

PROGRAMA DE ACOMPAÑAMIENTO:

BIENESTAR Y DESARROLLO INTEGRAL

OBJE: TIVO:

Proporcionar al estudiante conocimientos y habilidades generales que promuevan la salud y bienestar en su proceso de formación académica. Contribuyendo al desarrollo integral, fomentando estrategias para un estilo de vida saludable.

TEMÁTICAS:

Hábitos saludables, proyecto de vida saludable, estrategias de gestión emocional para la defensa de tesis, motivación y autoeficacia, planteamiento de metas y filosofía de vida.

Se otorga una constancia con valor curricular de 12 horas.

Para obtención de constancia deberán tener **80%** de asistencia

Fecha de inscripción del **12 al 19 de enero del 2026**

CUPO LIMITADO a 50 alumnos por grupo

GRUPO 1

Dr. Erik Ricardo Méndez Muñoz

Doctor de Psicología de la Universidad de Guadalajara. Profesor de tiempo completo en la dirección de investigación de Educación a Distancia de la Universidad Cuauhtémoc. Especializado en el desarrollo de proyectos de investigación e intervención en temas de Psicología Social, Salud Mental y Educación. Ha publicado en diversas revistas nacionales e internacionales, expositor en diversos congresos nacionales e internacionales.

GRUPO 2

Dr. Julio César Alvarez Escalante

Licenciado en Psicología (UVM), Maestro en Investigación en Psicología (UAA) y Doctor en Psicología por la Universidad de Guanajuato, con línea de investigación en Psicología Social. Cuenta con experiencia docente en licenciatura y posgrado, investigación científica con publicaciones en revistas especializadas y trayectoria profesional como Perito Psicólogo Forense y en el área de Salud Mental Comunitaria.

[Inicio](#)

Martes 20 de enero 2026

19:00 hrs
hora del centro de México

12 Sesiones
los martes

[REGÍSTRATE AQUÍ](#) 

[Inicio](#)

Miércoles 21 de enero 2026

18:00 hrs
hora del centro de México

12 Sesiones
los miércoles

[REGÍSTRATE AQUÍ](#) 