

Diplomado Internacional en

Mindful Eating

Con opción a **doble titulación Internacional**



Dra. Nancy Farah
Escalante Ruíz



Mtra. María del Mar
Suárez

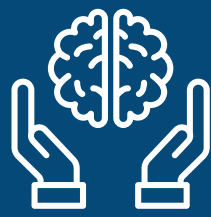


Inicia: **domingo**
15 de **marzo**
2026

*sujeto a cambios sin previo aviso

Transformamos el futuro de la salud mental

Ventajas competitivas:



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



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

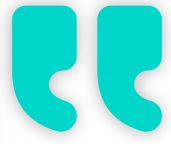


Aprenderás estrategias basadas en la evidencia, que ayudan a regular la alimentación emocional, reconocer el hambre y la saciedad, y mejorar la experiencia al comer.



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

**Aceptar para sanar:
transformar la relación
con la comida**

02

**Cuerpos en crecimiento,
emociones en conflicto:
abordaje terapéutico en
infancia y adolescencia**

03

Sesión Asíncrona

**La nutrición y su relación
con la salud emocional**

04

**Comer emociones: estrés
y regulación**

05

**Reconciliarse con uno
mismo: autocompasión
corporal**

06

Sesión Asíncrona

**Regulación emocional en
los TCA**

07

**Espiritualidad y alimento:
nutrición consciente**

08

**Cuando el cuerpo guarda
trauma: mindful eating y
seguridad**

09

Sesión Asíncrona

**El Comportamiento y su
Influencia en las
Decisiones
Comportamentales**

10

**El alimento como
experiencia sensorial**

11

Sesión Asíncrona

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

12

**Comer con presencia:
mindful eating y
regulación**



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.

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.



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**, y el **Instituto de Profesionalización del Magisterio Poblano** con un **valor curricular de 160 horas**.



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

Con opción α:

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.





Yarazeth Cilia
Subdirección Académica

Mayra García
Dirección de Mercadotecnia

Blanca Adán
Fundadora

Martín Espinoza
Fundador

Hidalid Martínez
Directora Administrativa

Gabriela Guzmán
Directora de Eventos

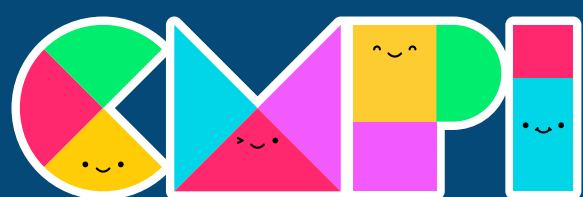


CONGRESO MUNDIAL
EN PSICOLOGÍA Y
PSICOTERAPIA 6.0
EL TIEMPO ES AHORA



**Cumbre Mundial de
Psicotrauma**

Sanando el pasado, *transformando el futuro*



**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*