

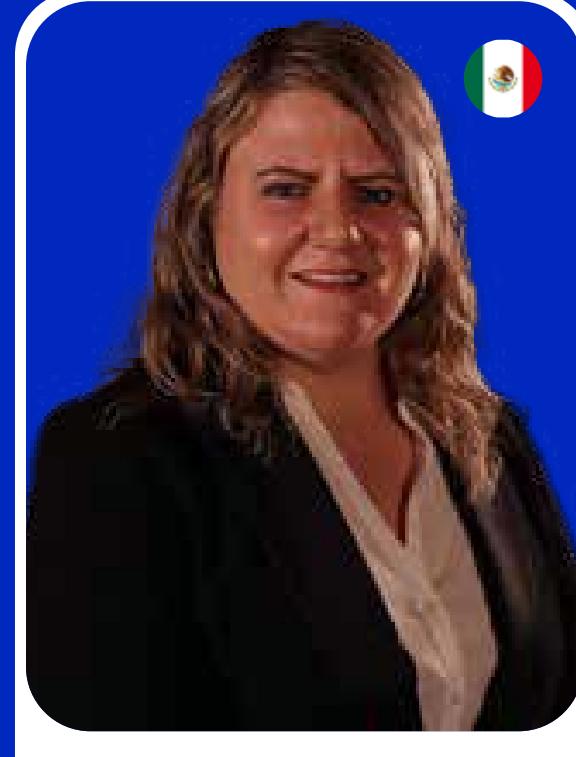
# Diplomado Internacional en **Mindful Eating**



**Mtra. María del Mar  
Suárez**



**Mtra. Alejandra  
García Quiroz**



**Mtra. Stephanie  
Tanus Minutti**



Inicia: **domingo**  
**18** mayo  
2025

# Transformamos el futuro de la salud mental

## Ventajas competitivas:



01.

**Explorarás los principios del Mindful Eating,** comprendiendo su base científica y su impacto en la relación con la alimentación y el bienestar integral.



02.

**Desarrollarás habilidades para aplicar la alimentación consciente,** fomentando una conexión equilibrada con la comida y una mayor conciencia de las señales internas del cuerpo.



03.

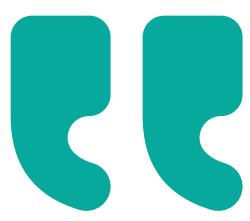
**Aprenderás estrategias basadas en la evidencia,** que ayudan a regular la alimentación emocional, reconocer el hambre y la saciedad, y mejorar la experiencia al comer.

04.

**Fortalecerás tu perfil profesional con un enfoque innovador y práctico,** ampliando tus oportunidades en nutrición, psicología y bienestar con herramientas aplicables en distintos entornos.



**feelink**



La alimentación consciente ha demostrado ser de gran ayuda para mantener hábitos alimentarios saludables en el tiempo, ya que disminuye la ingesta compulsiva y mejora la autorregulación emocional

**Mtra. Alejandra García Quiroz**



## Perfil de Ingreso:

Profesionales de la salud, psicólogos, nutriólogos, y disciplinas relacionadas con el bienestar personal, físico y emocional.

## Perfil de Egreso:

Adquirirás conocimientos sobre la relación entre la alimentación, las emociones y la atención plena. Contarás con herramientas para acompañar procesos de alimentación consciente, ayudando a las personas a mejorar su relación con la comida y a desarrollar hábitos más saludables. Además, estarás preparado para aplicar este enfoque en diversos contextos, como la consulta nutricional, la psicología, la educación y el bienestar, promoviendo un estilo de vida más equilibrado y satisfactorio.

# Módulos

**0** Fundamentos y principios del Mindful Eating

**1**  Mtra. María del Mar Suárez

Sesión Asíncrona

**0** Psicopatología y psicodiagnóstico de los TCA

**0** Neurobiología de la conducta alimentaria

**3**  Dr. Rubén Vázquez Roque

**0** Alimentación emocional y regulación de estrés

**4**  Mtra. María del Mar Suárez

Sesión Asíncrona

**0** Terapia cognitivo conductual para trastornos de la conducta alimentaria

**0** ¿Cómo tener una relación saludable y consciente con la comida?

**7**  Dra. Nancy Farah Escalante Ruiz

**0** La aceptación como herramienta para transformar la relación con la comida

**6**  Mtra. Stephanie Tanus Minutti

Sesión Asíncrona

**0** Modelos de tratamiento de los TCA

**0** La microbiota y el bienestar emocional

**9**  Mtra. Alejandra García Quiroz

**1** Imagen corporal

**0**  Mtra. María del Mar Suárez

Sesión Asíncrona

**1** Intervención en los trastornos de la conducta alimentaria

**1** Alimentación consciente y aceptación

**2**  Dra. Nancy Farah Escalante Ruiz

\*Ajustes y cambios sin previo aviso

Adéntrate en el campo de la psicología y la nutrición con una especialista, líder en grupos de trabajo dedicados a su integración en prestigiosas instituciones como el Colegio de Psicólogos de Sevilla



### Mtra. María del Mar Suárez

máster en mediación e intervención familiar por la Universidad de Sevilla, especializada en psiconutrición, obesidad, trastornos de la conducta alimentaria y mindful eating.



Aprende con una especialista en nutrición clínica, reconocida por su trayectoria de más de 30 años en el área clínica y docente



### Mtra. Alejandra García Quiroz

nutrióloga certificada por el Colegio Mexicano de Nutriólogos, especialista en nutrición clínica, medicina del estilo de vida y mindfulness & mindful eating. Posee un posgrado en psicoterapia nutricional por la Asociación Argentina de Investigaciones Metabólicas, integrando enfoques innovadores en el tratamiento de la alimentación y la salud.

Sumérgete en la experiencia de un científico con una sólida trayectoria en neurociencias, fisiología y farmacobiología, reconocido por su labor en investigación y divulgación científica



### Dr. Rubén Vázquez Roque

doctor y maestro en ciencias químicobiológicas por la Escuela Nacional de Ciencias Biológicas del Instituto Politécnico Nacional. Miembro del registro CONACYT y de la Society for Neuroscience.





Explora la experiencia de una especialista en psicología clínica y de la salud, con un enfoque integral en psicoterapia y formación académica

### **Mtra. Stephanie Tanus Minutti**

maestra en psicología clínica y de la salud por el Instituto Superior de Estudios Psicológicos de Barcelona, España. Se ha especializado en terapias contextuales en la Universidad de Almería. Actualmente, es psicoterapeuta en Neandi, Centro de Especialidades Psicológicas para la Detección, Prevención y Tratamiento de los Trastornos de la Conducta Alimentaria, y coordinadora de psicología en la Universidad Anáhuac Puebla.

Conéctate en el tratamiento del trauma complejo con una especialista en psicoterapia, con trayectoria en docencia, dirección clínica y atención terapéutica

### **Dra. Nancy Farah Escalante Ruíz**

doctora en psicoterapia clínica psicoanalítica y maestra en psicoterapia, con formación en EMDR, trauma y disociación por diversas instituciones internacionales. Dirige el Centro Clínico NEUROINSIGHT, es psicoterapeuta en Ágape y Neandi, y docente en la Universidad Anáhuac Puebla y el Instituto Pontificio Juan Pablo II.



Demuéstrale al mundo **todo lo que aprenderás en  feelink** con las constancias que recibirás al finalizar el programa

**Al finalizar tu diplomado obtendrás:**



Diploma expedido por **feelink**, en colaboración con la **Universidad Autónoma de Tlaxcala**, con un **valor curricular de 180 horas**.

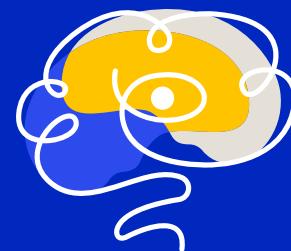


Diploma expedido por la **Universidad Anáhuac Campus Puebla**, con un **valor curricular de 100 horas**.

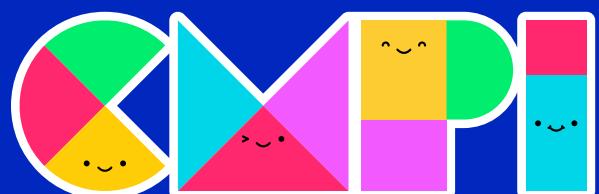
**Con opción a:**

**Doble titulación** en formato digital, expedido por la **Asociación Española de Psicología Sanitaria (AEPSIS)**, reconocida internacionalmente y con **un valor curricular de 180 horas**, con un precio de \$490 pesos mexicanos.





CONGRESO MUNDIAL  
EN PSICOLOGÍA Y  
PSICOTERAPIA 5.0  
LA HISTORIA LA HACES TÚ



CUMBRE MUNDIAL EN  
PSICOTERAPIA INFANTOJUVENIL  
Hacia un futuro emocionalmente saludable



FORO MUNDIAL DE  
SALUD MENTAL



feelink



feelink\_mx



feelink\_mx

Blvd. de los Reyes No. 6431, Col. San Bernardino  
Tlaxcalancingo, Puebla. C.P. 72820

Sujeto a cambios sin previo aviso, consulta nuestros términos y condiciones, así como nuestro aviso de privacidad

Los contenidos, opiniones e información compartida es propiedad y/o responsabilidad del autor y no reflejan en modo alguno la postura de Feelink, quedando sujeto a la interpretación y/o criterio de los espectadores.

\*Todas las promociones están sujetas a términos y condiciones

\*\*No hay devoluciones