

Derribar las barreras mentales que nos apartan de nuestros sueños es posible

En la celebración de la X Edición del Reto Pelayo Vida, la neurocientífica Ana Ibáñez compartió las herramientas para "decir sí a la vida" y enfrentar los retos con fortaleza y optimismo, sumergió a los asistentes en una experiencia única, trasladándolos a la Antártida, el próximo destino de la expedición de 2024.

Madrid, 18 de octubre de 2024. El evento, celebrado en el DOMO 360, fue presentado por Elena Sánchez, quien puso en valor la celebración de la vida a través de un hito muy especial: el décimo aniversario del Reto Pelayo Vida. Y es que el Reto Pelayo Vida es mucho más que una expedición. Es una oportunidad de demostrar que los límites están para ser superados, y que la fuerza de la mente es capaz de derribar cualquier barrera que nos aparta de nuestros sueños.

Diez años celebrando la vida

Francisco Lara, el Presidente de Pelayo Seguros, destacó lo rápido que han pasado estos diez años y **cómo este proyecto ha ayudado no sólo a las 51 expedicionarias que han participado, sino también a las casi 3000 candidatas que se han presentado y a todas las mujeres a las que ha inspirado.** Y es que el Reto va más allá de las expediciones, ya que traslada un mensaje de apoyo a todas las mujeres que padecen o han padecido la enfermedad. El presidente citó la inspiradora frase del aventurero Ernest Shackleton, tripulante del Endurance, que también protagonizó una expedición a la Antártida: "Las dificultades son, simplemente, cosas que hay que superar". Y terminó deseándoles, a las expedicionarias de la décima edición, "buena suerte y buena mar".

El acto conmemorativo de estos 10 años de travesía estuvo centrado en la ponencia de **Ana Ibáñez, neurocientífica, que dio las claves de cómo afrontar los retos con fortaleza e ilusión, convirtiéndose en un regalo.** Comenzó haciendo un homenaje a este tipo de retos como es el Reto Pelayo Vida, porque es una manera de "decir sí a la vida", dando las claves de cómo entrenar un cerebro, "me dedico a la neurociencia aplicada, y todos nosotros podemos desarrollar nuestro cerebro". **Destacó que la fuerza de la mente es esencial en todo reto y que es imposible enfrentarse a uno sintiéndose cómodo. De lo contrario, no sería un reto.**

Ibáñez animó a todos los presentes a confiar más en sus capacidades y a afrontar retos para desarrollarse, ya que es una de las bases de la felicidad. También a conocerse mejor y a descubrir pequeños trucos que permiten sacar lo mejor de uno mismo, como elegir los pensamientos y ver oportunidades en vez de amenazas a través de la gestión de nuestra propia energía. "Lograr sentirte cómodo con la incomodidad inherente de los retos es una habilidad que se aprende y que proporciona unas dosis de superación y disfrute extraordinarias, de ahí que a muchas

personas, después de finalizar un reto, les parece que han hecho algo extraordinario de lo que no se sentían capaces antes”.

Necesitamos activar la energía cerebral necesaria para tener pensamientos constructivos y de calidad. En los momentos decisivos quien decide no es el cuerpo sino la mente. La diferencia entre alcanzar las metas o no, depende más de la fortaleza de las conexiones neuronales que del músculo o la técnica”, señala la neurocientífica.

Ibáñez destacó la importancia de la resiliencia, de mirar hacia delante con un objetivo concreto y de aceptar que la vida tiene momentos muy duros y también muy mágicos.

Y es que precisamente eso ven, año tras año, las candidatas a participar en el Reto Pelayo Vida, la posibilidad de marcarse nuevas metas, de volver a conjugar en futuro y de hacer planes más allá de las revisiones médicas. Las protagonistas de esta edición Antártida 2024 son Cruz Álvaro, Macarena Bohórquez, Marta Castillo, Patricia del Solar y Almudena Sánchez. Juntas, subieron entre aplausos, al escenario de un auditorio abarrotado y se emocionaron compartiendo lo que ya les ha dado el Reto, incluso antes de comenzar la aventura.

El 22 de noviembre se embarcarán en el reto más emocionante de sus vidas. ¡Comienza la cuenta atrás!

Acerca de Pelayo

Pelayo, aseguradora dirigida al ámbito familiar con más de 90 años de historia, trabaja por ser líder en experiencia de cliente y ha implantado un plan de transformación empresarial apostando por la innovación y la tecnología, con un servicio más personalizado, cercano y comprometido, que refuerza la fidelidad de sus clientes. Su objetivo es el Crecimiento Sostenible y se caracteriza por ser una mutua comprometida, innovadora, cercana y basada en el diálogo. Además, en su objetivo de contribuir a una sociedad más justa, destina parte de sus beneficios anuales a proyectos sociales, a través de la Fundación Pelayo, proyectos en los que también se implican los propios empleados y que se dirigen a los colectivos más desfavorecidos.

Para más información:

Comunicación Pelayo

gabineteprensa@pelayo.com (Cristina del Campo – 915920215)

Página web: www.pelayo.com

www.grupopelayo.com

 [@Pelayo_Seguros](https://twitter.com/Pelayo_Seguros)

 [pelayosegurosofficial](https://www.facebook.com/pelayosegurosofficial)

 [Pelayo Seguros](https://www.instagram.com/Pelayo_Seguros)