

El código de la  
mujer cíclica



Jana

LA SABIDURÍA DE TU RITMO

@janasomos

# El código de la mujer cíclica



Un camino para  
vivir en coherencia  
con tu ritmo natural

Muchas mujeres viven cansadas, desconectadas de su cuerpo o intentando sostener un ritmo de vida que no coincide con su energía real. No porque estén haciendo algo mal, sino porque han aprendido a vivir desde un modelo lineal en un cuerpo que es profundamente cíclico.



**El Código de la Mujer Cíclica** es un programa diseñado para ayudarte a reconectar con tu naturaleza femenina, comprender tus ritmos internos y aprender a tomar decisiones más alineadas con tu energía, tu bienestar y tu momento vital.

A través de un método que integra bienestar, relacionamiento y abundancia, descubrirás cómo cada fase de tu ciclo tiene una inteligencia propia que puede convertirse en una guía para tu vida diaria.

# Nuestro enfoque



Este programa combina herramientas de autoconocimiento, prácticas de bienestar y acompañamiento profesional para que los cambios no se queden solo en la teoría, sino que puedan integrarse de forma real en tu vida.

Trabajaremos con la **brújula arquetípica femenina**, un mapa que conecta el ciclo de la mujer con las estaciones de la Tierra y las fases de la Luna, a través de cuatro energías que habitan en toda mujer:



Comprender estas energías te permitirá **organizar tu vida, tus decisiones, tus relaciones y tu trabajo en mayor coherencia con tu cuerpo.**

# Quiénes te acompañarán en este camino



**El Código de la Mujer Cíclica** nace del encuentro entre dos mujeres que, desde diferentes caminos de conocimiento, comparten un mismo propósito: acompañar a otras mujeres a reconectar con su naturaleza, su sabiduría interior y su poder personal.



Este programa nace también de su propia experiencia: de haber sentido la desconexión con sus ritmos naturales y de emprender un camino de exploración y aprendizaje para recuperar esa sabiduría que hoy quieren compartir con otras mujeres.

## CAROLINA FONSECA

Administradora de empresas, tarotista y facilitadora de procesos de autoconocimiento.

Se ha formado en áreas como astrología, eneagrama, programación neurolingüística (PNL), coaching transpersonal y descodificación biológica.

En este programa, aporta la visión simbólica y arquetípica del ciclo femenino, ayudando a comprender cómo los ritmos de la naturaleza se reflejan en la vida interior de cada mujer.

## ANDREA CRISTANCHO

Ingeniera ambiental, instructora de yoga y facilitadora de procesos de bienestar femenino.

Ha dedicado su camino al estudio y la integración de herramientas que permiten a las mujeres reconectar con su energía, su cuerpo y sus ciclos naturales. Su trabajo se enfoca en acompañar a las mujeres a reconectar con su cuerpo, su energía y sus ciclos, integrando herramientas de bienestar y conciencia femenina en la vida cotidiana.

**Jana** se creó como un espacio para acompañar a las mujeres a recordar algo profundamente natural: que su cuerpo y su energía no están diseñados para seguir un ritmo lineal, sino cíclico.

# Lo que trabajarás



## Bienestar integral

Aprenderás a comprender las necesidades de tu cuerpo en cada fase del ciclo y a acompañarlo con prácticas de alimentación, movimiento, descanso y conexión interior que favorezcan tu equilibrio físico, mental y emocional.

## Relacionamiento consciente

Explorarás cómo tu energía cíclica influye en la forma en que te vinculas contigo misma y con otros: pareja, familia, hijos, amig@s y entorno laboral. Esto te permitirá desarrollar vínculos más conscientes y respetuosos de tu propio ritmo.



# Lo que trabajarás



## Abundancia y prosperidad

Descubrirás cómo organizar tu productividad, tu trabajo y tu relación con el dinero desde una perspectiva cíclica, evitando el agotamiento y aprendiendo a usar tu energía de forma más inteligente.

## Brújula arquetípica femenina

Integrarás los cuatro arquetipos y su relación con las fases de la luna y las estaciones de la Tierra para convertirlos en una guía práctica que te acompañe en tu vida cotidiana.



# Acompañamiento médico integral



Como parte del programa, contarás con un **proceso de acompañamiento médico enfocado en salud femenina desde una mirada integrativa y funcional.**

Este acompañamiento está diseñado para ayudarte a comprender tu salud de manera más profunda, identificar posibles desequilibrios y acompañar tu proceso de transformación desde una perspectiva que integra cuerpo, mente y estilo de vida.

## Valoración médica inicial Aprox. 60 min

- Historia clínica completa con enfoque funcional
- Revisión de exámenes previos (si la paciente los tiene)
- Solicitud de exámenes específicos si es necesario
- Identificación de posibles desequilibrios hormonales, metabólicos o emocionales
- Diseño de un plan personalizado que puede incluir:
  - suplementación funcional
  - regulación hormonal natural
  - recomendaciones nutricionales
  - ajustes de estilo de vida

**Comprender el punto de partida de tu salud y acompañar el proceso del programa con mayor claridad.**

## Consulta de control y cierre del proceso Aprox. 30 min

- Seguimiento del plan terapéutico
- Ajuste de nutrición, suplementación y estilo de vida
- Revisión de evolución de síntomas
- Interpretación de exámenes solicitados (si aplica)

**Evaluar tu evolución durante el programa y consolidar los cambios logrados.**

**Dra. Laura Rojas**  
Médico integrativa  
y funcional  
[@dra\\_laurarojas](#)

# Bonos incluidos



Además del programa principal, tendrás acceso a contenidos especiales diseñados para complementar tu proceso de transformación.



*Dra. Laura  
Rojas*

Médico  
integrativa y  
funcional

## Medicina integral femenina

Una explicación clara sobre la base biológica del ciclo femenino y la relación entre hormonas, emociones y salud.



*Adriana  
Serna*

Mentora en  
Voz y  
comunicación

## Manejo de voz y presencia femenina

Un espacio para reconocer y desarrollar tu voz con mayor seguridad y autenticidad en distintos ámbitos de tu vida.



*Andrés  
Forigua*

Inversionista  
& Mentor  
Financiero

## Finanzas alineadas con tu ciclo

Aprende a organizar tu energía, tu productividad y tus decisiones económicas respetando tus ritmos naturales.



*Carol  
Vanegas*

Reprogramación  
subconsciente e  
hipnoterapia  
avanzada

## Transformación subconsciente desde la raíz

Sesión de hipnoterapia enfocada en liberar patrones emocionales y mentales que puedan estar limitando tu bienestar.

# Este programa es para ti si

- Deseas comprender mejor tu cuerpo y tus ciclos
- Quieres vivir con mayor bienestar físico, mental y emocional
- Buscas una forma más consciente de relacionarte contigo misma y con otros
- Sientes el llamado a vivir tu vida en mayor coherencia con tu energía femenina



## Jana

LA SABIDURÍA DE TU RITMO

Un espacio para mujeres que desean reconectar con su naturaleza cíclica y vivir con mayor presencia, claridad, armonía y coherencia.

