



# VOLUNTAD QUE SANA

ACOMPañAMIENTO PERSONAL  
3 SEMANAS CON PLANTAS Y GUÍA

*Con Teresa Santana  
Dietista, naturópata, consultora Ayurvédica y de  
Medicina Tradicional China*

# QUÉ ES ESTE PROGRAMA

«Voluntad que Sana» es un acompañamiento de **3 semanas** creado para quienes desean recuperar su fuerza interna, su voluntad y poder sostener su proceso de sanación y reconectar con el poder natural de su cuerpo.

Es una **guía íntima y personalizada** que une plantas medicinales, alimentación energética y prácticas espirituales para despertar la voluntad dormida, fortalecer el sistema inmune y sostener el camino de sanación.

**No es un tratamiento médico ni un curso teórico.** Es una experiencia viva, suave pero profunda, donde **cada paso está pensado para ayudarte a recordar que tú puedes sanar, elegir y avanzar.**

## A QUIÉN VA DIRIGIDO

Este acompañamiento está pensado para ti si:

- Estás atravesando un **proceso de sanación** y quieres sostenerlo desde un lugar natural y consciente.
- Sientes que te **falta fuerza de voluntad, foco o dirección.**
- Has recibido un diagnóstico y deseas **apoyar a tu cuerpo desde lo emocional, energético y alimenticio.**
- Quieres **aprender a usar las plantas** no solo como remedios, sino como aliadas de tu camino interior.
- Intuyes que **sanar no es solo «curar un síntoma»**, sino volver a confiar en ti.

## QUÉ INCLUYE

Durante **3 semanas** recibirás:

- **Seguimiento continuo** por mensaje y/o email durante todo el proceso.
- **Guía semanal** con plantas medicinales, recetas, prácticas, afirmaciones y rituales.
- **Acompañamiento dietético y herbolario.** Esto es orientación alimentaria consciente, con recomendaciones personalizadas.





# QUIÉN FACILITA LA EXPERIENCIA

Teresa Santana, dietista, naturópata y consultora en “*medicinas ancestrales*” como el Ayurveda y Medicina China, técnica en Terapias Naturales y más de 10 años de experiencia en el trabajo con plantas medicinales, Plantas Maestras y prácticas de sanación tradicional. Como *mujer medicina*, soy una apasionada por el Mundo de las Plantas desde que tengo uso de razón y ese amor lo he convertido en un **acompañamiento respetuoso y práctico** para que cada persona pueda **descubrir su potencial y transformar** su vida desde dentro. En esta ocasión, el viaje es hacia tu voluntad y tu capacidad de sanar.



## CÓMO TRABAJAREMOS

Serán **3 semanas** con plantas, alimentación y prácticas. Cada semana nos centraremos en un enfoque distinto, con 1 o 2 plantas principales. No necesitas tenerlas todas (se elegirá 1 o 2 según tu caso). Tendrás mi acompañamiento en todo momento.

### Semana 1 – Fijar raíz: Me sostengo

- Fortalecer la base física y emocional.
- Plantas sugeridas: Ortiga, albahaca, romero.
- Prácticas: Preparados herbales, escritura de intención, ritual con raíz.

### Semana 2 – Activar el fuego suave: Confío en mi cuerpo

- Elevar la energía vital. Fortalecer sistema inmune.
- Plantas sugeridas: Tulsi, equinácea, tomillo.
- Prácticas: Respiraciones activas al sol, danza suave o caminatas rítmicas, friegas en zona lumbar, creación de altar solar, afirmación diaria.

### Semana 3 – Sostener el camino: Soy voluntad viva

- Integrar, mantener constancia, confiar en el cuerpo.
- Plantas sugeridas: Regaliz, malva, caléndula, aloe vera.
- Prácticas: Carta al cuerpo, creación de *medicina personal*, baño de sol.



# QUÉ LOGRARÁS

Con este acompañamiento:

- **Fortalecerás tu sistema inmune** y crearás un terreno interno más limpio, vital y protector.
- **Despertarás tu voluntad**, esa fuerza que te permite tomar decisiones, sostener hábitos sanos y avanzar.
- **Confiarás más en tu cuerpo**, comprendiendo que sanar también es un acto de presencia y amor.
- **Aprenderás a usar las plantas como «medicina cotidiana»** y guía espiritual.
- Recibirás un **soporte profesional** que te permitirá soltar miedos y recuperar claridad.

Es un camino hacia ti, con la naturaleza como aliada.

## PRECIO Y RESERVA

**150 €**

Equivale a poco más de 7 € al día por recibir acompañamiento personalizado durante 3 semanas

**Plazas limitadas**

El valor real de este programa supera los 300 €, pero he decidido ofrecerlo a casi la mitad porque quiero que este camino esté al alcance de quienes realmente lo necesitan, sin perder profundidad ni cuidado.

Es una forma de honrar tu compromiso contigo y hacer posible un proceso transformador.

 [info@escuelanatur.com](mailto:info@escuelanatur.com)  651562368

Por favor, para reservar tu plaza o para resolver tus dudas, contáctame por **Email, WhatsApp o Telegram preferiblemente** y te responderé lo antes posible.

