



YOGA DE LA RISA® EN ESPAÑA

BIENESTAR • COMUNIDAD • PROFESIONALIDAD

Un método para mejorar la salud, fortalecer vínculos
y construir comunidades más felices y resilientes.



RÍE. CONECTA. TRANSFORMA.
CONSTRUIMOS JUNTOS UN MUNDO MÁS HUMANO.



BIENESTAR FÍSICO Y EMOCIONAL



CONEXIÓN Y COHESIÓN SOCIAL



CALIDAD Y SEGURIDAD PROFESIONAL



FORMACIÓN OFICIAL Y CONTINUIDAD



ÉTICA Y RESPONSABILIDAD



IMPACTO POSITIVO EN LA SOCIEDAD



Favorece el bienestar físico y mental



Refuerza el sistema inmunológico



Mejora las relaciones y la cohesión social



Aporta energía, optimismo y vitalidad



Nos ayuda a afrontar los desafíos del día a día



SEDE OFICIAL EN ESPAÑA DE YOGA DE LA RISA®



Sistema profesional orientado al desarrollo, representación y difusión responsable de Yoga de la Risa® en España.



Representación profesional



Formación y calidad



Ética y buenas prácticas



Difusión responsable y sostenible



LA RISA ES UNIVERSAL. EL YOGA DE LA RISA® ES PARA TODA LA VIDA.

YOGA DE LA RISA® EN ESPAÑA

Marco profesional, organizativo y de representación de marca

Documento explicativo orientado a contextualizar la implantación, estructura y representación profesional de Yoga de la Risa® en España.

1. Introducción

Yoga de la Risa® constituye un método grupal basado en ejercicios de risa, respiración y dinámicas participativas orientadas al bienestar, la cohesión grupal y la interacción social positiva. El método fue desarrollado internacionalmente por el Dr. Madan Kataria y posteriormente difundido en distintos países mediante actividades comunitarias, clubes, talleres y estructuras formativas.

En España, el desarrollo de Yoga de la Risa® ha evolucionado hacia un modelo que combina la dimensión comunitaria y participativa del método con una estructura profesional orientada a garantizar calidad, continuidad, responsabilidad y representación adecuada de la marca.

¿QUÉ ES EL YOGA DE LA RISA®?



UN MÉTODO SIMPLE, PODEROSO Y ACCESIBLE PARA TODOS

El Yoga de la Risa® es un método creado por el Dr. Madan Kataria en 1995 en la India.

Combina ejercicios de risa, respiración y movimiento para cualquier persona pueda reír sin necesidad de humor, conectando cuerpo, mente y emociones de forma natural.



RISA

Ejercicios de risa intencional que pronto se vuelve contagiosa y real.



RESPIRACIÓN

Técnicas de respiración profunda que oxigenan el cuerpo y relajan la mente.



MOVIMIENTO

Movimientos sencillos y juegos que liberan tensiones y aportan energía.



CONEXIÓN

La risa nos conecta con los demás y crea un sentimiento de pertenencia.



ES MUCHO MÁS QUE REÍR



Favorece el bienestar físico y mental



Refuerza el sistema inmunológico



Mejora las relaciones y la cohesión social



Aporta energía, optimismo y vitalidad



Nos ayuda a afrontar los desafíos del día a día

LA RISA ES UNIVERSAL. EL YOGA DE LA RISA® ES PARA TODA LA VIDA.

2. Marca y denominación en España

La denominación “Yoga de la Risa®” constituye una marca registrada en España ante la Oficina Española de Patentes y Marcas (OEPM), siendo su titular Javier Ruiz Gómez.

La expresión “Laughter Yoga” en inglés se encuentra vinculada al desarrollo internacional impulsado por el Dr. Madan Kataria y Laughter Yoga International.

La existencia de registros, usos y estructuras organizativas puede variar según el territorio y la normativa aplicable en cada país.

BENEFICIOS COMPROBADOS

LA RISA TRANSFORMA CUERPO, MENTE Y RELACIONES

Diversos estudios científicos han demostrado que la práctica regular del Yoga de la Risa® aporta múltiples beneficios para la salud física, mental y emocional, y fortalece los vínculos sociales.



REDUCE EL ESTRÉS Y LA ANSIEDAD

La risa disminuye los niveles de cortisol y promueve la relajación, ayudando a afrontar mejor las situaciones diarias.



MEJORA EL ESTADO DE ÁNIMO

Estimula la liberación de endorfinas y serotonina, generando sensaciones de bienestar, alegría y optimismo.



FORTALECE EL SISTEMA INMUNOLÓGICO

Aumenta la actividad de las células NK y la producción de anticuerpos, reforzando nuestras defensas naturales.



APORTA ENERGÍA Y VITALIDAD

La risa activa la circulación, oxigena el cuerpo y reduce la fatiga, aportando una sensación de energía renovada.



FAVORECE LA CONEXIÓN SOCIAL

Rompe barreras, crea vínculos y fomenta la empatía, la confianza y el sentido de pertenencia.



MEJORA LA COMUNICACIÓN

Facilita la expresión, mejora la escucha activa y crea un ambiente de apertura y colaboración.



DESARROLLA RESILIENCIA Y BIENESTAR EMOCIONAL

Ayuda a gestionar mejor las emociones, aumenta la autoestima y promueve una actitud positiva ante la vida.



APOYA LA SALUD CARDIOVASCULAR

Mejora la circulación, ayuda a regular la presión arterial y contribuye a la salud del corazón.



MAYORES



EMPRESAS Y ORGANIZACIONES



EDUCACIÓN



SALUD Y BIENESTAR



UNA HERRAMIENTA SENCILLA CON UN IMPACTO PROFUNDO

La risa es gratuita, accesible y universal. Sus beneficios son reales, medibles y están al alcance de todos.

3. Estructura profesional y organizativa en España

El modelo desarrollado en España diferencia entre:

- Actividades comunitarias y Clubes de la Risa.
- Facilitadores y Líderes de Yoga de la Risa.
- Profesores responsables de la formación oficial, supervisión pedagógica y desarrollo profesional del método.

Esta estructura busca compatibilizar la dimensión abierta y participativa del método con criterios de responsabilidad profesional y representación adecuada de la marca en contextos organizacionales y comerciales.

ESTRUCTURA PROFESIONAL EN ESPAÑA

FORMACIÓN, CALIDAD Y CONTINUIDAD

El Yoga de la Risa® en España cuenta con una estructura profesional que garantiza la calidad, la coherencia metodológica y la seguridad en su práctica y enseñanza.



NUESTRO MODELO SE BASA EN TRES NIVELES PROFESIONALES COMPLEMENTARIOS



CLUBES DE LA RISA ESPACIOS COMUNITARIOS

Actividades abiertas, inclusivas y participativas que promueven la salud, el bienestar y la cohesión social.

- ✓ Dirigidos por Líderes cualificados
- ✓ Participación voluntaria y accesible para todos
- ✓ Fomentan la conexión, la alegría y el apoyo mutuo
- ✓ Presencia en centros sociales, asociaciones, municipios y entidades



LÍDER / MONITOR FACILITADORES CUALIFICADOS

Profesionales formados para facilitar sesiones de Yoga de la Risa® en diferentes contextos comunitarios y organizacionales.

- ✓ Formación oficial y certificada
- ✓ Conocen el método y su aplicación práctica
- ✓ Facilitan sesiones seguras y efectivas
- ✓ Actúan con ética, responsabilidad y respeto al grupo



PROFESOR FORMADORES Y RESPONSABLES

Máximo nivel de cualificación. Responsables de la formación, supervisión y desarrollo del método en España.

- ✓ Formación avanzada y acreditación oficial
- ✓ Forman y supervisan a Líderes
- ✓ Garantizan la calidad y la coherencia metodológica
- ✓ Representan oficialmente el método en el territorio

ELEMENTOS QUE SOSTIENEN NUESTRA ESTRUCTURA



Formación oficial y certificada



Calidad y seguridad en la práctica



Supervisión y acompañamiento continuo



Ética y responsabilidad profesional



Representación oficial del método en España



UNA ESTRUCTURA QUE GARANTIZA CALIDAD, CERCANÍA Y COMPROMISO

para que la risa transforme vidas y comunidades.



4. Diferencia entre actividad comunitaria y actividad profesional

Los Clubes de la Risa y actividades comunitarias gratuitas pueden desarrollarse desde una lógica participativa y colaborativa.

Sin embargo, las actividades profesionales o remuneradas desarrolladas bajo la denominación Yoga de la Risa® implican una representación pública de la marca y del método. Por ello, en España se considera necesario que dichas actividades sean dirigidas e impartidas por profesionales autorizados dentro de la estructura profesional establecida.

ACTIVIDADES EN MÚLTIPLES ENTORNOS

Una herramienta versátil para el bienestar y el desarrollo humano

El Yoga de la Risa® se adapta a diferentes ámbitos y necesidades, generando bienestar, fortaleciendo vínculos y creando entornos más positivos, saludables y humanos.



EDUCACIÓN

Mejora el clima escolar, fomenta la convivencia, la atención y el aprendizaje a través de la risa y el juego consciente.



SALUD Y BIENESTAR

Complementa tratamientos y mejora la calidad de vida de pacientes, cuidadores y profesionales sanitarios. Reduce el estrés y el dolor percibido.



EMPRESAS Y ORGANIZACIONES

Aumenta la motivación, la creatividad y el trabajo en equipo. Mejora la comunicación, reduce el estrés laboral y fortalece la cultura organizacional.



COMUNIDAD Y ENTIDADES SOCIALES

Fortalece el tejido social, promueve la participación ciudadana y aporta alegría, inclusión y sentido de pertenencia.



PERSONAS MAYORES

Favorece la vitalidad, la movilidad, la memoria y el buen estado de ánimo. Promueve relaciones significativas y envejecimiento activo.



EVENTOS Y CELEBRACIONES

Aporta un toque único y transformador a encuentros, festivales, congresos y actividades culturales y deportivas.



APLICABLE, INCLUSIVO Y TRANSFORMADOR

El Yoga de la Risa® es una práctica flexible que se adapta a cualquier grupo, espacio y necesidad, promoviendo bienestar integral y construyendo comunidades más felices y resilientes.



INCLUSIVO

Para todas las edades y condiciones



ACCESIBLE

No requiere material ni habilidades previas



TRANSFORMADOR

Impacta positivamente en las personas y en su entorno



CONECTA

Une personas, fortalece vínculos y crea comunidad



SOSTENIBLE

Pequeñas prácticas que generan grandes cambios

“ La risa es el lenguaje universal que conecta corazones y transforma realidades. ”

5. Sistema de autorización y licencias

El sistema de autorizaciones y licencias desarrollado en España tiene como finalidad:

- Garantizar coherencia metodológica.
- Facilitar trazabilidad profesional.
- Proteger la representación pública de la marca.
- Diferenciar actividades comunitarias de actividades profesionales.
- Favorecer la continuidad y sostenibilidad del ecosistema profesional.

Este sistema no pretende limitar la difusión del método, sino ordenar el ejercicio profesional desarrollado bajo la denominación Yoga de la Risa® en España.

CALIDAD, ÉTICA Y REPRESENTACIÓN OFICIAL EN ESPAÑA

Compromiso, responsabilidad y confianza

El Yoga de la Risa® en España se sustenta en principios de calidad, ética profesional y servicio a la comunidad, garantizando que la práctica y enseñanza del método se realice con rigor, respeto y responsabilidad.



PROFESIONALES AL SERVICIO DE PERSONAS Y COMUNIDADES



FORMACIÓN OFICIAL Y CERTIFICADA

Nuestros programas de formación siguen los estándares internacionales del Dr. Madan Kataria y son impartidos por formadores acreditados.



CALIDAD Y COHERENCIA METODOLÓGICA

Garantizamos la fidelidad al método original, la actualización continua y la mejora constante de nuestras prácticas y formaciones.



ÉTICA Y RESPONSABILIDAD PROFESIONAL

Actuamos con integridad, respeto y responsabilidad hacia las personas, los grupos y las comunidades a las que servimos.



REPRESENTACIÓN OFICIAL DEL MÉTODO EN ESPAÑA

Somos la entidad autorizada para la formación, certificación y difusión del Yoga de la Risa® en el territorio nacional.



COMPROMISO CON LA SOCIEDAD

Promovemos el bienestar, la inclusión, la salud y la felicidad como pilares para construir una sociedad más humana y solidaria.



NUESTRO COMPROMISO

Trabajamos cada día para que la risa sea una herramienta de transformación personal y social, al alcance de todos.



SERVICIO

Ponemos a las personas en el centro de todo lo que hacemos.



RESPECTO

Valoramos la diversidad y actuamos con empatía y consideración.



INTEGRIDAD

Actuamos con honestidad, transparencia y coherencia en nuestras acciones.



EXCELENCIA

Buscamos la excelencia en la formación, la práctica y los resultados.



COMUNIDAD

Creemos en el poder de la conexión humana y el trabajo conjunto.



LA RISA ES NUESTRA MISIÓN. EL BIENESTAR, NUESTRO PROPÓSITO. LAS PERSONAS, NUESTRA RAZÓN.



6 Riesgos del uso no autorizado



El uso no autorizado de la denominación **Yoga de la Risa®** en actividades comerciales, formativas o promocionales puede generar los siguientes riesgos:



CONFUSIÓN EN EL PÚBLICO

Las personas pueden desconocer si la actividad está acreditada y dirigida por profesionales formados dentro de la estructura oficial, generando incertidumbre sobre su calidad y origen.



APARIENCIA DE OFICIALIDAD INEXISTENTE

El uso de la denominación puede dar a entender que una actividad, formación o servicio cuenta con respaldo o autorización oficial cuando no es así.



DETERIORO REPUTACIONAL

La práctica inadecuada, la falta de formación o la desinformación pueden dañar la imagen del método y generar desconfianza en personas, organizaciones y entidades colaboradoras.



FALTA DE COHERENCIA METODOLÓGICA

La ausencia de formación oficial puede derivar en interpretaciones parciales o incorrectas del método, afectando a su esencia, efectividad e impacto en el bienestar de las personas.



DIFICULTAD PARA IDENTIFICAR RESPONSABLES PROFESIONALES

En caso de incidencias, daños o reclamaciones, resulta complejo determinar quién es el responsable de la actividad y bajo qué criterios ha sido realizada.

Estos riesgos adquieren especial relevancia cuando la actividad **se comercializa en plataformas formativas, organizaciones o entornos profesionales.**



La protección de la denominación Yoga de la Risa® **no tiene como finalidad limitar la difusión de la risa** o del bienestar, sino garantizar que las actividades desarrolladas bajo esta denominación se realicen con criterios de **calidad, responsabilidad y respeto** hacia las personas y comunidades participantes.



Proteger la marca es proteger a las personas, la calidad del método y el futuro de una comunidad que elige la risa para construir un mundo más humano.



**RÍE. RESPIRA. CONECTA.
TRASCIENDE.
CONSTRUIMOS JUNTOS
UN MUNDO MÁS HUMANO.**



CONCLUSIÓN

LA RISA ES MÁS QUE BIENESTAR: ES SALUD, CONEXIÓN Y TRANSFORMACIÓN

El Yoga de la Risa® es una práctica seria, con base científica, impacto social y una estructura profesional sólida que garantiza su calidad y continuidad en España.

Proteger el método es proteger a las personas, a los profesionales y a las comunidades que confían en él cada día.



RÍE
CONECTA
TRANSFORMA



EN RESUMEN, EL YOGA DE LA RISA® EN ESPAÑA:



APORTA BENEFICIOS REALES

Mejora la salud física, mental y emocional, fortalece el sistema inmunológico, reduce el estrés y aumenta la calidad de vida.



TIENE UN IMPACTO SOCIAL POSITIVO

Fortalece vínculos, crea comunidades más felices, inclusivas y resilientes en múltiples entornos y grupos de población.



SE SUSTENTA EN PROFESIONALIDAD Y CALIDAD

Cuenta con formación oficial, estructura profesional, supervisión y ética, asegurando la eficacia y seguridad del método.



REQUIERE PROTECCIÓN

El uso no autorizado pone en riesgo a las personas, la reputación del método y el trabajo de miles de profesionales formados.



ESTÁ ALINEADO CON NECESIDADES REALES

Responde a los desafíos actuales de salud, bienestar, conexión humana y sostenibilidad social en nuestra sociedad.



ES UNA HERRAMIENTA DE TRANSFORMACIÓN

La risa tiene el poder de cambiar estados, relaciones, organizaciones y comunidades, generando un mundo más humano y compasivo.



LA RISA NOS UNE. PROTEGERLA ES GARANTIZAR SU FUTURO.

Seguimos comprometidos con la difusión responsable, la formación de calidad y el servicio a las personas y comunidades.



NUESTRO COMPROMISO CONTINÚA

Promovemos la risa como un derecho, una herramienta de salud y un camino hacia una sociedad más consciente, solidaria y feliz.

RÍE. CONECTA. TRANSFORMA.

Juntos, construimos un mundo mejor.



EL YOGA DE LA RISA® ES MÁS QUE UNA PRÁCTICA.
ES UN MOVIMIENTO GLOBAL DE BIENESTAR, CONEXIÓN Y TRANSFORMACIÓN HUMANA.

GRACIAS POR APOYAR, DIFUNDIR Y PROTEGER LA RISA.
GRACIAS POR SER PARTE DEL CAMBIO.





SEDE OFICIAL EN ESPAÑA DE YOGA DE LA RISA®

Sistema profesional orientado al desarrollo,
representación y difusión responsable
de Yoga de la Risa® en España.



“
**LA RISA ES UNIVERSAL.
EL YOGA DE LA RISA®
ES PARA TODA LA VIDA.**



Trabajamos cada día para promover el bienestar,
la conexión humana y la transformación positiva
de personas, comunidades y organizaciones.

RÍE. CONECTA. TRANSFORMA.
CONSTRUIMOS JUNTOS UN MUNDO MÁS HUMANO.



**BIENESTAR
FÍSICO Y
EMOCIONAL**



**CONEXIÓN
Y COHESIÓN
SOCIAL**



**CALIDAD Y
SEGURIDAD
PROFESIONAL**



**FORMACIÓN
OFICIAL Y
CONTINUIDAD**



**ÉTICA Y
RESPONSABILIDAD**



**IMPACTO
POSITIVO EN
LA SOCIEDAD**

DATOS DE CONTACTO



WEB

<https://yogadelarisa.es>



CORREO ELECTRÓNICO

info@yogadelarisa.es



WHATSAPP

+34 659 16 05 76



DIRECCIÓN

Calle Azucena 7
18770 Alfacar
Granada, España

Gracias por confiar en el poder de la risa para crear un mundo mejor.



Representación profesional
Formación oficial
Ética y buenas prácticas
Difusión responsable y sostenible



La risa nos conecta,
nos transforma
y nos une.

**LA RISA ES UNIVERSAL.
EL YOGA DE LA RISA®
ES PARA TODA LA VIDA.**

