



Psicólogos de Hidalgo A.C.  
"Tierra fértil para la Psicología"  
Tel: 044 7712437482  
Correo: psic.de.hgo@gmail.com  
Página: www.psicologosdehidalgo.com

**CONGRESO  
REGIONAL DE  
PSICOLOGÍA**

### Formato de síntesis de participación de ponentes

#### Resumen Curricular

**Gloria Inés Lamedada Díaz Tejeda L.N.y C.N.**  
**Julio César Vizuet Rayón Terapeuta ecléctico**

#### Taller

**Nombre Alimentación y emociones**

**Descripción**

El taller ayudara al participante a comprender las razones psicológicas y emocionales que crean relaciones insanas con los alimentos, a reconocer vacíos emocionales que se llenan con comida. El obtendrá herramientas para aprender a controlar estos estados emocionales Además entenderá los procesos fisiológicos que interviene cuando son las emociones las que estimulan el hambre y conocerán cuáles son los alimentos que también ayudan a controlar estados emocionales nocivos como la ansiedad y el estrés

#### Horarios

**De 18:00 a 20:00 hrs.**  
**Aula 1**