

Cuando las emociones se vuelven motor de cambio

Publicado el 4 de noviembre de 2025 - Camila Ortega Valdés

La salud emocional no solo se trata de bienestar individual

La salud emocional no solo se trata de bienestar individual, sino de transformación colectiva.

Durante el encuentro organizado por NEMISA (Núcleo Emocional de Mujeres Inspirando Salud y Apoyo), compartí estrategias de acompañamiento psicológico en entornos laborales y judiciales.

Las historias que escuché reflejan la fuerza de la empatía institucional: cuando una organización entiende el impacto emocional de sus decisiones, se convierte en un agente de cambio real.

Hablar de emociones no es debilidad, es liderazgo.

Y eventos como los de NEMISA nos recuerdan que sanar juntas también es construir comunidad.