

**COACHING
NUTRICIONAL
PARA MEJORAR
TU VIDA SEXUAL**

SOMOS LO QUE COMEMOS

Lo que comemos, se convierte en la materia prima con la que trabaja nuestro organismo.

Nuestra dieta tiene un fuerte impacto en la salud sexual. Muchas de las disfunciones sexuales masculinas, especialmente la disfunción eréctil, están asociadas al sobrepeso, la mala circulación, enfermedades cardíacas, diabetes o hipertensión. Resulta lógico que un cambio en el régimen alimenticio pueda ayudar a revertir las erecciones débiles.

Actualmente, la población está “mal alimentada” gracias a la demanda laboral, estrés, factores económicos y sociales, escuela, familia, etc. En estas condiciones resulta más “sencillo” optar por comida chatarra o rápida llena de conservadores, grasas saturadas, sodio, azúcares, aditivos y químicos; ingredientes que nos han ayudado a colocar a México en los primeros lugares de diabetes, hipertensión y obesidad en el mundo.



SOMOS LO QUE COMEMOS

El corazón y el pene están estrechamente ligados, no sólo en un sentido romántico. La enfermedad cardiovascular y la disfunción eréctil tienen los mismos mecanismos subyacentes de la disfunción endotelial (incapacidad de los vasos sanguíneos para relajarse adecuadamente para que la sangre fluya).



Por otro lado, la insatisfacción con la imagen corporal en la obesidad puede ser motivo de malestar crónico, que influye en los pensamientos y conductas que repercuten en la calidad de vida de quien la padece.

Además, el sobrepeso y la obesidad no sólo representan un problema estético que afecta la autoestima, sobre todo en los encuentros sexuales, sino que también duplican el riesgo de padecer disfunciones sexuales: las personas obesas son **25 veces** más propensas a reportar problemas sexuales que aquellas que tienen un peso normal.



COACHING NUTRICIONAL

Cada cosa que comes o cada hora que pasas sentado frente a una pantalla, repercute en tu salud.

Es por esto que hemos diseñado nuestro propio Coaching Nutricional enfocado en la sexualidad: un proceso de aprendizaje a través del cual te ayudaremos a identificar, entender y modificar tu estilo de vida y hábitos de alimentación con el fin de que, de aquí en adelante, tu alimentación sea la medicina para mantenerte sano, en forma y sexualmente activo.

Se trata de un coaching nutricional sexológico integrado a tu tratamiento médico que no cualquier nutriólogo general, puede realizar.

El protagonista de tu plan serás tú, con plena conciencia de lo que quieres y lo que necesitas para alcanzar tu meta. Nosotros te guiaremos para enfocarte en las soluciones y el reforzamiento de acciones positivas para mantenerte motivado y lograr tus objetivos.



COACHING NUTRICIONAL

Con el Coaching Nutricional tú podrás:

- Aprovechar el poder de los superfoods y alimentos funcionales para mejorar tu calidad de vida.

- Conocer los alimentos que se recomiendan con fines terapéuticos y que ayudan a mejorar tu desempeño sexual, como aquellos que están llenos de vitaminas y minerales, como el magnesio, que tiene la función de dilatar los vasos capilares, ayudando así a la erección del pene, y que además aporta ganancia de fuerza muscular y mayor resistencia física. Incluir vegetales ricos en antioxidantes y óxido nítrico que ayuda a que los vasos sanguíneos se abran para mantener erecciones más largas. Aumentar el consumo de alimentos ricos en licopenos y betacarotenos, fitonutrientes importantes para evitar las complicaciones en los vasos sanguíneos y que benefician la salud del corazón. Si hay un corazón sano y una buena circulación, la salud sexual se verá beneficiada.



COACHING NUTRICIONAL

- Prevenir y/o tratar enfermedades como Diabetes Mellitus, Hipertensión, Hiperlipidemia (exceso de grasas en la sangre como colesterol y triglicéridos), Trastornos hormonales o Sobrepeso y Obesidad.



¿CÓMO FUNCIONA?

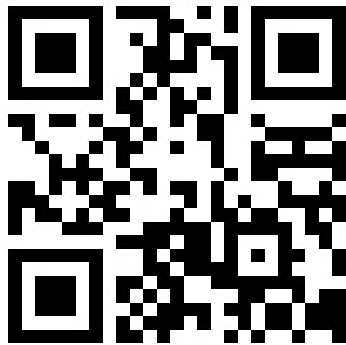
Son 3 sesiones:

1 Se realizará una historia clínica para analizar valores bioquímicos, enfermedades preexistentes, observaciones médicas y hábitos alimenticios para determinar el abordaje ideal de acuerdo a tu estado de salud.

2 Recibirás el diagnóstico y el programa diseñado para ti por el equipo de Nutriólogos.

3 Se evaluarán resultados, y con base en éstos, así como en la retroalimentación de tu experiencia, optimizaremos tu programa o reforzaremos las acciones que hayan sido positivas para ti.

Con disciplina y el asesoramiento constante de expertos, los cambios serán notables en muy poco tiempo.



**DESCARGA GRATIS
NUESTRA APP.**

www.bostonmedical.com.mx

800 111 1111

BOSTON
MEDICAL GROUP