



AUTOEXIGENTE
NO SOY SUFICIENTE
MARCADAS
VERGÜENZA
CUERPO FLÁCIDO
DEBERÍA SER FELIZ
ESTOY GORDA
CANSADA
¿QUE PASA CONMIGO?
CANSADA
MENOS DESEABLE
MENOS DESEABLE
INESPERADO

CURSO ONLINE

Quando el cuerpo habla

Trastornos alimentarios y salud mental perinatal

Profesora
Mamen Bueno Bahón
Psicóloga-Psicoterapeuta
Especializada en trastornos alimentarios
Psicología perinatal, trauma y apego





Psimática
Aula Virtual

Información: aulavirtual@psimatica.net

PROGRAMA

[QUIERO INSCRIBIRME EN ESTE CURSO](#)

RESUMEN CV

Profesora: Mamen Bueno



www.mamapsicologa.com

info@mamapsicologa.com

Mamen Bueno, es psicóloga sanitaria habilitada y psicoterapeuta acreditada por la FEAP. Supervisora y Didacta por APHICE, cuenta con una Diplomatura Universitaria Superior en Supervisión Clínica por la USAL y una trayectoria de más de 20 años en el acompañamiento terapéutico.

Su enfoque integrador y profundamente humano se ha ido construyendo a través de una sólida formación en psicoterapia humanista integrativa, trauma relacional, apego, salud mental perinatal, EMDR, mindfulness clínico y trastornos alimentarios, ámbitos a los que ha dedicado su práctica profesional y docente.

Durante más de una década trabajó acompañando a mujeres víctimas de violencia de género y a sus hijos e hijas, tanto en intervenciones individuales como grupales. Ha formado parte del Comité Técnico que colaboró en la elaboración de la Estrategia de Atención al Parto Normal en el Sistema Nacional de Salud, y fue colaboradora de la Comisión para la Investigación de Malos Tratos a Mujeres.

Actualmente pasa consulta online y presencial en el Centro terapéutico Gaztambide 17 (Madrid) y forma parte del equipo de profesionales de Criar con Sentido Común.

Es docente en el Curso de Experto en Trastornos Alimentarios de Norte Salud y en el Seminario sobre problemas emocionales y psicológicos que interfieren en la lactancia (Aupale) y docente en cursos sobre trastornos alimentarios en ASEPCO (Asociación Española de Psicoterapias Constructivistas), entre otras formaciones.

En los últimos años ejerce también como supervisora clínica, con el deseo de compartir lo aprendido a lo largo de su trayectoria y acompañar a otros profesionales desde una mirada relacional, ética y compasiva.

Disfruta también de la escritura como herramienta de divulgación, y ha colaborado en medios como CuerpoMente, Madresfera o el blog especializado Cómete el Mundo TCA.

PRESENTACIÓN DEL CURSO

Este curso nace del cruce entre dos temáticas profundamente humanas y complejas: los trastornos de la alimentación (o, más precisamente, las múltiples formas en que una persona puede relacionarse con la comida, el cuerpo y el control) y el proceso perinatal, entendido no sólo como un hecho biológico, sino como una vivencia relacional, emocional y social que nos atraviesa en distintos niveles.

A lo largo de los diferentes módulos, vamos a explorar cómo la historia corporal, los patrones de alimentación y la imagen corporal pueden entrelazarse con el deseo de concebir, con la experiencia del embarazo, con el posparto y con los primeros pasos en la crianza. Nos detendremos en cómo estas vivencias pueden estar atravesadas por el trauma, la vergüenza, la soledad o los mandatos estéticos que pesan especialmente sobre las mujeres en edad fértil.

Ambos temas (la relación con la comida y la maternidad) han sido históricamente desatendidos por la ciencia y la medicina. A pesar de su impacto en la salud física y mental de millones de mujeres, han sido considerados “cuestiones menores”, “privadas” o “emocionales”, en contraposición a los problemas tradicionalmente asociados a lo masculino, percibidos como más objetivos o relevantes desde un punto de vista biomédico. Como han señalado autoras como Susan Bordo (1993), Jane Ussher (2006) o la antropóloga feminista Marcela Lagarde (2005), muchas formas de sufrimiento femenino han sido deslegitimadas, patologizadas o directamente invisibilizadas.

De hecho, la salud mental de las mujeres ha sido históricamente abordada desde perspectivas que o bien infantilizan o bien sobredimensionan su malestar, colocándolo fuera de un análisis estructural. En este sentido, tanto la relación con la alimentación como la vivencia del embarazo o la maternidad han sido tratadas como “problemas de mujeres”, y por tanto como problemas menores. Problemas que no merecían el mismo rigor ni la misma inversión que otras áreas de la medicina o la psicología centradas en la experiencia masculina. Esto ha contribuido a una enorme brecha de conocimiento y de intervención. Y ha dejado a muchos hombres fuera, ya que hasta hace bien poco no se asociaba a que ellos pudieran sufrir trastornos alimentarios ni de la imagen corporal.

Y si ya estos dos temas por separado han recibido poca atención, la intersección entre ambos ha sido aún más ignorada. Las dificultades alimentarias durante el embarazo, la distorsión de la imagen corporal en el posparto, la ansiedad ligada al cuerpo y al control en los procesos de búsqueda de embarazo, o el impacto de la cultura de la delgadez en la vivencia materna son cuestiones que rara vez se abordan de forma específica, a pesar de su frecuencia y de sus consecuencias clínicas y vinculares.

Es en esa intersección (en la que convergen cuerpos vulnerables, sistemas sanitarios muchas veces gordóforos, exigencias sociales invisibilizadas y emociones complejas) donde llevaré la mirada de vez en cuando a lo largo del curso.

Este no es un curso sobre diagnósticos. No voy a ofrecer una clasificación exhaustiva de los llamados “trastornos de la conducta alimentaria”, ni un repaso académico sobre criterios clínicos. No porque no valore el conocimiento nosográfico, sino porque este curso tiene otro propósito: ofrecer una mirada más amplia, más compleja y más compasiva sobre un fenómeno que no se limita a los síntomas, sino que involucra identidades, historias de apego, contextos socioculturales, experiencias médicas, vínculos de pareja, presión

estética y dinámicas intergeneracionales. Además, en esta Aula Virtual de Psimática ya se ha tratado esta problemática en otros cursos y no quiero repetir contenidos¹.

Desde esta perspectiva, cuestiono incluso el término “TCA” (trastornos de la conducta alimentaria), ya que pone el foco en lo conductual, y corre el riesgo de patologizar sin comprender. Prefiero hablar de sufrimientos o dificultades en la relación con el cuerpo, la comida y el control, entendiendo que muchas veces estas expresiones sintomáticas son formas de adaptación a entornos exigentes, traumáticos o poco sensibles.

Mi punto de partida será siempre relacional y contextual. Me apoyaré en diversas investigaciones (no hay demasiadas, la verdad), pero también en la clínica real: esa que se da en el espacio compartido entre terapeuta y paciente, donde el cuerpo y la palabra dialogan. Este curso se sitúa, por tanto, en el cruce entre ciencia, clínica y sensibilidad ética. Mi deseo es promover una mirada crítica y sensible: que pueda reconocer los sistemas de opresión que operan en torno al cuerpo (como la gordofobia médica), que sea capaz de acompañar sin juzgar, y que entienda que el acompañamiento en el contexto perinatal implica una enorme responsabilidad, pero también una oportunidad profundamente reparadora.

Os invito a recorrer este camino desde la curiosidad, el respeto y el deseo de ofrecer un espacio terapéutico más seguro, más informado y más humano.

CURSO PARA: profesionales del campo de la salud (psicología, medicina, psicopedagogía, enfermería, psicoterapia, fisioterapia, doulas, matronas, etc.). También puede ser de mucha utilidad para otros profesionales del campo psicosocial o de la educación que trabajen o deseen formarse en esta área.

INICIO: 19 de mayo de 2026

DURACIÓN: 5 semanas, 5 módulos (60 horas).

Nº DE CLASES: 5 clases en la plataforma (videos de cada clase, material escrito, foros, etc.). En este curso no hay clases en directo

PRECIO: 210 euros

[QUIERO INSCRIBIRME EN ESTE CURSO](#)

¹ Cursos online: *La anorexia, comprensión profunda y estrategias psicoterapéuticas y Psicología Perinatal, comprensión psicodinámica e intervención en infertilidad, gestación, parto y puerperio.*

CONTENIDOS GENERALES

Módulo 1: Marco conceptual y clínico para profesionales

Este módulo establece las bases conceptuales del curso y propone una mirada amplia, crítica y relacional sobre los trastornos alimentarios en el contexto perinatal. Parte de una premisa central: los trastornos alimentarios no pueden comprenderse ni abordarse únicamente desde la conducta, el peso o el síntoma, sino que requieren una lectura que integre cuerpo, emoción, vínculo, historia relacional y contexto sociopolítico.

1. Introducción al módulo
2. ¿Por qué un curso de trastornos alimentarios y perinatalidad?
3. ¿De qué hablamos cuando hablamos de trastornos alimentarios?
4. El cuerpo como lugar de inscripción emocional y relacional
5. Trastornos alimentarios como respuestas adaptativas
6. Trastornos alimentarios y perinatalidad: una intersección crítica
7. Implicaciones clínicas y éticas

Anexo 1: Glosario de conceptos clave

Anexo 2: Bibliografía

Módulo 2: La imagen corporal como construcción relacional y sociocultural

Este módulo aborda la intersección entre imagen corporal, trastornos alimentarios, perinatalidad y contexto sociocultural, poniendo el foco en el puerperio como etapa de especial vulnerabilidad, pero también de potencial transformación. Desde una perspectiva relacional y sensible al trauma, se propone comprender los trastornos alimentarios no como problemas aislados de la conducta, sino como expresiones complejas de sufrimiento psíquico, inscritas en historias vinculares, mandatos de género y contextos sanitarios atravesados por sesgos, especialmente el sesgo por peso.

1. La imagen corporal: una construcción relacional y social
2. Autoobjetivación y cuerpo femenino
3. La perinatalidad como amplificador del malestar corporal
4. Gordofobia sanitaria y sesgo por peso en la atención perinatal
5. Factores familiares en la relación con el cuerpo y la alimentación
6. Factores emocionales: el síntoma como regulación
7. Factores sociales y culturales: el cuerpo como escenario político
8. Trauma, cuerpo y perinatalidad
9. Implicaciones clínicas

Anexo 1: Glosario de conceptos clave

Anexo 2: Bibliografía

Módulo 3: Momentos vitales en los que el cuerpo, la comida y el control se ven especialmente tensionados

Este módulo se sitúa en continuidad directa con los módulos 1 y 2, profundizando en la comprensión de los trastornos alimentarios desde una perspectiva relacional, corporal y sensible al trauma, aplicada específicamente a las etapas reproductivas y perinatales. Si en el primer módulo se sentaron las bases epistemológicas y éticas -cuestionando el reduccionismo diagnóstico y el paradigma peso-céntrico-, y en el segundo se abordó la imagen corporal como construcción relacional y sociocultural, el módulo 3 se adentra en los momentos vitales en los que el cuerpo, la comida y el control se ven especialmente tensionados: la búsqueda de embarazo, los tratamientos de fertilidad, el embarazo, el puerperio y la crianza temprana.

1. Dificultades en la búsqueda de embarazo: impacto de los trastornos alimentarios
2. Embarazo y relación con el cuerpo: miedo a la transformación corporal y cambios en la alimentación
3. Puerperio y vulnerabilidad: autoconcepto, imagen corporal y alimentación en la recuperación posparto
4. Crianza y transmisión intergeneracional de la relación con la alimentación y el cuerpo

Anexo 1: Glosario de conceptos clave

Anexo 2: Bibliografía

Módulo 4: Estrategias para el acompañamiento en cada etapa perinatal

Este módulo integra una propuesta clínica para el acompañamiento en las distintas etapas del proceso perinatal, desde una mirada relacional, sensible al trauma y libre de gordofobia. Parte de la comprensión de que la perinatalidad no es un continuo homogéneo, sino una secuencia de momentos vitales con necesidades emocionales, corporales y relacionales específicas. El objetivo no es ofrecer protocolos cerrados, sino criterios clínicos, principios éticos y estrategias de intervención que permitan sostener procesos complejos sin reproducir violencias simbólicas ni relacionales.

1. Fundamento relacional del acompañamiento
2. Compasión y autocompasión en la perinatalidad
3. Mindfulness en la etapa perinatal
4. EMDR y trauma en la perinatalidad
5. Estrategias de acompañamiento según la etapa perinatal
6. Trabajo en equipo: el valor del enfoque interdisciplinar
7. Interdisciplinariedad como postura ética

8. El enfoque de apego
9. Cómo elegir a las profesionales adecuadas
10. Apoyos entre profesionales y prevención del desgaste

Anexo 1: Glosario de conceptos clave

Anexo 2: Bibliografía

Módulo 5: Profundizaciones clínicas / Interocepción, sexualidad, trauma obstétrico, cribado clínico y prevención

Este módulo profundiza en dimensiones que con frecuencia quedan en los márgenes del abordaje perinatal, pero que resultan nucleares para comprender la relación entre cuerpo, alimentación, trauma y vínculo. Interocepción, sexualidad, trauma obstétrico y prevención no son áreas aisladas, sino ejes que atraviesan la experiencia perinatal y condicionan tanto el sufrimiento como las posibilidades de reparación.

1. Interocepción, alexitimia y regulación emocional en la perinatalidad
2. Alexitimia y maternidad
3. Sexualidad, cuerpo y maternidad
4. Rol de la pareja y educación a pareja
5. Trauma obstétrico, memoria implícita y trastornos alimentarios
6. Cribado, anamnesis y evaluación sensible al trauma
7. Prevención y educación temprana
8. Cierre del curso

Anexo 1: Glosario

Anexo 2: Bibliografía

[QUIERO INSCRIBIRME EN ESTE CURSO](#)

EN ESTA FORMACIÓN ENCONTRARÁS:

- **Todas las clases en video** con los contenidos explicados por la profesora
- **Contenido teórico:** un dossier de cada módulo, con los conceptos más importantes de cada tema, glosario de términos, bibliografía, etc. (descargable)
- Un **documento resumen** de lo esencial de cada clase, diapositivas de los videos (descargable).
- **Recursos:** en cada módulo encontrarás artículos, enlaces a webs, etc. para que sigas profundizando sobre los distintos aspectos que se tratan en el contenido.
- **Foros:** donde alumnos y profesora se reúnen para aclarar conceptos, hacer preguntas, dar respuestas, aportar nuevos materiales, etc.
- En este curso no hay clases en directo.

METODOLOGÍA

- El curso se imparte totalmente por Internet en el Aula Virtual de Psimática Editorial, en la plataforma Moodle (www.psimatica.net).
- Los alumnos ingresan al curso con usuario y contraseña.
- No hay restricciones de horario para el ingreso a la plataforma virtual, cada alumno ingresa según su propia disponibilidad de tiempo.
- En las fechas previstas de apertura de cada módulo (visibles dentro del Aula Virtual), los alumnos tendrán acceso a nuevo material del curso.
- Las clases vistas, foros, videos y documentos, etc. quedan abiertos durante todo el desarrollo del curso.
- Los alumnos cuentan con la tutoría constante de la profesora para resolver dudas, también con el apoyo del director académico. Para temas relacionados con la plataforma y la gestión general del curso pueden consultar con la dirección del Aula Virtual.
- Al finalizar el curso, **y ya sin actividad docente**, los alumnos podrán ingresar a la plataforma durante dos meses más.

PROGRAMAS REQUERIDOS

Para acceder a la plataforma online y seguir tu formación no se necesita ningún software específico, solo el programa Adobe Acrobat Reader (o cualquier lector de PDF), un procesador de textos y un navegador (recomendamos, para esta plataforma -Moodle-, trabajar con Chrome).

COMUNICACIÓN CON LA PROFESORA

Podrás consultar con profesora las dudas que tengas a través de los foros y ella te responderá lo más pronto posible.

CRITERIOS DE EVALUACIÓN

Para aprobar el curso y obtener un diploma de aprovechamiento, es requisito cumplir con estas dos actividades:

- 1.- **Participación activa en los foros**, haciendo aportes relacionados con los contenidos y que contribuyan a hacer de los foros un sitio para plantear dudas, conocimientos, generar debates, etc. en relación a los contenidos.
- 2.- **Responder por escrito y recibir una valoración favorable** en el planteamiento de unas preguntas (al final del curso) relacionadas con los contenidos estudiados y que serán valoradas por la profesora.

[QUIERO INSCRIBIRME EN ESTE CURSO](#)



