



Diplomatura

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 y bienestar.
- Establecer la comunicación adecuada para el cambio.
- Lograr adherencia terapéutica.
- Diseñar el plan de acción para lograr dichos objetivos en forma satisfactoria.
- Un 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.
- Encontrar caminos y estrategias alternativas para alcanzar un estilo de vida saludable, equilibrada y mantenerlo a largo plazo.
- Control y dominio de la ansiedad y su relación con la alimentación.
- Descubrimiento de los propios caminos y soluciones derrumbando barreras explícitas y no explícitas que limitan el logro de los objetivos de las personas.

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 PROGRAMA

MODULO 1	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. El proceso de Coaching. Análisis de realidad. Definición del objetivo. Búsqueda de opciones. Acción y compromiso.
-----------------	--

MODULO 2	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.
MODULO 3	Distinciones de un buen Coach Nutricional. Herramientas de PNL (Programación Neurolingüística). Empatía. Rapport. Escucha activa y reflexiva. Feedback. Teoría del observador.
MODULO 4	Hambre emocional. Orígenes y manejo de emociones. Los alimentos y los estados anímicos
MODULO 5	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.
MODULO 6	Análisis transaccional aplicado al Coaching Nutricional. Técnicas y recursos de la PNL. Equilibrio emocional y alimentación
MODULO 7	Cómo diseñar un plan de acción por parte del propio cliente, conseguir que pase a la acción y se comprometa con el mismo. Alimentación, salud y satisfacción en un enfoque de Coaching.

INICIA: Lunes 25 de marzo de 2014

Fechas y carga académica:

La actividad se desarrollará los días lunes de 19 a 22 has. Duración: 2 meses

Certificaciones:

Quienes cumplan con todos los requisitos académicos y de asistencia, recibirán la certificación de CIECC Universidad Abierta y de la Asociación de Facilitadores del Potencial Humano, conjuntamente con la Acreditación del Centro Iberoamericano de Coaching

Lugar:

Las actividades académicas se desarrollarán en la Sala de Eventos de la Fundación CIECC, Guaná 2237 BIS, entre Juan Paullier y Acevedo Díaz, Montevideo.

Derechos académicos:

\$ 5000 (Pagando antes del 22 de marzo, \$ 4.500)

Promoción especial corporativa:

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

Informes e inscripciones:

Tels. . 099 116299 - 24087221 – 094 650602

coaching@adinet.com.uy

Fundación CIECC, Guaná 2237 bis, entre Juan Paullier y Acevedo Díaz
(Concretar previamente entrevista)