



Maneja tus emociones. Se Feliz. Medita.
La Mejor Aplicación de Meditación Mindfulness en Español
<https://airefresco.co>

Barcelona, 15 de noviembre de 2018

Aire Fresco lanza la nueva aplicación diseñada para cambiar la manera en la que cuatrocientos millones de hispanohablantes perciben la meditación plena *Mindfulness*.

En la década pasada, tuvo lugar una revolución silenciosa en Europa y América del Norte. Fue tan silenciosa, que quizás ni siquiera te enteraste. Pero existe y está causando un gran revuelo ya que ha logrado mejorar la calidad de vida de millones de personas...

Esta revolución silenciosa es la meditación, y la meditación de conciencia plena o *Mindfulness* usa todo el potencial de la mente por medio de la meditación, y nos enseña cómo la sociedad puede aprovecharla para desarrollar mejores comunidades en las que todos sus miembros se interesan y participan más activamente, cómo puede ayudar a los estudiantes a concentrarse y comportarse mejor y cómo puede impulsar a las empresas a lograr trabajadores más productivos y participativos.

La meditación plena *Mindfulness* se está utilizando en el sistema penitenciario y la usan los militares a nivel mundial, incluso la usan los atletas de élite, como LeBron James, Kobe Bryant, y Roger Federer, y en los deportes la usan los mejores equipos profesionales que buscan alianzas para ayudar a sus jugadores a que logren el máximo desempeño.

¿Y qué es este concepto mágico? Es la meditación plena *Mindfulness* que ha producido increíbles resultados por donde quiera que pasa en Europa y los Estados Unidos, pero, América Latina había quedado relegada a un segundo plano. De hoy en adelante todo cambiará, ya que Aire Fresco impulsará la meditación plena *Mindfulness* para que pueda llegar fácilmente a la mayor cantidad posible de personas en toda Latinoamérica y más allá.

Según el fundador de Aire Fresco, Víctor Coutin: "Nuestra misión es dar acceso a la mayor cantidad posible de latinoamericanos a los beneficios científicamente comprobados de la meditación a través de nuestra conveniente aplicación de meditación guiada, con un hermoso diseño para dispositivos móviles Android y iOS. Queremos aprovechar la tecnología para que nuestra aplicación ponga la paz interior al alcance de la mano de todos los latinoamericanos.

Como colombiano en el exilio, crecí en Cali, estudié en los Estados Unidos, y ahora que vivo en Europa, he podido ser testigo de las diferencias culturales entre los tres continentes. Nuestra Aplicación se fundamenta en los desafíos de la vida real que enfrentan los latinoamericanos. No es solamente otra aplicación móvil que lanza a la población hispanohablante sus valores culturales genéricos extranjeros y la toma por sorpresa. Hemos analizado y desarrollado cuidadosamente nuestro contenido para conservar su autenticidad y relevancia ante los desafíos que enfrentamos en el mundo de habla hispana, no importa si vives en un país latinoamericano o si formas parte de una de las comunidades hispanohablantes de los Estados Unidos u otros países, esta aplicación está hecha especialmente para ti. América Latina siempre será el núcleo de Aire Fresco, y eso es lo que nos hace diferentes.



Maneja tus emociones. Se Feliz. Medita.

La Mejor Aplicación de Meditación Mindfulness en Español

<https://airefresco.co>

Nuestro enfoque hacia la meditación plena *Mindfulness* también es diferente. No recurrimos al uso de fotografías de archivo y contenido enlatado. Como herramienta de apoyo para nuestras meditaciones guiadas, utilizamos simpáticas animaciones inspiradas por el galardonado ilustrador colombiano Leo Espinosa, y, además, las acompañamos con nuestras bellas composiciones musicales preparadas especialmente para meditar.

Pero también sabemos que debemos estar a la vanguardia de la tecnología. Nuestra App disponible para iOS y Android, combina la tecnología más reciente con una interfaz intuitiva, bellas animaciones y música relajante para llevarte una solución única y fácil que puedes usar en todo momento y en cualquier lugar. Nuestro modelo de negocios es el llamado *Freemium*, que combina la palabras "gratis" y "premium", así que cualquiera que use nuestra aplicación tiene acceso a las primeras 8 meditaciones totalmente gratis de por vida, mientras que, si te conviertes en usuario Premium tendrás acceso a una plataforma en la que podrás acceder a una enorme colección de programas de meditación guiada sobre diversos temas que te ayudarán a afrontar los problemas de la vida diaria. Es como abrir el ropero de Narnia.

Como usuario Premium encontrarás el cofre del tesoro de la información que contiene, entre otras cosas:

- Una biblioteca de programas de meditación para temas específicos de la vida y materiales que te ayudarán a obtener el máximo provecho de la meditación
- Una amplia selección de artículos cuidadosamente seleccionados sobre la meditación y la meditación plena *Mindfulness*.
- Las investigaciones científicas más recientes, elegidas cuidadosamente para que nuestra comunidad de casi 25.000 seguidores hasta la fecha (en la etapa de prelanzamiento), se mantengan informados sobre las nuevas corrientes de pensamiento de todo el mundo".

Víctor agregó: "La Organización Mundial de la Salud y la Organización Panamericana de la Salud han declarado que la epidemia del Siglo XXI es el estrés. A medida que más y más personas luchan por adaptarse al complejo y estresante mundo moderno, la meditación plena *Mindfulness* gana más terreno como parte de la solución. Ya se imparte en escuelas de los Estados Unidos, el Reino Unido, Noruega y Canadá como una forma para relajar a los estudiantes y ayudarlos a concentrarse. En el mundo empresarial se usa para manejar el estrés y se ha comprobado que sus beneficios ayudan a la fuerza laboral a resolver mejor sus desafíos, entre ellos, el bajo rendimiento, la excesiva rotación de personal y el absentismo.

En los Estados Unidos y Europa, la meditación es cada vez más la principal "solución a los desafíos de la vida en el Siglo XXI". Pero hasta ahora, nadie había creado una aplicación de meditación guiada, diseñada específicamente para los desafíos que enfrenta el mundo latinoamericano. Según cifras recientes publicadas por el Centro Nacional de Salud Complementaria e Integral (National Center for Complementary and Integrative Health), más de dieciocho millones de personas meditan regularmente en los Estados Unidos. Eso equivale a casi un 8 % de la población adulta, y cálculos recientes indican que cerca de quinientos millones de personas meditan regularmente en todo el mundo. La meditación ya es una industria que produce mil millones de dólares en los Estados Unidos y más de un millón de estudiantes tienen sesiones de meditación plena *Mindfulness* en la escuela. Además, un 22 % de las empresas ya ofrecen entrenamiento para la meditación en el trabajo y uno de cada siete empleados ya practican la meditación plena *Mindfulness*. (Fuente: *National Business Group on Health, 2016*)

-más-



Maneja tus emociones. Se Feliz. Medita.

La Mejor Aplicación de Meditación Mindfulness en Español

<https://airefresco.co>

"Llegó por fin el momento para América Latina. Nos emociona estar en la etapa final antes de llevar la meditación plena *Mindfulness* de forma fácil al mundo hispanohablante. Gracias a nuestra experiencia personal, sabemos lo valiosa que puede resultar para superar los pequeños baches de la vida. Creemos firmemente que la práctica regular de la meditación de atención plena *Mindfulness* es el siguiente gran paso para la salud pública y no descansaremos hasta que meditar sea tan natural como lavarte los dientes o vestirse cada mañana. No te quita mucho tiempo, no es difícil y sabemos cómo funciona. Lanzaremos nuestra aplicación el 15 de noviembre de 2018 y, a partir de ese momento, estará disponible para descarga gratis.

-fin-

Acerca de Aire Fresco

Toma el control de lo que sientes.
¡Sé feliz! Medita.

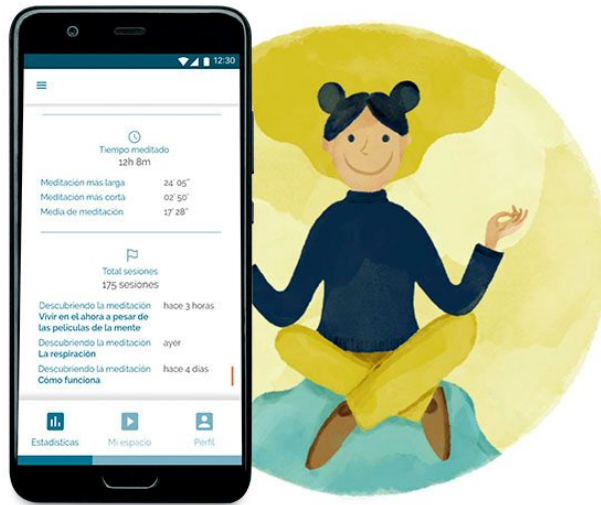


Aire fresco es la primera aplicación de meditación específicamente diseñada para el mundo hispanohablante. Fundada en 2017 por Víctor Coutin, tiene como meta ayudar a todos los hispanohablantes a encontrar la paz en un mundo lleno de estrés. Es la primera aplicación de su clase que se lanza para el mercado hispanoamericano y que ha sido creada por gente hispana para la gente hispana. Nuestra meta es llevar la meditación a las masas mediante una aplicación sencilla, bellamente diseñada y al alcance de todos los bolsillos que tú puedes usar donde quieras, cuando quieras y a donde vayas. Nuestro contenido gira alrededor de temas comunes de estrés (pero específicamente adaptados para el mundo hispano), y es simple, conveniente y económico, ahora

puedes tener la paz interior en el bolsillo. Todo el mundo batalla con el estrés, ¡ahora, tú puedes manejarlo! Simple, conveniente y económico, ponemos la paz interior en tu bolsillo.



Maneja tus emociones. Se Feliz. Medita.
La Mejor Aplicación de Meditación Mindfulness en Español
<https://airefresco.co>



Notas a los editores:

1. Víctor está disponible para entrevistas directamente en el número telefónico que se encuentra a continuación:
2. Puedes consultar nuestro sitio web/centro de noticias en <https://airefresco.co/quienes-somos/prensa/>
3. Para obtener detalles sobre nuestra campaña de recaudación de fondos, visita nuestra página en Indiegogo: <https://igg.me/at/airefrescoapp>

Más información:

Víctor Coutin, Fundador de Aire Fresco
Tel. +34 692.720.360
Correo electrónico: victor@airefresco.co
Sitio web www.airefresco.co