



INSTITUTO
UNIVERSITARIO
VIVE SANO

DIPLOMADO

Psicología de la Alimentación y Coaching

HERRAMIENTAS PRÁCTICAS PARA UN ABORDAJE INTEGRAL



DIPLOMADO DE INICIO
INMEDIATO

CRONOGRAMA

Programación Académica

Diplomado en Psicología de la Alimentación y Coaching



Módulos:

1 Fundamentos y Perspectivas en Psicología de la Alimentación

Clase 1. Conceptos básicos de psicología de la alimentación

Milagros Gudiño

Clase 2. Factores psicológicos y socioculturales de la conducta alimentaria

Margarita Santamaría

Clase 3. Neurobiología del comportamiento alimentario

Victor Sepúlveda

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

Milagros Gudiño

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

Laura Ramirez

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

Milagros Gudiño

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

Laura Ramirez

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

Victor Sepúlveda

Programación Académica

Diplomado en Psicología de la Alimentación y Coaching



2

Enfoques Integrales en Psicología de la Alimentación y Prácticas Inclusivas

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

Margarita Santamaría

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

Diana Flores

Clase 11. Bases psicológicas y principios de alimentación intuitiva

Milagros Gudiño

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

Silvia Quintero

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

Milagros Gudiño

• **Simulación 1:** sesión de psicología de la alimentación

Milagros Gudiño

3

Fundamentos y Metodologías del Coaching

Clase 14. Orígenes, historia y evolución del Coaching

Alejandra García Quiroz

Clase 15. Marco conceptual, fundamentos y enfoques teóricos del Coaching

Alejandra García Quiroz

Clase 16. Las competencias del Coach

Alejandra García Quiroz

Clase 17. Abordaje metodológico: Coaching Ontológico, Coaching Humanista de esencia no Directiva, Coaching de Salud (Health Coaching) y Coaching Nutricional

Alejandra García Quiroz

Clase 18. Metodología del proceso de Coaching

Alejandra García Quiroz

Clase 19. Entrevista motivacional y conversación para el cambio en salud

Helen Almanza

Clase 20. Contribuciones de la psicología positiva al desarrollo de la salud y el Coaching

Helen Almanza

Clase 21. La importancia de la inteligencia emocional en el Coaching

Helen Almanza

Programación Académica

Diplomado en Psicología de la Alimentación y Coaching



4

Estrategias de Coaching para la Transformación y el Bienestar

Clase 22. Resistencia al cambio. ¿Cómo se da y como gestionarla?

Jetro Valadez Flores

Clase 23. Comunicación y creencias desde la programación neurolingüística

Alejandra García Quiroz

Clase 24. Los hábitos, su naturaleza y transformación

Paola Villanueva

Clase 25. Acompañamiento ante la incertidumbre, la enfermedad y el autocuidado

Helen Almanza

Clase 26. Mindfulness y Coaching

Helen Almanza

Clase 27. Mindful eating y bondad corporal

Helen Almanza

Clase 28. Las herramientas del Coach para favorecer el cambio

Alejandra García Quiroz

Clase 29. Coaching aplicado a la consulta nutricional con enfoque no centrado en el peso

Alejandra García Quiroz

- **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

Evaluaciones

Prueba 1

(luego de la clase 8)

Prueba 2

(luego de la simulación 1)

Prueba 3

(luego de la clase 21)

Prueba 4

(luego de la simulación 2)

Cierre Definitivo

12 meses luego del inicio de clases



INSTITUTO
UNIVERSITARIO
VIVE SANO

DIPLOMADO

Psicología de la Alimentación y Coaching

HERRAMIENTAS PRÁCTICAS PARA UN ABORDAJE INTEGRAL



CRONOGRAMA