



n u e t l a b

INSPIRACIÓN SALUDABLE

&



Andrea Lupión
health trainer



Acompañamiento integral de salud y hábitos



Terapia de hábitos saludables a través del
enfoque clínico integrativo y del
acompañamiento personalizado.

Programa de 3 meses

Equipo



Andrea Lupión

¡Hola! Soy Andrea Lupión, Health Trainer en Psiconeuroinmunología. Me apasiona indagar en el historial de las personas que acompaño y llegar a la raíz de lo que les ocurre.

Mi objetivo es hacerte ver que sí, que tu salud está en tu mano, que sí, que hay muchas cosas que puedes hacer para encontrarte bien y que tus hábitos son tu mejor medicina.



Raquel Toledo

¡Hola! Soy Raquel Toledo, Health Trainer en Psiconeuroinmunología y creadora de Nuet Lab. Me apasiona la cocina, los alimentos y cómo nos relacionamos con ellos y creo en la educación nutricional y los hábitos como base de una buena salud.

Mi objetivo es acompañarte en todo momento a que puedas adherirte a la pauta y superes cualquier barrera o boicot por el camino.

Metodología

¿Cómo vamos a trabajar?



VALORACIÓN

- Cuestionario.
- Sintomatología y analítica.
- Sesión inicial.
- Plan de acción.

OBJETIVOS Y PLAN

- Se establecen los objetivos a conseguir y se mantienen presentes durante todo el proceso.
- 3 meses de programa*

ACOMPañAMIENTO

- 2 sesiones de 60 minutos de duración + envío de manual de apoyo tras cada sesión.
- Seguimiento vía email y/o whatsapp.

*Al finalizar el programa, se puede continuar con sesiones de acompañamiento para seguir trabajando la parte conductual y de educación nutricional.

Este programa es para ti si...

En nuestro compromiso de proporcionar un apoyo holístico, nuestro programa está diseñado para acompañar a personas que enfrentan una amplia gama de desafíos de salud y bienestar, incluyendo, pero no limitándose a:

- **Afecciones Crónicas o Autoinmunes:** Ofrecemos orientación y recursos para aquellos que viven con enfermedades autoinmunes ya que la alimentación y hábitos pueden poner en remisión algunas de estas enfermedades.
- **Patologías Digestivas:** Desde problemas intestinales como SIBO hasta digestiones pesadas, nuestro enfoque integral aborda una variedad de desafíos digestivos para ayudarte a encontrar alivio y mejorar tu calidad de vida. Aquí encontramos afecciones intestinales inflamatorias, hinchazón después de las comidas, gases, reflujo, etc
- **Problemas Metabólicos y Hormonales:** Desde el control del peso hasta desequilibrios hormonales, nuestro enfoque incluye estrategias para optimizar tu metabolismo y equilibrar tus hormonas de manera natural.
- **Insomnio y problemas de sueño así como dolores y malestares.**
- **Cansancio y fatiga, problemas de motivación y ánimo** muy relacionados con un desequilibrio de neurotransmisores y subida de las hormonas de estrés.



Condiciones del servicio



El precio del programa es:

- Sesión de valoración y plan de acción: 100€.
- Acompañamiento mensual: 100€/mes*.

*este precio se aplica al programa de 3 meses.

Para poder empezar a trabajar, es necesario hacer el pago íntegro o de la mensualidad al menos 24 horas antes de la primera visita por bizum o transferencia bancaria, adjuntando el resguardo del pago vía email en el caso que sea por transferencia bancaria.

- Una vez contratado, dispones de 7 días para responder al cuestionario y empezar a trabajar.
- Si deseas cancelar o cambiar la fecha de alguna de las sesiones, es necesario hacerlo con al menos 24 horas de antelación.
- Los manuales se envían por email.
- El pago puede realizarse por transferencia bancaria o bizum.