

Evidencia científica en *health coaching*

Yolanda Fleta Sánchez
Jaime Giménez Sánchez
Alba Meya Molina

PID_00241275

Material docente de la UOC

Yolanda Fleta Sánchez

Licenciada en Sociología por la Universidad de Barcelona, especializada en sociología de la alimentación. Posgrado en Coaching y Psicoterapia por la Universidad de Barcelona. Coautora de *Coaching nutricional, haz que tu dieta funcione*. Directora de Proyectos de Nutritional Coaching. Docente de la certificación de Coaching nutricional de la Universidad de Guadalajara (México). Docente de Coaching nutricional de la Universitat Oberta de Catalunya. Docente de Coaching nutricional en el máster de Nutrición en la actividad física y el deporte de la Universidad de Barcelona. Docente del posgrado de Coaching Personal y Organizacional de la Universidad Rovira i Virgili. Consultora nacional e internacional en empresas del sector de la salud y la alimentación. Tutora del curso de Coaching nutricional. Miembro de la IAC (International Association of Coaching).

Jaime Giménez Sánchez

Diplomado en Nutrición Humana y Dietética por la Universidad Ramon Llull. Diplomado en Coaching en Salud por TISOC (The International School of Coaching). Máster en Nutrición y calidad de los alimentos por la UIB. Certified Lifestyle Medicine for Weight Management por la Harvard Medical School. CEO en Nutritional Coaching. Responsable técnico del posgrado de Coaching Nutricional de la Universidad de Barcelona. Docente de la certificación en Coaching nutricional de la Universidad de Guadalajara (México). Colaborador docente del máster universitario de Nutrición y salud de la Universitat Oberta de Catalunya. Coautor de *Coaching nutricional, haz que tu dieta funcione*. Miembro del Colegio Oficial de Dietistas Nutricionistas de Cataluña (CODINUCAT) número 543.

Alba Meya Molina

Licenciada en Biología por la Universidad de Barcelona (UB). Máster en Nutrición y salud por la Universitat Oberta de Catalunya (UOC). Certificado de aptitud pedagógica (CAP) por el Instituto de Ciencias de la Educación de la UB. Certificación de Coaching nutricional por Nutritional Coaching, Experts en Nutrició. Responsable del Nutritional Coaching Institute.

El encargo y la creación de este material docente han sido coordinados por la profesora: Alicia Aguilar Martínez (2016)

Primera edición: septiembre 2016

© Yolanda Fleta Sánchez, Jaime Giménez Sánchez, Alba Meya Molina

Todos los derechos reservados

© de esta edición, FUOC, 2016

Av. Tibidabo, 39-43, 08035 Barcelona

Diseño: Manel Andreu

Realización editorial: Oberta UOC Publishing, SL

Depósito legal: B-16.842-2016

Ninguna parte de esta publicación, incluido el diseño general y la cubierta, puede ser copiada, reproducida, almacenada o transmitida de ninguna forma, ni por ningún medio, sea éste eléctrico, químico, mecánico, óptico, grabación, fotocopia, o cualquier otro, sin la previa autorización escrita de los titulares del copyright.

Contenidos

Módulo didáctico 1

Evidencia científica en *health coaching*

Yolanda Fleta Sánchez, Jaime Giménez Sánchez y Alba Meya Molina

1. Introducción al *health coaching*
2. Principales teorías de la salud con evidencia científica en las que se basa el *health coaching*
3. Evidencia científica en *health coaching*
4. Revisión de evidencia científica en diferentes intervenciones de *health coaching*

