

Nuevo curso

Motivación, la clave del éxito

“herramientas esenciales en nutrición”

CLASES 100% ONLINE

Introducción



Desde Nutritional Coaching somos conscientes de la inquietud que se genera en los profesionales cuando un paciente presenta falta de motivación y poca o nula adherencia al plan nutricional, actividad física.... Por este motivo y con el objetivo de proporcionar y ampliar el conocimiento para trabajar la motivación del o los pacientes en la consulta, hemos elaborado este curso **“Motivación, la clave del éxito: herramientas esenciales en nutrición”**. Cada día, en el desempeño de nuestro trabajo, nos encontramos con personas que presentan poca motivación o que la han perdido a lo largo de las sesiones. Por ello, desde Nutritional Coaching te vamos a ayudar. Creemos que es necesario que el profesional adquiera conocimientos, competencias y herramientas que ayuden a despertar la motivación en los pacientes. Es importante saber motivarse a uno mismo y a los pacientes, tanto si trabajas de forma individual o con grupos. La motivación es la gasolina del cerebro. Sin motivación no hay cambio y esto lleva a la inmovilidad y a la falta de resultados.

Con este curso aprenderás a conocer como funciona la motivación, como establecer objetivos motivadores con los pacientes, identificar los tipos de motivación de tus pacientes y conectar con ellos. Dispondrás de técnicas y herramientas para que tanto los pacientes como tú mismo os sintáis motivados a pesar de los obstáculos.



Dirigido a

- Todas aquellas personas interesadas en aprender a como motivarse a uno mismo y a los pacientes. Profesionales que quieran formarse y profundizar en el tema para conseguir mayores éxitos.

Temporalización de la microformación

- El curso tiene una carga lectiva de 60 horas. Acceso ilimitado a todos los materiales.

Objetivos

Objetivo general

- Adquirir las competencias, conocimientos y herramientas necesarias para saber motivar a los pacientes, a grupos y a uno mismo.

Objetivos específicos

- Disponer de recursos propios para mantener la motivación constante en la consulta.
- Mejorar la motivación de los pacientes individualmente.
- Mejorar la motivación de los pacientes en grupos.
- Disfrutar de la profesión sin caer en el burn out.
- Conseguir mayor adherencia terapéutica.

Método de Evaluación

El sistema de evaluación que plantea el curso “Motivación, la clave del éxito: herramientas esenciales en nutrición” tiene como objetivos, por un lado, asegurar los estándares de calidad y profesionalidad de los alumnos que han recibido formación en nuestro centro y, por otro, garantizar que el alumno dispone de las competencias y habilidades necesarias para aplicar estos nuevos conceptos en su vida cotidiana y/o profesional.

El método de evaluación que establece Nutritional Coaching se basa en el sistema de evaluación continuada para que el alumno aprenda de sus aciertos y también de sus errores, y sea capaz de transferir su aprendizaje a su día a día así como a su lugar de trabajo.

La evaluación consiste en la superación de las evaluaciones al finalizar cada módulo.

La superación de las evaluaciones al finalizar cada módulo le dará acceso al siguiente módulo. El alumno dispone de acceso ilimitado a todos los materiales del curso.

Al finalizar, Nutritional Coaching expedirá un certificado de validez internacional al alumno que haya superado el curso.

Equipo docente



Yolanda Fleta

Licenciada en Sociología por la Universidad de Barcelona, especialista en Sociología de la Alimentación. Postgrado en Coaching y Psicoterapia por la Universidad de Barcelona. Coach certificada por TISOC en Coaching Personal y Coaching Salud. Presidenta Chapter Spain de la IAC (International Association of Coaching). Co-fundadora de Nutritional Coaching®. Responsable Postgrado en Coaching Nutricional y Nuevos enfoques en la atención al Paciente en Universidad de Barcelona. Coordinadora Postgrado Health Coaching en Universitat Oberta de Catalunya. Consultora nacional e internacional en empresas del sector de la salud y la alimentación. Coautora Libro "Coaching Nutricional haz que tu dieta Funcione", "Las emociones se sientan a la mesa" "Coaching nutricional para niños y padres".



Jaume Giménez

Doctorando en Nutrición. Diplomado en Nutrición Humana y Dietética por la Universidad Ramón Llull. Postgrado en Farmacología, Nutrición y Suplementación en el Deporte por Universidad de Barcelona. Diplomado en Coaching Salud por TISOC (The International School of Coaching). Máster en Nutrición y Calidad de los Alimentos por la UIB. Certified Lifestyle Medicine for Weight Management. Harvard Medical School. Responsable técnico en Máster en Nutrición en la Actividad Física y el deporte Universidad de Barcelona. Director Científico Postgrado Health Coaching en Universitat Oberta de Catalunya. Coordinador Posgrado en Coaching Nutricional y Nuevos enfoques en la atención al paciente en Universidad de Barcelona. Tutor del Seminario Coaching Nutricional del Màster Universitario de Nutrición y Salud perteneciente a la UOC (Universitat Oberta de Catalunya). Coautor Libro "Coaching Nutricional haz que tu dieta Funcione" y "Coaching nutricional para niños y padres". Random House Mondadori. Miembro del Colegio oficial de DN de Cataluña (CAT543). Vicepresidente Chapter Spain IAC (International Association of Coaching)

Equipo docente



Lara Lombarte

Diplomada en Nutrición Humana y Dietética, por la Universidad de Barcelona. Postgrado en Mindfulness y Psicoterapia por la UB. Certificada en Coaching Nutricional, por Nutritional Coaching, Experts en Nutrició. Educadora de Obesidad Infantil, por Niñ@s en movimiento por la Vall d'Hebrón. Diplomatura en Practitioner PNL, por DreamTeam avalado por AEPNL. Titulación en Nutrición Energética y Emocional, por Holnature. Máster de Cineantropometría y Nutrición Deportiva, por la Universidad de Valencia. Titulación en Fundamentos de nutrición en el deporte, por la UB. Miembro CODINUCAT nº colegiada: CAT 000502. Coautora del libro Las emociones se sientan a la mesa (Comanegra).



Natalia Nasarre

Diplomada en Nutrición Humana y Dietética por la Universidad de Zaragoza (UNIZAR). Máster en Nutrición Humana por la Universidad de Granada (UGR). Alimentación y Nutrición en la infancia (UB). Estudiante del Grado en Psicología (UNED). Certificación en Coaching Nutricional Nivel 1 y Nivel 2 por Nutritional Coaching. Docente en Curso Fundamentos de Nutrición en el Deporte Universidad de Barcelona. D-N Colegiada ARA00146.

Plan de Estudio



El Plan de estudios está diseñado y elaborado por nuestro equipo docente con el objetivo de facilitar a los alumnos los contenidos de una forma práctica, fácil y amena. En toda nuestra formación hacemos uso de la tecnología más avanzada en formación en línea y mantenemos actualizados todos nuestros contenidos formativos

Módulos teórico-prácticos:

Módulo 1

Los fundamentos de la motivación.

Módulo 2

La importancia del objetivo en la motivación.

Módulo 3

El papel de la auto-regulación en la motivación.

Plan de Estudio



Módulo 1

Los fundamentos de la motivación.

- ¿Qué es y de dónde nace la motivación?
- Estados de motivación intrínseca, extrínseca y desmotivación
- Tipos de motivación en el paciente: logro, poder, afiliación

Módulo 2

La importancia del objetivo en la motivación.

- Requisitos de buena formulación del objetivo.
- Aspectos necesarios a trabajar en el objetivo.
- Cómo motivar a un paciente
- Herramientas para trabajar la ambivalencia.

Módulo 3

El papel de la auto-regulación en la motivación

- Diferencia entre placer-bienestar vs deseo-felicidad.
- La neurociencia de los Cravings.
- ¿Cómo ganar fuerza de voluntad?.

Contacto



Más información e inscripciones

www.nutritionalcoaching.com
info@nutritionalcoaching.com
formacion@nutritionalcoaching.com

Oficina España

C/Ángel Vidal 25 Bajos 1º - 08870 Sitges (Barcelona)
T +34 93 250 38 58 / +34 601 203 709

