

## **Dra. Nazareth Castellanos**

Directora de investigación del laboratorio Nirakara y cátedra extraordinaria de Mindfulness y ciencias cognitivas de la Universidad Complutense de Madrid.

### ***Formación***

- Licenciada en Física teórica y doctora en Medicina (Neurociencia) por la Universidad Autónoma de Madrid (UAM).
- Master en Neurociencia computacional por la Facultad de Ingeniería
- Master en Anatomía, Histología y Neurociencia, por la Facultad de Medicina de la UAM.

### ***Líneas de Investigación***

- Neurociencia de la meditación: Estudio de los mecanismos neuronales implicados en la práctica de la meditación, la modulación de la atención, regulación emocional y autoconocimiento.
- Relación cerebro – cuerpo: Estudio de la relación entre la dinámica neuronal y la actividad cardíaca, gástrica y respiratoria.
- Ejercicio físico e intestino: Influencia del ejercicio físico en la Microbiota intestinal.

### ***Formaciones y congresos científicos***

Desde hace varios años alterno la labor de investigadora con la comunicación científica. He creado espacios de diálogo entre oriente y occidente para promover la unión entre la academia y el entorno espiritual, y organizo con el instituto Nirakara un congreso internacional de Neurociencia de la meditación en la universidad Complutense de Madrid.

Datos tomados de su web <https://nazarethcastellanos.com/>