

OTOÑO 2025



IBERO
LEÓN

PSICOLOGÍA DE LA ALIMENTACIÓN FUNCIONAL

CURSO PRESENCIAL

Educación Continua
Diplomados y Cursos

¿POR QUÉ ESTUDIAR ESTE PROGRAMA?

Frente al enfoque clásico centrado en el control de peso o la prescripción dietética, la denominada psicología de la alimentación funcional o psiconutrición funcional, propone una visión más integral de la alimentación, ya que considera los factores fisiológicos, emocionales, sociales y culturales que influyen en los hábitos alimenticios y en la salud en general, entendiendo la conducta alimentaria como el resultado de múltiples interacciones.

El curso **Psicología de la Alimentación Funcional** que ofrece la Universidad Iberoamericana León, se desarrolla a partir del interés creciente por abordar la alimentación desde una perspectiva más humana, integradora y basada en evidencia, mediante herramientas prácticas, aplicables y respetuosas a la persona, acompañando a las y los participantes en sus procesos de cambio, y que permite impulsar la mejora de la práctica profesional en diferentes ramas de la nutrición, brindando la información necesaria para construir una opinión objetiva y consciente en la toma de decisiones sobre los discursos de nutrición y salud. El enfoque funcional que lo atraviesa permitirá adaptar los contenidos a distintas realidades, desde el ámbito clínico hasta el comunitario; asimismo, a terrenos como el educativo y deportivo, considerando cuerpo, mente y el contexto de cada individuo.

DIRIGIDO A

- Personas interesadas en la alimentación desde una perspectiva funcional (alimentos nutritivos y saludables) y psicoemocional (emociones y pensamientos alrededor de la alimentación),
- Profesionales de la salud: nutriólogos, psicólogos, médicos, fisioterapeutas, entrenadores, estudiantes de ciencias de la salud y otros profesionales que trabajan en consulta privada, hospitales, centros de salud, centros deportivos, espacios comunitarios e instituciones educativas.
- Personas interesadas en mejorar su relación con la comida.

OBJETIVOS

Objetivo general:

Comprender, desde la psicología de la alimentación funcional, el proceso alimentario en toda su complejidad, integrando conocimientos y herramientas que permitan acompañar, de forma respetuosa y contextualizada, los procesos de cambio de hábitos.

Esto implica no sólo trabajar en mejorar la propia alimentación de manera consciente y con atención plena, sino también interpretar con profundidad los diversos factores que influyen en la relación con la comida: el cuerpo, la historia personal, las emociones, el entorno y la cultura.

Objetivos específicos:

- **Comprender** los principios de la psiconutrición y sus diferencias con la educación nutricional tradicional.
- **Examinar** el impacto de la cultura de dieta en la salud física, emocional y social.
- **Explorar** el vínculo entre emociones, percepción corporal y conducta alimentaria.
- **Conocer** herramientas funcionales para el trabajo con atención plena, alimentación consciente y acompañamiento en recaídas.
- **Reflexionar** sobre el rol de los profesionales de la salud en la salud colectiva y en el acompañamiento respetuoso de procesos individuales, desde una mirada que trasciende lo nutricional y permite comprender el contexto biopsicosocial de cada persona.

CONTENIDO

Módulo I.	Introducción a la psiconutrición y trabajo interdisciplinar.
Módulo II.	La cultura de dieta, el peso y sus implicaciones fisiológicas, emocionales y sociales.
Módulo III.	Emociones y comida.
Módulo IV.	Trastornos de la conducta alimentaria desde la mirada funcional.
Módulo V.	Cambio de hábitos y acompañamiento en consulta.
Módulo VI.	Alimentación consciente, atención plena, pautas y recursos.
Módulo VII.	Regulación emocional y factores que dificultan el proceso terapéutico.
Módulo VIII.	Casos clínicos y rol de los profesionales en la salud colectiva.

DURACIÓN EN HORAS

40 horas

DÍAS Y HORARIOS

Viernes de 16:00 a 21:00 horas y
Sábados de 9:00 a 14:00 hrs

PERIODICIDAD

Semanal según calendario.

FECHA DE INICIO

12 de septiembre de 2025

FECHA DE TÉRMINO

4 de octubre de 2025

REQUISITOS DE ADMISIÓN

- Tener interés por adoptar una mirada más completa y humana sobre la alimentación.
- Cubrir el pago de inscripción.

REQUISITOS PARA LA ACREDITACIÓN

- Cubrir como mínimo el 80 % de asistencia a las clases.
- Participación en clase.
- Haber cubierto los pagos correspondientes en su totalidad.

Educación Continua
Diplomados y Cursos

FACILITADORA

Mtra. Ana Gloria Cantos Aguilar

Formación académica:

- Diplomatura en Nutrición Humana y Dietética. Universidad Complutense de Madrid.
- Cursos:
 - Coaching Nutricional (Nutritional Coach)
 - Básico de Nutrición y Ejercicio. Escuela de Salud Integrativa.
 - Nutrición y Rendimiento Deportivo. Escuela de Salud Integrativa.
 - De La Clínica a la Analítica. Soy como como.
- Máster en Formación del Profesorado de Educación Secundaria Obligatoria y Bachillerato, Formación profesional y Enseñanza de idiomas. Universidad Francisco de Vitoria.

Experiencia laboral y docente:

Nutrióloga clínica, Coach y especialista en Psiconutrición.

- Clínicas Aequilibrium. Directora del departamento de Nutrición clínica (2016- fecha)
- Clínica de Medicina Integrativa. Atención a pacientes oncológicos y con múltiples patologías. (2020)
- Unidad Médica Serrano (2008 -2016)
- Clínica Assari (2014 - 2016)
- Hospital Clínico San Carlos (2011)
- Consultora Nutricional Grupo Kreab. - Publicaciones y comunicaciones (2020-2021)
- Profesora titular del CFGS (Ciclo Formativo de Grado Superior) de Dietética y Nutrición en ITEP.
 - Directora del departamento de Dietética.
 - Cátedras en modalidad presencial y online sobre: alimentación equilibrada, dietoterapia, educación sanitaria y promoción de la salud. (2016 a 2023)
- Profesora en la Escuela de Salud Integrativa (2020 a la fecha)
 - Docente del Experto en Nutrición Clínica.
 - Directora del monográfico de Psiconutrición.

COSTO

Inscripción	\$ 3,750.00
1 mensualidades	\$ 3,750.00
Costo total	\$ 7,500.00
PAGO ÚNICO	\$ 6,750.00

iberoleon.mx

* La Universidad Iberoamericana León se reserva el derecho de posponer o cancelar la apertura de los programas que no cumplan con el mínimo de alumnos inscritos.

Para el registro descarga el [AQUÍ](#) el formato y envíalo con tus datos al correo **diplomados.ibero@iberoleon.mx**

 477 710 0682

 477 392 8286

 diplomadosibero

 iberoleondc

diplomados.ibero@iberoleon.mx

SER Y HACER PARA EL MUNDO

iberoleon.mx