



Deborah Legorreta

*Psicóloga experta en equilibrio,
calidad de vida y temas relacionados
con la mujer*

Deborah Legorreta, Doctora en Psicología, es consultora y conferenciante en temas vinculados con el equilibrio y la calidad de vida, así como en liderazgo de la mujer. En práctica privada atiende a personas con trastornos por estrés, ansiedad y depresión así como en situaciones de crisis tales como la transición hacia la madurez, la pérdida del empleo o enfermedades graves.

Ha colaborado para empresas como Roche-Syntex México, Wyeth, Colgate y El Instituto de la Mujer de Canarias, (España) entre otras. Actualmente, es miembro de la Asociación Mexicana para el Estudio del Climaterio, A.C., miembro de la Asociación Española para el Estudio de la Menopausia, así como miembro Titular de la International Menopause Society.

Escribe artículos especializados en diversas publicaciones de México y Estados Unidos. Es miembro de los consejos editoriales de las revistas "Inversionista" y "Psicología Iberoamericana", así como columnista de "Inversionista". Es conferenciante invitada en foros internacionales y nacionales en temas de equilibrio, calidad de vida, éxito integral, el climaterio y la madurez, así como invitada frecuente como especialista en medios de comunicación de México y España.

Es autora de los libros: *"Las tres es de la mujer exitosa. Eficacia, ética y equilibrio de vida para el nuevo siglo"*, *"Vivir Plenamente. Hacia El Equilibrio y la Calidad de Vida"* y el más reciente: *"Adóptate"*. Su libro *"La Segunda Adolescencia. Los cambios a partir de los cuarenta"* ha sido bestseller en México, Latinoamérica y España.

Como consultora de empresas, se ha especializado en la Planificación Estratégica del Factor Humano, así como en Negociación Estratégica y Procesos de Asesoría Personalizada. Es pionera en su país, México, de los Programas de Planificación Estratégica de Recursos Humanos, Outplacement, Mentoring, Revisión de Carrera y Vida y Preparación para la Jubilación.

Debido a su gran capacidad de comunicación y sus amplios conocimientos, es invitada frecuentemente como especialista en psicología en los medios de comunicación de México, Canadá y España. Una oradora brillante, cálida, profesional y de gran presencia que prepara sus conferencias adaptándose a las necesidades del cliente.

TEMAS

- Equilibrio y calidad de vida
- Liderazgo femenino
- Balance de vida de empresas e instituciones.
- Calidad de vida y éxito integral.
- Psicología de la mujer
- Negociación y planificación estratégica de recursos humanos.

LIBROS

"Las tres es de la mujer exitosa. Eficacia, ética y equilibrio de vida para el nuevo siglo"

"La Segunda Adolescencia. Los cambios a partir de los cuarenta"

"Vivir Plenamente. Hacia El Equilibrio y la Calidad de Vida"