



## 6ta. Edición - Diploma de

# Coaching Nutricional

## “Técnicas y recursos de Coaching Nutricional”



### ¿Qué es el Coaching Nutricional?

Es una especialización profesional, que se enfoca a ayudar a las personas a alcanzar sus metas relacionadas con la alimentación y salud, en un contexto de satisfacción, equilibrio emocional y con un estilo de vida saludable. Es un generador de acciones orientadas a resultados.

En el marco del proceso, un Coach especializado ayuda a sus clientes a alcanzar un bienestar psicofísico, potenciando sus habilidades y recursos para alcanzar por sí mismos los objetivos esperados.

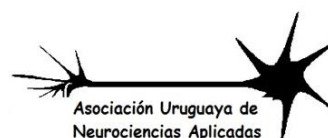
La misión del Coach respecto a su cliente es mejorar calidad de vida, ayudarlo en el proceso de cambio, estimularle a derribar barreras auto limitantes y acompañarlo a diseñar un plan de acción y lo necesario para cumplirlo.

El Coach Nutricional tiene como propósito acompañar a las personas en el proceso de mejorar su estilo de vida, alimentándose saludablemente, logrando un peso correcto, eliminando el estrés y cultivando el bienestar.

### Objetivos:

- Optimizar la relación profesional – paciente.
- Identificar claramente los objetivos del paciente en materia de nutrición, salud, pérdida de peso o bienestar.
- Acompañar al paciente en el descubrimiento de sus motivaciones específicas y en el detonar el compromiso hacia sus objetivos.
- Mejorar y potencial la comunicación profesional.
- Lograr adherencia terapéutica. Diseñar el plan de acción para lograr dichos objetivos en forma satisfactoria.
- Enfoque a las soluciones y no a los problemas.
- Uso positivo y efectivo de la motivación.
- Hacer de la consulta una sesión inspiradora y promotora de resultados reales.
- Ayudar al paciente a encontrar caminos y estrategias alternativas para alcanzar un estilo de vida saludable, equilibrada y lograr mantenerlo a largo plazo.
- Control y dominio de la ansiedad y su relación con la alimentación.

Miembros





- Descubrimiento de los propios caminos y soluciones derrumbando barreras explícitas y no explícitas que limitan el logro de los objetivos de las personas.
- Satisfacción del paciente y del profesional.

### Destinatarios:

El programa está orientado a nutricionistas, profesionales de la salud, entrenadores deportivos y de fitness, profesores de educación física, psicólogos y estudiantes de carreras afines.

## Contenido académico del Curso

a)	<p><b>Introducción al Coaching. ¿Qué es un Coach? Bases y posibilidades del Coach Nutricional. Como se complementan el Coach y el Nutricionista o el profesional de la salud.</b></p> <p><b>El proceso de Coaching. Análisis de realidad. Definición del objetivo. Búsqueda de opciones. Acción y compromiso.</b></p>
b)	<p><b>Autoconocimiento y motivación del paciente. Miedos, objeciones y zona de confort. Causas visibles y no visibles que no permiten una correcta administración del peso. Creencias limitantes. Creencias potenciadoras. Como abordar las creencias limitantes.</b></p>
c)	<ul style="list-style-type: none"> <li>• <b>Distinciones del Coach Nutricional. Coaching / Facilitador del Potencial Humano: sus enfoques. Ontología del lenguaje. Cómo detonar el potencial de las personas Recursos de Coaching Ontológico para el logro de los fines personales o corporativos. Orientación hacia las soluciones y estrategias para el logro de objetivos. Bases filosóficas del Coaching Ontológico.</b></li> <li>• <b>El coaching ontológico: teoría y práctica. Teoría del Observador. Palabras, Corporalidad, Emociones. La Escucha - Tipos de Escucha.</b></li> <li>• <b>Actos del habla. Las Modalidades del Habla: el lenguaje generativo. El Arte de Indagar y Proponer. Los Juicios -</b></li> </ul>
d)	<p><b>Hambre emocional. Orígenes y manejo de emociones. Los alimentos y los estados anímicos. Los recursos del Coach Nutricional.</b></p>
e)	<p><b>Proceso del cambio de hábitos. Rol y acciones del Coach en cada etapa. Coach/Asesor. Entrevista motivacional. Habilidades comunicacionales del Coach Nutricional. Claves psicoemocionales positivas y definitivas.</b></p>
f)	<p><b>Análisis transaccional aplicado al Coaching Nutricional. Técnicas y recursos de la PNL. Equilibrio emocional y alimentación Herramientas de PNL (Programación Neurolingüística). Empatía. Rapport. Escucha activa y reflexiva. Feedback.. Coaching Ontológico</b></p>
G)	<p><b>Cómo diseñar un plan de acción por parte del propio cliente, conseguir que pase a la acción y se comprometa con el mismo.</b></p> <p><b>Alimentación, salud y satisfacción en un enfoque de Coaching.</b></p>



## Fechas y carga horaria:

La actividad se desarrollará los días lunes de 18:30 a 21:30, desde el 13 de marzo al 26 de junio de 2017

**INICIA: 20 de marzo de 2017**

## Respaldo académico internacional:

- Todos nuestros Docentes / Facilitadores, son Coaches Ontológicos Acreditados por la FICOP (Federación Internacional de Coaching Ontológico Profesional) y el Centro Iberoamericano de Coaching. Son además profesionales universitarios, con grado o post grado en su especialidad.



## Certificaciones:

Quienes cumplan con todos los requisitos académicos y de asistencia, recibirán la certificación de CIECC /Asociación de Facilitadores del Potencial Humano, conjuntamente con la Sociedad Uruguaya de Coaching Nutricional. En forma adicional, la Acreditación del Centro Iberoamericano de Coaching.

## Respaldo académico del curso:

Este Curso está alineado con los principios y competencias profesionales del Centro Iberoamericano de Coaching (CIC), la International Coach Federation (ICF), la Asociación Uruguaya de Coaching Deportivo, la Sociedad Uruguaya de Coaching Nutricional y la Asociación de Facilitadores del Potencial Humano y la Federación Internacional de Coaching Ontológico Profesional (FICOP).

La formación es presencial incluyendo curso, prácticas tutorizadas, trabajos grupales y personales.

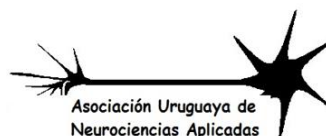
## Valor Agregado y Formación complementaria:

Este curso es una unidad independiente y puede ser tomado como tal. En forma adicional, si el egresado lo desea, permite acceder a la formación como Coach Profesional, que ofrece la Asociación de Facilitadores del Potencial Humano.

Los participantes que busquen ampliar su formación y su campo de posibilidades profesionales, podrán acceder en forma directa a los siguientes cursos complementarios: Curso Taller "Coaching: potenciando el talento humano"; Curso Taller "Competencias de PNL aplicadas al Coaching"; Curso Taller "Análisis Transaccional para Coaching"; Curso Taller "Coaching Ontológico - Conversaciones poderosas en coaching"; Curso Taller "Coaching de equipos y facilitación del potencial humano"; y Taller de "Prácticas tutorizadas de coaching y acreditación profesional".



Miembros





## Lugar:

Las actividades docentes se desarrollan en la Sala de Eventos de la Sociedad Uruguaya de Coaching Nutricional, Guaná 2237 BIS, entre Juan Paullier y Acevedo Díaz, Montevideo.

## Medios de evaluación del aprendizaje

El programa incluye:

Seguimiento personalizado de aprendizaje de cada participante.

Evaluación teórica.

Espacio de prácticas grupales y personales.

Ejercicios de descubrimiento.

Ejercicios, prácticas y actividades individuales.

Prácticas profesionales tutorizadas.

## Carga horaria del Diploma:

- 10 módulos de 3 horas cada uno. Total académico presencial: 30 horas.
- Trabajos extra, avalados como horas de preparación y estudio: 15.

**Total horas de la formación: 45**

## Derechos académicos:

Valor especial para inscripciones hasta el 15 de marzo de 2017: \$ 8000

Valor especial para inscripciones hasta el 17 de marzo de 2017: \$ 9000.

Valor para las inscripciones posteriores al 20 de marzo de 2017: \$ 10.000

La plaza se reserva con un depósito de \$ 2.000

## Promoción especial corporativa:

Cada 2 participantes de la misma empresa u organización, un tercero sin cargo.



## Sociedad Uruguaya de Coaching Nutricional

<http://coachingnutricional.net>

Asociación de Facilitadores del Potencial Humano

<http://coaching.edu.uy>

Miembros

