

Dossier informativo

Diplomado en salud mental y ciclo menstrual

1er edición (2026)

www.escuelamenteciclica.com

@escuelamenteciclica

escuela mente *cíclica*

Índice

- 1 Prsentación
- 2 ¿Es para mí?
- 3 Detalles del diplomado
- 4 Docentes
- 5 Los valores
- 6 Estructura y metodología del diplomado
- 7 Plan de estudios
- 8 Cronograma
- 9 Honorarios
- 10 Competencias
- 11 Precio y formas de pago
- 12 Preguntas frecuentes

¿Qué es el diplomado en Salud Mental y Ciclo Menstrual?

Es un programa formativo de nivel avanzado, dirigido a profesionales de la salud que quieren especializarse en el abordaje clínico del malestar cíclico complejo, con foco en el Trastorno Disfórico Premenstrual (TDPM) y los cuadros afines. Reúne a un equipo internacional e interdisciplinar de psicólogas, psiquiatras, médicas, matronas, nutricionistas y educadoras menstruales, e integra teoría, práctica clínica y supervisión de casos reales.

Directora

¡Hola, soy Luissiana, psicóloga clínica, especialista en salud menstrual, formada en terapia dialéctico conductual y directora de la Escuela Mente Cíclica



Comencé acompañando a mujeres cuyos padecimientos hormonales estaban afectando su salud mental; ahí entendí que la brecha entre la endocrinología, ginecología y la psicología era un abismo donde miles de nosotras nos perdíamos. Así nació “Mi Vida Hormonal”, un espacio de divulgación donde le puse nombre a lo que muchas vivían en silencio: SPM, TDPM.

Mientras ayudaba a estas mujeres, escuchaba otro llamado: el de mis colegas. Psicólogas y profesionales de la salud me buscaban con una necesidad urgente de conocimiento y herramientas reales.

Tras años como docente en diversas escuelas de salud menstrual, me di cuenta de que el Trastorno Disfórico Premenstrual (TDPM) seguía siendo un territorio desconocido. Por eso fundé “Escuela Mente Cíclica”

Mi misión es que ninguna mujer más reciba un diagnóstico errado o un tratamiento insuficiente por falta de formación de su terapeuta. Trabajo para que cada profesional de la salud tenga la capacidad clínica y la sensibilidad humana de brindar el acompañamiento que nosotras merecemos.

A handwritten signature in red ink that reads "Lu" with a small heart symbol at the end.

Presentación

Mente Cíclica es la **primera Escuela de Especialización Clínica en Iberoamérica** enfocada en el estudio y la enseñanza de la relación entre salud mental y salud menstrual de las mujeres a lo largo de todo su ciclo vital, integrando un enfoque feminista y de derechos humanos en cada uno de nuestros programas.

Generamos espacios de aprendizaje y actualización clínica para profesionales de la salud y la educación. Nuestra misión es garantizar que cada profesional cuente con herramientas de vanguardia para acompañar la **salud mental de las mujeres con rigor científico en cada etapa de su vida**

Nuestro programa está diseñado específicamente para profesionales de la salud que buscan rigor en su consulta, así como para personas no sanitarias que desean acompañar con un conocimiento profundo del ciclo



¿Es para mí?

Si eres de salud mental:

- Escuchas a tus pacientes describir un malestar que se intensifica en cierta fase del ciclo, y sientes que tus herramientas se llegan hasta la contención emocional.
- Ves cada vez más cuadros compatibles con TDPM y exacerbación premenstrual y reconoces que tu formación universitaria no te entregó el marco para abordarlos con precisión.
- Buscas talleres y contenido disperso, y necesitas un espacio integral, riguroso y clínicamente aplicable.
- Quieres comprender a tu paciente como un sistema completo: cuerpo, ciclo hormonal, contexto y mente.

Si eres médica, matrona, nutricionista u otra profesional de salud:

- Conoces el ciclo menstrual desde tu disciplina, pero cuando una paciente te describe su malestar emocional, sientes que se te agotan los recursos.
- Sabes que la validación ya no alcanza, y quieres ofrecer herramientas concretas de gestión emocional sin salirte de tu rol clínico.
- Acompañas a pacientes que se desregulan en determinadas fases del ciclo y necesitas un marco claro para sostener esos momentos, sin salirte de tu rol.
- Quieres una mirada clínica integral donde cuerpo y mente se trabajen como un solo sistema.

Detalles del diplomado



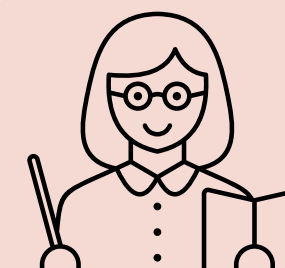
Modalidad
100% online



210 hrs
4 meses



Facilidad de pago,
hasta 5 cuotas



**Reuniones clínicas de
supervisión, docentes
de referencia**

Detalles del diplomado

La edición 2026, comienza el 4 de septiembre y termina el 19 de diciembre

El programa está estructurado en 210h horas académicas, distribuidas de la siguiente manera:

- 25 módulos teóricos con clases sincrónicas + material dirigido
- 5 reuniones clínicas de supervisión y análisis de casos
- 7 masterclass con especialistas invitadas
- Trabajo Final de Integración (protocolo de atención o caso clínico)

Certificación: Diplomado en Salud Mental y Ciclo Menstrual emitido por Escuela Mente Cíclica al aprobar las evaluaciones de cada módulo y el TFI.



Docentes del diplomado



Elia Paulina González

Psicóloga Clínica, feminista y con perspectiva de género
Certificada en Igualdad y Empoderamiento de la Mujer



Mariana Nieves

Psiquiatría perinatal y reproductiva, experta en SPM y TDPM



Fabiola Anaya

Psicóloga clínica y perita en psicología con enfoque en trauma y violencia de género.



Juan Villagra

Médico Cirujano con enfoque familiar y comunitario.
Director de Escuela La Tribu



Mirta Romalde

Psiquiatra. Magister en Psiconeurofarmacología.
Enfoque neuroafirmativo en TDAH, TEA y TOC.



Ara Nicole Paganini

Psicóloga analista de la conducta. Perspectiva en DDHH y diversidad sexual.



Lydia Martínez

Docente y Orientadora familiar
Educatora Menstrual Infanto Juvenil
Miembro de Society of Menstrual Cycle Research



Ma. Agustina Capurro

Psicóloga. Especialista en Salud Mental Perinatal. Certified Perinatal Mental Health Professional – Postpartum Support International



Marta León

Escritora, creadora de contenido, speaker y divulgadora de Salud Femenina. Autora de 4 libros bestsellers sobre salud hormonal femenina



Daniela Tapia

Nutricionista. Máster Salud Hormonal de la Mujer, Dip. Salud Menstrual y TCA. Enfoque no pesocentrista



María Paz Vergara

Matrona. Licenciada en Obstetricia y Puericultura. Directora de la escuela Aromarmonia. Aromaterapeuta certificada. Psicoaromaterapeuta



Leslie Power

Psicóloga clínica. Activista de movimientos ciudadanos, y guía de círculos de mujeres Chile



Patricia Mieres

Especialista en Educación en Salud, Enfoque de Género en Salud, Políticas Públicas y Justicia de Género. Fundadora de Escuela La Tribu



Auxi Scarano

Psicólogo Clínico. Psicoanalista. Psicoterapia, análisis y supervisión. Miembro de: ASOVEP, IPA, FEPAL, AVEPSI, GAEP



Melina Bellotti

Psicóloga. Especialista en terapia TCC, DBT, ACT



Marcia Venegas

Ginecóloga - Obstetra. Especialista en climaterio y menopausia



Laura Moreno

Psicóloga sanitaria, sexóloga y terapeuta de parejas. Terapia menstrual para mujeres con endometriosis.



Noelia Sanmartin

Psicóloga, especialista en neurociencias, mindfulness y tratamiento del dolor crónico



Claudia Ferrer

Psicóloga, Terapeuta Sexual y de Parejas



Alejandra Uzcategui

Psicólogo Clínico con enfoque psicodinámico. Especializada en alimentación e imagen corporal.



Javiera Valdés

Educadora menstrual certificada y autora del libro "Mi Primer Ciclo"



Mariana Plata

Psicóloga clínica y psicoterapeuta, especialista en escritura terapéutica y journaling



Nora Barqui

Psicóloga, sexóloga y especialista en neurodivergencias de la mujer



Camila Grimau

Guía certificada del método sintotérmico por SymptoPro Fertility Education. Educadora menstrual



Violeta Gatica

Psicóloga Clínica y de la Salud de Niñas a Adultas. Psicoterapeuta. Mg(c) Mindfulness y Compasión



Amapola Valdivia

Matrona, especialista en método sintotérmico y salud menstrual



Paz Mieres

Enfermera. Académica Universitaria. Magíster en Docencia Universitaria



Luissiana Céspedes

Psicóloga Clínica. Especialista en terapia ACT y DBT. Especialista en Salud Menstrual. Docente en formaciones en climaterio, salud menstrual y educación menstrual. Formación en Trauma

Nuestros valores

Enfoque integrativo: Creemos que la salud hormonal y el bienestar emocional están en constante interrelación. Nuestra mirada integra la fisiología, la psicología y el contexto social, porque entendemos que para descifrar lo que ocurre la psique, debemos primero validar y comprender la salud sistémica de la mujer.

Perspectiva de género: Reconocemos que la ciencia y la medicina han sido históricamente androcéntricas, excluyendo a la mujer de los ensayos clínicos y la investigación de base. En Mente Cíclica, integramos la perspectiva de género para identificar y corregir estos sesgos, devolviendo el rigor científico a la salud femenina y garantizando diagnósticos que no invisibilicen la realidad bio-psico-social de las mujeres.

Aplicabilidad: Creemos que el conocimiento solo tiene valor si se puede aplicar. Por eso, nuestro programa integra metodología de casos y supervisión clínica constante. No buscamos que acumules información, sino que integres habilidades. A través de nuestras reuniones clínicas y el Trabajo Final de Integración (TFI), garantizamos que todo el contenido académico baje a la práctica real, adaptándose a las necesidades específicas de tus pacientes.

Rigurosidad: con una carga de 210 horas académicas y un equipo docente de primer nivel, cada módulo de nuestra formación está fundamentado en la evidencia científica más reciente de la neuroendocrinología y la psicología clínica. Nos comprometemos con una actualización permanente para ofrecerte protocolos validados, estructurados con la máxima claridad y precisión académica.



Estructura y metodología del diplomado

- Cada asignatura incluye una **clase en vivo de dos horas** con la docente a cargo, un espacio de preguntas y respuestas al finalizar, y material bibliográfico complementario para profundizar los contenidos. De forma mensual, se suman **masterclasses grabadas** de aproximadamente una hora, pensadas para ampliar perspectivas o abordar temáticas de especial relevancia clínica. Además, algunos viernes (ver cronograma) se realizan reuniones clínicas de dos horas destinadas a la supervisión de casos y la discusión de temas de interés del grupo: un espacio central para integrar teoría y práctica desde la experiencia real de cada alumna.

Evaluación

- Cada módulo se evalúa mediante un **examen breve** de cinco preguntas —formato selección múltiple o verdadero/falso—, elaborado por la docente que impartió la asignatura. Esta instancia busca consolidar los aprendizajes claves de cada unidad temática y acompaña el proceso formativo de manera continua a lo largo del programa.

El trabajo final de integración (TFI)

- Para acreditar el diplomado, cada participante elaborará un Trabajo Final de Integración (TFI) basado en un caso clínico real. El caso presenta una problemática vinculada al ciclo menstrual con componentes de salud mental, y ser analizado desde la especialidad de cada alumna integrando los marcos conceptuales, herramientas diagnósticas y enfoques terapéuticos trabajados a lo largo del programa. El análisis incluirá una descripción del caso, una impresión diagnóstica fundamentada (si la hubiera) y una propuesta de plan de tratamiento coherente con la perspectiva biopsicosocial y de género que sostiene el diplomado.

Duración del diplomado

- El diplomado **comienza el 4 de septiembre y termina 19 de diciembre**. El TFI se entregará dos semanas antes de que termine el diplomado y se puede entregar hasta final de enero, presentar el TFI es indispensable para obtener la certificación del diplomado. Las clases serán viernes y sábados y quedarán grabadas en la plataforma.



Plan de estudios

Módulo 1 – 5 de septiembre 2026

De la normalización del dolor a la soberanía cíclica: evolución histórica de los indicadores de salud mental en el ciclo – Docente: Elia Paulina González

- El diagnóstico como acto político: debate del TDPM y perspectiva de género
- La normalización del dolor como violencia simbólica
- El malestar menstrual como espejo social: Interseccionalidad: cómo el malestar se vive distinto según raza, clase y contexto cultural

Módulo 2 – 11 de septiembre 2026

Neurociencias de la mujer: el cerebro femenino a lo largo del ciclo

- El cerebro y las hormonas: estrógenos y progesterona como neuromoduladores
- El cerebro a lo largo del ciclo menstrual: cognición, emoción y percepción fase a fase
- Neuroplasticidad y ciclo menstrual: cómo el cerebro cambia a lo largo del mes
- Epigenética y salud menstrual: cómo los factores biográficos y el estilo de vida regulan la expresión genética en los trastornos del ánimo cíclicos
- Diferencias cerebrales, evidencia crítica y el debate sobre el neurosexismo

Módulo 3 – 12 de septiembre 2026

Bases neuroendocrinas del malestar cíclico – Docente: Juan Villagra

- El eje HPO y el cerebro: cómo las hormonas modulan el sistema nervioso central
- Fluctuaciones hormonales y neurotransmisores: serotonina, GABA y dopamina a lo largo del ciclo
- Fisiología del ciclo menstrual
- Neurobiología del TDPM: sensibilidad cerebral a la progesterona y el rol de la alopregnanolona
- Tratamiento hormonal del TDPM: anticonceptivos, progesterona y análogos de GnRH

Módulo 4 - 18 de septiembre 2026

Bases psicológicas del malestar cíclico - Docente: Luissiana Céspedes

- Diagnósticos diferenciales: SPM, EPM y TDPM
- Procesos psicológicos en el SPM, EPM y TDPM: emoción, cognición y regulación afectiva en la fase lútea
- Vulnerabilidad psíquica: cómo el malestar cíclico amplifica conflictos psíquicos subyacentes
- Vivencia subjetiva e identidad cíclica: cómo construimos la relación con nuestro ciclo
- Implicaciones para la práctica clínica: escuchar el ciclo desde la psicología

Módulo 5 - 19 de septiembre 2026

Evaluación clínica del ciclo: Herramientas y escalas para la detección precisa del TDPM - Docente: Luissiana Céspedes

- Diferencias entre SPM, TDPM, EPM
- Identificar los criterios diagnósticos del TDPM según el DSM-5-TR y la importancia del registro prospectivo.
- Conocer y aplicar las principales escalas de evaluación del TDPM: PSST, DRSP, C-PASS, PMTS y COPE.
- Diferenciar el TDPM de la Exacerbación Premenstrual (EPM).
- Realizar el diagnóstico diferencial con Trastorno Bipolar (TB).
- Realizar el diagnóstico diferencial con Trastorno Límite de la Personalidad (TLP), incorporando perspectiva de género.

Módulo 6 - 25 de septiembre 2026

TDPM y desequilibrios hormonales - Docente: Luissiana Céspedes

- ¿Por qué hablar del TDPM en contexto hormonal?
- Prevalencia y comorbilidad del TDPM con desequilibrios hormonales (SOP, hipotiroidismo y endometriosis)
- Bases neuroquímicas compartidas: ¿por qué coexisten? (eje HHG, eje HHT, alopregnanolona, serotonina, GABA, inflamación)
- Diagnóstico diferencial: cuándo es TDPM, cuándo es síntoma de la condición de base, cuándo es comorbilidad real
- Implicaciones clínicas: evaluación integrada y devolución a la paciente

Módulo 7 - 26 de septiembre 2026

Abordaje psicofarmacológico y protocolos psiquiátricos - Docente: Mariana Nieves

- Bases neurobiológicas que justifican la farmacoterapia en el TDPM.
- ISRS como primera línea: mecanismo, moléculas validadas y evidencia.
- Pautas de administración de ISRS: continua, luteal y sintomática.
- Protocolos psiquiátricos de manejo y seguimiento (algoritmo escalonado, criterios de derivación, evaluación de respuesta con escalas prospectivas, mirada de salud mental integral)
- Casos clínicos (aplicación práctica de la toma de decisiones farmacológicas en distintos perfiles)

Módulo 8 - 3 de octubre 2026

Trauma y TDPM: Experiencias traumáticas y sintomatología en fase lútea - Docente: Fabiola Anaya

- La conexión trauma-TDPM: qué dice la evidencia: (historias de trauma temprano, ACEs, abuso sexual y su asociación con mayor riesgo y severidad del TDPM)
- Desregulación del sistema nervioso y fase lútea (eje HHA, cortisol, sistema nervioso autónomo y teoría polivagal aplicada al ciclo)
- Evaluación clínica con mirada trauma-informada (cómo explorar el trauma sin retraumatizar, screening, integración con registro prospectivo del ciclo)

Módulo 9 - 9 de octubre 2026

Enfoques integrados para psicopatologías premenstruales: psicósomático, sensoriomotriz, DBT y ACT - Docente: Luissiana Céspedes

- Fundamentos teóricos de los cuatro enfoques aplicados al ciclo menstrual y a las patologías premenstruales
- Mapa comparativo: diferencias entre enfoques y criterios clínicos para elegir cuál aplicar según síntoma, fase del ciclo y perfil de la paciente
- La terapeuta desde una mirada integrada: base somática, regulación emocional y flexibilidad psicológica como herramientas clínicas
- Aplicación práctica: herramientas de los cuatro enfoques para sesión y para enseñar a las pacientes (recursos somáticos, habilidades DBT, ejercicios ACT)

Módulo 10 – 10 de octubre 2026

Neurodivergencias y ciclo menstrual: el cerebro neurodivergente ante el cambio hormonal – Docente: Mirta Romalde

- Qué entendemos por neurodivergencia y por qué el ciclo menstrual importa en este abordaje
- El cerebro neurodivergente ante el cambio hormonal: bases neurobiológicas (TDAH, TEA y altas capacidades en interacción con el ciclo)
- Impacto del ciclo menstrual en la sintomatología neurodivergente: fase folicular vs fase lútea, sobrecarga sensorial, función ejecutiva y regulación emocional
- Comorbilidad entre neurodivergencia y TDPM: prevalencia, solapamiento clínico y diagnóstico diferencial
- Sesgo de género en el diagnóstico de neurodivergencias en mujeres: por qué llegan tarde al diagnóstico y cómo afecta a la vivencia del ciclo

Módulo 11 – 16 de octubre 2026

Escritura terapéutica/journaling a lo largo del ciclo menstrual – Docente: Mariana Plata

- El ciclo menstrual como mapa emocional, narrativo e identitario
- Journaling fase por fase: tipos de escritura propuestos para las fases menstrual, folicular, ovulatoria y lútea
- La fase premenstrual como ventana para acceder a emociones no expresadas
- Escritura terapéutica en TDPM y síndrome premenstrual: posibilidades, precauciones y contraindicaciones cuando hay ideación suicida, intrusiones o desregulación aguda.
- Caja de herramientas para la consulta: recursos para la profesional de salud en el consultorio

Módulo 12 – 17 de octubre 2026

Identidad de género y vivencia cíclica: abordaje clínico en personas trans y no binarias – Docente: Ara Nicole Paganini

- por qué incluir la diversidad de género en el abordaje del ciclo menstrual y del TDPM (perspectiva interseccional)
- Menstruación y disforia de género: la vivencia del ciclo en personas trans y no binarias
- Doble disforia: cómo se entrelazan la disforia de género y la disforia premenstrual en la fase lútea
- Evidencia actual sobre TDPM en población trans y no binaria: prevalencia, solapamiento clínico y riesgo suicida aumentado
- Impacto del contexto social y el estrés de minorías en la vivencia del malestar cíclico
- Evaluación clínica con enfoque afirmativo: cómo preguntar, registrar y diagnosticar sin invisibilizar la identidad

Módulo 13 – 24 de octubre 2026

Adolescencia y TDPM: El despertar del ciclo – Docente: Lydia Martínez

- Presentación clínica en adolescentes: cómo se manifiesta el TDPM en esta etapa y en qué se diferencia del cuadro adulto
- El reto diagnóstico: distinguir TDPM de la variabilidad emocional normal de la adolescencia y de otros trastornos del ánimo
- Detección temprana: uso registro prospectivo (DRSP) adaptado a adolescentes.
- Riesgo suicida en adolescentes con TDPM: evaluación sistemática y señales de alarma
- Validación como herramienta clínica: acompañar sin patologizar
- Abordaje terapéutico: psicoeducación, intervenciones en estilo de vida, psicoterapia y psicofarmacología
- El rol de la familia y el entorno escolar en el acompañamiento

Módulo 14 – 31 de octubre 2026

Maternidad, postparto y ciclo: salud mental en las grandes transiciones de la vida de la mujer. Docente: Ma. Agustina Capurro

- La maternidad como gran transición neurobiológica, hormonal e identitaria (matrescencia)
- El ciclo menstrual en las distintas etapas perinatales: embarazo, posparto, lactancia y retorno de la menstruación
- TDPM y embarazo: qué pasa con los síntomas durante la gestación y por qué el alivio no es universal
- TDPM como factor de riesgo para la depresión posparto: evidencia actual
- El retorno del ciclo en el posparto: reaparición del TDPM, intensificación y factores moduladores (lactancia, sueño, red de apoyo)
- Maternar con TDPM: impacto en el vínculo madre-bebé, culpa materna, autocrítica y carga mental
- Perspectiva de género y social: mitos sobre la maternidad, presión cultural y validación del malestar cíclico en la madre

Módulo 15 – 6 de noviembre 2026

Sexualidad y Ciclo Menstrual – Docente: Claudia Ferrer

- Por qué la sexualidad sigue siendo una deuda pendiente en la consulta de salud mental y ginecológica de la mujer
- Fisiología del deseo, la excitación y el placer a lo largo del ciclo menstrual: qué dice la evidencia actual en cada fase
- Variabilidad individual y factores moduladores: edad, pareja, anticoncepción hormonal, trauma y contexto cultural
- Patologías premenstruales y sexualidad: cómo el TDPM, el SPM, la endometriosis y el SOP transforman el deseo y el placer
- Mitos y sesgos culturales sobre la sexualidad femenina: el mandato del deseo constante, la sexualidad cíclica silenciada y la mirada biomédica
- Evaluación clínica: cómo preguntar sobre sexualidad en consulta, qué registrar y qué escalas utilizar (FSFI, escalas de deseo hipoactivo)

Módulo 16 – 7 de noviembre de 2026

Climaterio y TDPM: Impacto del declive estrogénico en la sensibilidad al TDPM – Docente: *Marcia Venegas*

- El climaterio como momento de máxima inestabilidad hormonal: por qué la perimenopausia es el terreno fértil para el TDPM
- Debut de TDPM en la perimenopausia: evidencia, prevalencia y por qué se diagnostica tarde
- Diagnóstico diferencial en el climaterio: TDPM vs. episodio depresivo mayor en contexto perimenopáusico vs. sintomatología emocional perimenopáusica sin criterios de trastorno
- Abordaje clínico: tratamiento y acompañamiento cuando el TDPM debuta en la transición hormonal
- Terapia hormonal en el climaterio con TDPM: criterios de elección, combinaciones con ISRS y consideraciones clínicas desde la salud mental
- Contexto social y minimización de los síntomas: cómo el discurso cultural sobre la menopausia invisibiliza el malestar cíclico y retrasa la consulta.

Módulo 17 – 13 de noviembre 2026

Impacto del Trastorno Disfórico Premenstrual en la dinámica de pareja – Docente: *Laura Moreno*

- El TDPM como trastorno relacional. Impacto en la calidad de vida y en el vínculo de pareja.
- Fenomenología del ciclo en la pareja: distanciamiento emocional, irritabilidad, retraimiento e hipersensibilidad al rechazo en fase lútea
- El impacto en la persona acompañante: ansiedad anticipatoria, agotamiento emocional y necesidad de validación propia
- Sexualidad y vínculo: disminución del deseo, evitación del contacto físico y reconfiguración de la intimidad a lo largo del ciclo
- Psicoeducación del acompañante: qué información compartir, cómo integrarla al proceso terapéutico y herramientas para la dinámica diaria (registro compartido, acuerdos anticipatorios, comunicación adaptada)
- Abordaje clínico de la ruptura vincular: duelo, culpa, reparación narrativa y prevención de la espiral de autoexigencia
- Cuándo derivar a terapia de pareja, enfoques que funcionan y casos clínicos

Módulo 18 – 14 de noviembre 2026

Nutrición, suplementación y estilo de vida para el TDPM – Docente: *Marta León*

- Inflamación crónica de bajo grado y TDPM, el vínculo que la evidencia reciente ha consolidado
- Alimentación antiinflamatoria y patrón dietético protector: omega-3, polifenoles, fibra, reducción de ultraprocesados, azúcar, cafeína y alcohol
- Suplementación con evidencia: calcio, vitamina B6, vitamina D, omega-3 y magnesio (dosis, tiempos y limitaciones)
- Ejercicio y movimiento adaptado al ciclo: intensidad y tipo de actividad según fase, con foco en la fase lútea
- Sueño y ritmos circadianos: melatonina, progesterona y estrategias de higiene del sueño específicas para el TDPM
- Hábitos protectores para la fase premenstrual: gestión del estrés, regulación autonómica, exposición a luz natural y red de apoyo
- Protocolo clínico integrado: cómo combinar nutrición, suplementación y estilo de vida con el tratamiento psicológico y farmacológico

Módulo – 21 de noviembre 2026

Conducta Alimentaria, TCA y Ciclo Menstrual – Docente: Daniela Tapia

- Evidencia de comorbilidad: TDPM y TCA (bulimia nerviosa, trastorno por atracón) datos de prevalencia, riesgo y expresión clínica
- Fisiología del craving y de la pérdida de control alimentario en fase lútea: estradiol, progesterona, serotonina, dopamina y circuito de recompensa
- Comprensión diagnóstica del cruce TDPM-TCA: cómo diferenciar un atracón emocional cíclico de un TCA instalado, señales clínicas y criterios para el diagnóstico integrado
- Evaluación clínica: entrevista enfocada, registro alimentario-emocional por fase del ciclo, escala (DRSP) y diagnóstico diferencial
- Abordaje nutricional con enfoque no pesocentrista: alimentación intuitiva, HAES y weight-inclusive care aplicados al ciclo; principios clave (honrar el hambre, respeto a la saciedad, hacer las paces con la comida, nutrición amable) y cómo acompañar el craving sin restricción
- Estrategia nutricional por fase del ciclo: estabilidad glucémica, manejo del hambre aumentada en fase lútea, nutrientes clave y cuándo derivar a nutrición clínica especializada

Módulo 20 – 28 de noviembre 2026

Recursos integrativos en el TDPM: Fitoterapia, aromaterapia y estrategias de soporte no farmacológico –

Docente: María Paz Vergara

- El lugar de la fitoterapia y la aromaterapia en el abordaje del TDPM y criterios clínicos de uso (complemento, no sustituto)
- Fundamentos neurobiológicos: por qué los principios activos vegetales y los aceites esenciales impactan en la fase lútea
- Fitoterapia con evidencia en TDPM: principales plantas y extractos estudiados
- Aromaterapia: aceites esenciales, vías de aplicación y su papel en la regulación emocional y autonómica
- Seguridad, interacciones y criterios de derivación: cuándo sí, cuándo no y cómo combinar con tratamiento médico

Módulo 21 – 4 de diciembre 2026

Autocuidado del profesional de salud – Docente: Auxi Scarano

- Burnout en clínica de alta intensidad emocional: fatiga por compasión, trauma vicario y desgaste moral
- Factores de riesgo específicos: trabajar con desregulación emocional sostenida, crisis cíclicas, ideación suicida premenstrual, historias de trauma y violencia
- Señales tempranas de alarma
- Regulación del propio sistema nervioso como herramienta clínica
- Encuadre y límites como autocuidado estructural:
- Supervisión, intervisión y red de pares: por qué no son opcionales en este perfil de consulta, y cómo construirlas con perspectiva de género y no patologizante.
- Plan personal de sostenibilidad clínica: autocuidado cíclico (si quien atiende también menstrúa)

Módulo 22 – 5 de diciembre 2026

Subjetividad y vivencia premenstrual – Docente Leslie Power

- Del síntoma a la subjetividad: por qué mirar el TDPM solo como disregulación neuroendocrina empobrece la clínica.
- La fase lútea como "lupa emocional": Procesos emocionales subyacentes en TDPM.
- Vulnerabilidad como recurso: la permeabilidad emocional cíclica como fuente de información terapéutica.
- Escucha del cuerpo cíclico: del "estoy mal otra vez" al "mi cuerpo me está diciendo algo" — trabajo con awareness interoceptiva y narrativa corporal.
- Narrativa personal y ciclo: re-autoría de la historia premenstrual
- La mujer/persona menstruante detrás del diagnóstico: biografía, historia vincular, mandatos de género, experiencias de invalidación médica previa — cómo se cruzan con la vivencia premenstrual.
- Rupturas y reconciliaciones cíclicas: trabajar la relación de la paciente consigo misma

Módulo 23 – 11 de diciembre 2026

Protocolos de atención psicológica e interdisciplinar y práctica clínica – Docente: Luissiana Céspedes

- Modelo de atención estructurado y la necesidad de un protocolo con hoja de ruta clara
- DBT como protocolo psicológico de elección en TDPM: fundamentos y adaptaciones específicas al ciclo
- Los cuatro módulos DBT aplicados al TDPM
- Adaptación del protocolo para profesionales no psicólogas:
- Límites profesionales y criterios de derivación: cuándo y a quién derivar.
- Roles profesionales diferenciados en el equipo interdisciplinar
- Hoja de ruta desde la primera consulta hasta el alta: evaluación inicial, plan de tratamiento, seguimiento, criterios de alta y prevención de recaídas

Módulo 24 – 12 de diciembre 2026

Violencia contra las mujeres, misoginia y medicalización – Docente: Patricia Mieres

- Violencia contra las mujeres, misoginia estructural y medicalización — tres conceptos que se entrelazan en la clínica del ciclo.
- Breve recorrido histórico: de la "histeria" al "síndrome premenstrual" y al TDPM — cómo el malestar femenino ha sido nombrado y tratado por la medicina.
- Sesgo de género en salud mental: brechas documentadas en diagnóstico, tratamiento, acceso, credibilidad del relato y tiempos de escucha clínica.
- Medical gaslighting y ciclo menstrual: la descalificación sistemática del dolor y el malestar cíclico — qué es, cómo se manifiesta y cómo identificarlo en consulta.
- Violencia obstétrica, ginecológica y psiquiátrica: continuum de violencias institucionales que atraviesan la vida cíclica de las mujeres y personas menstruantes.
- Mandatos de género y malestar premenstrual: autoexigencia, rol de cuidadora, productividad capitalista y cómo chocan con la fase lútea.
- Interseccionalidad: cómo raza, clase, orientación sexual, identidad de género, migración y discapacidad modulan la experiencia de medicalización y violencia en salud mental.
- Violencia íntima y sintomatología cíclica: evidencia del impacto de la violencia de pareja y sexual en la expresión y severidad del TDPM.
- Clínica con perspectiva de género: principios de una intervención despatologizante, feminista e interseccional — qué hacemos distinto desde el primer minuto de consulta.

Módulo 25 - 19 de diciembre 2026

Protocolo de Intervención en ideación suicida y conductas autolesivas - Docente: Melina Bellotti

- Magnitud del riesgo vital en TDPM: cifras actualizadas de ideación, planificación, intento y autolesión.
- Fenomenología específica del riesgo premenstrual: patrón cíclico de la ideación, "ventana lútea" de vulnerabilidad, diferencia con ideación continua de depresión o TLP, y cómo diferenciar crisis premenstrual de crisis estructural.
- Evaluación sistemática del riesgo desde marco DBT: variables de ideación, plan, intención, acceso a medios, historia previa, factores protectores.
- Plan de seguridad adaptado al contexto premenstrual: plan de seguridad fase-específico (folicular vs. lútea), señales tempranas personalizadas, estrategias de distracción, red de apoyo, acceso a medios.
- Herramientas DBT de contención en crisis premenstrual: TIP, STOP, distracción (ACCEPTS), self-soothing y pros/contras — cómo enseñarlas y cuándo activarlas.
- Manejo clínico de la autolesión no suicida
- Criterios de derivación y hospitalización
- Contención del/la clínico/a en casos de alta complejidad: cómo sostener una consulta con riesgo vital sin colapsar

Masterclasses

El quinto signo vital: el ciclo menstrual como indicador de salud integral – *Docente: Amapola Valdivia*

Método sintotérmico: el registro del ciclo para profesionales de la salud – **Docente: Camila Grimau**

**Vivencia del ciclo menstrual en mujeres neurodivergentes: estrategias en la práctica clínica –
Docente Nora Baqui**

Mindfulness y compasión en fase lútea: Estrategias de atención plena para la gestión del malestar emocional premenstrual – **Docente: Violeta Gatica**

La vivencia de la primera menstruación: Claves para comprender la formación de la identidad cíclica – **Docente: Javiera Valdés**

El Burnout de la mujer cíclica y la trampa de la productividad: Impacto de la alta exigencia en el eje HPA y la desregulación del sistema hormonal. – **Docente: Paz Mieres**

**Hambre emocional y ciclo menstrual: Abordaje psicológico de la alimentación emocional
Docente: Alejandra Uzcategui**

domingo	lunes	martes	miércoles	jueves	viernes	sábado
		1	2	3	4	5
6	7	8	9	10	11	12
13	14	15	16	17	18	19
20	21	22	23	24	25	26
27	28	29	30			

Sep. 2026

4 – Bienvenida

5 – Módulo 1

11 – Módulo 2

12 – Módulo 3

18 – Módulo 4

19 – Módulo 5

25 – Modulo 6

26 – Módulo 7



domingo	lunes	martes	miércoles	jueves	viernes	sábado
				1	2	3
4	5	6	7	8	9	10
11	12	13	14	15	16	17
18	19	20	21	22	23	24
25	26	27	28	29	30	31

Oct. 2026

Reunión clínica 1

3- Módulo 8

9 - Módulo 9

10 - Módulo 10

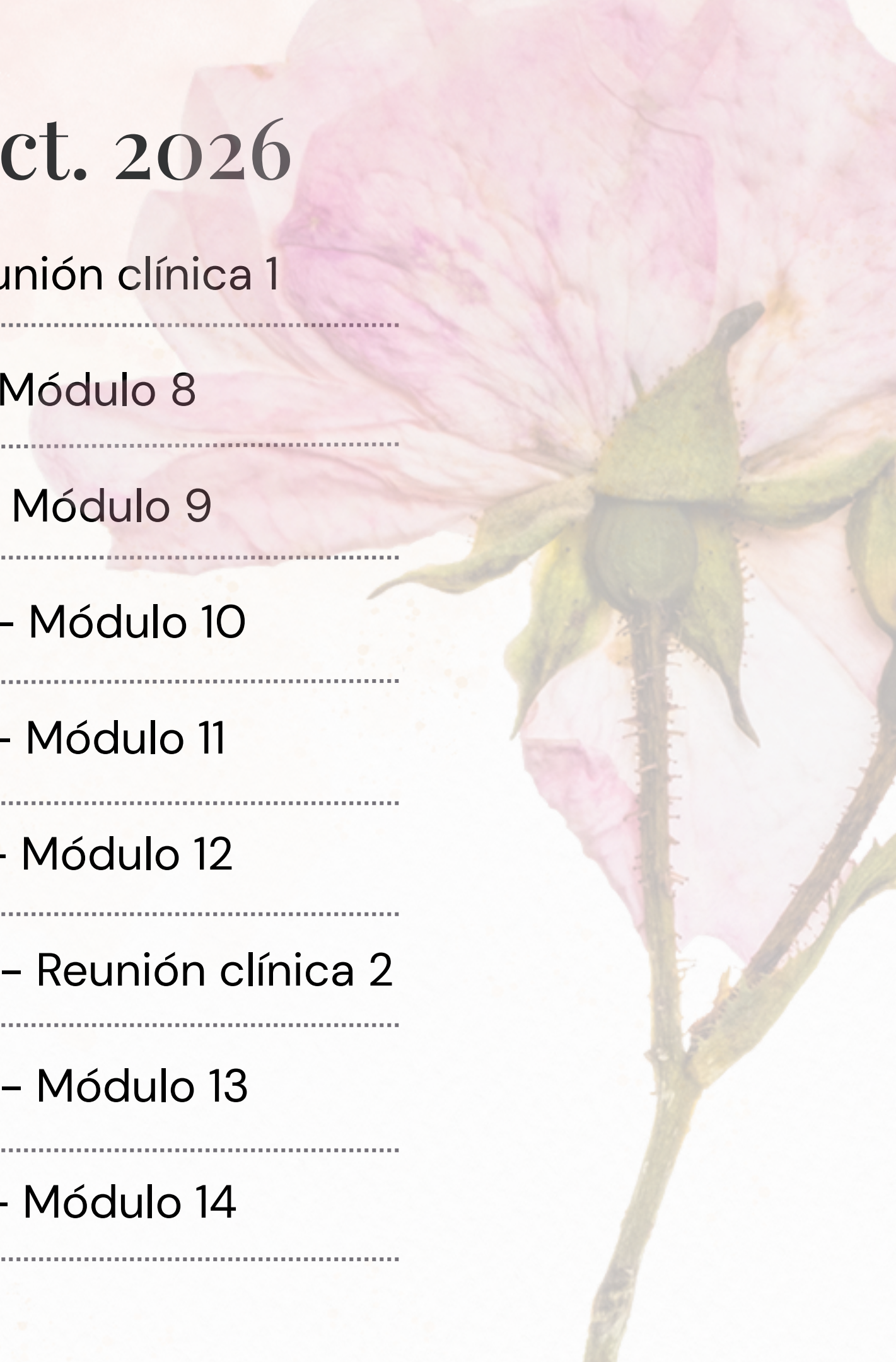
16 - Módulo 11

17 - Módulo 12

23 - Reunión clínica 2

24 - Módulo 13

31 - Módulo 14



domingo	lunes	martes	miércoles	jueves	viernes	sábado
1	2	3	4	5	6	7
8	9	10	11	12	13	14
15	16	17	18	19	20	21
22	23	24	25	26	27	28
29	30					

Nov. 2026

6 – Módulo 15

7 – Módulo 16

13 – Módulo 17

14 – Módulo 18

20 – Reunión clínica 3

21 – Módulo 19

27 – Reunión clínica 4

28 – Módulo 20



domingo	lunes	martes	miércoles	jueves	viernes	sábado
		1	2	3	4	5
6	7	8	9	10	11	12
13	14	15	16	17	18	19

Dic. 2026

4 – Módulo 21

5 – Módulo 22

11 – Módulo 23






12 – Módulo 24






18 – Reunión clínica 5 – TFI

19 – Módulo 24



Horarios del diplomado

País	Viernes	Sábados
 Chile (hasta 5-sep)	14:00 – 16:00	11:00 – 13:00
 Chile (desde 6-sep)	15:00 – 17:00	12:00 – 14:00
 Argentina	15:00 – 17:00	12:00 – 14:00
 España (hasta 25-oct)	20:00 – 22:00	17:00 – 19:00
 España (desde 26-oct)	19:00 – 21:00	16:00 – 18:00

País	Viernes	Sábados
 México	12:00 – 14:00	9:00 – 11:00
 Costa Rica	12:00 – 14:00	9:00 – 11:00
 Colombia	13:00 – 15:00	10:00 – 12:00
 Perú	13:00 – 15:00	10:00 – 12:00
 Panamá	13:00 – 15:00	10:00 – 12:00
 Venezuela	14:00 – 16:00	11:00 – 13:00

Solo **Chile y España ajustan su hora local una sola vez** durante el diplomado (Chile el 6 de septiembre y España el 26 de octubre). El resto de países mantiene su horario igual de inicio a fin.

Competencias que adquieres con el diplomado

- Detectar TDPM desde la primera consulta, incluso cuando llega camuflado de otras manifestaciones.
- Entregar herramientas concretas a tu paciente desde la primera sesión.
- Sostener clínicamente situaciones de riesgo vital cíclico con un plan de seguridad fase-específico (folicular vs. lútea), criterios de derivación adaptados al patrón premenstrual y protocolo de contención en crisis premenstrual.
- Incorporar evidencia actualizada en nutrición, psicología, psiquiatría, suplementación, fitoterapia y recursos integrativos
- Articular el abordaje del ciclo desde tu disciplina con criterio interdisciplinar real.
- Planificar la evaluación y abordaje completo de un caso, vas a egresar del diplomado con la capacidad de formular, razonar y sostener decisiones terapéuticas frente a una mujer con malestar cíclico complejo — incluso cuando el cuadro no encaja del todo en el manual.

Pertenencia a la red de profesionales certificadas “Mi vida hormonal”

Al completar el diplomado, te incorporas a la **Red de profesionales certificadas *Mi vida hormonal***, un espacio diseñado para que tu formación tenga visibilidad real, derive en oportunidades clínicas y construya trayectoria profesional sostenida en el tiempo.

La Red incluye cuatro componentes concretos:

- 1. Directorio público de profesionales certificadas.** Apareces en el directorio oficial de *Mi vida hormonal* con perfil profesional completo (disciplina, formación, zona horaria, datos de contacto, modalidad de atención). Es la herramienta de visibilidad que tus pacientes potenciales y derivadores van a usar para encontrarte como especialista en salud mental y ciclo menstrual.
- 2. Derivaciones prioritarias desde el ecosistema “*Mi vida hormonal*”:** Cuando llegan consultas a “*Mi vida hormonal*” que no pueden ser atendidas directamente (por agenda, país o disciplina), se derivan primero a las profesionales del directorio, con matching geográfico y disciplinar. Es derivación directa profesional-paciente.
- 3. Acceso preferente a colaboraciones:** Las profesionales del directorio son las primeras invitadas cuando se abren oportunidades de colaboración con la marca: contenido conjunto, masterclasses, jornadas profesionales, proyectos de investigación clínica aplicada. Es trayectoria pública y reputación construida en colaboración con un proyecto consolidado.
- 4. Posibilidad de evaluación para sumarse al equipo clínico de “*Mi Vida Hormonal*”:** Selectivo, basado en perfil profesional, experiencia clínica y disponibilidad mutua. Es la puerta abierta para las profesionales que quieran integrarse al equipo clínico del proyecto, con condiciones que se acuerdan caso por caso.

Precio y formas de pago

Precio en prevented
del 4 al 10 de mayo



847 USD

Precio pago en **cuotas**
(hasta 5 cuotas)



2 cuota	444,86 USD
3 cuotas	303,95 USD
4 cuotas	233,64 USD
5 cuotas	191,57 USD

Precio regular
(desde el 11 de mayo)



1097 USD

Preguntas frecuentes

¿Puedo inscribirme si no soy psicóloga?

Sí. El diplomado fue diseñado para distintas áreas de la salud de la mujer: psicología, psiquiatría, medicina general y especializada, matronería, nutrición, enfermería y profesiones afines. Cada módulo está pensado para que cada profesional pueda integrar lo aprendido a su práctica clínica, dentro del alcance de su disciplina.

¿Necesito experiencia previa en salud menstrual o en TDPM para hacerlo?

No. El programa parte desde los fundamentos clínicos y científicos y avanza progresivamente hacia los casos complejos. Cada módulo se construye sobre el anterior, así que vas a poder seguir el recorrido vengas con experiencia previa o llegues con deseo de formarte desde cero en el área.

¿Hay opciones de pago? ¿Aceptan financiación?

Sí. El diplomado se gestiona a través de la plataforma Hotmart, que ofrece dos modalidades principales:

Pago único. Acceso completo con un solo abono. Durante el Early Bird (4 al 10 de mayo), el valor es de \$847 USD; pasado ese período, vuelve al precio regular de \$1.097 USD.

Pago financiado. Posibilidad de fraccionar la inversión en hasta 5 cuotas, según las opciones disponibles para tu país y método de pago.

¿Qué métodos de pago aceptan?

Como el cobro se realiza por Hotmart, las opciones disponibles dependen de tu país de residencia. La plataforma habilita pagos con tarjeta de crédito y débito (locales e internacionales), transferencia bancaria, PayPal y métodos locales de cada región (boleto, OXXO, MercadoPago, PIX, entre otros). Al momento de inscribirte vas a poder ver las alternativas habilitadas para tu país.

¿Puedo recibir factura para deducir el gasto profesional?

Sí. Hotmart emite el comprobante correspondiente a tu compra. Si necesitás un documento con datos fiscales específicos para tu consulta o centro clínico, puedes solicitarlo escribiéndonos después de la inscripción.



El malestar cíclico ya está en tu consulta. Este diplomado lo lleva también a tu formación.