



**Prácticas  
con clientes  
reales**

**Título Experto en**

# **COACHING NUTRICIONAL Y DE SALUD**

**Título de Postgrado acreditado por la  
Universidad Católica de Murcia (UCAM)**

**350 horas / 27 ECTS**

**Balans**  
NUTRICIÓN EMOCIONAL

**UCAM**



UNIVERSIDAD CATÓLICA  
DE MURCIA

# 01

## ¿Qué es lo primero que he de saber?

Ha quedado ampliamente demostrado que gran parte de los fracasos en el seguimiento de hábitos alimentarios saludables no se deben a la falta de información nutricional por parte de los clientes. Es evidente, por tanto, la necesidad de abandonar sistemas de trabajo convencionales y escasamente eficaces, y adoptar un nuevo enfoque en la consulta de nutrición, una nueva perspectiva más flexible, global e integradora que mejore los resultados en el proceso de cambio de hábitos.

Aquí es donde entra en juego el coaching nutricional, una especialidad del Coaching enfocado en ayudar a las personas a alcanzar de manera sólida sus objetivos referentes a la nutrición y la calidad de vida; así como apoyar en el día a día a los profesionales que trabajan en este ámbito de la salud.

En este sentido, el Título Experto en Coaching Nutricional y de Salud aporta un sistema de enseñanza/aprendizaje altamente práctico y efectivo. Y esto es así porque, en el ámbito de los estilos de vida saludable, dota al profesional de los conocimientos y habilidades necesarias para lograr en el cliente un cambio duradero a nivel cognitivo y emocional.





## 02

### ***¿Cuál es la certificación que obtengo? ¿Qué organismo la acredita?***

Como decimos, todo lo relativo a la consulta de la nutrición y la salud está cambiando y requiere de profesionales certificados que den respuesta a los nuevos paradigmas imperantes hoy en día.

De ahí que con este curso obtendrás el Título Experto en Coaching Nutricional y de Salud acreditado por la Universidad Católica de Murcia (UCAM), un organismo de gran influencia y prestigio a nivel internacional.

En resumen, este curso tiene una duración de 350 horas, con 27 créditos ECTS. Un tiempo en el que trabajaremos temas con contenido especializado, técnicas y herramientas, ejercicios prácticos, casos reales, lecturas y vídeos recomendados, foros de opinión, etc.



## 03

### *¿En qué seré más competente una vez haya completado con éxito mi Título Experto en Coaching Nutricional y de Salud?*

Y obviamente, el peso de todo nuestro sistema de enseñanza-aprendizaje recae en la rigurosa preparación de profesionales competentes a nivel teórico y práctico.

Por lo que en relación a esto, los objetivos y competencias del Título Experto en Coaching Nutricional y de Salud son:

#### **Objetivos generales:**

- > Adquirir las habilidades y competencias necesarias para conseguir la excelencia y distinción en la práctica del ejercicio del asesor nutricional.
- > Adquirir herramientas, habilidades y conocimientos para crear negocios relacionados con la nutrición que generen riquezas.

#### **Objetivos específicos:**

- > Mejorar el índice de éxito que se obtiene con los pacientes.
- > Conseguir la adherencia al tratamiento de manera fácil.
- > Mejorar la comunicación con los pacientes adquiriendo unas habilidades comunicativas adecuadas.
- > Disponer de recursos propios para mantener la motivación constante en la consulta.
- > Disfrutar en todo momento del ejercicio de nuestra profesión.
- > Disponer de recursos y herramientas para lograr cambios definitivos en el estilo de vida del paciente.
- > Alcanzar consultas y negocios de éxito.

## 04

### *¿A quién va dirigida esta formación?*

Tanto a estudiantes como profesionales de los siguientes ámbitos:

- > Nutrición y Dietética.
- > Educación Física.
- > Psicología.
- > Medicina.
- > Enfermería.
- > Farmacia.
- > Odontología.
- > Fisioterapia.
- > Educación.
- > Trabajo social.

Y en general, a cualquier persona interesada en aprender a transmitir cambios de hábitos en dirección a estilos de vida saludable.



## 05

### ¿Cuál es la metodología empleada? ¿Y la modalidad de enseñanza?

La metodología es especialmente **práctica y participativa**, con el propósito de que experimentes personalmente todas las técnicas y herramientas desarrolladas a lo largo del curso; y por supuesto, puedas con posterioridad aplicarlas con destreza a tu práctica profesional.

Destacar que existen dos modalidades a elegir:

- **Semipresencial**, con 2 fines de semana presenciales e intensivos repartidos durante el curso (con los que se cubre la explicación del contenido teórico del curso).
- **Totalmente online**, con las clases en steaming.

Por otro lado, este curso incluye **consultas tutorizadas con clientes reales** para así verificar lo aprendido en la parte teórica.

Y además, recuerda que **cada uno de los bloques temáticos lleva una tutoría grupal por videoconferencia a modo de repaso**. Sin olvidar que los tutores y formadores están a tu disposición en todo momento resolviendo cualquier duda en un plazo máximo de 48 horas.



## 06

### ¿Cuál es el temario impartido?

#### BLOQUE 1. **Coaching.**

- 1.1. Concepto, historia, principios, influencias y tipos de coaching.
- 1.2. La figura del coach y del coachee.
- 1.3. El proceso de coaching.
- 1.4. Coaching nutricional y de salud.
- 1.5. Herramientas prácticas de coaching nutricional y de salud.

#### BLOQUE 2. **Habilidades interpersonales en el proceso del coaching nutricional y de salud.**

- 2.1. Recursos útiles del lenguaje verbal y no-verbal.
- 2.2. Crear confianza en el paciente: escucha activa, empatía y asertividad.
- 2.3. PNL para la consulta de salud.

#### BLOQUE 3. **Inteligencia emocional en la práctica profesional.**

- 3.1. Las emociones: qué son y cómo nos afectan.
- 3.2. Gestión eficaz de las emociones del paciente y del profesional.
- 3.3. El diálogo interno: creencias limitantes y potenciadoras.
- 3.4. Psicología de la alimentación: el comer emocional, control del estrés en situaciones de sufrimiento físico y emocional, etc.

>>>



>>>

#### BLOQUE 4.

### **Estrategias de enriquecimiento de la práctica en consulta.**

- 4.1. Cómo mejorar la autoestima y la confianza personal del paciente.
- 4.2. La entrevista motivacional: la rueda del cambio.
- 4.3. Manejo de la motivación del paciente a lo largo del proceso.
- 4.4. Herramientas de Mindfulness.
- 4.5. Técnicas de supervivencia: contratos de compromiso, empleo de metáforas, la externalización del problema, etc.

#### BLOQUE 5.

### **Estructura y gestión de la consulta para profesionales sanitarios.**

- 5.1. Primera consulta: entrevista y recogida de información.
- 5.2. Consultas de seguimiento.
- 5.3. Consulta online.
- 5.4. Consulta de éxito I: recursos de marketing (planes de adherencia y fidelización,)
- 5.5. Consulta de éxito II: recursos de publicidad (bajo coste, publicidad blanca)

#### TRABAJO FIN DE CURSO.



## 07

### ¿Quiénes son los docentes?

#### MARTA RODRÍGUEZ

- Coach Ejecutiva Certificada por la Escuela Europea de Coaching, PNL Master Practitioner por Meta International y Experta Universitaria en Inteligencia Emocional por UNIR.
- Ha recibido formación específica en wellness, neurociencia, mindfulness, breathwork y es instructora de firewalking y técnicas de alto impacto.
- Licenciada en Ciencias del Trabajo por la Universidad Complutense de Madrid y Master en Dirección de Recursos Humanos por la Universidad de Manchester (UK).
- Trabaja en Desarrollo de Talento como consultora, coach y formadora de habilidades para emprendedores, grandes organizaciones y centros educativos universitarios.
- Fundadora de Vive tu Cambio ([www.vivetucambio.com](http://www.vivetucambio.com))

#### MARILIS ESTERIS DAUDINOT

- Graduada en Nutrición Humana y Dietética por la Universidad Católica de Murcia.
- Licenciada en Derecho por la Universidad de La Habana y de Santiago de Cuba.
- Certificación universitaria en Fitness coaching – Coaching salud.
- Certificación Inteligencia Emocional por ELEVA Escuela de Coaching y Pequeños Pensadores.
- Socia-fundadora de BALANS (Salud Preventiva Integral).
- Formadora en Estilos de Vida Saludable y Gestión Emocional para diferentes empresas y organismos públicos.
- Colaboradora habitual en programas de salud en 7TV

#### JOSÉ ANTONIO GARCÍA CANDEL

- Licenciado en Psicología por la Universidad de Murcia (UMU).
- Máster en Orientación, Asesoramiento y Mediación Familiar.
- Técnico Superior en Dietética y Nutrición.
- Profesor asociado de la Universidad de Murcia (UMU).
- Socio-fundador de BALANS (Salud Preventiva Integral).
- Formador en Estilos de Vida Saludable y Gestión Emocional para diferentes empresas y organismos públicos.

#### MONTSERRAT GUIRADO BARBERO

- Máster en Terapias Creativas y Arteterapia por la Universidad de Murcia (UMU).
- Coaching and Mentoring.
- Técnico Superior en Publicidad y Diseño.
- Fundadora de KUKLEKU (Agencia de Comunicación Creativa) y de EL OBSERVATORIO DE LAS EMOCIONES.
- Formadora en Gestión Emocional para diferentes empresas y organismos públicos.



08

*¿En qué fechas se imparte?*

Iniciación > **15 octubre 2021**

Finalización > **marzo 2022**



09

*¿Cuál es el precio y los pasos a seguir para matricularme?*

PVP: **1.997,00 €**

- > **Descuento nº 1: 800 €** por pago único o aplazado en los 5 días siguientes a la emisión del webinar + una sesión 1 a 1 de orientación con Marilis.
- > **Descuento nº 2: 500 €** por pago único pasados los 5 días siguientes a la emisión del webinar.

Los pagos aplazados serán sin intereses.

Por otro lado, para la matriculación e ingresos se ha de realizar una transferencia bancaria por el pago del importe correspondiente, indicando tu DNI, tu nombre y apellidos.

Los datos bancarios son IBAN: ES56 00811243760001262837 y BIC: BSABESBB

Ten a mano el justificante digitalizado del pago para adjuntarlo al Formulario de inscripción. Y finalmente, rellena el Formulario de Inscripción que encontrarás en:

[www.saludbalans.es/curso-ucam/](http://www.saludbalans.es/curso-ucam/)

10

**Antiguos alumnos del Título Experto en Coaching Nutricional y de Salud opinan que...**

**Alicia**, nutricionista en activo.

*"Decir que ya desde los primeros bloques temáticos es posible aplicar en consulta los conocimientos y los ejercicios de coaching nutricional de este curso. Está siendo espectacular comprobar la transformación en positivo que experimentan mis clientes, ver cómo se emocionan, cómo les aumenta la motivación y la confianza de manera espectacular... Sabía que los podría ayudar con este curso, pero no esperaba tanto. En definitiva, que me siento super satisfecha porque por un lado ha perfeccionado mi práctica profesional y por otro, me ha venido muy bien a nivel personal. ¿Qué es coaching nutricional? Me quedo con una definición que me dio uno de mis clientes que ha notado el cambio en la consulta " es una forma más humana de nutrición."*

**Loli**, nutricionista en activo.

*"Un curso revolucionario, sin lugar a dudas. Porque concebir la consulta de Nutrición desde lo más profundo del ser hace que se note no solo en el exterior (haciendo que las personas consigan un objetivo con respecto al peso), sino también (y lo más importante): que estén emocionalmente estables y saludables, ya que esto influirá positivamente en una vida más saludable."*

*Como nutricionista con más de 8 años de experiencia trabajando la consulta clásica nutricional puedo decir que en mi centro está suponiendo un cambio muy beneficioso el hecho de haber implantado este nuevo método basado en el Coaching Nutricional. De verdad, gracias al equipo Balans (y en especial a Marilis) por darme la oportunidad de aprender esta metodología tan útil y rentable en mi práctica profesional. Gracias por facilitarme mi labor de ayudar a mis clientes a que se conviertan en lo que quieran ser... y brillen."*

**Más información**

**[www.saludbalans.es](http://www.saludbalans.es)**  
**☎ 619.368.845**

**[www.ucam.edu/universidad/listado-partners](http://www.ucam.edu/universidad/listado-partners)**

**Balans**  
NUTRICIÓN EMOCIONAL

**UCAM**



UNIVERSIDAD CATÓLICA  
DE MURCIA