

GUÍA OPTAVIA® PARA LA EVALUACIÓN DE SALUD

COMPARTIR

El objetivo de **OPTAVIA** es que vivas de la manera más saludable posible. Nuestros programas son sencillos y fáciles de seguir y, si se siguen correctamente, resultan en una transformación de por vida. El secreto de nuestro trayecto de éxito es que al plan estructurado de comidas y apoyo, incorporamos Hábitos de Salud en todas las actividades de nuestros Clientes.

Hay cuatro componentes fundamentales del éxito. Ellos son:

① **Tu Asesor:**

El apoyo personal individualizado es lo que distingue nuestro programa de otros programas de estilo de vida. Estaré a tu lado como guía en este trayecto; te ayudaré a crear nuevos Hábitos de Salud y a tomar las opciones saludables que conducen a una transformación para toda la vida. Estudio tras estudio demuestran que el apoyo y la dirección aumentan las probabilidades de éxito para llegar a tu peso óptimo.* Te ayudaré a asumir responsabilidad, y celebraremos tus éxitos –sean grandes o pequeños– a través de tu trayecto.

② **El Sistema Hábitos de Salud:**

Creado por el Dr. Wayne Andersen, nuestro cofundador, el sistema Hábitos de Salud es un innovador abordaje al estilo de vida que contiene todo lo que necesitas para sustituir tus malos hábitos por hábitos más saludables. Adoptar estos hábitos te ayudará a lograr el éxito a largo plazo.

El sistema Hábitos de Salud te enseñará, paso a paso, nuevos hábitos, y estas poderosas prácticas te ayudarán a crear la vida saludable que tú deseas.

③ **Nuestra Comunidad OPTAVIA:**

Además de tu Asesor **OPTAVIA**, tendrás acceso al apoyo de la Comunidad **OPTAVIA**, compuesta por personas como tú –resueltas a disfrutar de una mejor salud. Gracias a nuestras videoconferencias y llamadas de apoyo en vivo y grabadas, nuestro apoyo nutricional, los grupos de apoyo para clientes, y el apoyo por Internet y más, nuestra comunidad es un importante instrumento para tu éxito.

④ **Nuestros Alimentos Nutritivos OPTAVIA (Fuelings):**

Todos los Alimentos Nutritivos **OPTAVIA** son intercambiables desde el punto de vista nutricional. Cinco al día proporcionan el 100% de 24 vitaminas y minerales, además de probióticos que apoyan la salud digestiva.

Con el plan Optimal Weight 5 & 1 Plan®, el organismo entra a un estado sutil pero eficiente de quemar grasa, lo cual es esencial para ayudar a bajar de peso.

Disfrutarás de seis pequeñas comidas al día espaciadas cada 2 a 3 horas. Cinco de estas comidas son los deliciosos Alimentos Nutritivos **OPTAVIA** científicamente diseñados; a la sexta comida, preparada por ti, la llamamos “Magra y Verde”. Es una cantidad saludable de proteína magra y 3 porciones de vegetales sin almidón. Además, beberás 64 oz. de agua cada día.

Es un sistema comprobado y fácil de seguir.

Información sobre los precios del programa

(es posible que hayas dado esta información durante tu presentación)

Lo mejor de nuestro plan es que es asequible. Un estadounidense típico gasta unos \$15-20 por día en comida. Esto incluye gastos para comidas rápidas, restaurantes, abarrotes, bocadillos, cafetería, máquinas dispensadoras, cafés, etc. ¿Cuánto crees que gastas en comida todos los días?

Muchos clientes encuentran que ahorran dinero o gastan la misma cantidad, así que para ellos el programa no representa ningún costo adicional.

* Appel, L.J., et al., Comparative effectiveness of weight-loss interventions in clinical practice. N Engl J Med, 2011. 365(21): p. 1959-68.

INVITAR

RECUERDA - si un Cliente contestó afirmativamente alguna pregunta de la sección "Datos de Salud" de la "Evaluación de Salud", consulta las Consideraciones del Programa OPTAVIA®.

Según lo que me has comentado, me parece que este programa es perfecto para ti y tu estilo de vida. Estoy encantada de ayudarte a comenzar. Creo que a medida que vayas conociendo el programa, te va a gustar mucho.

¿Tienes alguna otra pregunta? ¿Te parece que este programa es lo que buscabas?

SI EL CLIENTE ESTÁ LISTO PARA COMENZAR SU TRAYECTO HACIA UN VIDA MÁS SALUDABLE:

¡Excelente! Comencemos.

Veamos cuál Programa es el mejor para ti.

Voy a ayudarte a hacer tu primer pedido. Sólo tengo que verificar tu información de contacto.

Tu programa llegará en aproximadamente 1 semana. Vas a recibir un email de bienvenida, y además voy a agregar tu nombre a una magnífica página de apoyo de Facebook.

Es muy posible que tu transformación hacia tus metas de salud ocurra rápido; cuando suceda, la gente empezará a preguntarte cómo lo lograste. Cuando eso suceda, puedes referirme a esas personas y recibir "X" (si decides tener tu propio programa para agradecer las referencias, habla con tu Asesor de Negocios). O, como algunas personas prefieren recibir entrenamiento de sus amigos y familiares, tal vez quieras darles entrenamiento por tu propia cuenta. Tal vez no estés pensando en esto ahora mismo, pero quién sabe... es posible que te sientas tan bien que quieras compartir **OPTAVIA** con otras personas. Un alto porcentaje de nuestros Asesores fueron antes Clientes que mejoraron su salud y decidieron "devolver el favor".

Llama o envíanos un texto apenas recibas tu programa integral. A muchos Clientes les gusta mucho el apoyo que reciben cuando participan e interaccionan con nuestra comunidad. Tú puedes participar en llamadas de apoyo, medios sociales y entrenamientos.

Procesamiento de tu Cliente:

- Al terminar tu reunión/llamada/zoom, apunta la información que pueda ser importante para la "Evaluación de Salud".
- No olvides ayudarle a hacer el primer pedido del programa.
- Envíale un email de bienvenida.
- Agrega el nombre a tu lista de contactos telefónicos.
- Hazle una solicitud de amistad en Facebook, y añádelo y preséntalo a su página de apoyo a clientes.
- Coloca la "Evaluación de Salud" en la carpeta "Client Success System"
- Confirma el día que va a comenzar y programa una llamada telefónica de inicio del programa.
- Acompáñalo a lo largo de su trayecto hacia una Salud Óptima™.

QUÉ RECIBIRÁS CON EL PROGRAMA

Cuando te inscribas en nuestro programa recibirás mi apoyo y entrenamiento, y una Guía **OPTAVIA** que te ayudará a comenzar tu trayecto.

(NOTA: puedes mencionar que recibirá "su Sistema de Hábitos de Salud" si el cliente ordenó un kit que contiene estos libros) y 30 días de los Alimentos Nutritivos más populares.

También te daremos la opción de inscribirte en el Club BeSlim®. Cuando te inscribas, recibirás 5 cajas gratuitas de Alimentos Nutritivos, ahorrarás costos de envío, y recibirás hasta un 10% de crédito como recompensa para tus futuros pedidos del programa cada vez que hagas un pedido que califique*. Lo mejor es que esto garantiza que tendrás los Alimentos Nutritivos que necesitas cada mes que estés en el programa.

*Se aplican términos y condiciones a las órdenes de BeSlim Club.

SI NO ESTÁ LISTO TODAVÍA:

"Entiendo que tienes que pensar un poco sobre esto.

¿Puedo ponerme en contacto para ver cómo te está yendo con tu salud?"

Trata de hacer una cita de seguimiento.

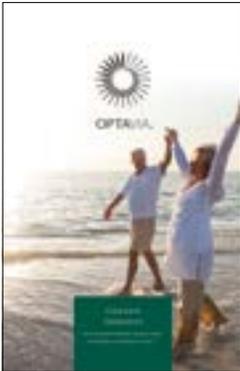
Di además: "Si te encuentras con alguien que también tenga interés en (ponerse más saludable, tener más energía, perder peso, ser más activo) ¿te importaría ponernos en contacto si te parece bien?"

Estructura de seguimiento:

- Envía un texto de agradecimiento y asegúrale que te gustaría colaborar para (inserta la razón).
- Si acostumbras a poner a tus Candidatos en tu página de Facebook de apoyo a clientes, pregúntale si puedes agregarlo a esta página.
- Ponlo en el folder de seguimiento y haz el seguimiento el día designado.

CONSIDERACIONES DEL PROGRAMA OPTAVIA®

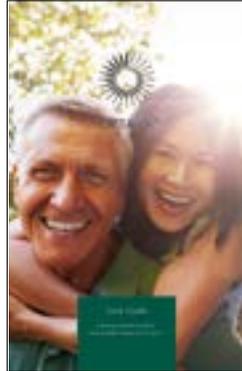
Es importante entender que hay varios factores de la salud que se deben tomar en cuenta al seleccionar el programa **OPTAVIA** que mejor se adapte a cada Cliente. Estos factores pueden ser alergias, interacciones con medicamentos, o afecciones médicas generales. Usa las siguientes guías para entrenar a tu nuevo Cliente en su trayecto hacia la Salud Óptima™ y el Bienestar.



Plan para Diabéticos:

Los planes Optimal Weight 5 & 1 Plan®, Optimal Weight 4 & 2 & 1 Plan™ y Optimal Weight 5 & 2 & 2™ Plan son adecuados para diabéticos, pero es esencial que el proveedor de atención médica de la persona le vigile las glicemias y las dosis de medicamentos. Es necesaria la supervisión médica constante por parte del proveedor de atención médica.

Palabras clave: tipo I, tipo II, Insulina, medicamentos orales o inyectables



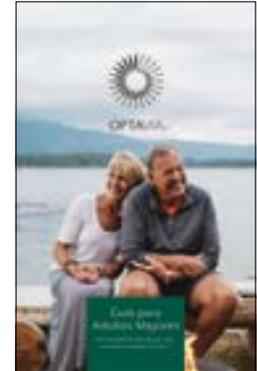
Plan para Personas con Gota:

Nuestro Plan **OPTAVIA** para la Gota promueve la pérdida de peso gradual y fomenta la selección de alimentos con niveles bajos o moderados de purinas.



Plan para Madres Lactantes:

Nuestro Plan **OPTAVIA** para Madres Lactantes está diseñado para madres que están amamantando a un bebé de más de dos meses de edad cuya nutrición proviene principalmente de la leche materna.



Guía para Personas Mayores:

Las personas mayores de 65 años pueden usar el plan Optimal Weight 5 & 1 y hacer 30 minutos de ejercicio físico todos los días. Según las necesidades individuales, podría ser recomendable un plan de alimentos con un mayor contenido calórico.



Medicamentos para la Tiroides, la Soja y OPTAVIA

Entre los medicamentos están: Synthroid y levotiroxina



Planes para Adolescentes:

Los planes **OPTAVIA** para adolescentes están diseñados especialmente para satisfacer las necesidades nutricionales de chicos y chicas de 13 a 17 años. No debes sugerir un programa **OPTAVIA** para menores de 13 años. Para más información, consulta las Guías **OPTAVIA** para [chicas](#) y [chicos](#) adolescentes.



Descripciones Generales de Planes:

Puedes ver todas las descripciones en un solo lugar.

Afecciones médicas

Te recomendamos que te comuniques con tu proveedor de atención médica antes de comenzar tu trayecto de pérdida de peso con **OPTAVIA** y durante el mismo, especialmente si estás tomando medicamentos (por ej., para la diabetes o la presión alta, Coumadin® (warfarina), litio, para la tiroides, etc.).

No uses el Programa **OPTAVIA** si estás embarazada o tienes menos de 13 años. Si tienes una enfermedad aguda o crónica grave (por ej., infarto cardíaco, diabetes, cáncer, enfermedad del hígado, enfermedad de los riñones, anorexia, bulimia, etc.). No uses el Programa **OPTAVIA** hasta que tu proveedor de atención médica diga que estas recuperado o estabilizado. El Plan Optimal Weight 5 & 1 **NO** es adecuado para adolescentes (de 13 a 17 años de edad), adultos mayores (más de 65 años) sedentarios, madres lactantes, enfermos con gota, algunos diabéticos y quienes hacen más de 45 minutos de ejercicio por día. Consulta nuestras guías en Internet y habla con tu Asesor **OPTAVIA** si tienes necesidades médicas o dietéticas especiales.

NOTA: La pérdida de peso rápida puede causar cálculos biliares o enfermedades de la vesícula biliar en personas de alto riesgo. Algunas personas tienen mareos, vértigo o trastornos gastrointestinales durante el período de adaptación a cambios en la dieta y a una menor ingesta calórica. Estos síntomas son usualmente pasajeros. Este programa y todos sus materiales no constituyen recomendaciones médicas ni sustituyen el tratamiento médico.

Recomendamos tomar 64 onzas de agua cada día. Habla con tu proveedor de atención médica antes de cambiar la cantidad de agua que bebes, ya que esto podría afectar los niveles de algunos medicamentos.

Si tienes preguntas o dudas:

Llámanos al 1.888.**OPTAVIA**
y selecciona Apoyo Nutricional

O visita: COACHANSWERS.OPTAVIA.COM