorece estados persistentes de autoexigencia, comparación y evaluación continua.

En este contexto, la ansiedad se presenta como expresión de una subjetividad sometida a estímulo permanente y expectativa constante.



No siempre surge de un acontecimiento específico, sino de una estructura de presión sostenida. La depresión, por su parte, puede manifestarse como agotamiento, pérdida de sentido o sensación de insuficiencia frente a ideales inalcanzables.

La dimensión simbólica, aquella que permite otorgar significado, elaborar conflicto y tramitar la experiencia, encuentra menos espacios de pausa. Cuando el lenguaje se vuelve inmediato y reactivo, y la validación depende de métricas visibles, se dificulta el proceso interno de construcción de identidad.

En niños y adolescentes, este escenario tiene especial impacto. La construcción del yo ocurre en un espacio donde la mirada del otro está amplificada y cuantificada. La comparación deja de ser episódica para volverse estructural. Esto no determina patología, pero sí incrementa vulnerabilidades si no existen referentes adultos y marcos institucionales claros.

En las instituciones educativas y empresariales, estas dinámicas se traducen en aumento de desgaste emocional, conflictos

vinculares más intensos, dificultad para sostener atención prolongada y debilitamiento del sentido colectivo. La salud mental deja de ser un asunto privado para convertirse en una variable organizacional.

No se trata de afirmar que la tecnología o la modernidad generen inevitablemente malestar. Se trata de reconocer que configuran un entorno que privilegia velocidad, exposición y rendimiento, mientras reduce espacios de silencio, espera y elaboración.

La problemática actual de la salud mental radica precisamente en esta tensión: una subjetividad que requiere tiempo, simbolización y vínculo, situada en un contexto que prioriza inmediatez, optimización y visibilidad.

Cuidar la salud mental en la vida contemporánea implica entonces restaurar condiciones para la reflexión, fortalecer la capacidad de autorregulación y sostener marcos institucionales que protejan la dignidad del vínculo humano en medio de la aceleración tecnológica.

Principales desafíos psicológicos y psicosociales en la actualidad

Tendencias globales y expresión contemporánea

En la última década, y con mayor visibilidad tras la pandemia por COVID-19, los informes de la Organización Mundial de la Salud (OMS), la OCDE y diversos estudios epidemiológicos internacionales han señalado un incremento significativo en los trastornos de ansiedad, depresión, estrés crónico y riesgo suicida, especialmente en población joven. Asimismo, múltiples indicadores globales muestran un deterioro sostenido del bienestar subjetivo y un aumento en la demanda de atención en salud mental.

Estos datos no describen fenómenos aislados ni coyunturales. Reflejan una transformación estructural en las condiciones sociales, económicas y tecnológicas en las que se desarrolla la vida contemporánea. El impacto acumulativo de la hiperconectividad, la presión por rendimiento, la exposición constante y la aceleración del entorno digital ha modificado los patrones de atención, regulación emocional y vinculación social.

Los desafíos actuales no pueden comprenderse únicamente como vulnerabilidades individuales. Se insertan en un contexto global caracterizado por alta exigencia competitiva, incertidumbre económica, intensificación del trabajo cognitivo y transformación de las dinámicas familiares e institucionales.



Incremento global de ansiedad y estados de alerta persistente

La OMS reconoce los trastornos de ansiedad como una de las condiciones más prevalentes a nivel mundial. Estudios recientes muestran incrementos significativos en síntomas ansiosos tras la pandemia, particularmente en adolescentes y adultos jóvenes.

Más allá del diagnóstico clínico formal, se observa un aumento de estados de hiperactivación sostenida: preocupación constante, dificultad para desconexión psicológica, irritabilidad y alteraciones del sueño. Cuando el estado de alerta se cronifica, disminuye la capacidad de deliberación reflexiva y aumentan respuestas impulsivas o defensivas, afectando tanto el funcionamiento individual como el clima institucional.

Depresión y deterioro del bienestar subjetivo

La depresión continúa siendo una de las principales causas de discapacidad global según el Global Burden of Disease. Sin embargo, junto a los cuadros clínicos diagnosticados, se registra un deterioro más amplio del bienestar subjetivo: pérdida de motivación, desconexión emocional y disminución del sentido de propósito.

En contextos marcados por evaluación constante y estándares de rendimiento elevados, la experiencia de insuficiencia puede intensificarse. La depresión contemporánea con frecuencia se presenta como agotamiento, apatía o dificultad para proyectarse hacia el futuro, afectando la participación en la vida familiar, educativa y laboral.



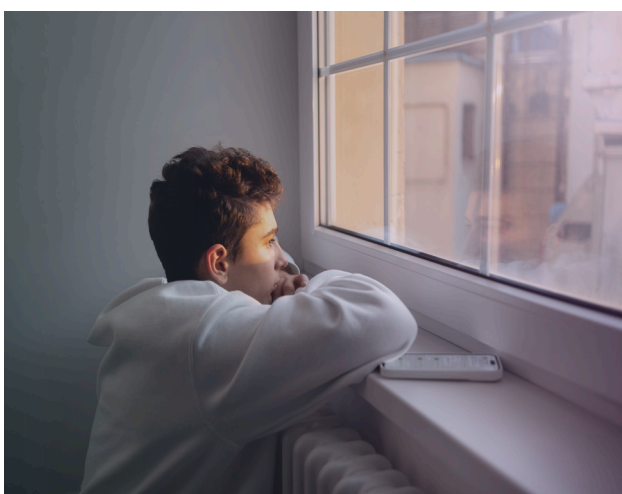
Estrés crónico y síndrome de burnout

El burnout fue reconocido por la OMS como fenómeno ocupacional vinculado al estrés laboral crónico no gestionado adecuadamente. Informes internacionales indican un aumento de agotamiento emocional en distintos sectores, especialmente en profesionales de educación, salud y liderazgo organizacional.

El estrés crónico no se limita al ámbito laboral formal. La intensificación de demandas académicas, familiares y sociales, junto con la difuminación de límites entre trabajo y vida personal, ha incrementado la sobrecarga emocional y cognitiva.



Soledad, fragmentación social y debilitamiento vincular



Estudios globales han alertado sobre el aumento de la soledad percibida, particularmente en jóvenes y adultos mayores. La fragmentación social y la polarización dificultan la construcción de acuerdos y la cohesión comunitaria.

La evidencia internacional muestra que la calidad de las redes de apoyo constituye un factor protector clave frente a trastornos mentales. El deterioro vincular incrementa vulnerabilidad psicológica y afecta estabilidad institucional.

Fragmentación atencional y sobrecarga cognitiva



Investigaciones en neurociencia cognitiva y psicología educativa han señalado el impacto de la multitarea digital y la exposición continua a estímulos en funciones ejecutivas y memoria de trabajo. La reducción de la atención sostenida afecta procesos de aprendizaje profundo, toma de decisiones complejas y pensamiento crítico.

En entornos educativos y empresariales, esta fragmentación repercute directamente en desempeño y calidad de resultados.

Entorno digital, identidad y salud mental juvenil

UNICEF y diversos organismos internacionales han advertido sobre el impacto del entorno digital en la salud mental de niños y adolescentes. La exposición constante a comparación social puede influir en la autoimagen, autoestima y percepción de valor personal.

Se han reportado incrementos en insatisfacción corporal y conductas asociadas a riesgo digital, como ciberacoso y coerción en línea, lo que exige alfabetización digital y marcos institucionales claros de prevención.



Conductas de afrontamiento y dinámicas adictivas

La literatura internacional sobre adicciones conductuales ha documentado el aumento del uso problemático de tecnología, así como otras conductas de regulación inmediata. La gratificación instantánea puede reforzar patrones de evitación y dependencia, particularmente en contextos de estrés sostenido.



Crisis psicológicas y riesgo suicida



Diversos países han reportado incrementos en intentos suicidas en población joven. La OMS identifica el suicidio como una de las principales causas de muerte en adolescentes y adultos jóvenes a nivel mundial.

Las crisis emocionales requieren evaluación profesional oportuna, protocolos institucionales claros y capacitación en detección temprana. La intervención precoz constituye un factor protector esencial.

Trastornos de la Conducta Alimentaria



Estudios internacionales han documentado variaciones en prevalencia y edad de inicio de TCA en los últimos años. Estos cuadros clínicos complejos requieren diagnóstico especializado y abordaje estructurado, particularmente en contextos culturales que intensifican presión estética y control corporal.

Necesidades neuropsicológicas y aumento de consultas

El incremento en consultas por dificultades atencionales y ejecutivas se observa a nivel global. La evaluación rigurosa permite diferenciar entre variabilidad evolutiva, impacto ambiental y trastornos neuropsicológicos específicos, evitando tanto sobrediagnóstico como subestimación.



Servicios Profesionales

SUPERAR ofrece servicios profesionales en salud mental dirigidos a personas, familias, instituciones educativas, organizaciones y comunidades.

Nuestro modelo integra evaluación clínica, tratamiento psicológico y psicoeducación estructurada, aplicados de manera coherente según la necesidad y el contexto. Cada intervención se desarrolla con criterios éticos, planificación profesional y seguimiento sistemático.

1. Servicios de Evaluación

La evaluación psicológica es un proceso clínico estructurado que permite obtener una comprensión comprensiva del funcionamiento emocional, cognitivo y relacional de una persona o sistema.

Se desarrolla mediante entrevista clínica, aplicación de instrumentos psicológicos validados y análisis profesional integrado.



Tamizaje en Salud Mental

Proceso breve de detección temprana orientado a identificar indicadores de ansiedad, sintomatología depresiva, estrés y riesgo emocional. Puede aplicarse de forma individual o colectiva en contextos clínicos, educativos u organizacionales.

Evaluación Psicológica Clínica

Valoración estructurada del estado de ánimo, rasgos de personalidad y funcionamiento emocional general.

Se utiliza para orientar procesos terapéuticos o decisiones clínicas.

Evaluación Integral

Integra evaluación psicológica clínica y valoración cognitiva o neuropsicológica según edad y necesidad.

Se aplica en casos que requieren una comprensión más amplia del desarrollo, aprendizaje o funcionamiento ejecutivo.

Evaluación Vocacional Integral

Integra evaluación clínica, perfil cognitivo y análisis de intereses vocacionales.

Incluye exploración de proyecto de vida y orientación académica o profesional.

Evaluaciones Vinculares

Valoración estructurada de dinámicas de pareja o familiares, centrada en comunicación, roles, afectividad y organización relacional.

Evaluaciones Institucionales

Procesos dirigidos a escuelas, empresas u organizaciones para valorar:

- Clima institucional
- Riesgos psicosociales
- Dinámicas de convivencia
- Factores de estrés organizacional

2. Tratamiento Psicológico

Los tratamientos psicológicos se desarrollan bajo modelos clínicos estructurados, con objetivos terapéuticos definidos y seguimiento profesional.

Psicoterapia Individual

Proceso terapéutico orientado al tratamiento de trastornos emocionales, problemas adaptativos y crisis personales.



Terapia de Pareja

Intervención dirigida a la dinámica relacional, comunicación y acuerdos vinculares.

Terapia Familiar

Tratamiento centrado en la reorganización de dinámicas familiares, roles y comunicación.



Programas Terapéuticos para

Intervenciones estructuradas para el abordaje del agotamiento emocional asociado al contexto laboral.



Intervenciones Grupales Clínicas

Programas terapéuticos estructurados en modalidad grupal, con objetivos definidos y seguimiento profesional.



Intervención Psicológica en Crisis

Atención especializada para situaciones agudas que requieren estabilización emocional y evaluación de riesgo.



3. Servicios de Psicoeducación y Prevención

Intervenciones estructuradas orientadas a fortalecer conocimientos, habilidades emocionales y criterios de cuidado en salud mental.

Se aplica en contextos individuales e institucionales como estrategia de promoción y prevención.

Puede desarrollarse en modalidad:

- Individual complementaria al tratamiento
- Talleres grupales
- Programas formativos escolares
- Formación organizacional
- Espacios comunitarios

Áreas de aplicación:

- Salud mental y bienestar emocional
- Estrés y prevención de burnout
- Ansiedad y depresión
- Prevención de violencia y acoso
- Salud digital y uso responsable de tecnología
- Habilidades socioemocionales
- Comunicación y manejo de conflictos
- Primeros auxilios psicológicos

Servicios en Alianza Estratégica

SUPERAR articula su modelo integral con instituciones especializadas que aportan experiencia técnica, formación específica y metodologías complementarias.

Estas alianzas amplían la capacidad de intervención, fortalecen la calidad técnica y permiten ofrecer programas estructurados en distintos contextos.

Programa estructurado de intervención grupal orientado a personas que presentan sintomatología ansiosa y/o depresiva.

El programa integra técnicas basadas en evidencia, psicoeducación y entrenamiento en regulación emocional. Se fundamenta en modelos cognitivo-conductuales y estrategias de prevención de recaídas, considerando que ambas condiciones suelen presentarse de manera comórbida y comparten factores de mantenimiento.

Alcance del programa

- Diseño técnico del programa.
- 8 sesiones presenciales de 90 minutos.
- Material psicoeducativo digital.
- Evaluación inicial y final mediante instrumentos estandarizados.
- Retroalimentación individual escrita para cada participante.

La articulación permite ampliar la oferta de intervención grupal estructurada, con seguimiento y medición de resultados.

1. Terapia Grupal para tratamiento de Ansiedad y Depresión

En alianza con Grulla de Papel



2. Programas de Atención Plena y Regulación Emocional

En alianza con Escuela de Atención Plena – EAP (España)

Programas formativos virtuales y experienciales desarrollados por la Escuela de Atención Plena (EAP), orientados al fortalecimiento de la atención, la regulación emocional y la autonomía atencional en contextos de alta exigencia y fragmentación cognitiva.

La EAP es una institución en España, dedicada a la enseñanza de prácticas contemplativas aplicadas a la vida cotidiana, educativa y organizacional.

Líneas de trabajo articuladas:

- Programas estructurados de atención plena (mindfulness).
- Entrenamiento en regulación emocional y reducción de la reactividad.
- Desarrollo de foco atencional y toma de decisiones consciente.
- Prevención de desgaste cognitivo y fatiga digital.
- Integración de prácticas contemplativas en contextos escolares y empresariales.

La alianza permite articular profundidad formativa con aplicación práctica en entornos contemporáneos.

3. Procesos de Arteterapia y Expresión Simbólica

En alianza con CreArte

CreArte aporta un enfoque especializado en arteterapia y procesos creativos aplicados a la salud emocional.

La articulación permite integrar lenguajes simbólicos y metodologías expresivas en intervenciones individuales, grupales y comunitarias.

Líneas de intervención:

- Arteterapia individual y grupal.
- Procesos de expresión simbólica y creatividad emocional.
- Intervenciones con niños, adolescentes, adultos y equipos de trabajo.
- Dinámicas grupales orientadas a cohesión y elaboración emocional.

El Libro del Artista

El Libro del Artista se plantea como una herramienta transversal de creación y acompañamiento emocional con enfoque intergeneracional.

A través de pintura, collage, bordado, estampación, escritura, dibujo y fotografía, cada participante construye una narrativa visual y textual que facilita procesos de autoconocimiento y resignificación.

El enfoque metodológico integra:

- Fundamentos de la arteterapia contemporánea.
- Aportes de la psicología clínica.
- Herramientas de regulación emocional y atención plena.
- Enfoques narrativos.
- Dinámicas grupales basadas en escucha empática y acompañamiento respetuoso.

El proceso prioriza la experiencia significativa sobre el resultado estético, promoviendo elaboración simbólica y construcción de sentido.

4. Programa para el Desarrollo Organizacional y Liderazgo

En alianza con EGD – Excelencia, Grandeza y Desarrollo

EGD es una firma especializada en gestión integral del talento humano, con más de 30 años de experiencia en capacitación, coaching y consultoría organizacional.

Su enfoque integra herramientas de psicología organizacional, coaching, neurociencias y metodologías contemporáneas de aprendizaje.

Líneas de trabajo articuladas:

- **Capacitación y formación empresarial:** diseño e implementación de programas formativos personalizados enfocados en liderazgo, trabajo en equipo, comunicación, desarrollo de competencias y fortalecimiento de la cultura organizacional.
- **Coaching ejecutivo y de equipos:** procesos de acompañamiento individual y grupal orientados a potenciar el desempeño, fortalecer habilidades directivas y mejorar la efectividad organizacional.
- **Consultoría en Talento Humano y Desarrollo Organizacional:** asesoría estratégica en gestión del talento, alineación cultural, mejora del clima laboral y optimización de procesos organizacionales.
- **Intervenciones integrales basadas en metodologías especializadas:** aplicación de herramientas de Psicología Organizacional, Coaching, Programación Neuro-lingüística, Neurociencias, metodologías modernas de aprendizaje y prácticas de gestión estratégica, garantizando procesos medibles y orientados a resultados.

La articulación permite integrar bienestar psicológico con transformación institucional, ampliando el impacto del modelo integral en estructuras empresariales.

5. Programa para la experiencia plena y consciente en la era de la hiperconexión

En alianza con Fundación Levanta la Mirada

La Fundación Levanta la Mirada desarrolla experiencias formativas y espacios de reflexión orientados a promover presencia, conciencia y calidad relacional en contextos educativos, familiares y organizacionales.

Líneas de trabajo articuladas:

- Conciertos–conferencia y charlas experienciales que integran música y reflexión para fortalecer presencia y salud mental.
- Programas formativos para familias y educadores sobre vínculos sanos y uso consciente de la tecnología.
- Encuentros artísticos para adolescentes enfocados en autenticidad y regulación emocional.
- Experiencias corporativas de bienestar y liderazgo consciente.

SISTEMAS INTEGRALES SUPERAR

Infraestructura Estratégica de Salud Mental y Desarrollo Humano

Las organizaciones y las familias que sostienen el futuro comparten una convicción: el bienestar no es accesorio, es estructural.

En una época caracterizada por aceleración constante, hiperconectividad, presión por resultados y creciente complejidad relacional, la salud mental se ha convertido en un factor crítico de sostenibilidad. No solo impacta a la persona; impacta la calidad del liderazgo, la estabilidad de los equipos, la convivencia escolar, la cohesión familiar y la resiliencia comunitaria.

SUPERAR desarrolla Sistemas Integrales de Salud Mental como una infraestructura estratégica que fortalece el funcionamiento humano desde su base.

Son modelos estructurados que integran diagnóstico, intervención especializada, formación experiencial y consolidación cultural.

Son procesos sostenidos que generan estabilidad, criterio y capacidad de adaptación en entornos cambiantes.

Son decisiones estratégicas orientadas a fortalecer vínculos, sostener procesos de crecimiento y prevenir crisis.



Componentes Transversales de Todos los Sistemas

Cada Sistema Integral incorpora procesos consistentes que garantizan coherencia y profundidad:

- Evaluación diagnóstica estructurada.
- Intervención psicológica individual y grupal.
- Psicoeducación aplicada y diseño de protocolos.
- Talleres experienciales orientados a liderazgo y cohesión.
- Creatividad y espacios de arte como herramienta técnica de integración emocional.
- Desarrollo de atención consciente y discernimiento estratégico.
- Seguimiento y consolidación de cultura organizacional y familiar del cuidado.



A partir del análisis de las necesidades predominantes en la actualidad, SUPERAR implementa los siguientes sistemas estratégicos:

1. Sistema Integral de Convivencia Escolar

Fortalece la cultura educativa desde la prevención estructurada del bullying hasta la consolidación de liderazgo docente y familiar.

Impacto esperado:

- Mejora del clima escolar.
- Reducción de conflictos estructurales.
- Aumento de seguridad y confianza institucional.

3. Sistema de Cuidado Integral para la Depresión, el Estrés Crónico y el Burnout

Previene y aborda desgaste emocional en contextos familiares, educativos y organizacionales.

Impacto esperado:

- Reducción de sintomatología asociada a estrés crónico.
- Mejora del clima laboral y familiar.
- Incremento de estabilidad emocional y rendimiento sostenible.

2. Sistema Integral de Cuidado y Salud Mental en la Era Digital

Aborda de manera integral los riesgos asociados a hiperconectividad en niños, adolescentes y adultos.

Impacto esperado:

- Disminución de riesgos digitales.
- Desarrollo de uso consciente de tecnología.
- Fortalecimiento de criterios internos frente a sobreexposición.



4. Sistema de Psicoeducación en Urgencias y Riesgo Psicológico

Prepara a familias e instituciones para actuar con claridad ante situaciones críticas.

Impacto esperado:

- Detección temprana de señales de riesgo.
- Protocolos institucionales robustos.
- Mayor capacidad de respuesta organizada.



5. Sistema Integral para Prevención y Acompañamiento en Trastornos de la Conducta Alimentaria

Integra detección temprana, intervención especializada y fortalecimiento institucional.

Impacto esperado:

- Prevención de progresión de TCA.
- Mayor preparación institucional.
- Protección del desarrollo integral de niños, adolescentes y jóvenes.



6. Sistema Integral de Crianza Consciente y Vínculo Temprano

Fundamentos sólidos para el desarrollo emocional desde los primeros años

Los primeros años de vida constituyen la base del desarrollo emocional, cognitivo y relacional. La calidad del vínculo temprano influye de manera directa en la autorregulación, la seguridad afectiva, la autoestima y la capacidad futura de aprendizaje.

Este sistema está dirigido a familias, centros infantiles y guarderías empresariales que reconocen que la crianza no es improvisación, sino construcción consciente.

Integra acompañamiento estructurado a padres, formación especializada a equipos educativos y consolidación de prácticas institucionales que favorecen un desarrollo seguro y saludable.



Impacto esperado:

- Fortalecimiento del apego seguro y la regulación emocional temprana.
- Mejora de prácticas parentales basadas en límites protectores y afecto consistente.
- Formación técnica para educadores en primera infancia.
- Reducción de conductas disruptivas asociadas a desregulación temprana.
- Consolidación de cultura organizacional que valora la conciliación y el cuidado familiar.

Nuestros aliados

Escuela de Atención Plena

Atención plena, regulación emocional y autonomía atencional



ESCUELA DE ATENCIÓN PLENA

Creada y dirigida por el maestro budista zen Dokushō Villalba, con más de 45 años de experiencia en la enseñanza en español, sólida formación en la Unión Europea y Japón, y una reconocida trayectoria como traductor y conferenciante de la tradición zen.

Su propuesta invita a seguir un camino de transformación interior y superación personal, integrando las enseñanzas milenarias del Zen a la vida cotidiana mediante herramientas prácticas y aplicables.

Campus Zen se presenta como un espacio para iniciar y continuar el proceso de despertar a través de la práctica de la atención plena, ofreciendo un flujo de aprendizaje adaptable a las aspiraciones y necesidades de cada persona. Su enfoque combina rigurosidad académica, tradición contemplativa y materiales didácticos de alta calidad.

Vinculación estratégica

Incorpora el entrenamiento sistemático de la Atención Plena como herramienta de conciencia y autorregulación, desde una metodología experiencial basada en la tradición zen. Su enfoque fortalece la presencia, la claridad mental y la regulación emocional en la vida cotidiana. Esta alianza potencia el eje de conciencia y sentido dentro del modelo integral de SUPERAR.

CreArte

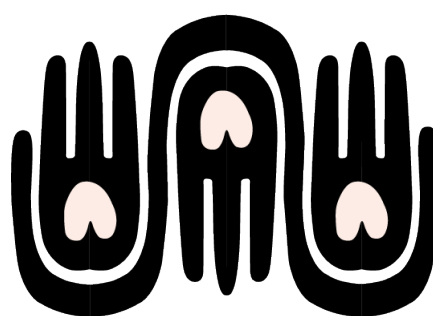
Arteterapia y procesos expresivos para la salud emocional

CreArte es una alianza orientada al uso de la arteterapia como vía de expresión simbólica, regulación emocional y bienestar. Su enfoque permite trabajar aspectos emocionales profundos a través de procesos creativos, favoreciendo la elaboración, el autoconocimiento y la cohesión grupal.

Vinculación estratégica

Esta alianza es especialmente valiosa en contextos donde la palabra no alcanza, facilitando procesos terapéuticos y de integración emocional tanto en comunidades educativas como en organizaciones.

Integra el arte como recurso terapéutico y formativo para la expresión simbólica y la elaboración emocional en contextos educativos y comunitarios. Su metodología facilita procesos donde la experiencia creativa amplía la intervención psicológica tradicional. Esta alianza fortalece la dimensión expresiva y transformadora del modelo de SUPERAR.



CreArte

Espacio de creación y transformación a través del arte

EGD – Excelencia, Grandeza y Desarrollo

Liderazgo, cohesión de equipos y fortalecimiento organizacional

Excelencia, Grandeza y Desarrollo EGD es una firma especializada en la gestión integral del Talento Humano, conformada por un equipo multidisciplinario de profesionales con amplia trayectoria en Capacitación, Coaching y Consultoría organizacional.

Nuestro propósito es impulsar el crecimiento de personas, fortalecer la competitividad de las organizaciones y aportar al desarrollo sostenible de la sociedad mediante soluciones formativas de alto impacto.

Con 30 años de experiencia liderando e impulsando seres humanos integrales y coherentes, hemos acompañado a empresas de diversos sectores en la consolidación de equipos más competentes, líderes inspiradores y efectivos, así como culturas laborales que brindan bienestar e incrementan la productividad.

Nuestro enfoque integra metodologías modernas de aprendizaje, herramientas de Psicología Organizacional, Coaching, Programación Neurolingüística, Neurociencias y prácticas de gestión estratégica, garantizando intervenciones aplicables, pertinentes y

medibles.

En Excelencia, Grandeza y Desarrollo creemos que las organizaciones prosperan cuando su gente crece. Por ello, procuramos convertirnos en Socios estratégicos, al diseñar experiencias formativas personalizadas, dinámicas y centradas en resultados que elevan el desempeño, potencian capacidades y generan valor sostenido.

Vinculación estratégica

Aporta una perspectiva orientada al desarrollo del potencial humano, el liderazgo consciente y la transformación personal y organizacional. Su enfoque fortalece el modelo integral de SUPERAR al incorporar herramientas de crecimiento, conciencia y alto desempeño en contextos institucionales y corporativos.



E | G | D
EXCELENCIA - GRANDEZA - DESARROLLO

Grulla de Papel

Crecimiento personal y bienestar psicológico a lo largo del ciclo vital

GRULLA DE PAPEL es un espacio profesional dedicado al crecimiento personal y al bienestar psicológico, que ofrece atención integral a lo largo del ciclo vital. Es un espacio multidisciplinario que brinda terapia individual, evaluación neuropsicológica y programas específicos para adolescentes, adultos y adultos mayores, así como servicios de apoyo y atención para empresas.

Las intervenciones combinan enfoques clínicos basados en la evidencia con metodologías creativas y psicoeducativas, adaptadas a las necesidades y objetivos de cada persona o institución. Grulla de Papel prioriza la cercanía, la confidencialidad y la co-construcción de estrategias prácticas que promuevan la autonomía, la resiliencia y la mejora del funcionamiento cognitivo y emocional.

Su propuesta se orienta a generar transferencia real al entorno familiar, escolar y laboral, facilitando acompañamiento sostenido y resultados medibles.

Nos caracterizamos por:

- Trabajar en equipo con otros profesionales y con distintas técnicas.

- Apoyar al crecimiento, al autoconocimiento y al desarrollo espiritual, emocional y personal de cada paciente.
- Aportar para que las personas logren vivir en armonía y con propósito.

Vinculación estratégica

Refuerza el abordaje clínico en salud mental desde una perspectiva interdisciplinaria basada en evidencia, con énfasis en evaluación psicológica y acompañamiento terapéutico a lo largo del ciclo vital. Su trabajo amplía la capacidad técnica de intervención en distintos niveles de complejidad. Esta alianza robustece la base clínica y evaluativa del modelo de SUPERAR.



Fundación Levanta la Mirada

Presencia, conciencia y sentido en la era de la hiperconexión



fundaciónlevantalamirada

La Fundación Levanta la Mirada nace con el propósito de acompañar a personas, familias y organizaciones a vivir con mayor presencia, conciencia y sentido en un mundo marcado por la velocidad, la hiperconexión y la exigencia constante.

Su trabajo se orienta al cuidado de la salud emocional y relacional, entendida no solo como la ausencia de malestar, sino como la capacidad de estar, sentir, elegir y vincularse de manera más humana.

A través de charlas, encuentros y experiencias vivenciales dirigidas a adolescentes, padres, educadores y equipos de trabajo, la Fundación crea espacios de reflexión y presencia donde se abordan temas centrales de nuestro tiempo: el cansancio crónico, la ansiedad, la tristeza, el vacío de sentido, el uso de la tecnología, la atención fragmentada y la dificultad para habitar el presente.

El enfoque no es clínico ni moralizante, sino profundamente humano, basado en la escucha, la honestidad y la experiencia directa.

En el trabajo con adolescentes, ofrece espacios que devuelven dignidad y lenguaje a lo que muchos viven en silencio, ayudándolos a reconectar con su interioridad y a descubrir que su vida tiene valor y sentido, incluso cuando no todo está claro.

Con los padres, propone instancias de comprensión y acompañamiento, invitándolos a revisar el modo en que habitan, cuidan y modelan la atención, la presencia y el vínculo con sus hijos.

En el ámbito de empresas y organizaciones, trabaja sobre el bienestar, el liderazgo consciente y la calidad humana del trabajo, promoviendo culturas más sanas, atentas y sostenibles.

La Fundación sostiene que vivir despiertos no es tener todas las respuestas, sino animarse a no huir de la experiencia, a cuidar la atención y a recuperar el sentido desde adentro. Su misión es contribuir a una cultura más consciente y compasiva, donde las personas puedan reencontrarse consigo mismas, con los otros y con aquello que da verdadero significado a la vida.

Esta alianza fortalece el eje de presencia, sentido y calidad humana dentro del modelo integral, ampliando la intervención más allá de lo clínico hacia una transformación cultural y relacional sostenida.

Vinculación estratégica

Incorpora la música y el arte como estrategia de sensibilización en salud mental y humanización de los vínculos, promoviendo mensajes de conciencia y conexión más allá de las pantallas. Su enfoque fortalece la dimensión comunitaria y preventiva. Esta alianza amplía el impacto social y cultural del modelo de SUPERAR.

Natú Botanicals

Bienestar, naturaleza y estilo de vida consciente



Natú Botanicals es una marca ecuatoriana orientada a promover un estilo de vida consciente, saludable y sostenible, en conexión con la naturaleza.

Su propuesta se materializa en el desarrollo de productos innovadores de salud, belleza y bienestar, diseñados para generar impacto real en la calidad de vida de las personas, integrando efectividad, cuidado personal y respeto por el entorno.

A través de una visión que vincula lo natural con el bienestar integral, Natú impulsa prácticas de autocuidado que fortalecen la relación entre cuerpo, mente y entorno.

Integración dentro del modelo integral

Aporta el componente de bienestar físico y autocuidado consciente, ampliando el alcance del modelo de SUPERAR hacia hábitos sostenibles que favorecen la salud integral y la conexión con la naturaleza.

Isabel Ullauri

Arte, sostenibilidad y desarrollo comunitario



Isabel Ullauri es una artista ecuatoriana con más de 30 años de trayectoria, reconocida por integrar el arte con procesos comunitarios, sostenibilidad y desarrollo humano. Su trabajo abarca grabado, papel artesanal, arte objeto y proyectos colaborativos enfocados en el vínculo entre creatividad, naturaleza y comunidad.

Su propuesta se orienta a armonizar espacios y acompañar a personas y comunidades en el desarrollo de su expresión artística, promoviendo el autoconocimiento, la autoestima y la generación de iniciativas sostenibles que respeten el entorno.

A través de metodologías basadas en la observación del entorno natural —plantas, animales y territorio— impulsa procesos creativos que permiten a cada persona construir su propia voz y activar economías locales desde el arte.

Su propósito es inspirar conciencia ambiental, rescatar saberes y fortalecer el tejido social mediante experiencias artísticas con sentido.

Integración dentro del modelo integral

Su enfoque incorpora el arte como herramienta de transformación personal y colectiva, fortaleciendo los procesos de expresión emocional, identidad y sentido. Esta alianza amplía el modelo de SUPERAR al integrar creatividad, sostenibilidad y desarrollo comunitario como ejes de bienestar.

ISTDP Ecuador Intensive Short - Term Dynamic Psychotherapy



Formación clínica especializada con respaldo internacional a través de esta alianza, ISTDP llega por primera vez al Ecuador mediante un proceso de formación estructurado para psicólogos y terapeutas, alineado con estándares internacionales.

Incluye entrenamiento clínico progresivo, supervisión especializada y espacios de profundización técnica, fortaleciendo la práctica profesional y ampliando las capacidades de intervención en salud mental.

Integración dentro del modelo integral

A través de esta alianza, SUPERAR impulsa el desarrollo de formación clínica especializada en el país, facilitando el acceso a modelos terapéuticos contemporáneos con respaldo internacional.

Esta articulación busca fortalecer la preparación de psicólogos y profesionales de la salud mental, promoviendo estándares clínicos elevados y la actualización constante en enfoques terapéuticos basados en evidencia.

ISTDP Noroeste de Italia

Psicoterapia dinámica intensiva a corto plazo, formación y supervisión clínica.

ISTDP Noroeste de Italia es un referente en la aplicación y enseñanza de la Psicoterapia Dinámica Intensiva a Corto Plazo (ISTDP), modelo desarrollado por Habib Davanloo y validado científicamente a nivel internacional.

Su trabajo integra formación clínica, supervisión especializada y psicoterapia basada en evidencia, con un enfoque centrado en el acceso a procesos inconscientes y la resolución de bloqueos emocionales en tiempos breves y con resultados profundos.



PDD – Psicoterapia Dinámica Orientada por Dimensiones

Modelo integrativo de psicoterapia clínica.



PSICOTERAPIA DINÁMICA
ORIENTADA POR DIMENSIONES

La Psicoterapia Dinámica Orientada por Dimensiones (PDD) es un modelo clínico integrativo que articula aportes del psicoanálisis, la psicología analítica, la terapia cognitivo-conductual, la psicología humanista y el enfoque existencial.

Curso Especialista en Psicoterapia Dinámica orientada por Dimensiones _ Instituto de Psicoterapia Dinámica Orientada por Dimensiones. pdf None

Su propuesta permite comprender el funcionamiento psíquico desde múltiples dimensiones, facilitando intervenciones más precisas, flexibles y adaptadas a la complejidad de cada caso.

Se trata de un enfoque diseñado para trabajar con distintos niveles de estructura clínica, incluyendo problemáticas complejas, integrando diagnóstico diferencial y estrategias terapéuticas ajustadas a cada paciente.

Integración dentro del modelo integral

Aporta una mirada clínica integrativa que amplía la capacidad de comprensión y abordaje terapéutico, fortaleciendo la intervención en casos complejos desde una lógica estructurada, flexible y multidimensional.

Impacto del modelo

La integración de esta red genera efectos concretos:

- Mayor precisión diagnóstica.
- Intervención especializada en problemáticas complejas.
- Reducción del malestar emocional y del desgaste institucional.
- Fortalecimiento del liderazgo y la convivencia.
- Desarrollo de culturas organizacionales más conscientes.
- Promoción de resiliencia y regulación emocional sostenida.

Una visión que trasciende la intervención aislada

SUPERAR no concibe la salud mental como un servicio fragmentado. La entiende como un sistema de cuidado que articula ciencia, ética, comunidad y especialización.

Esta red de alianzas no amplía únicamente el portafolio: consolida un modelo institucional integral que responde a los desafíos psicológicos de nuestra época con profundidad, responsabilidad y visión estratégica.

Cómo acceder a nuestros servicios



Si deseas recibir información o acceder a alguno de los servicios de SUPERAR, el proceso es sencillo:

Contacto inicial: A través de todos nuestros canales de comunicación, para compartir brevemente tu necesidad, contexto o motivo de consulta.

Orientación inicial: coordinamos un espacio de orientación para comprender con mayor profundidad la situación y los objetivos.

Definición del servicio: a partir de este primer acercamiento, sugerimos el servicio o modalidad de acompañamiento más adecuada.

Acuerdo de intervención: Se establece el alcance, formato y condiciones del acompañamiento, según lo requerido.

Nuestro equipo te acompaña en cada paso, con escucha, claridad y criterio profesional.

Acompañamiento profesional: Nuestro equipo acompaña todo el proceso con criterios éticos, claridad técnica y cuidado humano.

Contacto

SUPERAR – Centro Integral de Psicología

Acompañamos procesos de salud mental con profundidad, conciencia y cuidado profesional.

Edificio Zaigen, Calle Japón, Quito 170135

099 856 2998 / 098 438 4807

www.superar.org

info@superar.org

Síguenos en nuestras redes sociales:

@centro_superar

Superar Centro Integral de Psicología

Instagram, Facebook, Tik tok, X



Solicita nuestros servicios



Únete a nuestra red de aliados

