



Asesoramiento nutricional *online*

Control de peso

Es la búsqueda del equilibrio y la armonía corporal, cómo nos vemos y como nos sentimos dentro de un IMC saludable.

NUESTRO PROCESO:

- Dar consejos y recomendaciones profesionales en alimentación saludable
- Evaluación específica
- Nuestros profesionales trabajarán dietas saludables, variadas y mediterráneas evitando de esa manera posibles carencias nutricionales
- Realizar seguimiento personalizado
- Adaptar estrategias nutricionales a la vida del cliente
- Evaluación del progreso y análisis de las metas solicitadas por el cliente
- Siempre bajo recomendaciones de la OMS en IMC. Nuestros profesionales evaluarán en cada consulta los progresos y marcarán objetivos a corto, mediano y largo plazo
- En cada consulta se evaluará el progreso de las metas pactadas con el cliente para limitar alimentos perjudiciales a la salud del cliente. El cliente podrá aportar analítica para la evaluación más detallada
- Nuestro servicio se basa en una dieta no cuantificada, progresiva y personalizada, siguiendo el proceso de los 7 pasos

Paquete BÁSICO - 25€

- 2 Consultas por videollamada (en semanas alternas)
- 2 Tips
- 4 Boletines
- Análisis de resultados

Paquete MEDIO - 45€

- 4 Consultas por videollamada (1 a la semana)
- 4 Tips
- 4 Boletines
- Análisis de resultados
- 1 Taller

Paquete PREMIUM - 65€

- 4 Consultas por videollamada (1 a la semana)
- 4 Tips
- 4 Boletines
- 2 Menús (quincenal)
- Análisis de resultados
- 1 Taller

* **Taller - 15€**

* **Coach nutricional (1 sesión) - 20€**

* **Entrenador personal (1 sesión) - 20€**