ESCUELA DE GRADUADOS
ASOCIACIÓN MEDICA ARGENTINA

(54-11) 5276-1040 Int. 212/213/214
egama@ama-med.org.ar
Av. Santa Fe 1171 - C1059ABF - Buenos Aires Argentina
www.ama-med.org.ar

Fundamentos de Coaching en Salud y Medicina del Estilo de Vida

Online 2026

Director

Dr. Claudio De Paulis

Cuerpo docente

- Dr. Claudio De Paulis
- Dra. Cecilia Lopez
- Lorena Kartofel
- Coordinación: Melina Magallan

Calendario

Fecha de inicio: 10/09/2026
Fecha de fin: 03/12/2026
El curso se dicta en modalidad online.
Espacios sincrónicos de encuentro: jueves de 18 a 20:45hs.

Carga horaria: 45hs.

Destinatarios

El programa está diseñado bajo un enfoque interdisciplinario y se divide en tres grandes perfiles: **Profesionales y Estudiantes del Ámbito Sanitario:** Médicos, kinesiólogos, nutricionistas, fisioterapeutas, psicoterapeutas, personal de enfermería, cosmiatras y terapeutas corporales o posturales que buscan herramientas ágiles de comunicación y alta adherencia clínica.
Profesionales del Bienestar, Deporte y Desarrollo Personal: Coaches (de todas las especialidades), counselors, personal trainers y líderes de equipos que desean respaldar su práctica con una base científica y metodológica sólida.
Profesionales de Otras Áreas y Sectores Corporativos: Abogados, contadores, consultores y gestores que identifican el bienestar y la salud comunitaria como un nuevo eje estratégico de desarrollo profesional, o que buscan liderar entornos laborales más saludables acordes al siglo XXI. También en buscadores de Salud o quienes han atravesado desafíos o situaciones complejas de salud personal o familiar y desean transformar esa experiencia en conocimiento. Una invitación a tomar un rol activo y empoderado, adquiriendo herramientas científicas para comprender su propio bienestar y convertirse en promotores de cambio en su entorno cercano.

Características del curso

Acerca del curso

En un escenario donde las enfermedades crónicas vinculadas al estilo de vida representan el mayor desafío humanitario y sanitario, la medicina no puede actuar sola. De hecho, la última crisis sanitaria global expuso una realidad ineludible: la profunda desconexión y falta de coordinación en las redes de salud y bienestar social. Este programa nace para sanar esa brecha, consolidando al Coaching en Salud y las disciplinas del Estilo de Vida como el eslabón estratégico que transforma la recomendación clínica en un cambio cultural y comunitario real.

Es una invitación abierta a co-crear redes de confianza conectadas en bienestar. Aquí, el profesional médico encontrará las herramientas prácticas y humanas para acercar su práctica a la sociedad y liderar desde la empatía; mientras que los profesionales de otras disciplinas descubrirán un marco científico sólido para integrarse activamente como actores fundamentales del ecosistema de la salud. Un espacio diseñado para superar las limitaciones de un modelo tecnocrático de atención fragmentada y turnos breves, abriendo nuevas fronteras en un mercado profesional donde la salud y el bienestar asumen, por fin, un rol coordinado, empoderado y comunicativo acorde a las exigencias del siglo XXI.

Especificidades Técnicas y Dinámica del Curso: El programa se desarrolla en un formato 100% Online en vivo, estructurado en una carga horaria ágil que respeta tu disponibilidad y fomenta la construcción de una verdadera comunidad de aprendizaje. Lejos de la rigidez de las evaluaciones tradicionales, la cursada propone un entorno de entrenamiento interactivo y participativo a través de:

Espacios de Mentoría y Co-visión: Clases en vivo diseñadas para interactuar directamente, debatir en grupo, despejar dudas en tiempo real y enriquecerse con las experiencias compartidas de los compañeros.

Laboratorios de Role-Playing: Prácticas dinámicas basadas en casuísticas reales, donde asumirás el rol de coach y consultante para internalizar las herramientas de comunicación de manera natural.

Talleres de Reflexión Colectiva: Cuestionarios e interrogantes grupales planteados para debatir, pensar en conjunto y construir criterios sólidos, eliminando por completo la idea de un examen memorístico.

Resolución de Casos Problema: Desafíos prácticos basados en la práctica diaria para desarrollar estrategias de intervención personalizadas en equipo.

Este curso capacita en las competencias clave del Coaching en Salud y la Medicina del Estilo de Vida, con una mirada funcional-integrativa-preventiva, fusionando avances de las neurociencias, la nutrición integrativa, la epigenética, la gestión del estrés con técnicas avanzadas de coaching estratégico. Su relevancia actual radica en ofrecer una respuesta concreta a la crisis de adherencia terapéutica donde los profesionales de la salud adquieren herramientas rápidas de engagement para potenciar sus resultados clínicos, mientras que los profesionales del bienestar estructuran su práctica bajo un marco metodológico riguroso.

A través de este sólido sustento científico y metodológico, el programa dota a los participantes de la evidencia necesaria para diseñar intervenciones que no sólo informen, sino que inspiren una transformación de hábitos real, medible y sostenible en la sociedad contemporánea.

Objetivos

- Dominar las competencias del Coaching en Salud: Adquirir habilidades prácticas de comunicación estratégica y asertiva para facilitar cambios sostenibles en el estilo de vida, promoviendo un rol activo y empoderado del consultante en su salud física y emocional.

- Integrar fundamentos de la Medicina del Estilo de Vida: Comprender y aplicar con rigor científico los pilares del bienestar (nutrición integrativa, movimiento, sueño, gestión del estrés) y sus bases en inmunidad, epigenética, hábitos emocionales, pensamiento crítico y neurociencias, entre otras.

- Optimizar la intervención y el engagement: Proveer técnicas de comunicación efectiva y neuropsicología para maximizar la adherencia y el impacto, superando las limitaciones del modelo tradicional de atención fragmentada o tiempos reducidos.

- Co-crear redes de confianza y bienestar coordinado: Capacitar al alumno (provenga del ámbito sanitario o de otras disciplinas profesionales) para actuar como un eslabón estratégico hacia una salud preventiva y proactiva a las necesidades reales de la sociedad.

- Impulsar el desarrollo y la actualización profesional: Explorar nuevas fronteras en la agenda global del bienestar, dotando al participante de herramientas éticas y metodológicas para liderar proyectos de salud tanto en la consulta como en entornos corporativos, institucionales o comunitarios.

- Aplicación práctica en entornos colaborativos: Perfeccionar el proceso de coaching mediante dinámicas interactivas, laboratorios de role-playing y resolución de casuísticas reales, asegurando un aprendizaje dinámico, vivencial y libre de presiones evaluativas tradicionales.

PLAN DE ESTUDIOS

Contenidos

10 de septiembre - MÓDULO I: INTRODUCCIÓN AL CONCEPTO DE SALUD Y EL ROL DEL COACH EN SALUD. LAS DISTINTAS MEDICINAS.

¿Dónde estamos en materia de salud? Un análisis del contexto actual y los desafíos del bienestar integral.¿Para qué sirve un Health Coach? Rol, objetivos y beneficios del coaching en salud. El Health Coach y su aporte al sistema de salud. Cómo colabora con profesionales de la salud, consultantes y comunidades.Definiciones clave y dinámicas de trabajo. Pilares fundamentales, enfoques prácticos y modelos de intervención en Health Coaching. La importancia de una visión integrativa de la salud: comprender la salud desde una perspectiva holística e interdisciplinaria.El modelo multidimensional en el coaching de salud: abordaje de la persona desde sus diferentes dimensiones: física, emocional, mental y social.Tendencias actuales en medicinas y disciplinas complementarias: un recorrido por los enfoques emergentes en el arte de curar, sus aportes y limitaciones.

17 de septiembre - MÓDULO II: NEUROCIENCIAS Y PSICOLOGÍA EXPERIMENTAL. HERRAMIENTAS DE COACHING APLICADO.

El objetivo es introducirnos a las diversas herramientas de coaching, sus bases teóricas y conocimientos en neurociencias junto con un abordaje de las líneas de pensamiento relacionadas al coaching en la salud.Herramientas de Health Coaching: marcos teóricos utilizados en cambios de comportamientos. Diferentes modelos de consultas¿Qué debe conocer un coach en salud? sus competencias profesionales, competencias dinámicas y hábitos de escucha activa.Neurociencias: la

evolución del cerebro y el lenguaje. ¿Mente o cerebro?Condicionantes del desarrollo cerebral. Filosofía y Neurociencias.

24 de septiembre - MÓDULO III: NUTRICIÓN APLICADA.

El objetivo es poseer un conocimiento básico de las tendencias principales en nutrición y las posibilidades de cambios en el estilo de vida con marcos conductuales en Health Coaching. Herramientas de Coaching: importancia del Rapport en las consultas de salud. T.P.Grupales: cómo serán las dinámicas de trabajo.Role Playing I; un ejemplo a desarrollar.Alimentación y Cultura.Valoraciones nutricionales y conductuales.Tendencias culturales; modas nutricionales.Pautas de alimentación saludables.Creencias y controversias en nutrición.

1 de octubre - MODULO IV: CONOCIMIENTO DE PATOLOGÍAS CRÓNICAS RELEVANTES: SOBREPESO, OBESIDAD.

Se aborda el Sobrepeso u Obesidad como parte de las llamadas “enfermedades asociadas el estilo de vida”.Sobrepeso, Obesidad: el rol del coach en salud.Dietas de moda. Medidas generales en el descenso de peso.TP II: casos de estudio a reflexionar.Ayudas farmacoterapéuticas. Mitos, verdades.Enfoques desde el coaching estratégico. Rol de creencias y expectativas en el control del peso.

8 de octubre - MÓDULO V: ABORDAJES CONDUCTUALES EN NUTRICIÓN. CASOS CLÍNICOS. LAS RUTAS DEL HÁBITO.

Con conocer no basta, debemos hacer.Tips y Herramientas de Coaching en cambios de Hábitos nutricionales.Estrategias y abordajes cognitivo-conductuales.TP. III; Guías estratégicas en la consulta coach-cliente.Role Playing, desarrollo de un caso problema.LAS RUTAS DEL HÁBITO ISe explican los aspectos neuropsicológicos de los hábitos y sus posibilidades dinámicas de reprogramación.La estrategia de los Mini-hábitos.

15 de octubre - MÓDULO VI: FITNESS COACH Y ACTIVIDAD FÍSICA.

El Objetivo es cómo ayudar a salir del sedentarismo y a generar hábitos de actividad física constantes. Herramientas de Coaching: el cambio conductual y sus resistencias.Conocimientos básicos en fisiología de la actividad física.Medidas generales de prevención.Nociones sobre tests previos, análisis posturales y de resistencia.El Rol del Coach en Salud en el movimiento activo.Registros de valoración.TP. Role playing IV: “quisiera moverme un poco más”

22 de octubre - MÓDULO VII: SISTEMAS BIOLÓGICOS, NUESTRAS DEFENSAS, LA INMUNIDAD.

Modelos de cuestionarios en Health Coaching. Preguntas abiertas.Guías de Health Coaching para casos de estudios.NUESTRO SISTEMA INMUNE: para qué conocerlo; su modo de acción.Alergias, un problema epidémico.Normas de prevención e higiene.Nociones sobre Virus. Virus respiratorios.Vacunas; mecanismos de acción.Controversias actuales. Casos Clinicos.

29 de octubre - MÓDULO VIII: HEALTH COACH EN ESTÉTICA.

La entrevista motivacional en Health Coaching. El lenguaje del cambio.TP. Role Playing V. Caso de estudio; modelo de desarrollo y evolución en una consulta coach-cliente. Health Coaching en Estética. Pro y contras en la era de la imagen.Productos más relevantes en Área Facial: toxina botulínica, rellenos estéticos, Plasma con factores de crecimiento (PRP), Otros.Tendencias en Adiposidad Localizada.Tratamientos actuales. Aparatología electroestética acompañante.Más allá del mercado publicitario: riesgos, mitos y verdades. Causales positivos o negativos en la elección de tratamientos estéticos. Personalidades “problema”.

5 de noviembre - MÓDULO IX, EPIGENÉTICA Y ENVEJECIMIENTO.LAS RUTAS DEL HABITO II EPIGENÉTICA.

El coach en Salud tendrá nociones de la interacción entre el estilo de vida, la expresión genética y sus alcances. Se describirán conceptos prácticos sobre Genética, perfiles genómicos y la Epigenética en el Stress, la Nutrición y el envejecimiento; pautas de prevención.Empoderamiento de consultantes-pacientes.TP VI. Caso problema; estrategias en health coaching. En las RUTAS DEL HÁBITO II se estudian diferentes posibilidades en la creación de nuevos hábitos y rutinas positivas. Hábitos educacionales, sociales. Hábitos ejecutivos y cognitivo-afectivos.

12 de noviembre - MODULO X: GESTIÓN DE LA SALUD, ELECCIÓN Y GESTIÓN DE SERVICIOS DE COACHING. HONORARIOS. EMPRENDEDORISMO. MANEJO ADECUADO (e inadecuado) DE LA INFORMACIÓN.

El conocimiento de servicios de salud idóneos y saber gestionar nuestros servicios profesionaliza nuestras prácticas.Cuestionarios de seguimiento y cambios en Health coaching. Guías estratégicas en la relación consultante-coach.Servicios de salud fiables. Su correcta elección. Certificaciones. Mejoras en la asistencia sanitaria. Protocolos en Health Coaching. Chequeos y evaluaciones en una consulta de Salud. Honorarios profesionales. Gestión emocional en el ámbito de la salud.Dra. Cecilia Lopez: neurobiología de las emociones y su impacto en la salud cardiovascular Bases de emprendedorismo: posibilidades y oportunidades en la creación y ejecución de servicios de Health Coaching.

19 de noviembre - MÓDULO XI: FUNDAMENTOS DE COACHING EN BIENESTAR (WELLNESS COACH).

El objetivo es adentrarnos en el concepto de bienestar y calidad de vida mental, emocional. La nueva agenda del Bienestar y las tendencias en Wellness.Gestión emocional en el ámbito de la salud.Conductas y personalidades humanas. Sesgos cognitivos. Psicopatologías exacerbadas por la cultura. La Ansiedad, el Stress, las Fobias y los trastornos obsesivos compulsivos (TOC). Herramientas en el coach del bienestar; sus métodos de abordaje. El “estilo” del Coach. El consultante. Evaluaciones vivenciales; estrategias de Acción.

26 de noviembre - CLASE DE REPASO.

Temas para reflexionar y refuerzo de clases. Prácticas de role playing y cuestionarios para desarrollar en grupo. Clase: MANEJO DE LA INFORMACIÓN y sus sesgos: la era de la Posverdad. Cómo nos ayuda y no nos ayuda Internet; oportunidades y riesgos del buen o mal uso de la IA. La disonancia cognitiva. Redes sociales: efectos en la información. Divulgación científica, e informe científico.

3 de diciembre - MÓDULO XII: EL COACH DE VIDA (HEALTH COACH FILOSÓFICO).

Entrega de T. P Final: presentación, evaluación de casos trabajados en grupos. El concepto de Coach de Vida.Objetivos: diferenciar y conocer las problemáticas filosóficas existenciales y sociales más relevantes. Crisis psicológicas y existenciales.Modelo de reflexión-estudio sobre la felicidad humana.

Cronograma

Inicia el jueves 10 de septiembre. Finaliza el jueves 3 de diciembre en los horarios de 18 a 20:45hs. En la penúltima y última clase se presentarán los TP grupales.

Requisitos

Título terciario o secundario (excluyente)

Condiciones de aprobación

La aprobación del curso está sujeta al cumplimiento de la asistencia y participación sincrónica: este programa está diseñado para la interacción en tiempo real y la construcción colectiva de conocimiento. Por ello, se requiere la presencia activa en el campus virtual durante el horario de clase.

Política de Grabaciones: las clases quedan grabadas y el acceso a éstas es un recurso de apoyo dado que el curso no es de modalidad asincrónica (offline). Se permiten únicamente un máximo de hasta 3 inasistencias para mantener la regularidad.

Trabajo Práctico Grupal de Coaching: realización de un proyecto integrador de un caso problema de health coaching hacía cambio de hábitos positivos, desarrollado fuera del horario de cursada, que incluirá una breve exposición oral entre los compañeros y la entrega de un breve resumen escrito.

Resolución de cuestionarios de reflexión grupal y participación constante en las actividades dinámicas del curso.

Aranceles

Inversión total $392.000.-

1. 4 cuotas mensuales sin interés de $98.000 c/u.-*

2. Podrá pagar la totalidad del curso en un pago de $274.400.- obteniendo un -30% de descuento antes del 15/07/2026.

3. Podrá pagar la totalidad del curso en un pago de $294.000.- obteniendo un -25% de descuento para socios AMA antes del inicio del curso.

4. Podrá pagar la totalidad del curso en un pago de $333.200.- obteniendo un -15% de descuento antes del inicio del curso.

5. Total del curso a partir del 10/09/2026: $392.000.-

Canales de pago

- A través de la intranet del socio de forma online con Tarjeta de Crédito o Débito o generando un cuponera para pagofacil o rapipago
  www.ama-med.org.ar/login
- Pagomiscuentas a través de homebanking

Consultas

coachparalasalud@gmail.com

CERTIFICACIÓN
Escuela de Graduados de la Asociación Médica Argentina
“Inscripta con el N° 1 en el Registro Público de Centros de Investigación e Instituciones de Formación Profesional Superior del Ministerio de Educación, Ciencia y Tecnología de la Nación (Resol. 389)”