

Diplomados Híbridos

Diplomado Híbrido en

Bienestar Integral y Coach en Nutrición

Desarrollando estrategias de coaching nutricional para acompañar cambios de hábitos y promover estilos de vida saludables. Aprende a adaptar planes alimenticios a distintos contextos y a usar técnicas de motivación y mindfulness que favorezcan el bienestar integral, además de incorporar herramientas de marketing digital para fortalecer tu práctica profesional.

Lo que aprenderás

Coaching nutricional

Aplica metodologías de coaching para acompañar procesos de cambio de comportamiento alimentario y establecer metas orientadas al bienestar.

Nutrición y salud preventiva

Analiza variables culturales y del entorno para adaptar hábitos alimentarios a diferentes situaciones, necesidades y estilos de vida.

Evaluación del progreso nutricional

Implementa protocolos de evaluación inicial y métricas de progreso para monitorear avances y ajustar estrategias de acompañamiento.

Psicología y alimentación consciente

Integra herramientas de mindfulness, alimentación consciente y manejo del estrés para abordar factores psicológicos relacionados con el comportamiento alimentario.

Información del programa

Duración	Plan de estudios
6 meses	6 módulos



Perfil de ingreso

Si alguno de estos intereses o habilidades conecta contigo, este diplomado es una gran opción para ti:

- **Buscas** fortalecer tus conocimientos para acompañar a personas en la adopción de hábitos alimenticios saludables y sostenibles.
- **Te interesa** comprender la relación entre nutrición, comportamiento y bienestar integral.
- **Deseas** desarrollar habilidades de coaching para orientar procesos de cambio de hábitos.
- **Te interesa** guiar a las personas hacia un estilo de vida más saludable adaptado a sus estilos de vida.



Perfil de egreso

- Implementarás estrategias de acompañamiento y motivación para apoyar la adopción de hábitos alimenticios saludables y sostenibles.
- Evaluarás hábitos, establecerás metas y darás seguimiento al progreso mediante herramientas de monitoreo y retroalimentación.
- Aplicarás técnicas de comunicación, mindfulness y alimentación consciente para abordar factores relacionados con la conducta alimentaria.
- Desarrollarás acciones de orientación y educación alimentaria dirigidas a distintas personas y grupos, respetando los límites de actuación profesional.

Dónde podrás trabajar

- **Consulta nutricional**
  Acompaña a pacientes en procesos de cambio de hábitos desde consultorios propios, clínicas médicas y otros espacios de atención en salud.
- **Coaching de bienestar**
  Diseña y estructura servicios de asesoría en bienestar, salud holística y actividad física con un enfoque metodológico y ético.
- **Fitness y bienestar**
  Participa en iniciativas de wellness orientadas a promover hábitos saludables, manejo del estrés y bienestar dentro de las organizaciones.
- **Consultoría y servicios independientes**
  Desarrollo de servicios de asesoría en nutrición, bienestar y hábitos saludables bajo un modelo de práctica independiente.

Módulos*

Módulo I. Nutrición sostenible y ética alimentaria

- Principios de la nutrición sostenible
- Impacto ambiental de las decisiones alimentarias
- Ética del coach en nutrición

Módulo II. Nutrientes esenciales

- Macronutrientes y micronutrientes
- Función y fuentes de vitaminas y minerales
- Consecuencias de deficiencias nutricionales

Módulo III. Técnicas de coaching y motivación

- Técnicas de motivación y establecimiento de metas
- Estrategias de coaching para el cambio de comportamiento
- Herramientas de comunicación efectiva

Módulo IV. Evaluación y monitoreo del progreso

- Métodos de evaluación de hábitos alimenticios
- Herramientas para el monitoreo del progreso
- Técnicas de retroalimentación y ajuste de estrategias

Módulo V. Nutrición y salud preventiva

- Impacto de la nutrición en la salud cardiovascular
- Relación entre dieta y enfermedades crónicas
- Estrategias para promover una alimentación preventiva

Módulo VI. Aspectos psicológicos de la nutrición

- Psicología de la alimentación y el comportamiento alimenticio
- Estrategias para manejar el estrés y la alimentación emocional
- Técnicas de mindfulness y alimentación consciente

*Cada módulo concluye con un proyecto integrador que te permitirá aplicar de manera práctica los conocimientos y habilidades desarrollados.



Metodología de aprendizaje

Cada módulo tiene una duración de un mes que contempla tres semanas de clases en línea con sesiones en vivo más una semana con sesiones presenciales flexibles (puedes elegir tomarlas en línea o en sede).



Elige un diplomado híbrido

Formación práctica en línea y presencial
Combina actividades en línea con sesiones presenciales flexibles para aplicar tus conocimientos, trabajar en casos y ejercicios e integrar lo aprendido durante cada módulo.

Sesiones presenciales flexibles
Practica lo aprendido en cada módulo con orientación de tu docente, en sesiones que puedes tomar en línea o presenciales en las sedes y horarios disponibles.

Interacción directa con expertos
Mantén una comunicación cercana con docentes especializados durante todo el diplomado para resolver tus dudas, intercambiar ideas y recibir retroalimentación que fortalezca tu aprendizaje.

Playbook de ejercicios
Accede a una guía con actividades, plantillas y herramientas para desarrollar tus entregables y seguir consultándola incluso después de concluir el diplomado.

Aula virtual 24/7
Avanza con contenidos organizados y recursos multimedia desde cualquier lugar. Gestiona tus actividades, consulta tus avances y comunícate directamente con tu docente a un clic.

Diploma e insignia digital
Al concluir el diplomado, recibe un diploma y una insignia digital que reconocen tus conocimientos y habilidades, y que podrás compartir en tu CV o LinkedIn.

Desarrollo de habilidades prácticas
Fortalece tu capacidad para resolver situaciones reales, tomar decisiones y aplicar nuevas herramientas en tu trabajo, proyectos o vida cotidiana.

Calidad académica garantizada

RVOE | SEP

Reconocimiento de Validez Oficial de Estudios de todos nuestros programas.

WHED | UNESCO

Registro en la Base de Datos Mundial de Educación Superior (WHED) de la UNESCO. Código IAU-028725.

FIMPES

Acreditación Institucional por la Federación de Instituciones Mexicanas Particulares de Educación Superior (FIMPES).

CIEES

Acreditación institucional por parte de los Comités Interinstitucionales para la Evaluación de la Educación Superior (CIEES).

ASIC

Acreditación Institucional como Premier Institution por Accreditation Service for International Colleges (ASIC) de Reino Unido.

QS STARS

Calificación máxima de cinco estrellas en el Rating QS de Aprendizaje en línea.

AMECYD | CALED
CREAD | AIESAD

Miembro de asociaciones internacionales que avalan la calidad de nuestra educación superior.

¿Por qué Utel?

Aprendizaje para el mercado laboral

Fortalece tu formación con mentorías enfocadas en tu empleabilidad, acceso a bolsa de empleo y conocimientos prácticos que te preparan para lo que las empresas necesitan.

Conexión con más compañeros como tú

Interactúa con estudiantes de diferentes países en actividades presenciales y virtuales para compartir ideas y ampliar tu red personal y profesional.

Siempre estarás acompañado

Recibe el seguimiento que necesitas en cada etapa de tus estudios, con tutores, profesores y asesores virtuales que te acercan a tus metas.

Estudios que se adaptan a ti

Avanza a tu ritmo, con planes diseñados para cada momento de tu vida, a costos accesibles y sin descuidar tu familia y trabajo.

Calidad educativa y validez oficial

Accede a programas en línea con reconocimiento oficial mexicano y acreditados por instituciones nacionales e internacionales que garantizan su calidad académica.

Educación de talla internacional

Prepárate con contenidos y certificados globales y una comunidad de diferentes países para crecer sin fronteras.

Utel
UNIVERSIDAD

Vamos un paso adelante



Modalidad hibrida

55 9883 7100 ▪ 55 9883 7833 |
inscripcion.diplomados@utel.mx

Habla con un asesor

¡Inscríbete hoy!

utel.edu.mx