



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: 2023

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.



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



INFORMACIÓN E INSCRIPCIONES:

Website: www.nutritionalcoaching.com

Mail: info@nutritionalcoaching.com

Tel fijo: 93 2503858

TRANSFERENCIA BANCARIA A:

BANCO SABADELL: ES56 0081 0063 2500 0183 9891

IMPORTE: 80 Euros