



DOLORES
MORENO

NUTRICIÓN CLÍNICA FUNCIONAL



*Comer sano
te sana*

¿SABÉS QUÉ TENÉS QUE COMER... **PERO TE CUESTA SOSTENERLO?**



No siempre falta información.
A veces falta trabajar en vos.



NUTRICIÓN + COACHING ONTOLÓGICO

Porque cambiar tu alimentación también
implica cambiar la forma en que te relacionás con **vos misma.**



*Pequeños cambios,
grandes resultados.*





DOLORES
MORENO

NUTRICIÓN CLÍNICA FUNCIONAL



*Comer sano
te sana*

¿CUÁNTAS VECES EMPEZASTE DE NUEVO?



“

El lunes arranco.

“

Esta vez sí
voy a poder.

“

Ahora lo voy
a sostener.



Volvés a abandonar.



Te frustrás.



Sentís que te falta
fuerza de voluntad.



Volvés al mismo lugar.



¿Y si el problema **nunca fue**
que no sabías qué comer?



NUTRICIÓN + COACHING ONTOLÓGICO





DOLORES
MORENO

NUTRICIÓN CLÍNICA FUNCIONAL



*Comer sano
te sana*

UNA DIETA TE DICE **QUÉ HACER.**



Pero...



¿QUIÉN TE ACOMPAÑA
CUANDO TE CUESTA
HACERLO?

Entre
"Sé lo que tengo
que hacer"

y

"Logré convertirlo
en un hábito"



hay un camino.

*Y ahí es donde empieza **algo diferente.***

NUTRICIÓN + COACHING ONTOLÓGICO



*No es falta
de voluntad.
Es entender qué
necesitás para
poder sostenerlo.*



CIENCIA + ALIMENTACIÓN REAL + TU BIENESTAR



DOLORES
MORENO

NUTRICIÓN CLÍNICA FUNCIONAL



¿QUÉ PASA CUANDO UNIMOS **NUTRICIÓN +** **COACHING?**



NUTRICIÓN

Te ayuda a entender qué necesita tu cuerpo y cómo alimentarlo de la mejor manera para vos.



COACHING ONTOLÓGICO

Te ayuda a observar cómo estás viviendo el proceso de cambiar y a construir hábitos que puedas sostener en el tiempo.

EL RESULTADO:

*No solo trabajamos **QUÉ** comés.
También trabajamos **CÓMO** cambiás.*



Trabajamos en:



Construir hábitos reales



Enfrentar los obstáculos



Volver a empezar sin castigarte



Sostener cambios que te hagan bien

*Comer sano
te sana*



*No se trata de
hacer todo perfecto.
Se trata de
construir cambios
que puedas sostener
en tu vida real.*



NUTRICIÓN



COACHING ONTOLÓGICO



HÁBITOS QUE TE TRANSFORMAN



DOLORES
MORENO

NUTRICIÓN CLÍNICA FUNCIONAL



NO SE TRATA DE HACER UNA DIETA MÁS.



Se trata de *construir una forma*
de alimentarte que puedas sostener.

UN ACOMPAÑAMIENTO QUE INTEGRA:



CIENCIA Y NUTRICIÓN

Asesoramiento
personalizado
según lo que
tu cuerpo necesita.



HERRAMIENTAS DE COACHING

Para observar,
comprender y
transformar hábitos,
creencias y emociones.



ACOMPAÑAMIENTO HUMANO

No estás sola.
Te acompaño en
cada paso del
proceso.



HÁBITOS PENSADOS PARA TU VIDA REAL

Estrategias simples,
flexibles y posibles
de sostener en tu
día a día.



RESULTADOS QUE SE SIENTEN

Más energía, mejor
digestión, equilibrio
y bienestar
duradero.



Porque los mejores resultados
no aparecen cuando hacés todo perfecto.

Aparecen cuando encontrás una forma de sostenerlo.



*Comer sano
te sana*



NUTRICIÓN

+



COACHING ONTOLÓGICO

=



TRANSFORMACIÓN REAL





DOLORES
MORENO

NUTRICIÓN CLÍNICA FUNCIONAL



*Comer sano
te sana*



TAL VEZ NO NECESITÁS EMPEZAR OTRA DIETA.



*Tal vez necesitás
otra forma de acompañarte.*

NUTRICIÓN + COACHING ONTOLÓGICO

Un proceso para trabajar tu alimentación
y la forma en que **construís tus hábitos**.



ALIMENTACIÓN PERSONALIZADA

Basada en ciencia,
adaptada a vos y a
tu vida real.



HERRAMIENTAS DE COACHING

Para trabajar mente,
emociones, hábitos
y creencias.



ACOMPANIAMIENTO CERCANO

No estás sola.
Estoy con vos en
cada paso.



PLAN REALISTA

Estrategias flexibles
que podés sostener
en el tiempo.



CAMBIOS REALES, RESULTADOS REALES

Más energía, bienestar
y una relación más
consciente con vos.



SI SENTÍS QUE ES MOMENTO DE DAR ESE PASO,

ESCRIBIME "CAMBIO"

y te cuento cómo podemos trabajar juntas.



COMER SANO **TE SANA**



NUTRICIÓN QUE ALIMENTA + COACHING QUE TRANSFORMA

