



INSTITUTO
UNIVERSITARIO
VIVE SANO

DIPLOMADO

Psicología de la Alimentación y Coaching

HERRAMIENTAS PRÁCTICAS PARA UN ABORDAJE INTEGRAL



CRONOGRAMA



Módulos:

1 Fundamentos y Perspectivas en Psicología de la Alimentación

Fecha: 22-8-24

Clase 1. Conceptos básicos de psicología de la alimentación

Milagros Gudiño

Fecha: 27-8-24

Clase 2. Factores psicológicos y socioculturales de la conducta alimentaria

Margarita Santamaría

Fecha: 29-8-24

Clase 3. Neurobiología del comportamiento alimentario

Victor Sepúlveda

Fecha: 03-9-24

Clase 4. Relación entre el peso corporal y el comportamiento alimentario: ¿por qué las dietas no funcionan?

Milagros Gudiño

Fecha: 05-9-24

Clase 5. Insatisfacción con la imagen corporal y su relación con las alteraciones en el comportamiento alimentario

Laura Ramirez

Fecha: 10-9-24

Clase 6. Conductas alimentarias de riesgo y trastornos de la conducta alimentaria

Milagros Gudiño

Fecha: 12-9-24

Clase 7. Influencia del trauma en la imagen corporal y el comportamiento alimentario

Laura Ramirez

Fecha: 17-9-24

Clase 8. Comedores emocionales: Formas de restricción y su efecto en el comportamiento alimentario

Victor Sepúlveda



2 Enfoques Integrales en Psicología de la Alimentación y Prácticas Inclusivas

Fecha: 08-10-24

Clase 9. Papel de la familia y las redes de cuidado en la relación con el cuerpo y la comida

Margarita Santamaría

Fecha: 10-10-24

Clase 10. Principios de Salud en todas las tallas / Health at every size (HAES)

Diana Flores

Fecha: 15-10-24

Clase 11. Bases psicológicas y principios de alimentación intuitiva

Milagros Gudiño

Fecha: 17-10-24

Clase 12. Prácticas peso-inclusivas en escenarios de salud: la voz de los activismos

Silvia Quintero

Fecha: 22-10-24

Clase 13. Herramientas para la indagación en consulta de psicología de la alimentación

Milagros Gudiño

Fecha: 24-10-24

Clase 14. Simulación 1: Sesión de psicología de la alimentación

Milagros Gudiño

3 Fundamentos y Metodologías del Coaching

Fecha: 12-11-24

Clase 15. Orígenes, historia y evolución del Coaching

Alejandra García Quiroz

Fecha: 14-11-24

Clase 16. Marco conceptual, fundamentos y enfoques teóricos del Coaching

Alejandra García Quiroz

Fecha: 19-11-24

Clase 17. Las competencias del Coach

Alejandra García Quiroz

Fecha: 21-11-24

Clase 18. Abordaje metodológico: Coaching Ontológico, Coaching Humanista de esencia no Directiva, Coaching de Salud (Health Coaching) y Coaching Nutricional.

Alejandra García Quiroz

Fecha: 26-11-24

Clase 19. Metodología del proceso de Coaching

Alejandra García Quiroz

Fecha: 28-11-24

Clase 20. Entrevista motivacional y conversación para el cambio en salud

Helen Almanza

Fecha: 03-12-24

Clase 21. Contribuciones de la psicología positiva al desarrollo de la salud y el Coaching

Helen Almanza

Fecha: 05-12-24

Clase 22. La importancia de la inteligencia emocional en el Coaching

Helen Almanza



4 Estrategias de Coaching para la Transformación y el Bienestar

Fecha: 26-12-24

Clase 23. Los hábitos, su naturaleza y transformación

Paola Villanueva

Fecha: 02-01-25

Clase 24. Comunicación y creencias desde la programación neurolingüística

Alejandra García Quiroz

Fecha: 07-01-25

Clase 25. Los hábitos, su naturaleza y transformación

Paola Villanueva

Fecha: 09-01-25

Clase 26. Acompañamiento ante la incertidumbre, la enfermedad y el autocuidado

Helen Almanza

Fecha: 14-01-25

Clase 27. Mindfulness y Coaching

Helen Almanza

Fecha: 16-01-25

Clase 28. Mindful eating y bondad corporal

Helen Almanza

Fecha: 21-01-25

Clase 29. Las herramientas del Coach para favorecer el cambio

Alejandra García Quiroz

Fecha: 23-01-25

Clase 30. Coaching aplicado a la consulta nutricional con enfoque no centrado en el peso

Alejandra García Quiroz

Fecha: 28-01-25

Clase 31. Simulación 2: Aplicaciones prácticas de implementación del coaching en la consulta nutricional.

Paola Villanueva



INSTITUTO
UNIVERSITARIO
VIVE SANO

DIPLOMADO

Psicología de la Alimentación y Coaching

HERRAMIENTAS PRÁCTICAS PARA UN ABORDAJE INTEGRAL

Encuentros en vivo

Módulo 1: 25-9-24

Módulo 2: 30-10-24

Módulo 3: 11-12-24

Módulo 4: 5-2-25



INSTITUTO
UNIVERSITARIO
VIVE SANO

DIPLOMADO

Psicología de la Alimentación y Coaching

HERRAMIENTAS PRÁCTICAS PARA UN ABORDAJE INTEGRAL

Evaluaciones

Prueba 1 desde el 29-09-24

Prueba 2 desde el 01-11-24

Prueba 3 desde el 13-12-24

Prueba 4 desde el 07-02-25

Cierre Definitivo

21 de marzo de 2025



INSTITUTO
UNIVERSITARIO
VIVE SANO

DIPLOMADO

Psicología de la Alimentación y Coaching

HERRAMIENTAS PRÁCTICAS PARA UN ABORDAJE INTEGRAL



CRONOGRAMA