



- **Licenciada en Nutrición en la UAM-X**
 - **Educador en Diabetes. Universidad Anáhuac México**
 - **Certificada en Dieta Cetogénica por IMENAO**
 - **ISAK 3**
 - **Máster en Actividad Física y Salud por la Universidad Europea Miguel de Cervantes**
- *Posgrado en Nutrición, Suplementación y Farmacología en el Deporte

Es miembro del Comité Científico y Vocera de la Federación Mexicana de Diabetes.
Es profesora de la Universidad Iberoamericana campus Santa Fe CDMX, impartiendo la cátedra: Prescripción de la actividad física en el paciente con Diabetes
Miembro del comité científico en Colegio Mexicano de Obesidad.

Imparte clases en varias universidades del país:

- IPPC (Escuela de Estudios Superiores de Posgrado)
- AMEGIN (Asociación Mexicana de Endocrinología Ginecológica)
- UFD (Universidad del Fútbol y Ciencias del Deporte)

Dirige un centro de atención nutricional especializado en deporte y actividad física, en donde el principal valor es el compromiso y la innovación.

Participo en la elaboración y capacitación del Programa Feel Healthy para Sport World, es un programa gratuito de salud para los socios activos, enfocado en activar la vida de las personas con Diabetes tipo 2, Obesidad grado 2 e hipertensión arterial.

Ha escrito en revistas especializadas en salud y deporte como Woman Health, Triatlón México, Men's Health, Sport Life, Esposa Joven, Revista Mexicana de Seguros y Fianzas y actualmente en la revista Diabetes Hoy.

Asesora nutricional y deportiva en Diabetes en el programa Prevenir es Salud, que se transmitía por televisión de paga. Participó en el programa PonteFit de Televisa Deportes, y colaboró mensualmente en el programa Pulso Saludable (transmisión por internet).

Actualmente tiene una cápsula de nutrición en 88.9 noticias quincenal.

Ganadora del premio “El micrófono de oro” 2023 por su trayectoria en medios y promover buenos hábitos de vida.

Asesora Nutricional de Coros México.

Pertenece al Gatorade Nutrition Partners.

Es Nutrióloga oficial de varios equipos de Natación, Corredores de fondo, Ultramaratón, Triatlón y Pentatlón Moderno. Trabajó en proyectos con nadadores como Raquel Marqués en un cruce doble del Canal de la Mancha, en donde la deportista, nado por 24 horas 70km sin parar para lo que fue necesaria una estrategia nutricional.

Desde 2007 trabaja con el equipo de Samuel Neri haciendo la estrategia nutricional de todos sus eventos deportivos. En marzo de 2017, el nadador recibió el premio de Palmas de Oro 2016 por su trayectoria deportiva por haber 2 cruces en el Canal de la Mancha y una triple Corona nadando en Manhattan 45 km, Canal de la Mancha 35 km y Catalina 39 km.

Trabajó en tercera frontera con la periodista Pamela Cerdeira creando una estrategia nutricional antes, durante y después de un 70.3 IRONMAN.

Actualmente es asesora nutricional de Ricardo Mejía, Marcos Mejía, Lázaro Espinosa Juárez y Abraham Hernández Cruz en sus eventos deportivos de carrera de montaña. Con Ricardo Mejía realizó su estrategia nutricional para el Maratón de Sables, actualmente el atleta se coloca entre los 5 mejores corredores de montaña del mundo.

Ejecutó la estrategia nutricional de Héctor Ponce de León para el reto Desde Cero Kilimanjaro, al ascender más de 300 km desde el nivel del mar hasta la cumbre del Kilimanjaro.

Tiene un espacio en un programa de radio quincenal con Mariana Santiago en 88.9 noticias FM.

Es Nutrióloga del Deporte de la campeona del mundo de Tower Running, Elisa López Pimentel.

Trabaja en la estrategia nutricional de Antonio Rodríguez, quien tiene el récord de las 100 millas en México.

Y lo más importante, es que asesora a muchas personas que gracias a los cambios de hábitos y estilo de vida previenen enfermedades.