



ESCUELA CHILENA
PSICONUTRICIÓN

“MINDFUL EATING”

Asincrónico

Admisión 2025
PROGRAMA ONLINE

Incluye certificado



ESCUELA CHILENA
PSICONUTRICIÓN

Cursos 2025

Nuestra escuela tiene el propósito de entregarte una experiencia educativa transformacional, que te permitirá convertirte en un terapeuta integral y podrás utilizar tus habilidades en beneficio de tus consultantes.

2

En la Escuela Chilena de Psiconutrición se unen mundos para sanar y se enseña a nutrir cada plano de nuestro ser. Es el diagnóstico integral de la persona el que determina las metodologías a utilizar en su tratamiento.



Gloria Jury

Creadora de la Psiconutrición.

Te damos la bienvenida a la
Escuela Chilena de Psiconutrición.



DESCRIPCIÓN DEL PROGRAMA

El curso de “**Mindful Eating**” tiene como objetivo proporcionar a los profesionales de la salud los conocimientos, distinciones y herramientas necesarias para enriquecer su práctica terapéutica y abordar de manera efectiva los problemas de la conducta alimentaria.

Durante el curso, se explorarán las bases neurobiológicas de la meditación y su estrecha relación con la conducta alimentaria. Los participantes se sumergirán en la práctica de la meditación basada en Mindful Eating, tanto para su propio beneficio como para aplicarla en el ámbito clínico. La experiencia práctica no solo fortalecerá la conexión personal de los profesionales con la alimentación consciente, sino que también les permitirá integrar estas técnicas en sus sesiones terapéuticas.



ESCUELA CHILENA
PSICONUTRICIÓN
Cursos 2025

Cursos 2025



ESCUELA CHILENA
PSICONUTRICIÓN

Admisión 2025

PROGRAMA ONLINE

Incluye certificado

DOCENTE

Josefina Lagos

3 Nutricionista Centro de Psiconutrición, Especialización en Psiconutrición (UST), Experta en Nutrición y salud Oncológica (España), Diplomado Bases de la Psiconutrición, Diplomado en Psicología Budista, Diplomado en Herramientas de intervención para la Consulta en Salud y Nutrición.



ESCUELA CHILENA
PSICONUTRICIÓN

Cursos 2025



QUÉ APRENDERÁS EN ESTE CURSO

- Reconocer las bases neurobiológicas del Mindful Eating según las perspectivas de las neurociencias cognitivas
- Relacionar la atención plena con los hábitos alimentarios en la vida cotidiana.
- Practicar técnicas con enfoque psiconutricional basada en Mindful Eating para mejorar la relación con la comida.
- Aplicar herramientas con enfoque psiconutricional basadas en Mindful Eating en la evaluación e intervención de la conducta alimentaria.



ESCUELA CHILENA
PSICONUTRICIÓN

Cursos 2025

¿POR QUÉ ESTUDIAR ESTE PROGRAMA?



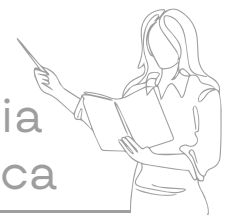
Formación terapéutica
basada en modelo propio

Tutorías obligatorias personalizadas



Experiencia de transformación
basada en autoconocimiento

Docente vasta experiencia
clínica y académica



Espacio de desarrollo personal
y profesional

Incluye certificación



Coherencia académica

Curso homologable con el diplomado
"Herramientas de intervención para la
conducta alimentaria".



7

Bases Neurobiológicas de la Atención Plena	*Conducta Alimentaria y Meditación	*Modelo de Intervención del Mindful Eating	**Herramientas de Meditación Basada en Mindful Eating
Conceptos clave de la neurociencia relacionada con la alimentación.	Principios fundamentales de la atención plena (Mindfulness).	Componentes del enfoque de la conducta alimentaria	Instrumentos de evaluación de la conducta alimentaria.
Principios básicos de Mindfulness	Influencia de la atención plena en la toma de decisiones de alimentarias	Técnicas específicas de Mindful Eating.	Estrategias de intervención basadas en Mindful Eating.
Áreas neuroanatómicas relacionadas con la atención plena	Influencia de la atención plena en la toma de decisiones de alimentarias	Práctica de los 9 tipos de hambre	Aplicación de herramientas de evaluación de la conducta alimentaria en la consulta en salud.
Influencia de Mindfulness en la actividad neurobiológica	Mindfulness y hábitos alimentarios.	Integración de estrategias psiconutricionales en la selección y consumo consciente de alimentos.	Diseño y aplicación de intervenciones específicas basadas en Mindful Eating
Efectos neurobiológicos de la práctica de Mindfulness y Mindful Eating.	Ejercicios específicos de Mindfulness relacionados con la alimentación.		
	Estrategias de atención plena en situaciones prácticas relacionadas con la alimentación.		
		Sincrónico 14 de Junio	
		Asincrónico 6 al 13 de junio	
		Trabajo Autónomo del Participante 14 de junio al 6 de julio	

ruta de aprendizaje de los módulos







Nta, Msc, Roxana Soto Navarro.
Coordinadora General.

RUTA DE INSCRIPCIÓN.



1. **Postula en el siguiente link:**

- Completa los datos 
- Sube los documentos solicitados
- Tendrás una respuesta máxima en 3 días hábiles.

2. **Completa el proceso de matrícula.**

- Nuestra coordinadora te guiara en todo el proceso de inscripción.

¿Dudas? Escríbenos

 inscripcionespsiconutricion@gmail.com

 +569 37745451

www.escueladepsiconutricion.cl

 @escueladepsiconutricion

 [escueladepsiconutricion](https://www.facebook.com/escueladepsiconutricion)

VALORES

“MINDFUL EATING”

General

\$ 89.000

Círculo y Convenio

\$ 71.200



ESCUELA CHILENA
PSICONUTRICIÓN

Cursos 2024

Admisión 2024
PROGRAMA ONLINE
Incluye certificado

¿CÓMO PUEDES PAGAR?

- Extranjeros pago solo por **PayPal**
- Pago por Transferencia
- Pago con Tarjeta de Crédito o Débito

¿Dudas?

Escríbenos

✉ inscripcionespsiconutricion@gmail.com

☎ +569 37745451