TALENTO FEMENINO SIN LÍMITE

Optimización del alto rendimiento profesional de mujeres 40+ en el siglo XXI.



Cómo las organizaciones líderes están convirtiendo la transición biológica en una ventaja competitiva.

Presentado por Simona Vosatkova | Coach de bienestar integral y alto rendimiento.

NotebookLM



En su empresa hay un activo de alto valor operando al 60% de su capacidad

El Activo

Las mujeres 40+ representan el mayor capital relacional, de experiencia y criterio. Conocen los procesos, tienen los clientes, sostienen los equipos.

La Realidad

El 75% atraviesa la transición hormonal más significativa de su vida adulta en activo.

El Vacío

Lo hacen sin herramientas, sin protocolo y sin apoyo específico de la organización.

El resultado no es un problema de recursos humanos.
Es una pérdida de rendimiento medible y prevenible.

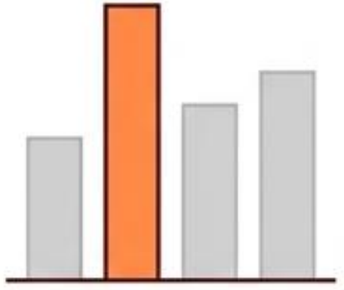
NotebookLM

El punto ciego más costoso del tejido empresarial actual



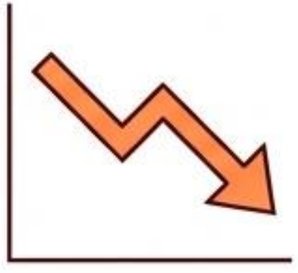
10 AÑOS

Es el tiempo que puede durar la transición activa. Una década de rendimiento subóptimo si no hay intervención.



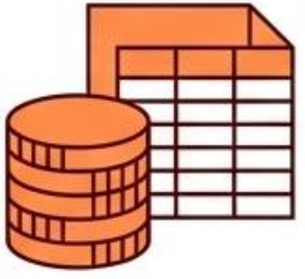
1 de cada 4

Ejecutivas en transición rechazan ascensos o nuevos proyectos por síntomas no tratados (CIPD, 2023).



-20%

Caída de la capacidad cognitiva, productiva y de liderazgo en momentos de máxima exigencia sin gestión adecuada.

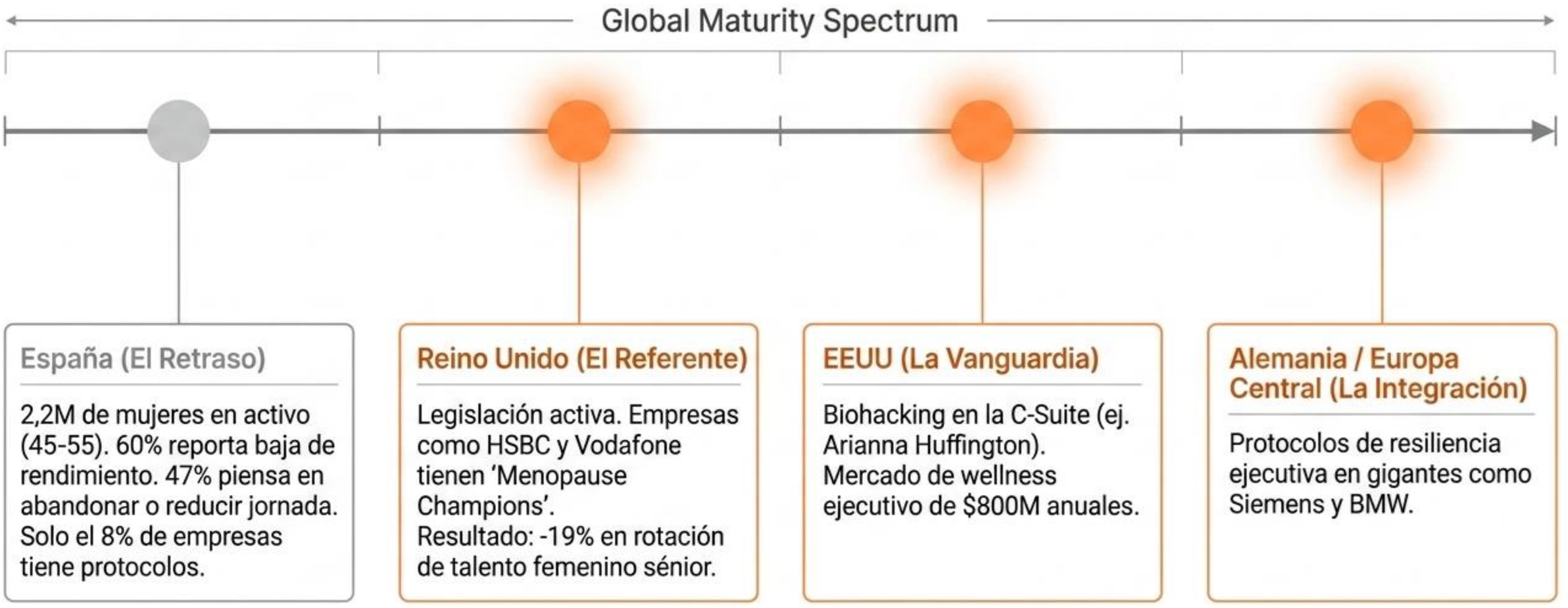


14 MILLONES €

Coste anual estimado para una empresa de 500 empleados por pérdida de productividad, absentismo y rotación.
Coste de sustitución por directiva: 50.000€ - 200.000€.

NotebookLM

Mientras España despierta, las economías líderes ya compiten con esta ventaja



NotebookLM

Modelos de productividad basados en hardware incompatible



El Modelo Tradicional Hardware PC

- Diseñado sobre la biología masculina.
- Ciclos fijos de 24 horas.
- Niveles hormonales estables.
- Respuesta al estrés lineal.



La Mujer 40+ Software Mac

- Ciclo infradiano de 28 días.
- Cuatro fases de fluctuación metabólica, energética y cognitiva radicalmente distintas.

Aplicar un modelo de 24h a un cuerpo de 28 días no es un fallo del hardware. Es una incompatibilidad de sistema.

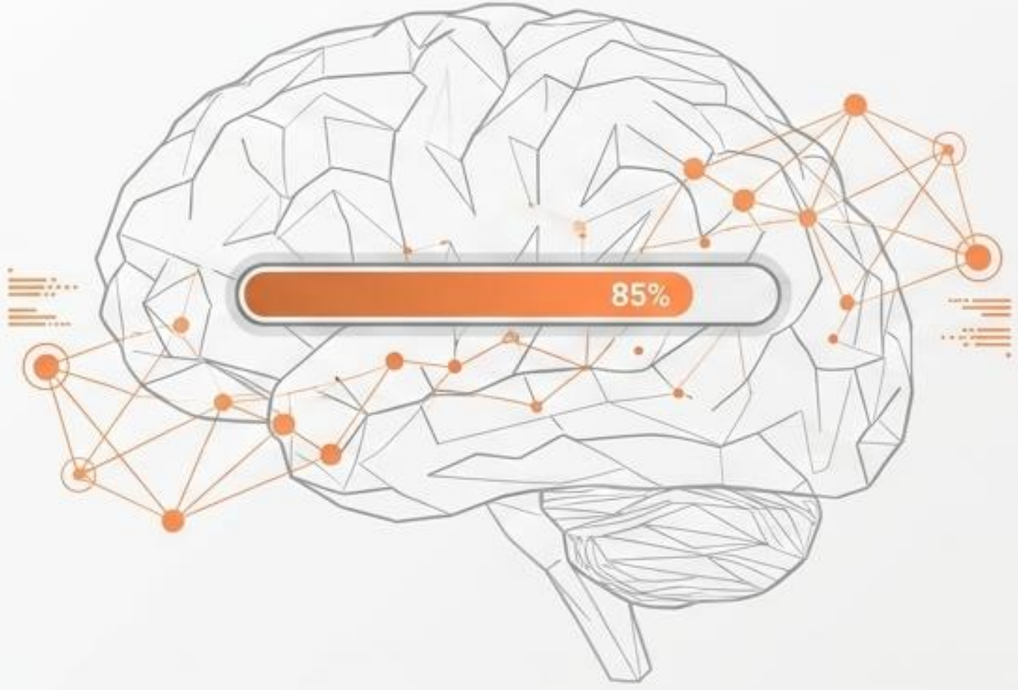
NotebookLM

El cerebro no declina durante la transición, se recalibra

"El cerebro de la mujer menopáusica no es un cerebro que falla. Es un cerebro que actualiza su sistema operativo." — Dra. Lisa Mosconi (Weill Cornell Medicine, 2024).

1. Antes

Pensamiento marcadamente lineal.



2. Durante (La Transición)

Reorganización neurológica profunda (fase crítica de síntomas).

3. El Upgrade (El Resultado)

Mayor integración entre hemisferios, capacidad de pensamiento sistémico superior y mayor inteligencia emocional aplicada al liderazgo.

NotebookLM

La ventaja competitiva de la fisiología sincronizada

La ciencia (Dra. Stacy Sims) demuestra que sincronizar nutrición, descanso y **carga cognitiva con la fase hormonal genera métricas de alto rendimiento:**



-34% ↓
de cortisol crónico (estrés).

Foco Ejecutivo
Mejora sustancial en la memoria de trabajo.

Resiliencia
Aumento drástico ante situaciones de alta presión.

6-8 Semanas
Recuperación de la calidad del sueño profundo.

No es bienestar. Es rendimiento de precisión.

NotebookLM

De la gestión de síntomas a la estrategia de alto rendimiento

El Paradigma Obsoleto (Visión Obsoleta)	El Nuevo Paradigma (Visión Competitiva)
Naturaleza: Problema de salud femenina.	Naturaleza: Ventaja biológica y cognitiva.
Foco: Manejo de síntomas individuales.	Foco: Estrategia, resiliencia y optimización.
Responsabilidad: Departamento de Recursos Humanos.	Responsabilidad: La Alta Dirección (C-Suite).
Objetivo final: Bienestar básico y contención de bajas.	Objetivo final: Rendimiento de precisión, retención de capital intelectual y liderazgo.

VS

NotebookLM

Herramientas de alto rendimiento para la empresa de hoy

Formato A: Charla de Impacto (60-90 min)

Ideal para: Eventos de organización e inauguraciones.

Foco: El punto ciego de la productividad y la ciencia del ciclo. 3 herramientas inmediatas para recuperar foco.



Formato B: Taller Operativo (2.5h - 4h)

Ideal para: Programas de desarrollo de liderazgo.

Foco: Diseño de agenda hormonal, protocolo protocolo por fases, y sincronización ejecutiva. Kit de implementación inmediata.

Este taller no es de salud femenina. Habla de estrategia.
No es para mujeres con problemas, es para profesionales que buscan una ventaja.

NotebookLM

Posicione su organización como referente del sector

Colaboración Estratégica

Opción 1: Evento Piloto

Charla inaugural en la organización para validar impacto y tracción entre sus directivas asociadas.

Opción 2: Programa de Empresa

Diseño de talleres específicos y ruta hacia la certificación de 'Empresa Saludable'.

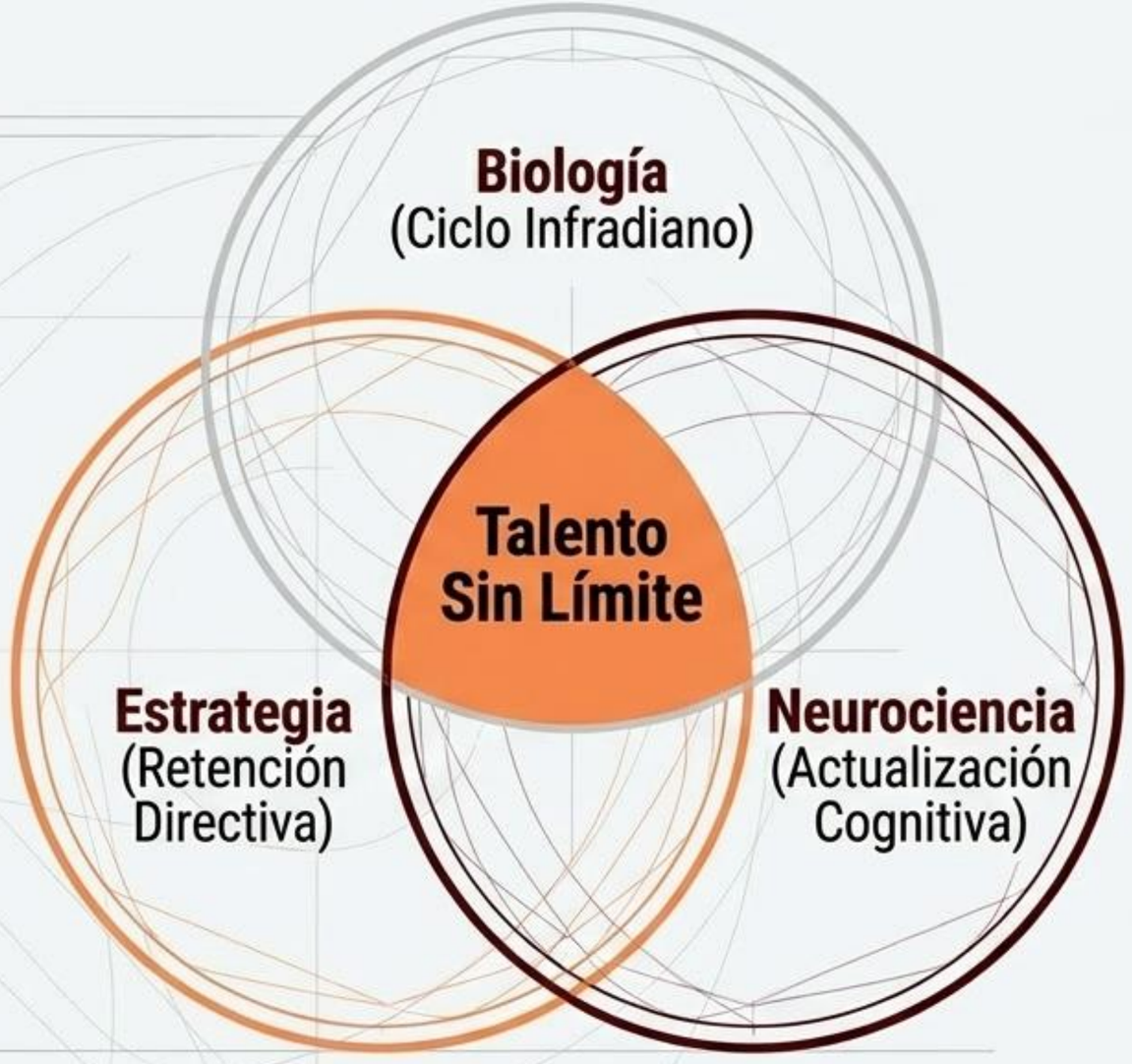
Opción 3: Jornada Anual de Referencia

Liderar el evento de Alto Rendimiento Femenino de su región, logrando proyección mediática y diferenciación sectorial.

- ✓ Diferenciación real
- ✓ Retención de talento
- ✓ Alineación europea

NotebookLM

El retorno de inversión del talento sin límite



- Diferenciación real y visibilidad mediática pionera.
- Alineación inmediata con los estándares de corporaciones europeas líderes.
- Retención, protección y optimización del capital intelectual más valioso de su empresa.

> Asegurar que las directivas lideren con vitalidad, serenidad y pleno rendimiento los próximos 20 años.

NotebookLM



Rigor científico y aplicación práctica para la alta dirección

Simona Vosatkova
Creadora del Método de Rendimiento Femenino.

- **Más de 35 años de experiencia** acompañando a mujeres en la optimización del rendimiento cognitivo. **Fundadora de Gravedad Zero.**
- **El Método:** Protocolo integral respaldado por la ciencia, combinando neurociencia, biohacking, movimiento consciente e inteligencia emocional.
- **Validación Corporativa:** Colaboradora de empresas líderes como **Ibercaja, ADR Formación** y **Manpower.**
- **El Enfoque:** Diseñado específicamente para profesionales de alta exigencia que no tienen tiempo para teorías sin resultados.

NotebookLM

¿Cuándo hablamos?

Defina el estándar del sector para la próxima década.



Email: hola@gravitywellnesscoaching.com
Teléfono/Whatsapp: 601 396 427

Escanear para contacto directo.
Disponible para reunión presencial u online.

NotebookLM