



Julio 2026

"Diplomado en Mindfulness Infanto-Juvenil"

*Formación teórico-práctica orientada al
desarrollo de habilidades de atención consciente,
regulación emocional y bienestar en contextos
educativos y de acompañamiento.*

OTEC acreditada bajo Norma NCh2728 y SENCE.



Objetivo General.

- **Desarrollar competencias teóricas y prácticas para la aplicación del Mindfulness en infancia y adolescencia**, favoreciendo el bienestar, la atención consciente y el desarrollo socioemocional en distintos contextos educativos y de acompañamiento.

Objetivos Específicos

- **Comprender los fundamentos teóricos, pedagógicos y neurocientíficos del Mindfulness**, reconociendo sus aportes al bienestar y desarrollo socioemocional en la infancia y adolescencia.
- **Experimentar prácticas formales e informales de Mindfulness**, favoreciendo el desarrollo de la atención consciente, la consciencia corporal y la autorregulación emocional.
- **Conocer estrategias y técnicas basadas en Mindfulness** para promover la regulación emocional, el manejo del estrés y el bienestar integral en niños, niñas y adolescentes.
- **Diseñar experiencias y actividades de Mindfulness** desde una perspectiva lúdica, significativa y respetuosa de las distintas etapas del desarrollo.
- **Aplicar herramientas prácticas y recursos pedagógicos basados en Mindfulness** en contextos educativos, familiares y de acompañamiento socioemocional.
- **Elaborar propuestas de planificación e intervención** basadas en Mindfulness, adaptadas a contextos de infancia y adolescencia.
- **Reflexionar críticamente sobre el rol del Mindfulness** en los procesos educativos, el bienestar integral y el acompañamiento socioemocional, desde una perspectiva ética y basada en evidencia.



Dirigido a:

- Docentes
- Educadoras/es de párvulos
- Psicopedagogos/as
- Psicólogos/as
- Profesionales de la salud
- Terapeutas
- Equipos PIE
- Orientadores/as
- Profesionales del área socioeducativa

Asimismo, podrán participar personas interesadas en incorporar herramientas de Mindfulness en contextos personales, familiares, educativos o de acompañamiento emocional.

Certificación

Al finalizar y aprobar el Diplomado, recibirás certificado emitido por Educacrecer, OTEC acreditada bajo Norma NCh2728 y SENCE.



Modalidad y Metodología.

Modalidad

- 100% online.
- Clases en vivo vía Zoom.
- Acceso a grabaciones de las clases.
- Aula virtual disponible durante todo el proceso formativo.



Metodología

El Diplomado contempla una metodología experiencial y aplicada, integrando fundamentos teóricos, prácticas guiadas, análisis reflexivo y diseño de intervenciones basadas en Mindfulness.

La formación combina:

- Clases sincrónicas.
- Material audiovisual complementario.
- Prácticas formales e informales de Mindfulness.
- Recursos pedagógicos descargables.
- Actividades de reflexión y aplicación práctica.
- Trabajo final de planificación e intervención.

Fechas de clases en vivo

- Jueves 23 de julio
- Jueves 6 de agosto
- Jueves 20 de agosto
- Jueves 3 de septiembre
- Jueves 24 de septiembre

Horario

18:30 a 20:30 hrs. (Chile)



Distribución Horaria

El Diplomado contempla un total de **120 horas pedagógicas**, distribuidas en:

- Clases sincrónicas en vivo.
- Estudio autónomo de material teórico y audiovisual.
- Desarrollo de prácticas personales basadas en Mindfulness.
- Participación en actividades y foros de reflexión.
- Diseño de propuesta final de aplicación práctica.

Recursos y Material Complementario

Durante el Diplomado tendrás acceso a:

- Material teórico descargable.
- Guías prácticas para infancia y adolescencia.
- Meditaciones guiadas en formato audio y escrito.
- Videos complementarios.
- Estrategias y actividades aplicables en distintos contextos educativos y de acompañamiento.
- Recursos pedagógicos y lúdicos para favorecer la atención consciente y la regulación emocional.

Certificación

Al finalizar y aprobar el Diplomado, recibirás certificado emitido por Educacrecer, OTEC acreditada bajo Norma NCh2728.



Relatora. DÉBORA FERNÁNDEZ.

- Profesora de Educación Básica (UPLA) y Magíster en Liderazgo y Dirección Educacional (UNAB). Cuenta con más de 10 años de experiencia como docente de aula y experiencia como Directora Pedagógica en Educación Básica, acompañando procesos educativos desde una mirada integral, inclusiva y centrada en el bienestar y desarrollo socioemocional.
- Es instructora certificada de Yoga para adultos, adolescencia e infancia (Savittar Yoga Chile), con formación especializada en Mindfulness Infanto-Juvenil junto al Dr. Christopher Willard (EE.UU.) y certificación en Mindfulness & Mindful Eating (Nutritional Coaching).
- Posee además formación en Neuropedagogía junto a la Asociación de Neuroaprendizaje Cognitivo S.E.C., así como estudios en neurociencia aplicada al bienestar, la educación y el movimiento consciente, destacando las formaciones “El cerebro como aliado” junto a Nazareth Castellanos (España) y “Neurociencia del Yoga y el Movimiento Consciente” (Radika, España).
- Fundadora de Educacrecer, OTEC acreditada bajo norma NCh2728, ha desarrollado metodologías y material exclusivo para la enseñanza del Mindfulness y Yoga en infancia y adolescencia, integrando pedagogía, neurociencia, educación emocional y estrategias lúdicas aplicables a contextos educativos, terapéuticos y familiares.
- Practicante de Yoga y Mindfulness desde hace más de una década, orienta su trabajo al desarrollo del bienestar, la atención consciente y la regulación emocional en niños, niñas, adolescentes y adultos, promoviendo prácticas significativas y aplicables a la vida cotidiana y al acompañamiento educativo.

Temario

- I. Fundamentos y conceptualización del Mindfulness.
- II. Origen, principios y fundamentos del Mindfulness.
- III. Neurociencia, meditación y evidencia científica del Mindfulness.
- IV. Mindfulness, regulación emocional y desarrollo socioemocional en infancia y adolescencia.
- V. Estrategias basadas en Mindfulness para la regulación del estrés y ansiedad en infancia y adolescencia.
- VI. Atención consciente, autocuidado y bienestar integral.
- VII. Mindful Eating y alimentación consciente.
- VIII. Prácticas formales e informales de Mindfulness.
- IX. Estrategias lúdicas y recursos pedagógicos para aplicar Mindfulness en infancia.
- X. Estrategias de aplicación de Mindfulness en adolescencia.
- XI. Diseño de actividades, sesiones e intervenciones basadas en Mindfulness para contextos educativos y de acompañamiento socioemocional.



Información de Inscripción

Valores

- Valor vigente con descuento: \$180.000 CLP
- Valor referencial: \$210.000 CLP

Modalidades de Pago

Opción 1: Transferencia bancaria.

Educacrecer SPA

Cuenta corriente

Número de cuenta 580839404

Rut 77.012.169-8

Banco de Chile

pagos@educacrecer.cl

Opción 2: Pago online vía WebPay con tarjeta bancaria.

PAGAR VÍA WEBPAY

Reserva de Cupo

Puedes reservar tu cupo abonando \$40.000 CLP.

El monto restante podrá completarse posteriormente hasta en dos cuotas.

Una vez realizado el pago o abono de reserva, se enviará el email general más la Ficha de Inscripción.

