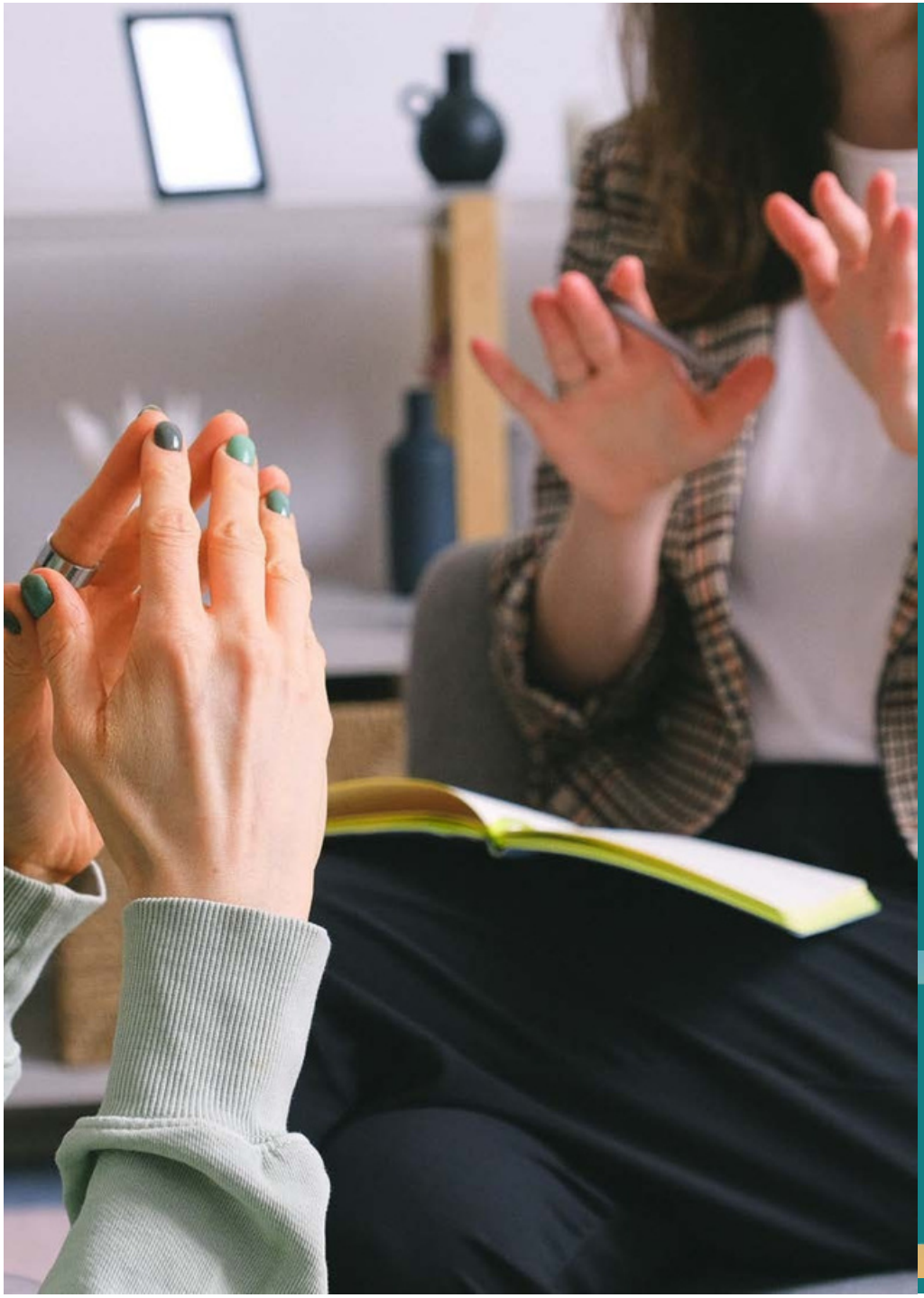
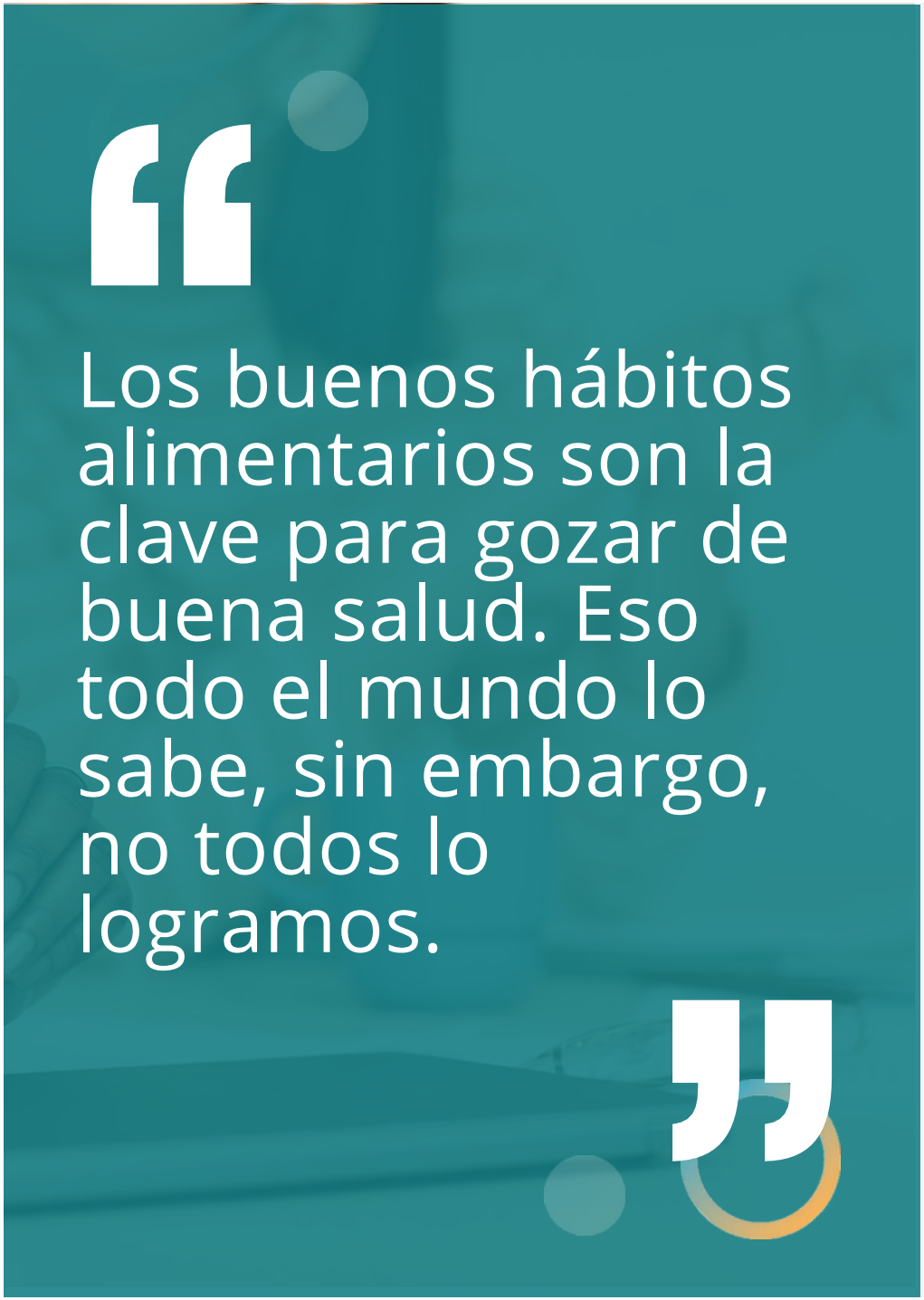


Consulta de Nutrición

Nutritional Coaching

Nutritional Coaching®

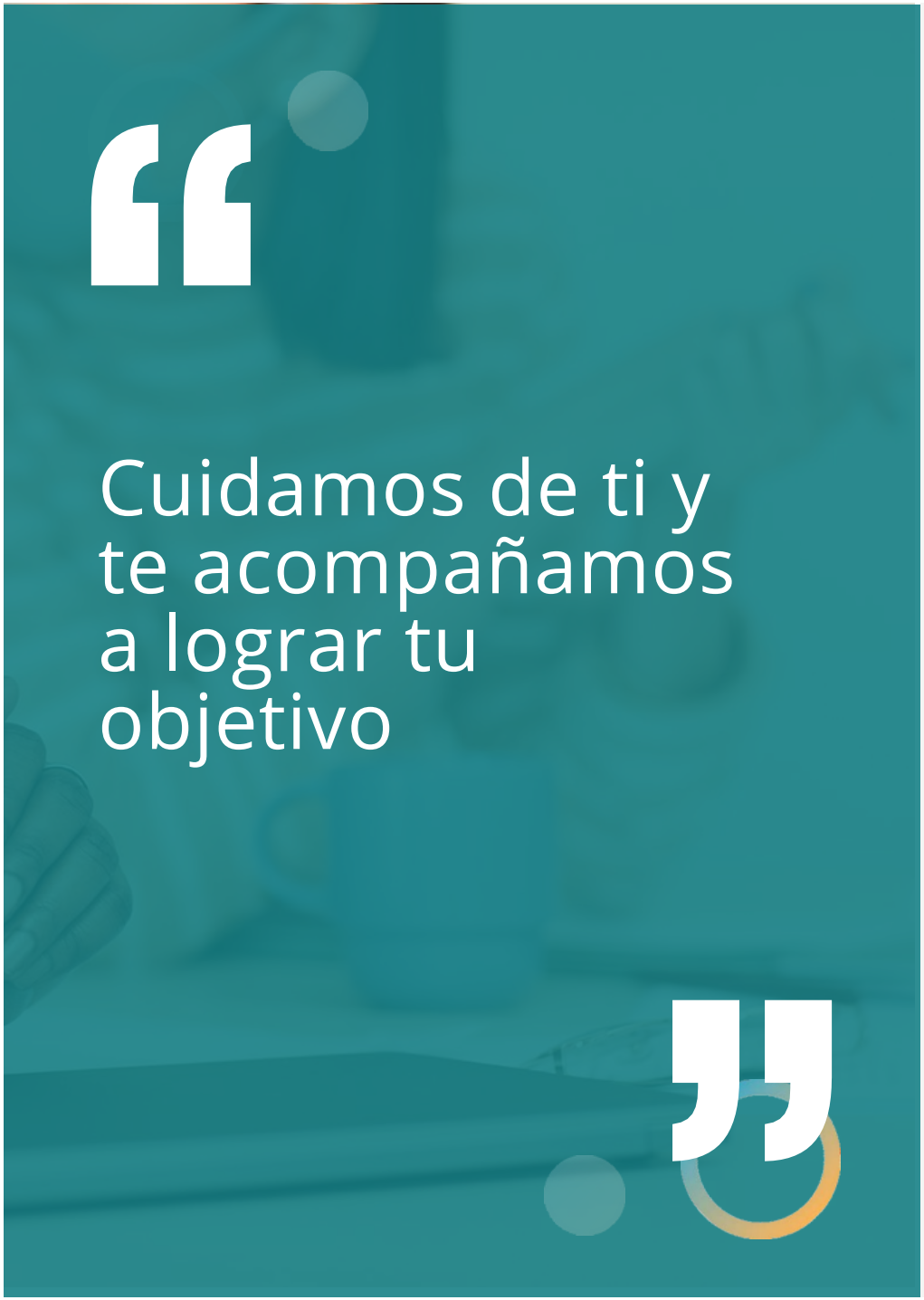


Los buenos hábitos alimentarios son la clave para gozar de buena salud. Eso todo el mundo lo sabe, sin embargo, no todos lo logramos.

Nutritional Coaching SL, dispone de consulta en la ciudad de Barcelona, donde te ofrecemos la posibilidad de modificar tus hábitos alimentarios y conseguir tu objetivo nutricional a través de nuestro servicio de consulta dietética.

En este servicio, un Dietista-Nutricionista colegiado te ayudará a conseguir tus objetivos nutricionales.

Nutritional Coaching®



Cuidamos de ti y te acompañamos a lograr tu objetivo

Servicio destinado a:

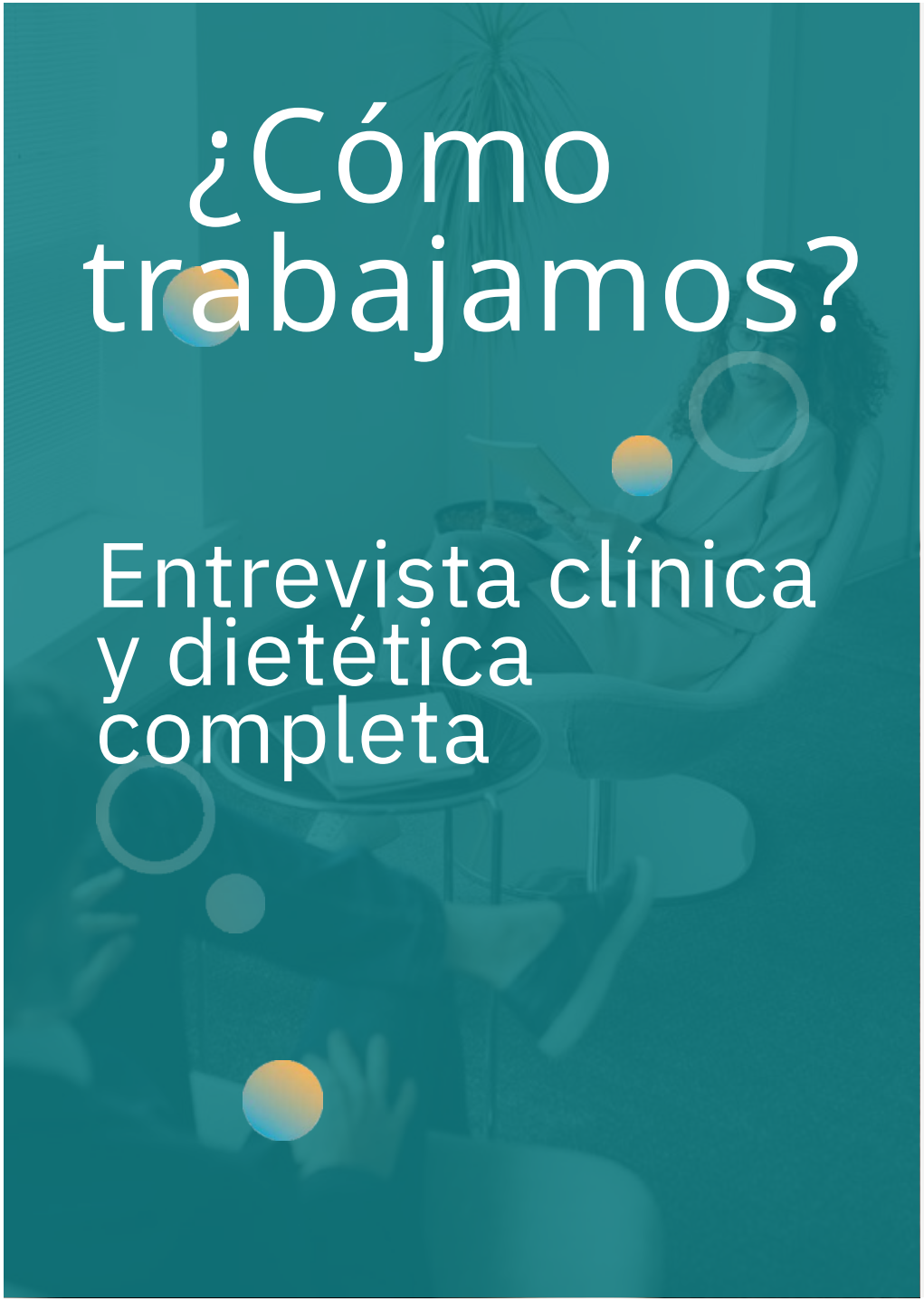
- Personas sanas que quieran mejorar o cambiar su alimentación.
- Personas en situaciones especiales: embarazo, lactancia, crecimiento, menopausia, tercera edad, etc.
- Personas con problemas de salud: Diabetes, colesterol, triglicéridos, hipertensión, ácido úrico, alergias e intolerancias alimentarias, etc.
- Sobrepeso y Obesidad.
- Deportistas

Nutritional Coaching®

¿Cómo trabajamos?

- Entrevista completa clínica y dietética
- Valoración de la composición corporal
- Valoración del estado nutricional
- Elaboración de plan nutricional personalizado
- Educación nutricional
- Motivación y establecimiento de visitas de seguimiento
- Conocer la motivación e incrementarla

Nutritional Coaching®



¿Cómo trabajamos?

Entrevista clínica y dietética completa

Amplia entrevista para **analizar los hábitos de vida (actividad física y deportiva, descanso...) y nutricionales (ingesta alimentaria, timing, preferencias...)** del o la paciente.

Valoración de la composición corporal y del estado nutricional. Elaboración de plan nutricional personalizado y acordado con el paciente. Educación nutricional. Motivación y establecimiento de visitas de seguimiento.

Todo desde la empatía y diálogo con el paciente.

Nutritional Coaching®

Visita de nutrición de seguimiento

En las vistas de seguimiento, se realiza la revisión de la adherencia al plan, valoración de la composición corporal, modificación y/o adaptación del patrón de alimentación. Educación nutricional.

Entrega de recetas, herramientas... para la mejora de la adherencia al plan nutricional.

Motivación y establecimiento de visitas de seguimiento.

Nutritional Coaching®

Responsable

Jaume Giménez

CEO Nutritional Coaching S.L.

Apasionado de la nutrición y la salud desde joven. Mi infancia trascurrió en el negocio familiar de Dietética y nutrición. Crecí entre productos integrales, vitaminas, minerales, plantas medicinales...

Años más tarde estudié la Carrera universitaria de Dietética y nutrición Humana e inicié mi andadura profesional, dedicada al asesoramiento nutricional y la docencia universitaria y privada. Actualmente curso mis estudios de Doctorado en Nutrición.
Por otro lado desde hace más de 15 años practico deporte de forma regular (10 K, 21 K, 42 K y recientemente triatlón). Me gusta ayudar a las personas a conseguir sus objetivos nutricionales.

Nutritional Coaching®