# CiclArte®

***EL ARTE DE CONOCERTE A TRAVÉS DE TU CICLO FEMENINO***




**Duración**: 40 horas certificables

**Modalidad**: 100% virtual (clases grabadas + encuentros sincrónicos de resolución de dudas)

**Certifican**: Escuela Essfem & Seivafeme®

**Facilitadora**: Andrea Lorena Rubiano Carrillo

**@seivafeme**

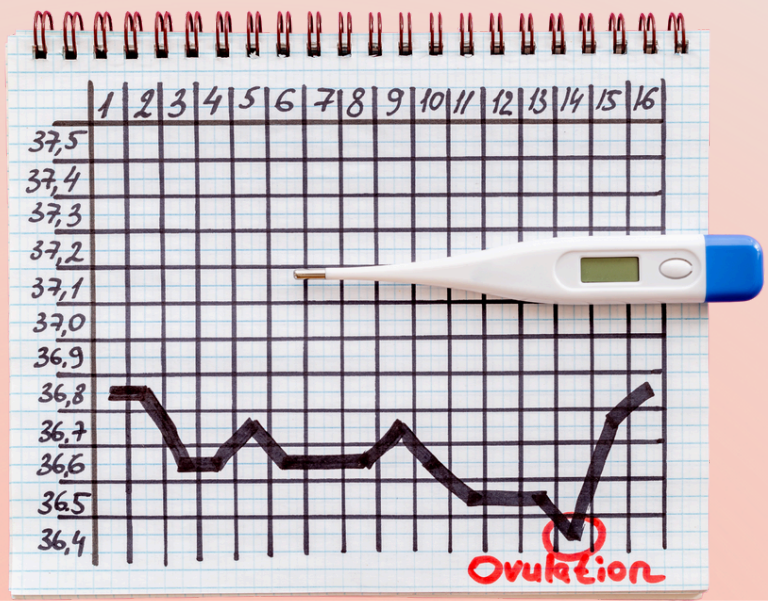
# Presentación del Programa

***¿Y si el ciclo menstrual ovulatorio fuera el signo más poderoso de tu salud?***

Lo es. Pero aún no lo comprendemos en su verdadera magnitud. En un sistema de salud que sigue priorizando el peso o el IMC, el ciclo femenino continúa siendo invisibilizado como lo que realmente representa: un signo vital completo, dinámico y revelador del estado físico, emocional, inmunológico y energético de una mujer.

Aunque la Asociación Americana de Ginecología y Obstetricia ya lo reconoce como el quinto signo vital, este conocimiento aún no ha sido incorporado de forma efectiva ni en la práctica médica ni en la educación en salud.
CiclArte® nace para transformar esa brecha.

Es una formación única que enseña a leer el cuerpo femenino desde su lenguaje biológico, energético y simbólico. No solo te enseña a registrar tu menstruación o la luna astrológica: te enseña a interpretar tu salud completa —hormonal, digestiva, inmunológica, metabólica, emocional y espiritual— a través del registro cíclico.



# Presentación del Programa

Mientras los exámenes de laboratorio solo ofrecen una fotografía de un instante, el registro cíclico (cuando se realiza con biomarcadores reales y con una lectura profesional) te revela la película completa de tu salud: cómo están tus hormonas, tu ovulación, tu descanso, tu inflamación, tu sistema nervioso y tu fuerza vital.

En CiclArte® aprenderás fisiología profunda, anatomía, neuroendocrinología, nutrición funcional, herbolaria, espiritualidad y autogestión hormonal.
Pero, sobre todo, aprenderás a reconocerte como territorio sagrado de salud, conciencia y soberanía.

Este programa no es solo un curso: es una propuesta educativa y política.

***Una declaración de soberanía.***
***Un llamado a transformar el sistema desde adentro:***
***comenzando por ti.***






## Lo que lograrás al finalizar este proceso

- Comprenderás en profundidad tu anatomía y fisiología cíclica.
- Desmitificarás las falsas creencias y tabúes sobre el ciclo y la menstruación.

- Conocerás las verdaderas fases del ciclo: folicular, ovulatoria, lútea y menstrual.

- Identificarás los signos de salud óptima del ciclo menstrual ovulatorio.

- Aprenderás a registrar y analizar tus biomarcadores primarios y secundarios.

- Sabrás interpretar el moco cervical, la temperatura basal, el DAT y las líneas térmicas.

- Comprenderás el sistema neuroendocrino y el sistema neuroendocrino difuso, los tipos de hormonas y su interacción.

- Aprenderás sobre  fisiología hormonal avanzada.

- Detectarás desequilibrios antes de que se conviertan en diagnósticos clínicos.

- Aprenderás a crear un plan personalizado de nutrición, descanso, movimiento y herbolaria según tus fases.

## Lo que lograrás al finalizar este proceso

- Reconocerás cómo el registro cíclico es una herramienta de prevención y salud integral, no solo un método anticonceptivo.
- Comprenderás la relación entre inmunidad, sistema nervioso, emociones y hormonas.
- Integrarás la espiritualidad del ciclo desde las sabidurías ancestrales.
- Desarrollarás una comprensión profunda de la nutrición cíclica y funcional, la salutogénesis, la cronobiología y el sueño hormonalmente adaptado.
- Aprenderás a reconocer los patrones térmicos y a hacer una lectura de tu temperatura basal en relación con tu bienestar general.
- Aprenderás a habitar tu cuerpo como brújula, mapa y territorio de autoconocimiento.



# Contenidos del Programa

El programa está estructurado en 7 módulos progresivos con un enfoque teórico-práctico, didáctico y vivencial:

## MÓDULO 1: Anatomía y Fisiología Femenina

Fundamentos biológicos y energéticos del cuerpo femenino.

- Anatomía femenina
- Fisiología del ciclo menstrual ovulatorio – introducción
- Eje hipotálamo-hipófisis-gonadal
- Tipos de hormonas y su dinámica
- Sistema neuroendocrino y neuroendocrino difuso
- Profundización: fisiología del ciclo y hormonas femeninas
- Las dos grandes etapas del macrociclo: fases y eventos



## MÓDULO 2: Biomarcadores y Observación del Ciclo

De la teoría al registro consciente de la salud hormonal.

- Cómo contabilizar el sangrado y su importancia fisiológica
- Signos de salud óptima femenina
- Biomarcadores primarios y práctica
- Biomarcadores secundarios
- Observación y monitoreo de la salud a partir del registro
- Registro energético para mujeres sin sangrado

## MÓDULO 3: Ciclo, Espiritualidad y Ancestralidad

Conexión entre cuerpo, espíritu y sabiduría ancestral femenina.

- Ciclo, espiritualidad y ancestralidad
- Arquetipos femeninos y energía cíclica
- Ritualidad y autoconocimiento corporal






## MÓDULO 4: Nutrición, Medicina Funcional y Salud Cíclica

Cómo nutrir y sostener las fases hormonales desde la alimentación.

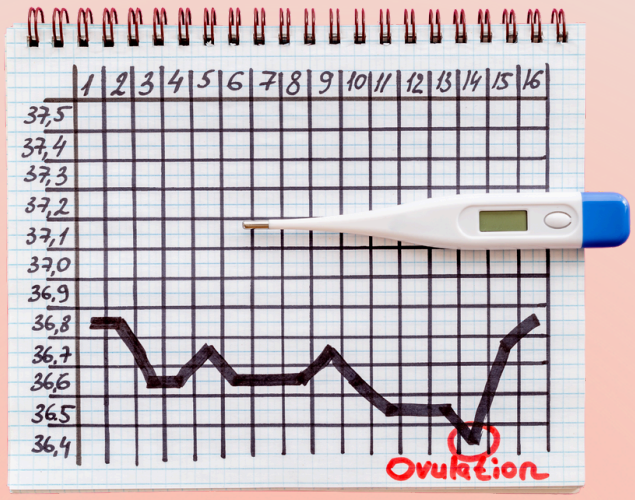
- Pilares de la nutrición y medicina funcional (salutogénesis)
- Hidratación y ciclo
- Nutrición cíclica: macro, micro y minerales
- Ayuno y ciclo menstrual ovulatorio
- Herbolaria cíclica
- Plan nutricional y bioindividualidad femenina



## MÓDULO 5: Sueño, Ritmos y Cronobiología Femenina

Sincronizar cuerpo y naturaleza.

- Sueño, cronobiología y cronotipo
- Ritmos biológicos, descanso y energía
- Regulación nerviosa y recuperación hormonal



## MÓDULO 6: Emociones, Pareja y Cerebro Cíclico

Neurobiología, mente y vínculos desde la ciclicidad.

- Cerebro cíclico, salud emocional y mental
- Relación de pareja y ciclo facilitada junto con Sebastián Soto.
- Comunicación y vínculos.

## MÓDULO 7: Integración, Planificación y Emprendimiento Cíclico

Cómo integrar tu ciclo en tu propósito, trabajo y estilo de vida.

- Planificación, emprendimiento y vida cíclica
- Cierre del proceso y ritual de integración
- Evaluación final / Certificación



## Durante el proceso también exploraremos:

- Factores que afectan el moco cervical y estrategias prácticas si no se observa.
- Precauciones ambientales y factores externos que alteran la lectura.
- Educación cíclica y autoconocimiento como medicina preventiva.
- Casos reales de análisis de registros y correlaciones con la salud general.
- Sesión especial sobre salud emocional, cerebro cíclico y sexualidad, facilitada junto con Sebastián Soto Reyes.



## Metodología de estudio

- Formación 100% virtual con clases grabadas, materiales audiovisuales y ejercicios prácticos.
- Encuentros sincrónicos en vivo para resolución de dudas y retroalimentación grupal.
- Acceso a una comunidad privada y grupo de WhatsApp para acompañamiento continuo.
- Acceso extendido a todos los contenidos por un año.
- Material descargable, guías, fichas, plantillas y diagramas exclusivos creados por la escuela.
- Ejercicios didácticos, fichas de observación y actividades de registro cíclico guiado.



@seivafeme

## Materiales y recursos complementarios

El programa incluye una cartilla oficial CiclArte® (37 páginas) y seis guías adicionales exclusivas de la escuela, más material complementario de lectura y práctica:

- Introducción al Autoconocimiento y los Parámetros Saludables
- Curación y Vitalidad a partir del Agua
- Guía Esencial sobre el Magnesio
- Guía Básica y Didáctica para Aprender a Diferenciar y Reconocer el Flujo Cervical y Vaginal
- La Progesterona y el Ciclo Estro-Ovulatorio: Claves para la Salud Femenina Integral
- Guía Práctica de Spotting Premenstrual

**Además:**

- Artículos científicos seleccionados.
- Diagramas no disponibles en internet.
- Hojas de registro.
- Guía práctica para la preparación de mantequilla clarificada (ghee).

## Inversión y formas de pago

Valor: 385 USD (o su equivalente en pesos colombianos)
Válido para participantes en Colombia y en cualquier país.

**Una inversión mínima frente al valor del conocimiento, materiales, acompañamiento y transformación personal que recibirás.**

## Formas de pago:

- Pago en una sola cuota: 385 USD (Colombia o exterior).
- Puedes realizar tu inscripción al programa CiclArte® pagando en dos cuotas de USD $216,68.

**Para acceder a esta modalidad, solicita tu enlace directo de pago a nuestra asesora financiera. Ella te brindará la información y el acompañamiento para completar el proceso.**

# LINK DE PAGO

## Incluye:

- Acceso completo al programa, materiales de estudio, acompañamiento virtual, clases de resolución de dudas, comunidad de apoyo y certificado de participación.

## Este programa es para ti si...

- Deseas comprender tu salud cíclica desde la raíz.
- Quieres prevenir desequilibrios, comprender tus síntomas y vivir con más energía y coherencia.
- Acompañas a otras mujeres y deseas formarte en una herramienta científica y profunda.
- Estás en etapa fértil, en posparto, en transición perimenopausia o sin sangrado por histerectomía parcial pero deseas mantener la conexión con tu ciclicidad.

## Este programa no es para ti si...

- No estás dispuesta a hacerte cargo de tu bienestar y de tu proceso de salud.
- No te reconoces como tu prioridad.
- Buscas una formación superficial o teórica sin compromiso personal.
- CiclArte® requiere presencia, práctica y autoconocimiento.

# Facilitadora

## Andrea Lorena Rubiano Carrillo

Profesional en Cultura Física y Deporte (Universidad Santo Tomás – Colombia).

Máster en Nutrición y Salud Hormonal (Universidad de Murcia – ICNS, España).

Fundadora de Seivafeme® y Essfem, creadora del método BioReset Fem® y docente en salud femenina integrativa, herbolaria y nutrición funcional. Su trabajo combina ciencia, espiritualidad y medicina tradicional.

Ha acompañado procesos formativos en Colombia, México, Argentina, Aruba y Perú, y desarrolla programas educativos para el autoconocimiento y la soberanía corporal femenina.

**¡Conóceme más!**

**@seivafeme**



CiclArte® no es un curso más: es una experiencia transformadora. Un viaje hacia la comprensión del cuerpo, la ciencia y la espiritualidad femenina.

**Un camino de regreso al poder de conocerte.**

**Registrar tu ciclo no es una técnica:  es una forma de volver a ti, de entender tu salud, tu energía y tu naturaleza.**




## Escuela Seivafeme® y Essfem

Transformamos la educación en soberanía

**Instagram: @seivafeme**
**Contacto: WhatsApp +57 300 678 2036**
**Correo: seivafeme@gmail.com**

CiclArte®

