



CHECKLIST

VOLUMEN III

Mejora la adherencia
a los tratamientos





VOLUMEN III

Hoy terminamos con la **tercera entrega** de este checklist exclusivo de "MÁS ALLÁ DE LAS DIETAS: Transforma vidas con nutrición emocional" con el que vas a poder de manera práctica y sencilla **evaluar cómo está la salud integral de tus pacientes** y ofrecerles una ayuda completa.

En este tercer volumen veremos **cómo abordar el pilar espiritual**, el cual no se trata de religiones ni cultos, sino simplemente en cómo estamos viviendo nuestro día a día, si desde la calma, lo cual es clave para reducir nuestros niveles de estrés y ansiedad, o desde el miedo, lo cual está comprobado que desregula todo nuestro metabolismo.

De este modo podrás **diferenciarte del resto de profesionales** de tu nicho, y a la vez te sentirás mucho más satisfecho al conseguir mejorar la adherencia a los tratamientos y los resultados de tus pacientes.

Recuerda que debes transmitir a tus clientes que **no hay respuestas correctas o incorrectas, y brindarle la confianza**, a través de la conexión genuina con él, para que sienta la libertad de responder lo que realmente siente.

Te felicitamos por estar aquí, por tu interés en este nuevo enfoque de la nutrición y porque estamos seguros que con estas herramientas podrás ayudar a muchas personas.

¡Vamos con el cuestionario!





CUESTIONARIO SOBRE EL PILAR ESPIRITUAL



#01



SI

NO

¿Necesitas aprender a estar más presente en el momento actual?

#02



¿Te sientes incómodo/a o temeroso/a ante la incertidumbre de la vida?

#03



¿Sientes que necesitas tener el control de todas las situaciones y te cuesta confiar en los procesos naturales de la vida?

#04



¿Experimentas una sensación de vacío en tu vida?

#05



¿Te encuentras buscando un sentido más profundo o significado en tu vida?

#06



¿Has experimentado momentos de profunda gratitud?

#07



¿Experimentas momentos de calma y paz interior con regularidad?





CUESTIONARIO SOBRE EL PILAR ESPIRITUAL

#08



SI

NO

¿Disfrutas de los distintos momentos del día?

#09



¿Afrontas las rutinas del día con facilidad o hay algo que te gustaría que fuese diferente?

#10



¿Te sientes bien contigo mismo?

#11



¿Consideras que la vida tiene valor?

Con esto ya hemos completado las 4 partes del cuestionario, basándonos en los **4 pilares del bienestar** de todo ser humano, que es la base de **nuestra metodología de Nutrición Emocional**.

Recuerda que este cuestionario no es necesario cumplimentarlo en la sesión inicial con tu paciente, en algunos casos sí, puesto que te entregará muchísima información, pero en otros casos lo hacemos de manera paulatina, sesión a sesión y según vayas viendo las necesidades de cada paciente.





Lo ideal, cuando vayamos notando las necesidades del paciente, es poder contar con las técnicas y herramientas necesarias para poder entregárselas y así nuestro paciente pueda ir mejorando de raíz sus hábitos.

Lamentablemente, la mayoría de los profesionales que trabajan en nutrición y salud no cuentan con estas herramientas y por eso se remiten a una **nutrición convencional**, la cual es muy importante, pero insuficiente como lo reflejan todos los **índices de salud** los cuales van empeorando con los años.

Es sumamente importante que nos preparemos como **profesionales integrales**, diferenciándonos así de la gran mayoría, y que ayudemos a nuestros pacientes en el corto, mediano y largo plazo.

A su vez, si a nivel personal tampoco has conseguido mejorar la relación con la comida y conseguir tus objetivos de salud, nuestra metodología te será de gran ayuda.

Esto es lo que te ofrecemos en la Escuela de Nutrición Emocional, donde te estaremos esperando.

Aquí abajo te dejo la información que te he presentado al final de la clase de hoy sobre **nuestra Certificación Universitaria en Nutrición Emocional**, avalada por la **Florida Global University**.

MAS INFORMACIÓN CERTIFICACIÓN UNIVERSITARIA EN NUTRICIÓN EMOCIONAL





Escuela de Nutrición Emocional

