

# CONVERSACIONES CON CORAZÓN

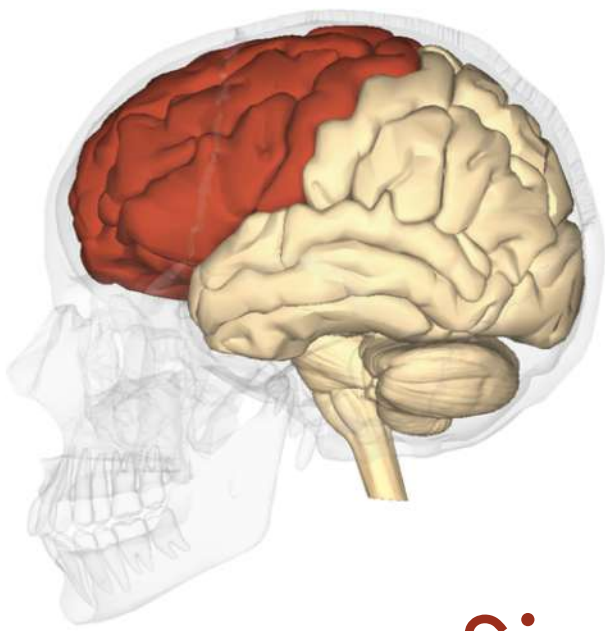
SOBRE EMOCIONES,  
AFECTOS Y EFECTOS



Cerebro y corazón, importante conexión

**InCiTe**  
INSTITUTO DE CIENCIA Y TEATRO





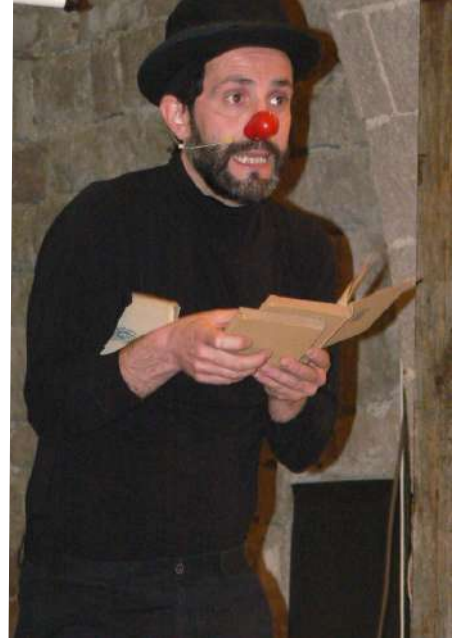
*“No olvidemos que las pequeñas emociones son las capitanas de nuestras vidas y las obedecemos sin siquiera darnos cuenta”*

VINCENT VAN GOGH

# Sinopsis

¿Qué son las emociones? ¿Cuál es su función y cómo nos afectan? ¿Y los sentimientos? ¿cómo influyen nuestras emociones en nuestra percepción del entorno y toma de decisiones?

En esta obra de teatro científico hablaremos de las emociones como el lenguaje universal del ser humano. Y de la relación que se establece entre este lenguaje emocional y nuestro comportamiento. A través de un viaje por las bases biológicas de las emociones básicas (el miedo, la ira, la tristeza y la alegría) entenderemos la diferencia entre emoción y sentimiento y como se van generando a lo largo de la vida los bloqueos emocionales en el cuerpo: el punto de partida para ser capaces de regular, gestionar o educar nuestras emociones.



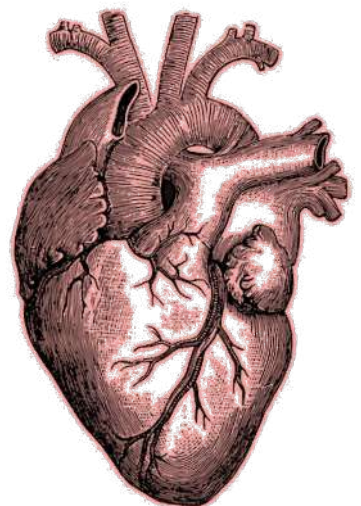
# Formato escénico

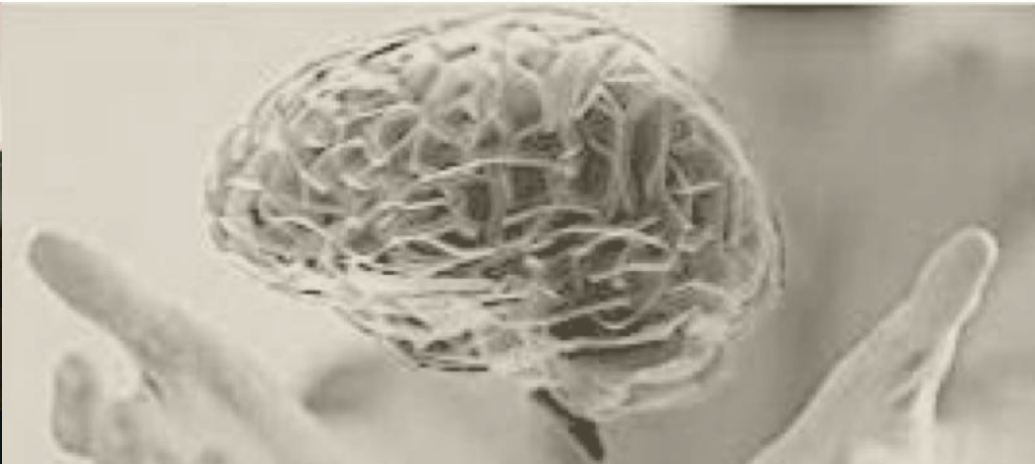
“**Conversaciones con el corazón**” es un espectáculo de teatro científico **interactivo y participativo**, dividida en **dos actos**:

**ACTO I.** Obra de teatro científico con escenas de clown y sketches humorísticos. Una obra con un formato de conferencia teatralizada en la que hay información, datos, conceptos científicos, gráficas e imágenes. Hay conferenciantes. Y también hay una historia que contar con sus personajes y sus conflictos. Hay emociones y metáforas. Hay actores y hay acción. Es una fusión de ciencia y teatro. Una forma diferente de aprender conceptos científicos a través del teatro.

**ACTO II.** se abre un espacio de **interactivo** en el que el público asistente puede participar preguntando sus dudas, haciendo propuestas o compartiendo sus testimonios.

Una forma diferente de aprender conceptos científicos a través del teatro,





## Hacia una gestión emocional basada en el conocimiento científico

Las temáticas tratadas con **humor, sensibilidad y rigor científico**, tienen el propósito no solo de despertar el interés por la ciencia sino de proporcionar un conocimiento útil para la vida.

A lo largo del espectáculo vamos a desvelar las bases neurobiológicas de la emociones, los sentimientos y su gestión. A partir de *sketches* y la participación del público, vamos a comprender como determinadas situaciones de nuestra vida pueden vivirse de forma muy distinta según cómo gestionamos nuestras emociones.

Este espectáculo tiene una clara **dimensión divulgativa y pedagógica**, a través de una propuesta escénica atractiva, entretenida y emotiva.

### **PÚBLICO:**

A partir de 12 años. Todo tipo de público interesado en la gestión emocional. Actores, artistas, personal asistencial, docentes.

Actividad curricular para alumnos de 4º ESO, 1º y 2º de Bachillerato (para Institutos y campañas escolares).

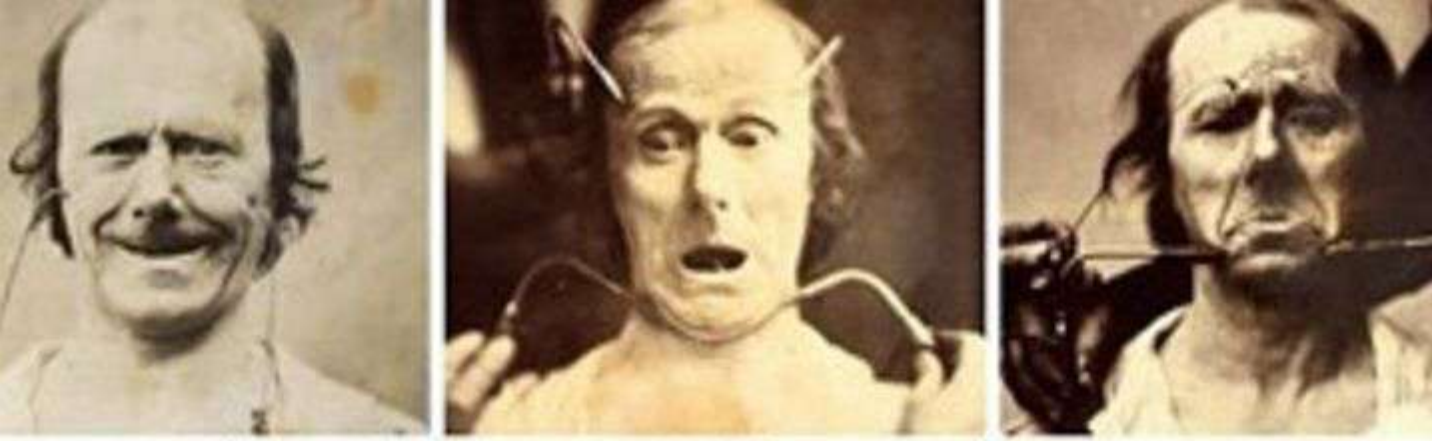
### **DURACIÓN:**

60 min dividido en dos actos sin interrupción.



# Contenido científico

- Visión evolutiva de las emociones y los sentimientos .
- Las emociones básicas: miedo, asco, tristeza, rabia y alegría.
- Emociones en el cerebro.
- Respuesta emocional: circuitos, neurotransmisores y hormonas implicadas.
- Patrón autónomo, endocrino y conductual de la emoción.
- El sistema límbico y del neocórtex en la gestión de las emociones.
- Relación cuerpo y mente en la respuesta emocional.
- ¿Qué es el estrés emocional? ¿Qué función tiene? Relación entre el estrés y el miedo.
- ¿Cómo afecta el estrés crónico en nuestra salud y bienestar psico-físico?
- ¿Cómo gestionar las emociones y ponerlas a nuestra servicio?  
Papel del neocórtex en la gestión emocional. Automatismo emocional versus inteligencia emocional.



# Objetivos formativos

Las emociones forman parte de nuestra vida y determinan nuestros pensamientos y comportamientos, y la forma en que percibimos y nos relacionamos con el mundo. Si las reprimimos o distorsionamos, si no expresamos de manera natural lo que sentimos, nuestra vida se puede desviar de lo que deseamos.

- Mostrar la conexión que existe entre la emoción y nuestra manera de ver el mundo y de relacionarnos con los demás.
- Mostrar cómo el conocimiento científico puede ayudarnos a comprender nuestros pensamientos y conductas.
- Proporcionar herramientas de gestión emocional a través de la comprensión que nos brinda la neurociencia





# Ficha artística

**Idea original:**

InCiTe

**Formato:**

Obra de teatro científico.

Teatro de sala

**Dirigido:**

Público a partir de 12 años

**Duración:**

70 min

**Idioma:**

Castellano/ Catalán

**Dramaturgia:**

Susana E. Martínez

**Interpretación:**

Susana Eva Martínez

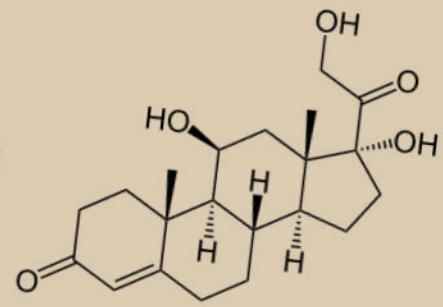
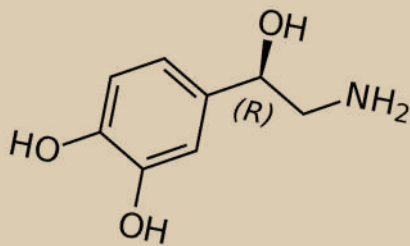
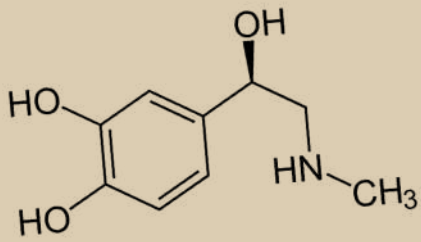
Pep Mirás

**Dirección**

Blanca Pàmols

**Escenografía:**

InCiTe



# Ficha técnica

## MEDIDAS MÍNIMAS DEL ESCENARIO

Ancho: 5 m. Fondo: 5 m.

Ancho de boca: 5 m. Altura escenario: 4 m.

Con tarima o a pie plano.

## MATERIAL DE ILUMINACIÓN

El espectáculo se adapta a las posibilidades técnicas del espacio.

## MATERIAL DE SONIDO

Mesa de sonido con cuatro canales: 2 micros y 1 sampler.

2 DI y cableado/conectores necesarios.

2 micrófonos inalámbricos de diadema.

La compañía trae su propio equipo de sonido, en caso necesario.

## OTRAS NECESIDADES

Vestuarios cercanos al escenario.

Toma de corriente en el escenario (220 V).

Pantalla de proyección.

Proyector de audiovisuales.

Personal: 1 responsable del espacio.

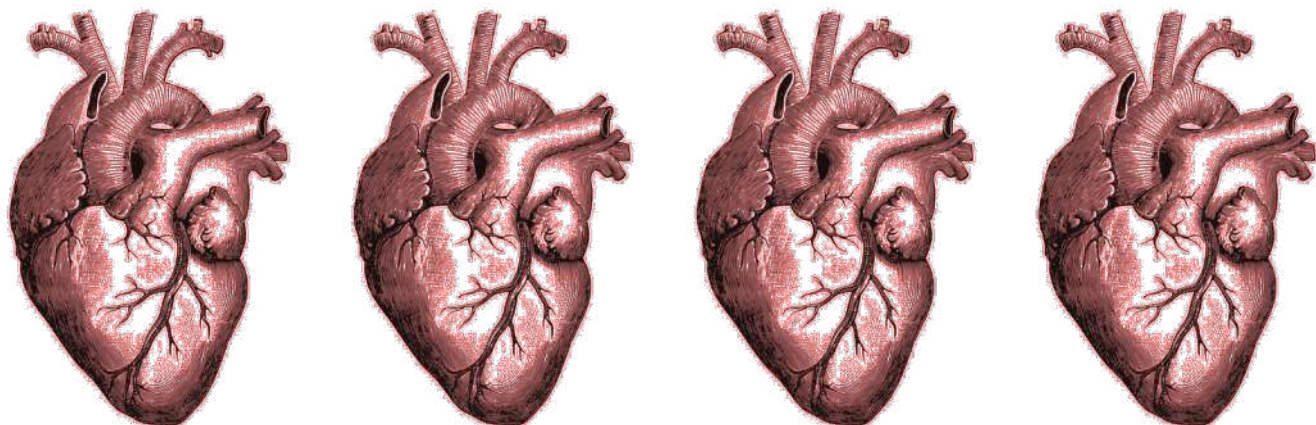
## TIEMPO REQUERIDO

Montaje: 1 h.

Desmontaje: 1 h.

Duración espectáculo: 70 min, en dos actos sin interrupción.





# Contacto

## Science Dreaming S.L.

CIF: B66434861

C/ Pi i Margall 44

Sant Adrià del Besós

08930 Barcelona

## Contacto

T. (+34) 93 315 81 48

M. (+34) 669 559 109

info@incite.es

## Más información

[www.incite.es](http://www.incite.es)

Una creación de

# InCiTe



INSTITUT DE CIÈNCIA I TEATRE

Con el soporte de

