DEPARTAMENTO DE EDUCACIÓN CRISTIANA Y FAMILIA
"Id y haced discípulos... enseñándoles que guarden todas las cosas que os he mandado" Mateo 28:19-20
REGIÓN CENTRO SUR
IGLESIA DE DIOS PENTECOSTAL M.I.

Bienvenidos a:

Salud Emocional y Fe

SANANDO EL ALMA

Desde una perspectiva Bíblica

OKLAHOMA CITY

Cumbre Teológica 2026

WWW.DECFARCS.ORG

Salud Emocional y Fe
SANANDO EL ALMA
Desde una perspectiva Bíblica

¿Sabías qué?

La salud mental y emocional se ha convertido en un tema fundamental en nuestros tiempos, y los líderes eclesiásticos tampoco están **exentos** del cansancio, el **estrés**, la **soledad** y el **agotamiento**. En investigaciones recientes, Barna encontró que más del **60%** de los pastores reportan sentirse emocional o mentalmente agotados con frecuencia o algunas veces, aunque esta cifra ha mejorado respecto a años anteriores. Además, un estudio de Barna reportó que **18%** de los pastores protestantes sénior en EE. UU. dijeron haber contemplado autolesionarse o suicidarse durante el año anterior, lo que demuestra la importancia de que los líderes también reciban apoyo. La buena noticia es que estudios también muestran que el **apoyo emocional** de la congregación puede reducir los efectos de la depresión y el agotamiento pastoral. Por eso, **cuidar la mente**, las **emociones** y el **espíritu** no es falta de fe, sino parte de reconocer nuestra humanidad y nuestra necesidad de Dios y de otros.

Cumbre Teológica 2026
WWW.DECFARCS.ORG

Salud Emocional y Fe
SANANDO EL ALMA
Desde una perspectiva Bíblica

4 VERSÍCULOS QUE TRAEN PAZ Y FORTALEZA

1. Salmo 46:1 — «Dios es nuestro amparo y fortaleza, nuestro pronto auxilio en las tribulaciones.»

2. Isaías 41:10 — «No temas, porque yo estoy contigo; no desmayes, porque yo soy tu Dios que te esfuerzo.»

3. Mateo 11:28 — «Venid a mí todos los que estáis trabajados y cargados, y yo os haré descansar.»

4. Filipenses 4:6-7 — «Por nada estéis afanosos… y la paz de Dios, que sobrepasa todo entendimiento, guardará vuestros corazones y vuestros pensamientos en Cristo Jesús.»

Cumbre Teológica 2026
WWW.DECFARCS.ORG

Salud Emocional y Fe
SANANDO EL ALMA
Desde una perspectiva Biblica

Programa:

REGISTRO (**9-10A.M.**)

Maestras de Ceremonia:
- Karen Javier y Jaira Rivera

- Apertura e Invocación 10:00A.M. a 10:10A.M.

Presentación de visitas y cuerpo ministerial 10:10A.M. a 10:12A.M.
- Pastor Guillermo

Saludos Protocolares 10:12A.M. a 10:20A.M.
- Rvdo. Walter Conde
- Presentación del Recurso (Dr. Peter Burgos)

Conferencia 10:20A.M. a 12:20P.M.
-Dr. Peter Burgos Vega

Clausura y DDespedida 12:55P.M.
- Rvdo. Julio Nolasco

Almuerzo (1:00P.M.)

Cumbre Teológica 2026
WWW.DECFARCS.ORG

Salud Emocional y Fe
SANANDO EL ALMA
Desde una perspectiva Bíblica

SANANDO LAS HERIDAS INVISIBLES DEL ALMA



DR. PETER BURGOS VEGA

Cumbre Teológica 2026
WWW.DECFARCS.ORG

Salud Emocional y Fe
SANANDO EL ALMA
Desde una perspectiva Bíblica

HERIDAS Y SUS MÁSCARAS





ABANDONO	→	CONTROL
RECHAZO	→	COMPLACENCIA
TRAICIÓN	→	DESCONFIANZA
HUMILLACIÓN	→	ORGULLO
INJUSTICIA	→	PERFECCIONISMO

Impacto de las Heridas emocionales en Relaciones

Herida de Abandono

- Relación codependiente.
- Miedo a la soledad.
- Necesidad de atención constante.



Herida de Traición

- Relaciones tensas.
- Necesidad de controlar.
- Temor a la traición.

Herida de Rechazo

- Relaciones distantes.
- Evitación del compromiso.
- Desconfianza en los demás.

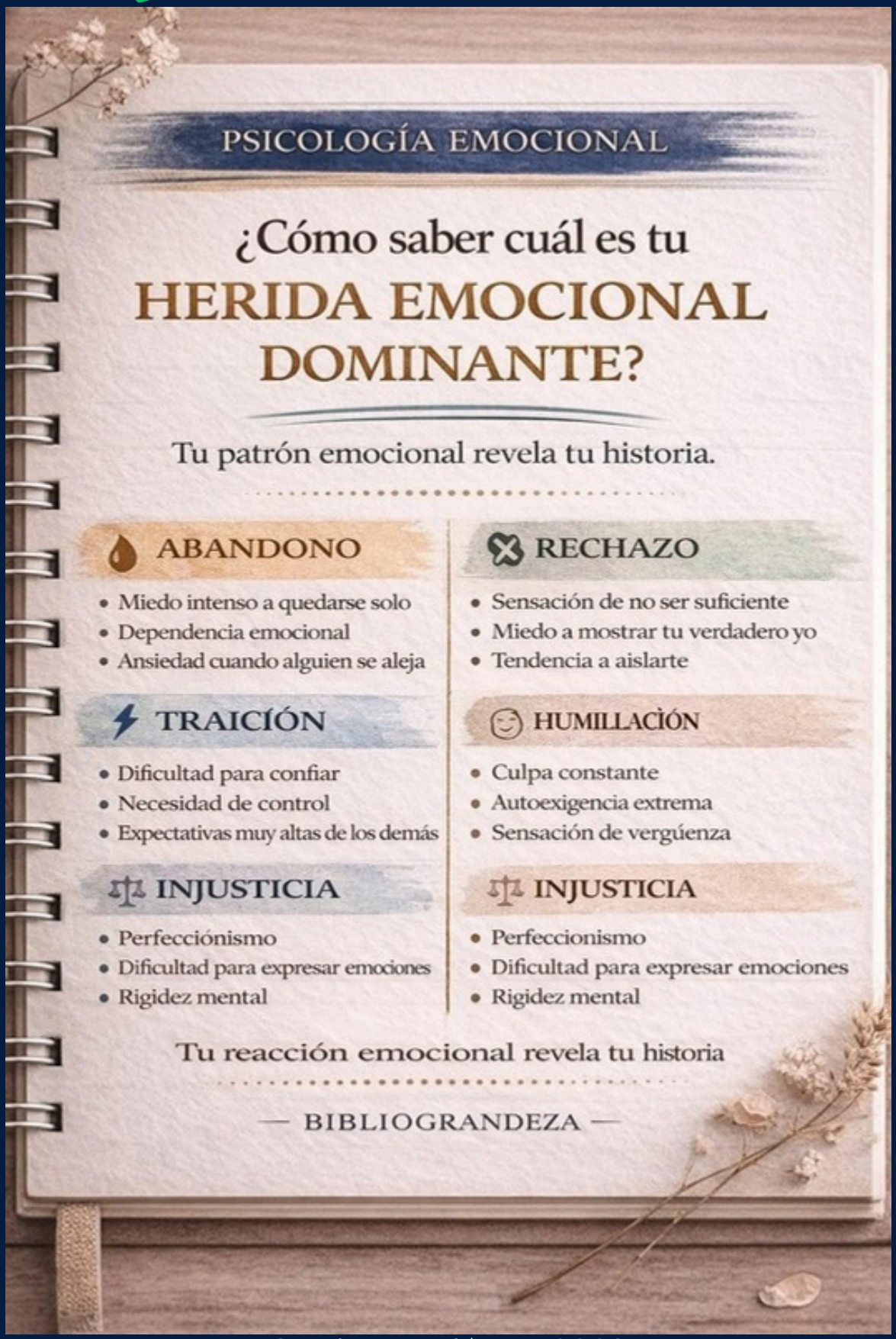
Herida de Humillación

- Aceptación de situaciones degradantes.
- Falta de límites.
- Baja autoestima.

Herida de Injusticia

- Relaciones frías.
- Perfeccionismo extremo.
- Incapacidad de aceptar ayuda.

PS A PSICÓLOGOS


PSICOLOGÍA EMOCIONAL
¿Cómo saber cuál es tu
HERIDA EMOCIONAL DOMINANTE?
Tu patrón emocional revela tu historia.
ABANDONO
• Miedo intenso a quedarse solo
• Dependencia emocional
• Ansiedad cuando alguien se aleja
RECHAZO
• Sensación de no ser suficiente
• Miedo a mostrar tu verdadero yo
• Tendencia a aislarte
TRAICIÓN
• Dificultad para confiar
• Necesidad de control
• Expectativas muy altas de los demás
HUMILLACIÓN
• Culpa constante
• Autoexigencia extrema
• Sensación de vergüenza
INJUSTICIA
• Perfeccionismo
• Dificultad para expresar emociones
• Rigidez mental
INJUSTICIA
• Perfeccionismo
• Dificultad para expresar emociones
• Rigidez mental
Tu reacción emocional revela tu historia
— BIBLIOGRANDEZA —

Salud Emocional y Fe
SANANDO EL ALMA
Desde una perspectiva Bíblica

HERIDA DE RECHAZO

- RECHAZAS ALGUNOS ASPECTOS DE TI
- TE AMOLDAS CON FACILIDAD
- PREFIERES QUEDARTE CALLADO CON TAL DE EVITAR CONFLICTOS
- TE JUZGAS Y COMPARAS CONTINUAMENTE
- TE CUESTA PEDIR AYUDA

Salud Emocional y Fe
SANANDO EL ALMA
Desde una perspectiva Bíblica

QUE ES UNA HERIDA EMOCIONAL?



Salud Emocional y Fe

SANANDO EL ALMA

Desde una perspectiva Bíblica

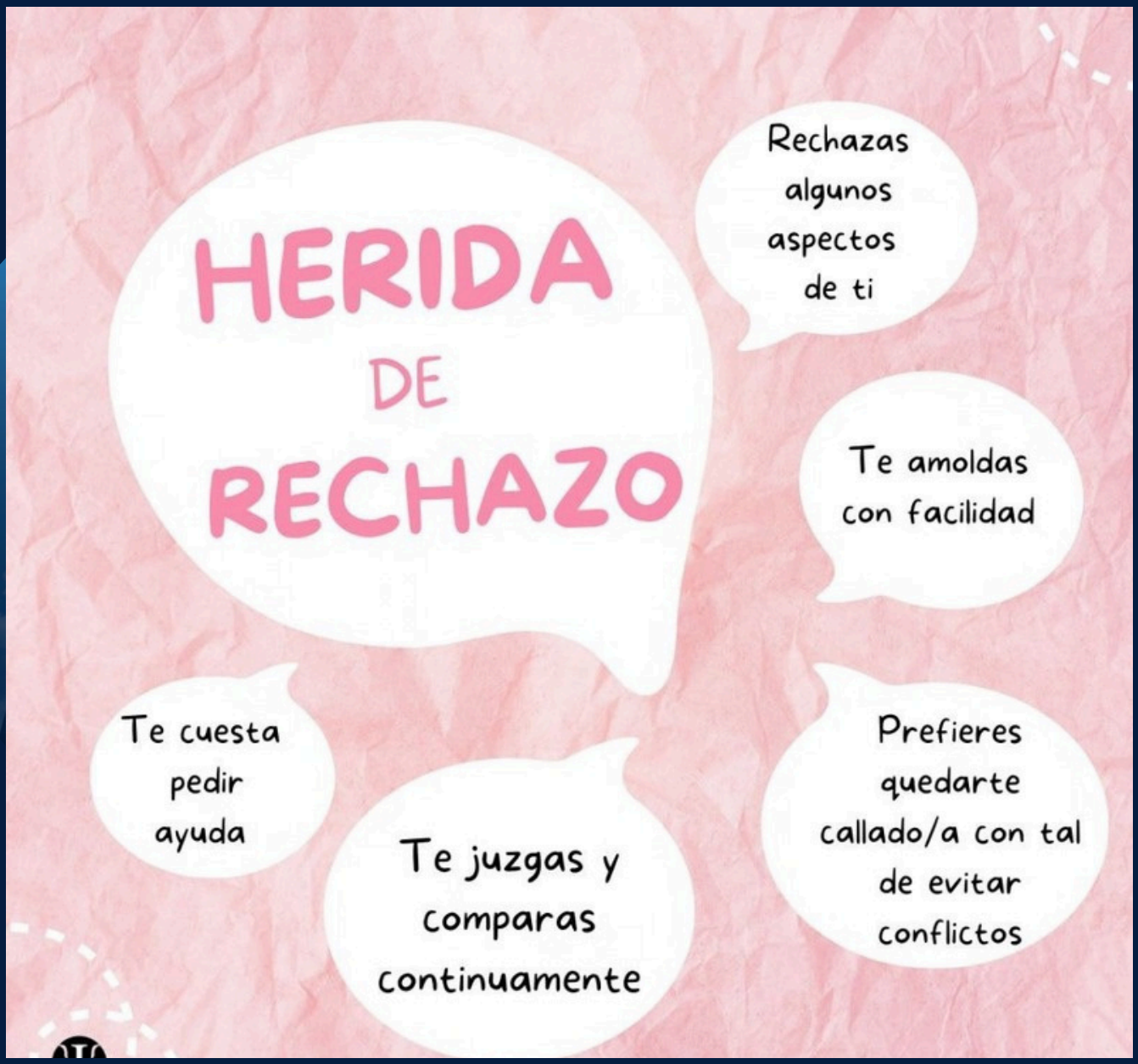




Salud Emocional y Fe
SANANDO EL ALMA
Desde una perspectiva Bíblica

LA MASCARA DEL ENOJO




HERIDA
DE
RECHAZO
Rechazas algunos aspectos de ti
Te amoldas con facilidad
Prefieres quedarte callado/a con tal de evitar conflictos
Te juzgas y comparas continuamente
Te cuesta pedir ayuda

Salud Emocional y Fe
SANANDO EL ALMA
Desde una perspectiva Bíblica



¡Algunas personas no quieren curarse porque están identificadas con sus heridas, que sin ellas no sabrían quiénes son!

-Dr. Peter Burgos Vega

Salud Emocional y Fe
SANANDO EL ALMA
Desde una perspectiva Bíblica

UNA HERIDA NO SANADA PUEDE CONVERTIRSE EN UN LENTE DESDE LA VUAL INTERPRETEMOS LA VIDA

Cumbre Teológica 2026
WWW.DECFARCS.ORG

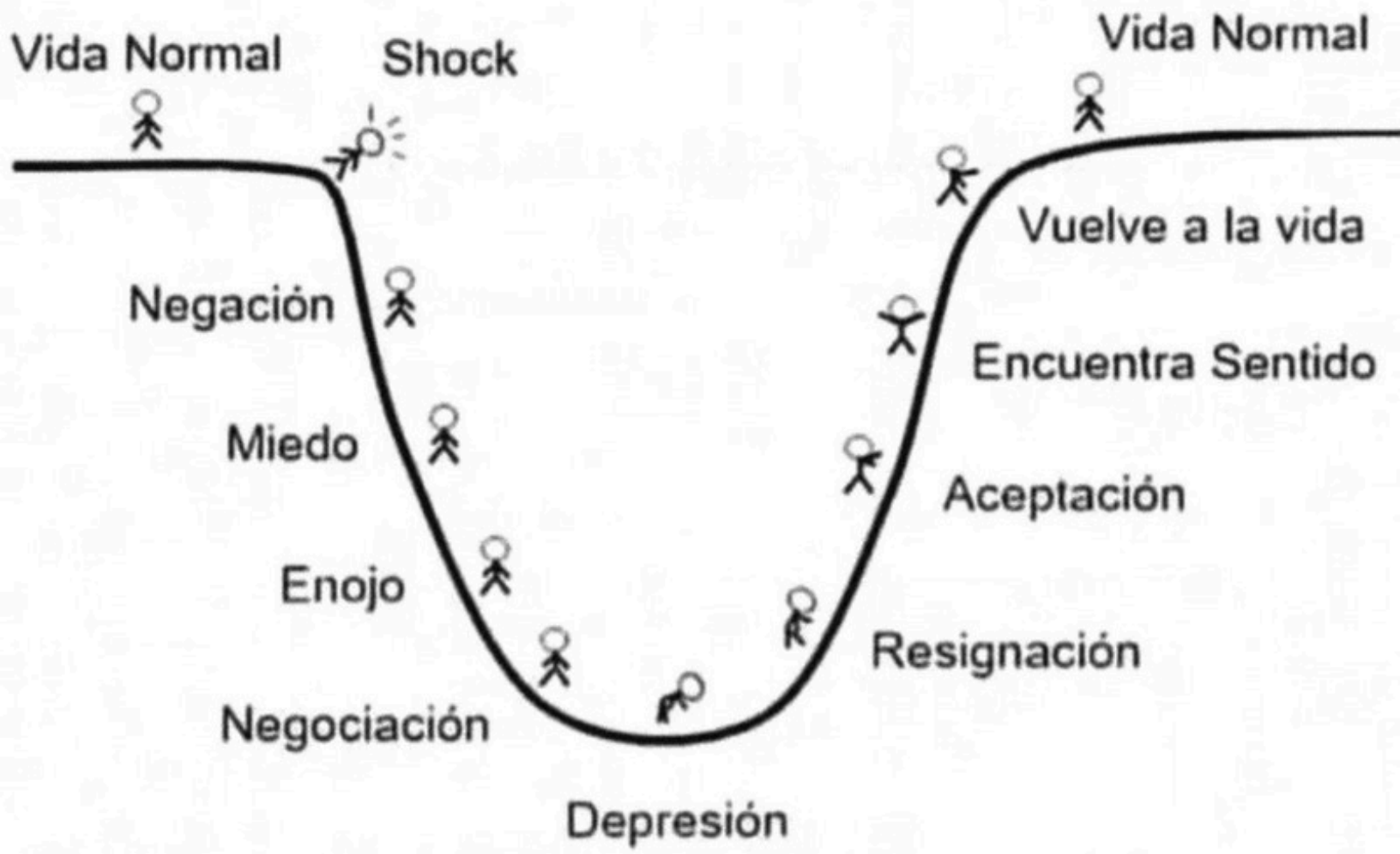

HERIDAS
ABANDONO
RECHAZO
HUMILLACIÓN
TRAICIÓN
INJUSTICIA
DEPENDIENTE
HUIDIZO
MASOQUISTA
CONTROLADOR
RÍGIDO
MÁSCARAS

Salud Emocional y Fe
SANANDO EL ALMA
Desde una perspectiva Bíblica

EL TRAUMA COMPLEJO SE DISFRAZA DE FORTALEZA

LO QUE SE VE	LO QUE REALMENTE PASA
Fuerte	Vive en hipervigilancia constante
Siempre Ocupada	No soporta parar porque se siente
Empática con todos	insegura
Siempre sonríe	Tiene miedo a que la rechacen
Ayuda a todos	Está agotada emocionalmente
	No sabe pedir ayuda

ETAPAS DE DUELO



PERMÍTETE LLORAR

PORQUE...

Cuando lloras...

Liberas opiáceos y oxitocinas. Dos hormonas que alivian el dolor.

Cuando lloras...

Tu estado de ánimo mejora deshaciéndose del estrés y toxinas acumuladas.

Cuando lloras...

Eliminas gérmenes y bacterias gracias a una sustancia presente en las lágrimas, llamada lisozima.

Cuando lloras...

Tu cuerpo y tu mente lo agradece. Así que llora lo que tengas que llorar.

Cuando lloras...

En situaciones de estrés, tus lágrimas expulsan de tu organismo sustancias que aumentan el cortisol, la hormona responsable de ese estado de alerta.

Lloramos de tristeza, de alegría o cualquier emoción fuerte. Llorar es tan normal como respirar. Lloramos para comunicarnos, para equilibrar nuestra salud y nuestras emociones.

Los traumas

no sanados pueden verse así



Bajo sentido de autoestima

Codependencia en las relaciones

Miedo a ser abandonado

Dejar a un lado tus necesidades por otras personas

Deseo de validación externa

Siempre temiendo lo que podría pasar después

Resistiendo el cambio positivo

Tolerar comportamientos abusivos de otros

Ser demasiado agradable

Un sentimiento innato de vergüenza

Ser incapaz de tolerar el conflicto

¿Qué hacemos con el dolor?



LO QUE ESCONDE "YO ES QUE TENGO MUCHA ANSIEDAD Y NO SÉ POR QUÉ"



Tipos de Perdón y sus Diferencias



Perdón hacia los demás

- Cuando alguien nos hiere o falla.
- Implica liberar el resentimiento hacia esa persona.
- No siempre significa reconciliación, sino soltar la carga emocional.



Perdón hacia uno mismo

- Reconocer errores propios sin juzgarse con dureza.
- Permite aprender, crecer y avanzar sin culpa.
- Es clave para la autoestima y la paz interior.



Perdón condicional

- Se otorga bajo ciertas circunstancias (ej. “te perdono si cambias”).
- No siempre libera totalmente la herida
- Suele ser fràgil y depende del comportamiento futuro.



Perdón incondicional

- Se ofrece sin esperar nada a cambio
- Nace de la compasión y del deseo de paz interior
- Es el más liberador, aunque también el mas dificil de dar.



Perdón espiritual o trascendental

- Basado en creencias religiosás o espirituales
- Busca conectar con algo superior (Dios, universo, energia)
- Transforma el dolor en un camino de sanacion


RASGOS DE LA MADUREZ EMOCIONAL
ACEPTAR RESPONSABILIDAD
EMPATÍA Y COMPASIÓN
APERTURA A LA RETROALIMENTACIÓN
CAPACIDAD DE SER VULNERABLE
PRIORIZAR EL CRECIMIENTO PERSONAL
DISCULPARSE SINCERAMENTE
GESTIONAR LAS EMOCIONES


LO QUE PENSAMOS QUE ES SANAR
Darnos cuenta del problema
Acción positiva o terapia
Sanación completa
carmencontrerasmoreno6
LO QUE REALMENTE ES SANAR
Darnos cuenta del problema
Acciózasa terapia
Recaidas a nuestros habitos no sanos
Entender la raiz del problema
Recaidas a nuestros habitoś no sanos
Ir mejorando cada dia

CUANDO LAS HERIDAS DEL ALMA
SE CONVIERTEN EN
UN CAMPO DE BATALLA
Espiritual



Su relación con Dios,
debilitando la confianza y
la intimidad espiritual.



Su identidad,
distorsionando la forma en que
se percibe a sí mismo.



Su libertad emocional y espiritual,
manteniéndolo atado a patrones
de dolor y sufrimiento.

TRES PUERTAS DEL ALMA QUE SATANÁS UTILIZA PARA OPRIMIR AL CREYENTE

Dr. Peter Burgos Vega

LA PUERTA DEL TEMOR

Las heridas emocionales pueden alimentar el miedo, la ansiedad y la desconfianza.
El temor roba la paz, limita la fe y mantiene al creyente cautivo de pensamientos contrarios a las promesas de Dios.

APOYO BÍBLICO

> *"Porque no nos ha dado Dios espíritu de cobardía, sino de poder, de amor y de dominio propio."*
> **(2 Timoteo 1:7)**

> *"Vuestro adversario el diablo, como león rugiente, anda alrededor buscando a quien devorar."*
> **(1 Pedro 5:8)**

SERIE: LAS PUERTAS DEL ALMA

TRES PUERTAS DEL ALMA QUE SATANÁS UTILIZA PARA OPRIMIR AL CREYENTE

Dr. Peter Burgos Vega

LA PUERTA DEL RECHAZO

Las experiencias de abandono, rechazo o menosprecio pueden producir inseguridad, vergüenza y una identidad distorsionada.

El enemigo aprovecha estas heridas para sembrar mentiras acerca de quiénes somos y cuánto valemos para Dios.

APOYO BÍBLICO

> *"Aunque mi padre y mi madre me dejaran, con todo, Jehová me recogerá."*
> **(Salmo 27:10)**

> *"Porque es mentiroso, y padre de mentira."*
> **(Juan 8:44)**

SERIE: LAS PUERTAS DEL ALMA

TRES PUERTAS DEL ALMA QUE SATANÁS UTILIZA PARA OPRIMIR AL CREYENTE

Dr. Peter Burgos Vega

LA PUERTA DE LA AMARGURA

Una herida no sanada puede transformarse en resentimiento y falta de perdón. La amargura contamina el corazón, afecta las relaciones y da lugar a la influencia del enemigo.

APOYO BÍBLICO

"*"Mirad bien... que brotando alguna raíz de amargura, os estorbe, y por ella muchos sean contaminados."* **(Hebreos 12:15)**

"*"Ni deis lugar al diablo."* **(Efesios 4:27)**

SERIE: LAS PUERTAS DEL ALMA

Salud Emocional y Fe
SANANDO EL ALMA
Desde una perspectiva Bíblica

No creo que el proceso de sanidad termine nunca. Solo llega un momento en el que decides que tus heridas no te impedirán convertirte en la persona que Dios diseño que seas. El amor propio es un viaje que dura toda la vida y a veces es más difícil que otros!

-Dr. Peter Burgos Vega

Salud Emocional y Fe
SANANDO EL ALMA
Desde una perspectiva Bíblica

¡Próximos Seminarios!



Cumbre Teológica 2026
WWW.DECFARCS.ORG

Salud Emocional y Fe
SANANDO EL ALMA
Desde una perspectiva Bíblica



Cumbre Teológica 2026
WWW.DECFARCS.ORG

Salud Emocional y Fe
SANANDO EL ALMA
Desde una perspectiva Bíblica

Sección de preguntas y respuestas



Cumbre Teológica 2026
WWW.DECFARCS.ORG

DEPARTAMENTO DE EDUCACIÓN CRISTIANA Y FAMILIA
"Id y haced discípulos... enseñándoles que guarden todas las cosas que os he mandado" Mateo 28:19-20
REGIÓN CENTRO SUR
IGLESIA DE DIOS PENTECOSTAL M.I.

Gracias

Salud Emocional y Fe

SANANDO EL ALMA

Desde una perspectiva Bíblica

OKLAHOMA CITY

Cumbre Teológica 2026

WWW.DECFARCS.ORG