

# DIPLOMADO EN WELLNESS

## Sobre el diplomado

En un entorno donde la salud evoluciona hacia un enfoque más preventivo, integral y consciente, el Diplomado en Wellness Integral y Estilo de Vida de la UAG ofrece una experiencia formativa que redefine la manera de entender el bienestar.

Este programa integra ciencia, innovación y desarrollo humano para formar profesionales capaces de aplicar estrategias de bienestar desde una visión holística. A través de un enfoque actual y multidimensional, los participantes desarrollarán herramientas que impactan positivamente su vida y la de su entorno, alineándose con las tendencias globales en salud y calidad de vida.

## ¿Por qué estudiar este diplomado?



Integra un enfoque innovador y multidimensional del bienestar



Desarrolla herramientas aplicables a la vida personal y profesional



Responde a las nuevas tendencias en salud preventiva



Eleva tu perfil en el ámbito de la salud y el bienestar



## Este programa es para ti si...

Buscas vivir con mayor equilibrio, bienestar y propósito, y deseas impactar positivamente tu salud y la de los demás desde un enfoque integral y consciente.

### Al concluir el diplomado obtendrás:

- ▶ Diploma con acreditación de 90 horas de Educación Continua por la UAG
- ▶ Material digitalizado
- ▶ Asesoría personalizada
- ▶ Insignia digital

## Contenido del programa

### Módulos

- Integración integral al wellness
- Bienestar físico y vitalidad
- Nutrición para el bienestar
- Salud mental, emocional y regulación del estrés
- Bienestar espiritual y propósito de vida
- Bienestar social
- Bienestar ambiental
- Bienestar financiero básico
- Bienestar ocupacional
- Integración del estilo de vida wellness

## Detalles del programa

**Modalidad:**  
Presencial

**Duración:**  
90 horas

**Horario**  
Martes y jueves  
De 10:00 a 13:00 horas

**Inicio:**  
Agosto 4 de 2026

**Término:**  
Diciembre 3 de 2026

▶ **Costo general:**  
\$45,000.00 MXN

**Teléfono de contacto:**

 33 1357 6404

**Más Información:**

[info.academy@edu.uag.mx](mailto:info.academy@edu.uag.mx)

*¡Lleva tus proyectos al*  
**siguiente nivel!**