



## Diplomado en Estética, Salud y Bienestar Integral

### Descripción del Programa

El Certificado en Estética, Salud y Bienestar Integral es una experiencia inmersiva de 8 semanas orientada a promover el desarrollo personal holístico y la alfabetización en bienestar a través de dimensiones físicas, emocionales y espirituales. Basado en principios de salud integrativa, medicina del estilo de vida y prácticas de bienestar centradas en la belleza, este programa capacita a los participantes para cultivar resiliencia, equilibrio y vitalidad en su vida diaria y en su práctica profesional. Los estudiantes adquieren conocimientos y habilidades que les permiten integrar hábitos saludables, técnicas de regulación emocional y prácticas de autocuidado que fortalecen su bienestar integral.

### Objetivo del Programa

Diseñado para proporcionar a los participantes una base holística en bienestar personal, autocuidado profesional y prácticas fundamentadas en evidencia que promuevan la vitalidad física, emocional y espiritual. Este programa de 8 semanas equipa a los estudiantes con herramientas integrativas provenientes de la estética, la nutrición, la conciencia somática, el manejo del estrés y el acompañamiento en estilo de vida, con el fin de fomentar un bienestar total tanto en entornos personales como profesionales.

### Plan de Estudios

Código	Curso
AHW 101	Fundamentos del Bienestar Integral y el Autocuidado
AHW 102	Conciencia Somática e Integración Cuerpo-Mente
AHW 103	Nutrición, Hidratación y Balance Energético Holístico
AHW 104	Estética Restaurativa y Bienestar Basado en la Belleza
AHW 105	Regulación Emocional y Resiliencia ante el Estrés
AHW 106	Movimiento, Respiración y Espiritualidad Corporizada
AHW 107	Sensibilidad Cultural y Prácticas de Bienestar Inclusivas
AHW 108	Proyecto Final: Plan Personal de Bienestar e Integración del Estilo de Vida

### Costo Del Programa

Matricula	\$500
Fees	\$100
Books & Supplies	\$150
Cualquier otro costo	N/A
Costo total del programa	\$750

Credencial Otorgada:  
College Credit Certificate

48 horas  
Modalidad: Online

Duración Estimada: 6 semanas