Pautas de Coaching de **OPTA**VIA

Como Coach independiente de **OPTA**VIA, usted tiene el privilegio de apoyar a los Clientes a lo largo de sus trayectos hacia la salud óptima. Sus interacciones con los Clientes y los Candidatos (incluyendo todas las comunicaciones escritas, verbales, remotas/virtuales y presenciales) deben llevarse a cabo de acuerdo a ciertas pautas, que se describen en este documento. Como usted hará preguntas quizás indiscretas y tendrá más información sobre cada individuo, es importante comprender su rol como su Coach.

Los Coaches de **OPTA**VIA pueden:

- Proporcionar orientación y aliento a los Clientes en lo relativo a los programas de comidas de **OPTA**VIA, elecciones de productos, ejercicio y la dirección general del trayecto hacia la transformación de por vida.
- Proporcionar apoyo individual a los Clientes en tanto tenga que ver con el Sistema de Hábitos de Salud.
- Interesar y alentar al Cliente para que participe en la Comunidad de **OPTA**VIA, que incluye actividades de apoyo (esto es, llamadas, seminarios virtuales, eventos, etc.).
- Informar al departamento de Apoyo Nutricional si el Cliente sufre reacciones adversas al programa o a los productos (por ejemplo, si el Cliente fue hospitalizado, etc.).

Los Coaches de **OPTA**VIA deben alentar a los Clientes a que busquen apoyo profesional para:

- Recomendaciones de ajustes de medicamentos específicos.
- Recomendaciones médicas específicas.
- Prescripciones específicas de programas de ejercicios
- Consultas conductuales específicas relacionadas con temas psicológicos o psiquiátricos, incluyendo pero no limitándose a: anorexia, bulimia, trastornos alimenticios por atracones, ansiedad, problemas maritales, problemas emocionales (por ejemplo, traumas, angustia y desesperanza), etc.
- Terapias médicas de nutrición según se define en la Academy of Nutrition and Dietetics (academia de nutrición y dietética):
    - » Las terapias médicas de nutrición (MNT, por sus siglas en inglés) es una aplicación basada en la evidencia del proceso de cuidado nutricional. Las terapias MNT (a un paciente o cliente) pueden incluir uno o más de los siguientes procedimientos: evaluaciones/reevaluaciones nutricionales, intervención nutricional así como monitoreo y evaluación nutricional que generalmente tiene que ver con la prevención, retraso o manejo de enfermedades o condiciones físicas. (Scope of Practice subcommittee, 2012)

*Tenga en cuenta: La orientación y el apoyo de un Coach de **OPTA**VIA no constituyen de ningún modo una recomendación médica ni sustituyen el tratamiento médico.*

Los Coaches de **OPTA**VIA tienen muchos recursos fundamentales para apoyar a los Clientes y Candidatos en su trayecto hacia la salud óptima. Sin embargo, los Coaches de **OPTA**VIA deben esforzarse por mantener su coaching dentro de los siguientes límites:

© 2024 **OPTA**VIA, LLC. Todos los derechos reservados.

Limitaciones para el coaching

Usted debe estar al tanto de las siguientes cosas:

- **Las enfermedades o diagnósticos relacionados con la nutrición** que es necesario derivar a un dietista o nutricionista registrado para una consulta incluyen pero no se limitan a:
  - enfermedades cardíacas,
  - diabetes,
  - cáncer,
  - enfermedades hepáticas,
  - enfermedades de los riñones,
  - anorexia,
  - bulimia,
  - enfermedades gastrointestinales,
  - reacciones alérgicas a alimentos,
  - hipertensión, etc
- Las prescripciones de **ejercicio** y la evaluación personalizada de programas de ejercicios deben derivarse a un entrenador personal certificado.
- **Enfermedades o diagnósticos médicos** que es necesario derivar a un médico profesional para una consulta incluyen pero no se limitan a:
  - enfermedades cardíacas,
  - diabetes
  - cáncer,
  - enfermedades hepáticas,
  - enfermedades de los riñones,
  - anorexia,
  - bulimia,
  - enfermedades gastrointestinales,
  - reacciones alérgicas a alimentos,
  - hipertensión,
  - dolor o incomodidad en el pecho,
  - mareos o pérdida de conciencia, etc.
- **Enfermedades o diagnósticos psicológicos o psiquiátricos** que es necesario derivar a un especialista en psicología o psiquiatría para una consulta incluyen pero no se limitan a:
  - anorexia,
  - bulimia,
  - trastornos alimenticios por atracones,
  - alimentación desordenada,
  - depresión,
  - ansiedad
  - problemas maritales o relacionales, etc.

Se debe dirigir a los Clientes y Candidatos a su proveedor de atención médica cuando las preguntas o solicitudes caen dentro de las enfermedades enumeradas anteriormente.

El siguiente Descargo de Responsabilidad Médica es útil para proporcionar pautas adicionales relativas al uso del Cliente con el programa de **OPTA**VIA.

© 2024 **OPTA**VIA, LLC. Todos los derechos reservados.

Descargo de responsabilidad médica

La Compañía ("Nosotros") recomienda que consulte a su proveedor de salud antes y durante cualquier programa para perder peso. NO use ningún Programa, Plan, Producto o Kit de **OPTA**VIA® si está embarazada o es menor de 13 años.

Antes de comenzar un programa para perder peso, hable con su proveedor de salud sobre el Programa, los Planes, los Productos y los Kits de **OPTA**VIA, según proceda, y sobre cualquier suplemento alimenticio o medicamento que esté usando, especialmente Coumadin (warfarina), litio, diuréticos o medicamentos para perder peso, la diabetes, la presión arterial alta o las afecciones tiroideas. No utilice ningún Programa, Plan, Producto o Kit de **OPTA**VIA hasta que su proveedor de salud le aclare si tiene o ha tenido alguna enfermedad grave (por ejemplo, enfermedad cardiovascular, incluido ataque cardíaco, diabetes, cáncer, enfermedad tiroidea, enfermedad hepática o renal, trastornos alimenticios como anorexia o bulimia), o cualquier otra afección que requiera atención médica o que pueda verse afectada por la pérdida de peso.

El Plan de **OPTA**VIA para adolescentes es el único Plan de **OPTA**VIA adecuado para adolescentes (de 13 a 17 años de edad). El Optimal Weight 5 & 1 Plan® NO es adecuado para adolescentes, adultos mayores sedentarios (65 años o más), madres lactantes, personas con gota, personas con diabetes de tipo 1 y aquellos que hacen más de 45 minutos de ejercicio por día o participan en actividades de alta intensidad; si usted pertenece a alguna de estas categorías, consulte a su proveedor de salud, visite **OPTA**VIA.com y hable con su Coach independiente de **OPTA**VIA sobre otros Planes de **OPTA**VIA que puedan ser adecuados. Si tiene necesidades médicas o nutricionales especiales, incluidas alergias alimentarias o disminución del apetito con medicamentos para perder peso, consulte la información de nuestro programa en línea, consulte con su proveedor de salud y hable con su Coach de **OPTA**VIA. No consuma un producto de **OPTA**VIA si es alérgico a cualquiera de los ingredientes de ese producto, que figuran en el envase y en el sitio web de **OPTA**VIA.

Recomendamos beber 64 onzas de agua por día. Consulte a su proveedor de atención médica antes de cambiar la cantidad de agua que bebe, ya que puede afectar ciertas condiciones de salud y medicamentos.

Antes de tomar cualquier suplemento dietético o cambiar su dieta, o de iniciar un programa de pérdida de peso o de ejercicio, le recomendamos que consulte primero con su profesional sanitario, especialmente antes de iniciar cualquier Plan y Producto de **OPTA**VIA ACTIVE®. Los Clientes deben buscar apoyo profesional para las prescripciones de programas de ejercicio específicos. El Optimal Weight 5 & 1 ACTIVE Plan™ no es adecuado para quienes hacen más de 45 minutos de ejercicio al día o participan en actividades de alta intensidad. Los productos de **OPTA**VIA ACTIVE no se recomiendan para menores de 18 años.

NOTA: La pérdida rápida de peso puede causar cálculos biliares o enfermedades de la vesícula biliar, afinamiento temporal del cabello o pérdida de masa muscular en algunas personas. Mientras se adaptan a la ingesta de un nivel de calorías más bajo y a los cambios en la dieta, algunas personas pueden experimentar mareos, aturdimiento, dolor de cabeza, fatiga o trastornos gastrointestinales (como dolor abdominal, distensión abdominal, gases, estreñimiento, diarrea o náuseas). Consulte a su proveedor de salud para obtener más orientación sobre estos u otros problemas de salud. Solicite atención médica de inmediato si experimenta calambres musculares, hormigueo, entumecimiento, confusión o latidos cardíacos rápidos/irregulares, ya que estos pueden ser síntomas de una afección médica más grave.

Para evitar dudas, el Programa, los Planes, los Productos y los Kits de **OPTA**VIA no están etiquetados, publicitados ni promocionados para ningún propósito medicinal específico, es decir, tratamiento o prevención (implícita o de otro tipo) de ninguna enfermedad o trastorno, incluidas sus afecciones relacionadas.

Los Programas, Planes, Productos y Kits de **OPTA**VIA y cualquiera de sus materiales o información no constituyen de ninguna manera un consejo médico ni reemplazan ningún tratamiento médico. Las recetas deben ser provistas por un profesional de atención médica autorizado. **OPTA**VIA no receta ni dispensa medicamentos.

Si desea más información sobre este Descargo de responsabilidad médica, póngase en contacto con el Equipo de Apoyo Nutricional de **OPTA**VIA, disponible de lunes a viernes de 8:00 a. m. a 5:00 p. m. (hora del este), en el teléfono 1.888.**OPTA**VIA (1.888.678.2842) o por mensaje de texto en el 206.828.1605. También puede enviar un correo electrónico a NutritionSupport@**OPTA**VIA.com.

© 2024 **OPTA**VIA, LLC. Todos los derechos reservados.