

Diplomado Internacional en

Mindful Eating



Modalidad
Online

Inicia:
domingo
13
julio
2025



Con opción a **doble**
titulación Internacional

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.





Comer conscientemente es aprender a escuchar a tu cuerpo con compasión, no con juicio.

Susan Albers



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

01 Fundamentos y principios del Mindful Eating

03 Neurobiología de la conducta alimentaria

05 Terapia cognitivo conductual para trastornos de la conducta alimentaria

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

09 La microbiota y el bienestar emocional

11 Intervención en los trastornos de la conducta alimentaria

Sesión Asíncrona

02 Psicopatología y psicodiagnóstico de los TCA

04 Automatismos, impulsos y hambre emocional: detección de patrones en la alimentación no consciente

06 La aceptación como herramienta para transformar la relación con la comida

Sesión Asíncrona

08 Modelos de tratamiento de los TCA

10 Alimentación consciente y aceptación

12 Alimentación emocional y regulación de estrés

*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.

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.

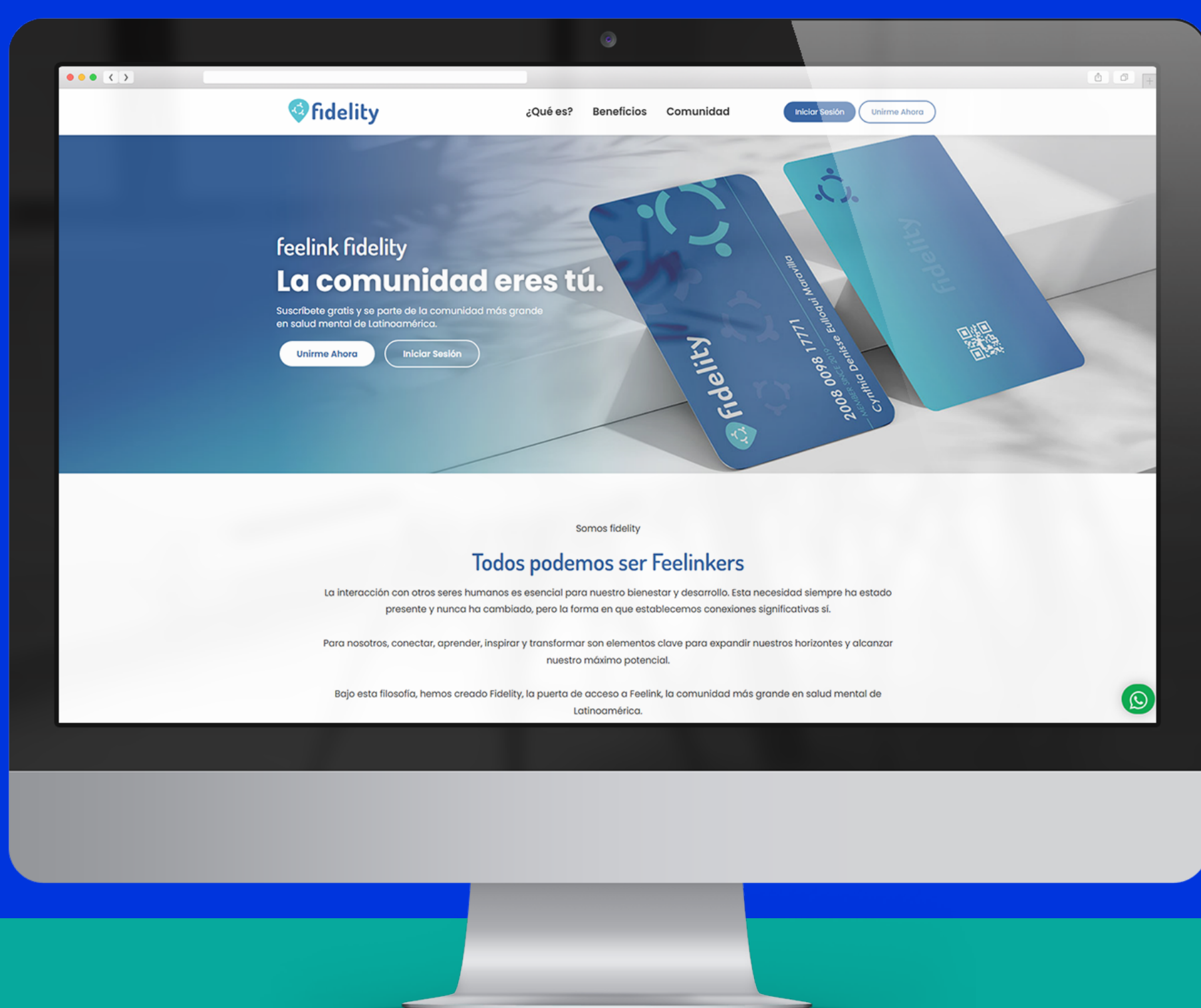




Aprende con una especialista en nutrición clínica, reconocida por su trayectoria de más de 30 años en el área clínica y docente

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.



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 160 horas**.



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

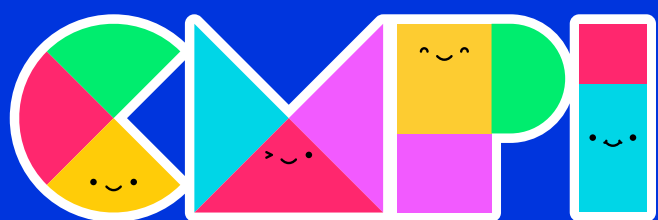
Con opción a:

Doble titulación en formato digital, expedido por la **Asociación Española de Psicología Sanitaria (AEPSIS)**, reconocida internacionalmente y con **un valor curricular de 160 horas**, con un precio de \$490 pesos mexicanos.

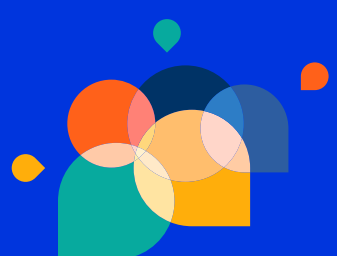




CONGRESO MUNDIAL
EN PSICOLOGÍA Y
PSICOTERAPIA 5.0
LA HISTORIA LA HACES TÚ



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*