

Equipo Académico

Isabel Andariza

Docente Principal



Isabel es psicóloga, psicoterapeuta y docente con más de 20 años de experiencia acompañando a personas en su camino hacia el bienestar emocional y una vida más plena.

Es Licenciada en Psicología y cuenta con una Maestría en Trabajo Social con énfasis en Salud Mental.

Está certificada en Terapia Cognitivo-Conductual (TCC) y en el tratamiento del Trauma Complejo, integrando enfoques basados en la evidencia con una práctica de mindfulness centrada en la compasión, la presencia y el cuidado de cada persona.

Como profesora certificada de Terapia Cognitiva Basada en Mindfulness (MBCT) en Toronto, profesora, entrenadora de Mindfulness acreditada por la Oxford Mindfulness Foundation (Reino Unido), y supervisora certificada por Mindfulness Network (Reino Unido), ha formado y acompañado a profesionales y participantes de diversos países en el desarrollo de una práctica de Mindfulness profunda y sostenible.

Actualmente es Coordinadora Académica del Centro de Mindfulness de la Universidad Albert Einstein en México, donde contribuye al diseño y la enseñanza de programas de formación en mindfulness y salud mental.

Su trabajo se caracteriza por crear un espacio cálido, seguro y respetuoso, donde cada persona puede desarrollar una mayor conciencia, resiliencia y bienestar, cultivando recursos internos para afrontar los desafíos de la vida con mayor equilibrio y compasión.

Clare St. Lawrence

Docente Asistente



Clare es facilitadora de MBCT e Introducción al Mindfulness en inglés y español. Profesora de inglés y practicante de meditación desde hace más de 20 años, descubrió la atención plena como una vía laica para aliviar el sufrimiento. Tras completar dos cursos de ocho semanas, se formó como instructora en la Oxford Mindfulness Foundation en 2021. Desde entonces imparte cursos y prácticas, manteniéndose actualizada con la OMF. Su experiencia personal y la de sus participantes confirma los beneficios del mindfulness para el bienestar emocional y mental.

Jaqueline Monteagudo

Tutora / Supervisora



Jaqueline es facilitadora de MBCT e Introducción al Mindfulness en inglés y español. Formada en el Centro de Mindfulness de la Universidad de Oxford, la Universidad Albert Einstein, el Sistema Latinoamericano de Mindfulness y como supervisora en The Mindfulness Network, cuenta con amplia experiencia guiando cursos y seminarios. Su trabajo demuestra beneficios como la reducción del estrés, el manejo de la ansiedad y el desarrollo de la autocompasión. Además, integra su formación en negocios internacionales y derecho para ofrecer un enfoque práctico, humano y adaptado a distintos contextos.



Olga Muñoz

Tutora / Supervisora

Olga es abogada, empresaria y facilitadora de mindfulness con una extensa trayectoria en bienestar y desarrollo personal. Desde 1979 enseña yoga y meditación, y desde 2019 facilita programas de Mindfulness para la Reducción del Estrés. En 2024 incorporó programas de Terapia Cognitiva Basada en Mindfulness (MBCT) e Introducción al Mindfulness. Ha impartido cursos y talleres, principalmente en modalidad en línea, para adultos, personas mayores y profesionales de la salud. Además, se ha formado en Supervisión y Mentoría en Mindfulness con The Mindfulness Network.



Renato Gutiérrez

Tutor / Supervisor

Renato es facilitador de MBCT e Introducción al Mindfulness y supervisor en mindfulness. Ingeniero en Sistemas, complementó su formación con una Maestría en Educación por la Paz, diplomados en Educación en Valores, Mindfulness y Meditación. Está certificado como facilitador de MBCT por el Oxford Mindfulness Centre de la Universidad de Oxford. Cuenta con amplia experiencia en liderazgo, docencia y trabajo con grupos, impartiendo asignaturas y seminarios sobre desarrollo humano, meditación y mindfulness. Actualmente continúa como docente en la Universidad Albert Einstein, promoviendo el bienestar y el crecimiento personal.



Gloria Fernández

Tutora

Gloria es facilitadora de MBCT e Introducción al Mindfulness, con 25 años de práctica en meditación. Inició su formación en MBCT en 2020 y posteriormente obtuvo la certificación como profesora siguiendo los estándares de la Oxford Mindfulness Foundation. Ha impartido seminarios en Perú y Chile, además de cursos de ocho semanas, programas introductorios y sesiones de práctica en modalidad presencial y en línea. Mantiene una formación continua con la OMF y destaca, desde su experiencia y la de sus participantes, los beneficios de vivir con plena conciencia del momento presente.



María del Carmen Mariscal

Tutora

Mayke, profesional en Ciencias Administrativas y Turismo, es facilitadora de MBCT e Introducción al Mindfulness. Practica yoga y meditación desde hace más de 23 años y mantiene un profundo interés por la psicología, el desarrollo humano y la conciencia. Tras completar varios programas de ocho semanas, se formó como instructora en la Oxford Mindfulness Foundation entre 2023 y 2024. Continúa actualizándose en nuevas investigaciones y enfoques. Considera que el mindfulness fortaleció su bienestar y confianza, y hoy busca compartir sus beneficios para ayudar a otras personas a vivir con mayor plenitud y serenidad.