



Facultad de  
Ciencias de la Salud  
y del Deporte - Huesca  
Universidad Zaragoza



NUTRITIONAL  
COACHING®  
experts en nutrició

# **Curso Coaching nutricional y Entrevista Motivacional para aumentar la adherencia a estilos de vida saludable**

**Título:** Curso Coaching nutricional y Entrevista Motivacional para aumentar la adherencia a estilos de vida saludable.

**Organizadores:** Facultad de Ciencias de la Salud y del Deporte, Universidad de Zaragoza, Campus de Huesca y la empresa Nutritional Coaching.

**Sede:** Facultad de Ciencias de la Salud y del Deporte, Universidad de Zaragoza, Campus de Huesca. Plaza Universidad 3. Aula Número 9.

**Fechas:** 25 febrero 2021

**Horario:** 9:30 a 13:30 y de 15 a 19 horas.

**Objetivos del curso:**

Introducir al alumno del GNHD en los conocimientos, habilidades y estrategias del coaching nutricional y la entrevista motivacional, necesarias para motivar al cambio al paciente y para conseguir su adherencia a largo plazo.

**Contenidos del curso:**

1. La motivación del dietista-nutricionista o profesional de la salud.

- La Filosofía del Coaching Nutricional:
  - Conciencia-responsabilidad-confianza-soluciones
- Cómo dar lo máximo de uno mismo y mantener un estado de ánimo positivo: luchar contra el *burn out*. Círculo de influencia vs círculo de preocupación

2. Habilidades comunicativas en el coaching nutricional y la entrevista motivacional:

- Relación profesional-paciente
- Estrategias de comunicación no verbal
- Habilidades clave:
  - Rapport
  - Escucha activa
  - Empatía
  - Preguntas poderosas
  - Feedback

3. La motivación del paciente para el cambio y la adherencia.

- Cómo es el proceso de cambio de un paciente.
- Tipos de motivación que presenta el paciente: afiliación-poder-logro
- Estrategias de Coaching Nutricional para motivar de manera efectiva.

4. Herramientas de Coaching nutricional para el futuro Dietista Nutricionista o profesional de la salud.

Duración: 1 día, 8 h.

## MEMORIA ECONÓMICA

Curso “Coaching nutricional y Entrevista Motivacional para aumentar la adherencia terapéutica en el paciente” gracias a la coorganización del evento el precio por alumno es de **80 €**.

Estas cantidades incluyen los materiales del curso, transporte y dietas del equipo docente.

Nota: Para la celebración del curso es necesario cumplir con el cupo mínimo de alumnos establecido en el programa formativo.

## OTRAS CUESTIONES

- La metodología del curso es altamente participativa.
- Se obtiene una alta satisfacción e implicación del alumno en el curso gracias a sus actividades: individuales, en parejas o grupos.
- El número de alumnos sugerido es mínimo 20 y máximo 30-35 por grupo. Este es el adecuado para facilitar la participación y el aprovechamiento del curso.
- Durante el curso se visualizan videos y se escuchan audios, por lo que el espacio debe estar preparado con recursos audiovisuales.
- La sala donde se imparte el curso debe disponer las mesas y las sillas de los alumnos en forma de U y ha de ser amplia para realizar prácticas.
- Los cursos son impartidos por un dietista-nutricionista colegiado junto a otro miembro del equipo, de ese modo todos los alumnos están debidamente supervisados en las diferentes actividades que se realizan durante el curso.
- A la finalización del curso los alumnos recibirán un certificado avalado por la empresa Nutritional Coaching y la Facultad de Ciencias de la Salud y del Deporte, Universidad de Zaragoza, Campus de Huesca.

## **INFORMACIÓN E INSCRIPCIONES:**

**Website:** [www.nutritionalcoaching.com](http://www.nutritionalcoaching.com)

**Mail:** [info@nutritionalcoaching.com](mailto:info@nutritionalcoaching.com)

**Tel fijo:** 93 2503858

## **TRANSFERENCIA BANCARIA A:**

**BANCO SABADELL: ES56 0081 0063 2500 0183 9891**

**IMPORTE: 80 Euros**