



# CURSO

## EXCEL + MOTIVACIÓN

para profesionales de la **NUTRICIÓN\***



**EN UN SOLO FIN DE SEMANA**

Creación de herramientas excel (NIVEL INICIAL)  
Taller Despierta la MotivAcción



**BARCELONA (TAMDEM studio)**

6, 7 y 8 de Abril



**INSCRÍBETE YA**

Solo 20 plazas

[www.nutriendomicambio.com](http://www.nutriendomicambio.com)

[www.sonianutricion.com](http://www.sonianutricion.com)

✉ [excelmotivacion@gmail.com](mailto:excelmotivacion@gmail.com)

**PROMOCIÓN**  
**199€\***

(AHÓRRATE 76€)

\* hasta el 30 de marzo

**Organiza e imparte:**



Sonia  
González  
DIETISTA - NUTRICIONISTA

*Nutriendo Mi Cambio*

MARÍA NEIRA

## ¿Te gustaría aprender nuevos recursos y conocimientos, que faciliten tu trabajo diario como Dietista o Dietista-Nutricionista?

Somos Sonia González y María Neira, dos Dietistas-Nutricionistas apasionadas de la nutrición y la formación, y que queremos que tú también, cuentes con nuevas herramientas y conocimientos para mejorar tu práctica diaria.

Con este propósito, te presentamos el curso de Excel + MotivAcción, una formación desarrollada en un único fin de semana, en la que aprenderás no solo a **diseñar herramientas en excel de cálculo y aplicación nutricional**, si no también todas las **claves, técnicas y recursos para impulsar la motivación y el cambio en tus pacientes**.

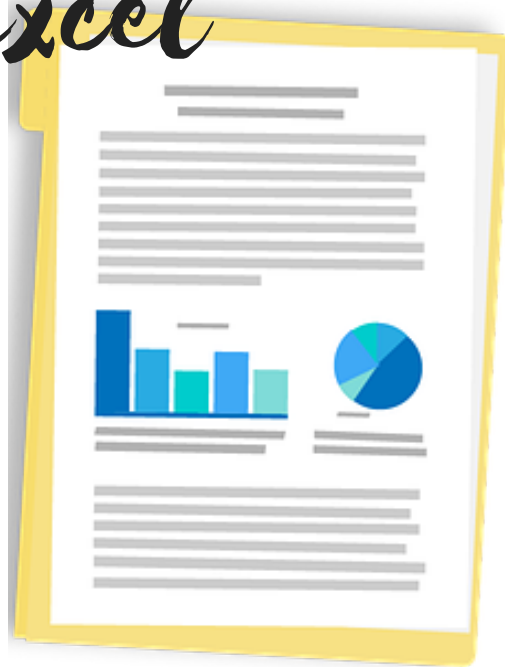
¿No te parece una oportunidad única?

*CURSO*  
**EXCEL + MOTIVACIÓN**

# BARCELONA (TAMDEM studio)

6,7 Y 8 DE ABRIL

*excel*



*motivAcción*



Viernes 6 (10:00-13:30h /15:00-19:00h)

Sábado 7 (10:00-14:30h)

Sábado 7 (16:00-20:00h)

Domingo 8 (10:00-14:00h)



# CURSO EXCEL

Impartido por: Sonia González Bailón,  
Dietista-Nutricionista colegiada CAT000430  
y Tecnóloga de los Alimentos.

# OBJETIVOS

1. Adquirir habilidades y competencias necesarias para crear y diseñar herramientas de cálculo nutricional y otras herramientas, que faciliten el trabajo diario del Dietista o Dietista-Nutricionista.
2. Conocer y poner en práctica el uso del paquete de fórmulas básicas de Microsoft Excel y desarrollar estrategias de cálculo para cubrir las necesidades específicas.

## PARA...

- Poder **optimizar el tiempo de trabajo**, desarrollando herramientas personalizadas que permitan mejor gestión del tiempo y recursos.
- Aprender a **elaborar herramientas de trabajo versátiles**, adaptadas a las necesidades individuales y a la metodología utilizada.
- Adquirir ideas y conocimientos sobre **gestión de la consulta, cálculo de pautas y metodología aplicada** a nuestra profesión.

# PROGRAMACIÓN

- Iniciación a la **aplicación del paquete de fórmulas de Microsoft Excel** enfocado al cálculo de parámetros nutricionales.
- Aplicación de formato para **mejorar diseño y apariencia.**
- Iniciación a la **creación de una tabla de composición de alimentos** adaptada a las necesidades de cálculo.
- **Herramienta de cálculo de requerimientos energéticos y nutricionales:** introducción de parámetros, gasto energético, reparto de raciones, reajuste de fórmula de manera automática.
- **Herramienta de calibración nutricional automática:** elaboración de un menú patrón diario y una guía de raciones o equivalencias (gramajes y caseras) de calibración automática.
- **Herramienta de gestión de historial de consulta dietética y gestión de pacientes.**



# *CURSO*

## **DESPIERTA LA MOTIVACIÓN**

Impartido por: María Neira, Dietista-Nutricionista colegiada MAD00026 (Provisional) y Especialista en Coaching Nutricional.

*Nutriendo Mi Cambio*

# OBJETIVOS

- Adquirir CONOCIMIENTOS y RECURSOS para despertar y mantener la motivación intrínseca en los pacientes.
- Conocer técnicas para la buena formulación de OBJETIVOS y el desarrollo del PLAN DE ACCIÓN.
- Descubrir ejercicios y dinámicas para favorecer la ADHERENCIA de los pacientes.

*A lo largo de todo el taller se aplican las bases del Coaching, la PNL y la inteligencia emocional. Además, experimentas y aplicas en ti mismo todos los ejercicios.*



- Influencia de **la motivación en el cambio** de hábitos alimentarios.
- **Teoría de la motivación autodeterminada.**
- Estrategias para **despertar la motivación intrínseca.**
- **Técnicas de comunicación** para aumentar la adherencia.
- La **buena formulación de objetivos** nutricionales.
- Modelos para desarrollar el **plan de acción.**
- Cómo crear **nuevos recursos** para despertar la motivación.

# DATOS DE INTERÉS



## DIRIGIDO A:

- Dietistas-Nutricionistas
- Técnico superior en Dietética
- Estudiantes de grado NHD o del CFGS Dietética de último curso.

## REQUISITOS DE ADMISIÓN:

Copia del título correspondiente que capacita para ejercer la profesión de Dietista-Nutricionista o Dietista, o bien copia del resguardo de solicitud del título. En caso de estudiantes, copia de la matrícula de último curso.

# REQUISITOS TÉCNICOS



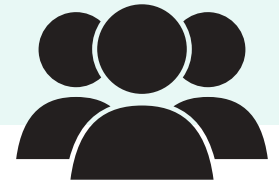
## CURSO EXCEL

- Los alumnos deberán tener a disposición durante toda la duración del curso el siguiente material y software: Ordenador portátil con conexión a wifi o Microsoft excel (como mínimo versión 2013 en adelante).
- Libreta o folios de papel y boli.

## CURSO MOTIVACIÓN

- Libreta o folios de papel y boli.

# ¿ QUÉ MÁS INCLUYE ?



- Para el curso de excel, con el fin de ofrecer un mejor apoyo y soporte, incluye servicio de resolución de dudas y consultas a distancia. La duración de este soporte será de 2 meses naturales a contar desde el último día presencial del curso. La modalidad de soporte se llevará a cabo mediante la plataforma Facebook, en la que se creará un grupo cerrado en el que podrán participar todos los alumnos y la profesora. Contacto: [formacion@sonianutricion.com](mailto:formacion@sonianutricion.com)
- Para el curso de motivación, con el fin de resolver tus dudas una vez pongas las herramientas en práctica, podrás solventarlas a través del siguiente correo: [info@nutriendomicambio.com](mailto:info@nutriendomicambio.com)

# ¿ P U E D O I N S C R I B I R M E S O L O A U N C U R S O ?

¡Sí! Pero tendrán prioridad los alumnos que se hayan inscrito a los dos cursos. Tras rellenar el formulario de inscripción, pasarás al listado de reserva y te avisaremos si quedaran plazas disponibles.

## COSTE DE LOS CURSOS SUELTOS

- Curso de excel: 155€
- Curso Despierta la MotivAcción: 120€

## SI TE APUNTAS A LOS DOS

\* 250€ A PARTIR DEL 30 DE MARZO



**PROMOCIÓN**

**199€\***

(AHÓRRATE 76€)

\* hasta el 30 de marzo

# CONDICIONES DE INSCRIPCIÓN

El pago del curso deberá ser realizado mediante transferencia bancaria. No será reservada la plaza hasta haber realizado el pago y haber enviado la documentación necesaria para la inscripción a [excelmotivación@gmail.com](mailto:excelmotivación@gmail.com).

**CUENTA BANCARIA:** ES68 0049 4943 32 2690001107.

En el campo CONCEPTO indicar Nombre y Apellidos del alumno.

Será necesario un mínimo de 15 alumnos para poder realizar el curso. En caso de anulación del curso por falta de alumnos, se dará opción a devolución o mantener plaza prioritaria para cualquiera de los demás cursos o ediciones. No se realizará devolución del importe ingresado en caso de que el alumno no asista al curso.

# CURSO

## EXCEL + MOTIVACIÓN



QUIERO INSCRIBIRME