



GRISEL BARRIOS ALVARADO

Psicología y Mindfulness

Grisel es psicóloga de profesión y apasionada del aprendizaje constante. Estudió en la Universidad Nacional Autónoma de México (UNAM) y desde entonces se ha mantenido en una búsqueda permanente de actualización y conocimiento, especialmente en temas relacionados con el desarrollo infantil, el sistema nervioso, los procesos cognitivos y el crecimiento humano en general.

Disfruto conocer nuevas personas y asumir retos que me impulsen a seguir creciendo día con día. Grisel cree firmemente que nunca somos un "producto terminado", sino seres en constante evolución. Encuentra inspiración en otros profesionales y artistas con quienes comparte este camino.

Su amor por el mar la llevó a establecerme en Puerto Escondido con el propósito de formar una comunidad enfocada en el bienestar común. Ha tenido la oportunidad de viajar por distintas partes de México y el mundo, lo que ha moldeado su visión y mentalidad, reafirmando su compromiso con su país, su cultura y un estilo de vida en armonía con el entorno.

Además de su trabajo como psicóloga, es sonoterapeuta y utiliza la música como herramienta terapéutica. Cree que la música es una forma esencial de expresión del ser humano, un espacio de calma y conexión que le encanta compartir con los demás.