Doctor PN.™



MÉDICO · COACH · MOVIMIENTO

Biología. Mentalidad. Propósito.

Un sistema integral de transformación masculina basado en ciencia, mentalidad y propósito. Como médico te enseño tu biología. Como coach te entreno la mentalidad. A través de Mens con Propósito™ construimos hombres completos.

EDUCACIÓN MÉDICA | COACHING | COMUNIDAD | CONFERENCIAS

QUIÉN ESTÁ DETRÁS

Médico, coach y fundador de un movimiento.



Soy Paulo Navarrete. Médico Cirujano y especialista en Urología —título y licencia en Venezuela—, fundador y CEO de Mengenics y del Proyecto Abraham™. Mi misión es construir una plataforma integral de transformación masculina en español: educación médica, coaching y comunidad.

Nací en Maracay. Detrás hay una formación médica completa, quince años entre el quirófano y la consulta, y una constatación que se repite en cada paciente: el hombre llega tarde. Llega tarde al urólogo, al estudio de fertilidad, al chequeo hormonal. Y cuando llega, trae encima años de fatiga, de mala información y de silencio. Ese silencio es lo que vine a romper.

Título	Médico Cirujano · Universidad de Carabobo (2000–2007)
Especialidad	Especialista en Urología · Universidad de Carabobo (2011–2013)
Registro	Licencia médica venezolana N.º 73.551 · Registro de especialista MPPS/SACS
Certificaciones	Surgical Assistant–Certified (ABSA) · ACLS y BLS Provider (AHA) · Maxwell Leadership Certified Member
Membresías	SIU · Sociedad Venezolana de Urología · CAU · AUA (membresía internacional)
Investigación	Más de 25 trabajos presentados en congresos nacionales e internacionales
Idiomas	Español nativo · inglés profesional pleno

Aviso. El Dr. Navarrete posee licencia médica en Venezuela y no está licenciado para ejercer medicina en Estados Unidos. Todo el contenido de Doctor PN es educativo: no constituye consejo médico, diagnóstico ni tratamiento, y no crea una relación médico-paciente.

TRES FRENTES · UN SOLO HOMBRE

No trato síntomas. Construyo hombres.

Un hombre no se rompe solo por un análisis fuera de rango. Se rompe cuando su biología, su mente y su propósito van en direcciones distintas. Por eso el trabajo ocurre en tres frentes que se sostienen entre sí.

01 · EDUCACIÓN MÉDICA

Salud masculina

Hormonas, fertilidad, salud sexual, próstata y longevidad explicados por un urólogo, con evidencia y sin humo.

02 · DESARROLLO PERSONAL

Coaching

Disciplina, liderazgo, hábitos y dominio de la mente. Desarrollo personal — no terapia psicológica.

03 · COMUNIDAD

Mens con Propósito™

Una hermandad de hombres que se comprometen con su transformación juntos: círculos, eventos y mentoría compartida.

El Sistema M.E.N.S.™

El marco de transformación masculina sobre el que se sostiene todo el trabajo. Un hombre no se rompe de golpe: se desalinea por partes, hasta que deja de operar a su nivel.

M
Mente
Dominio y autogobierno

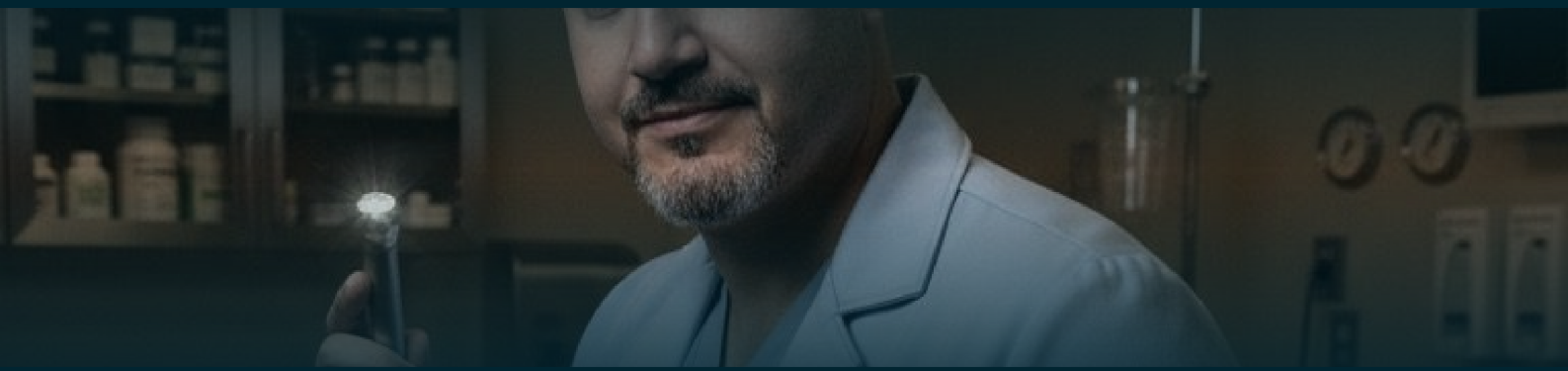
E
Energía
Vitalidad y vigor

N
Nobleza
Fuerza al servicio de algo mayor

S
Sabiduría
Propósito y legado

«La salud del hombre no se trata solo de vivir más. Se trata de vivir con poder, claridad y propósito.»

— Dr. Paulo Navarrete



EDUCACIÓN MÉDICA · UROLOGÍA Y ANDROLOGÍA

Todo lo que un hombre debería poder preguntar.

Los temas que más silencio generan en consulta, explicados con el mismo nivel de detalle con el que se los explico a un paciente — pero en formato abierto y gratuito.

HORMONAS

Optimización hormonal

Testosterona total y libre, SHBG, estradiol, prolactina, LH/FSH, cortisol y tiroides: cómo se leen en conjunto.

FERTILIDAD

Fertilidad masculina

Espermatograma paso a paso, motilidad, morfología, fragmentación de ADN y varicocele.

SALUD SEXUAL

Función sexual y deseo

Disfunción eréctil vascular, hormonal o psicogénica; eyaculación precoz; bajo deseo. Identificar el origen antes de medicar.

PRÓSTATA

Próstata y metabolismo

Hiperplasia, PSA sin alarmismo, tamizaje según edad y riesgo, y la relación entre próstata, peso e insulina.

LONGEVIDAD

Longevidad masculina

Sueño, fuerza, VO_2 máx, composición corporal y suplementación con respaldo. Qué mueve de verdad la aguja.

EVIDENCIA

Péptidos y biohacking

Qué dice la literatura y qué sobrevive a una lectura seria, con jerarquía de evidencia declarada.

PROYECTO ABRAHAM™ · FERTILIDAD MASCULINA

La mitad del problema es masculina.

En una proporción muy alta de parejas con dificultad para concebir hay un factor masculino involucrado — y aun así el hombre se estudia de último. Empezar por ahí ahorra tiempo, dinero y desgaste.

- Espermatograma: concentración, motilidad y morfología
- Qué es el DFI y por qué no aparece en el informe estándar
- Los cinco perfiles Abraham y su ruta correspondiente
- Por qué toda reevaluación seria espera 90 días

LONGEVIDAD MASCULINA

Envejecer es inevitable. Apagarte no.

La industria vende moléculas; la literatura sigue señalando el mismo puñado de variables, poco fotogénicas y difíciles de monetizar.

- Fuerza y masa muscular
- Capacidad aeróbica (VO_2 máx)
- Sueño: duración, continuidad y horario
- Salud metabólica y eje hormonal
- Vínculos y propósito

ACADEMIA DOCTOR PN

Seis formas de aprender conmigo.

GRATUITO · EN PREPARACIÓN

Podcast

Conversaciones largas sobre salud masculina, mentalidad y fe. Mientras tanto, piezas breves en YouTube.

GRATUITO · SEMANAL

Newsletter

Un estudio comentado, un protocolo práctico y una idea para la semana. Sin relleno.

PROFUNDIDAD

Masterclasses

Sesiones monográficas de 60 a 90 minutos, con material descargable y preguntas en vivo.

OBRA COMPLETA

Libros

La saga Doctor PN™ más los títulos de longevidad y fertilidad, escritos en español.

CUPOS LIMITADOS

Mentoría y programas

Cuando aprender por tu cuenta ya no alcanza y necesitas estructura, plazos y estándar.

EN VIVO

Conferencias y talleres

Empresas, congresos médicos y universidades. Presencial o virtual, en español e inglés.

LOS LIBROS · GLOBAL LEGACY PUBLISHING

La saga Doctor PN™

- **El Hombre Recalibrado** — el Sistema M.E.N.S.™ completo. Primero en salir.
- **El Hombre que Dura** — longevidad, hormonas y rendimiento.
- **El Hombre que Lidera** — autoridad ganada y decisiones bajo presión.
- **El Hombre Presente** — paternidad, pareja y presencia real.
- **El Hombre en Paz** — vida interior, sentido y reconciliación.
- **El Hombre que Deja Huella** — legado.
- **40 a los 80 · Sueño y longevidad · Proyecto Abraham**

COACHING · PROGRAMAS 2026

Elige tu nivel de compromiso.

- **Nivel 1 · Recalibración** — programa grupal de 8 semanas, sesiones en vivo y revisión semanal en cohorte.
- **Nivel 2 · Alto rendimiento** — 12 semanas, híbrido: grupo más encuentros individuales.
- **Nivel 3 · Mentoría 1:1** — acompañamiento individual, cupos limitados.

Los tres comparten el mismo marco de trabajo; cambia la profundidad, el acompañamiento y el ritmo. Son servicios de desarrollo personal, no psicoterapia ni atención en salud mental.

CONFERENCIAS · BOOKING

Seis conferencias, tres audiencias.

Cada charla se adapta en profundidad y lenguaje según el público: equipo médico, público corporativo o audiencia general.

MÉDICA · CONGRESOS

El hombre que llega tarde

Por qué el paciente masculino consulta con años de retraso y cómo acortar esa brecha. 45–60 min.

MÉDICA · CONGRESOS

Andrología para no andrólogos

Panel hormonal, fertilidad y función sexual para atención primaria y equipos multidisciplinarios. 60–90 min.

CORPORATIVA

Energía, sueño y rendimiento

Qué determina la energía de un equipo: sueño, carga, recuperación y hábitos sostenibles. 45–60 min.

CORPORATIVA

Liderar sin quemarse

Gestión de energía, decisiones bajo presión y el costo invisible del alto rendimiento. 45–60 min.

COMUNIDAD · GENERAL

Hombres de una pieza

Coherencia entre lo que un hombre cree, dice y hace. Valores, cuerpo y responsabilidad. 40–60 min.

COMUNIDAD · GENERAL

Padre presente

Paternidad, salud y legado. Qué reciben los hijos de un hombre que se cuida. 40–60 min.

LOGÍSTICA

- **Formatos** — keynote, taller o panel, de 40 a 90 minutos
- **Modalidad** — presencial o virtual, con sesión de preguntas
- **Idiomas** — español e inglés, material bilingüe disponible
- **Anticipación** — ideal de 6 a 8 semanas

CONTACTO

Una charla que sí se recuerda.

Contenido clínico serio, lenguaje directo y un mensaje que la audiencia se lleva a su casa.

doctorpn.com/conferencias

info@doctorpn.com

@eldoctorpn

AVISO LEGAL. Todo el contenido de Doctor PN es estrictamente educativo e informativo. No constituye consejo médico, diagnóstico, prescripción ni tratamiento, y no crea una relación médico-paciente. Los programas de coaching y la comunidad Mens con Propósito™ son servicios de desarrollo personal y acompañamiento; no son psicoterapia ni atención en salud mental. El Dr. Navarrete posee licencia médica en Venezuela y no está licenciado para ejercer medicina en Estados Unidos. Consulte siempre a un profesional licenciado en su jurisdicción antes de iniciar cualquier protocolo, suplemento o tratamiento.