



DESIGNING HEALTH

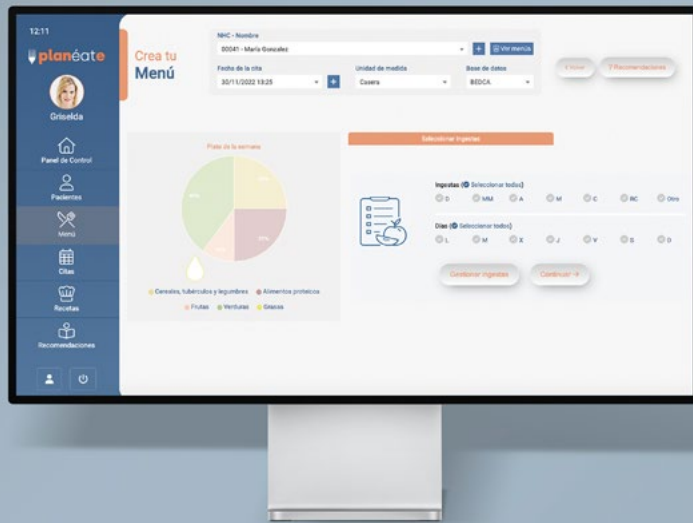
El único software de nutrición para diseñar menús junto a tus pacientes, promover la educación alimentaria y optimizar tu consulta.

DOSSIER INFORMATIVO



1. PRESENTACIÓN	3
Qué es Planéate	3
Quiénes somos	4
2. MISIÓN, VISIÓN, VALORES	6
De dónde nace Planéate	6
Filosofía	6
3. DESGRANANDO PLANÉATE	7
Qué incluye	7
En qué ayuda al nutricionista	9
En qué ayuda al paciente	9
4. TIPOS DE SUSCRIPCIÓN	10
Modalidades	10
Licencia única o múltiple	10
Precios	11
5. DATOS DE CONTACTO	13

1. PRESENTACIÓN



1/2 DE FACILIDAD

Engloba las 9 funciones esenciales de la consulta en una sola interfaz, así que tienes toda la **gestión de tus pacientes** a un clic.

¿QUÉ ES PLANÉATE?

Planéate es la aplicación para profesionales de la nutrición que fomenta la educación alimentaria con facilidad:

- Enseñando buenos hábitos.
- Automatizando la consulta.
- Optimizando el negocio.

Planéate es una App que no crea dietas, sino platos saludables basados en proporciones.



1/4 DE PROFESIONALIDAD

Es eficaz, técnica e intuitiva para que la utilices con tus clientes y consigas su adherencia a los **buenos hábitos alimentarios**.

1/4 DE INNOVACIÓN

El diseño visual, junto con el **cálculo automático** de las raciones y grupos de alimentos recomendados, favorecen la educación.

¿QUIÉNES SOMOS?

Planéate es un proyecto de **María Neira** y **Griselda Herrero**.

MARÍA NEIRA (Colegiada MAD 00026)

Graduada en Nutrición y Dietética con diversas formaciones en el ámbito de la Alimentación Infantil, el Coaching y la Psiconutrición.

Dirige su propia escuela de nutrición y alimentación saludable: Nutriendo Mi Cambio. Con formaciones tanto para público general como para profesionales de la salud.

Divulga y aborda temas sobre hábitos de alimentación saludables que rompan con el concepto dieta y las consultas de nutrición con enfoque pesocentrista. También, ha creado los snacks formativos: mini cursos online para que los profesionales de la salud se formen en nutrición de una forma más rápida, asequible y efectiva. Además, colabora como docente para Norte Salud Nutrición, otras empresas y algunas asociaciones/colegios de Dietistas-Nutricionistas.





GRISELDA HERRERO (Colegiada AND-336)

Doctora en Bioquímica y Dietista-Nutricionista, especializada en Trastornos de la Conducta Alimentaria y Obesidad, así como en Psiconutrición y Educación Alimentaria.

Compagina el trabajo en su consulta, dirigiendo Norte Salud Psiconutrición, con la docencia universitaria en las universidades Pablo de Olavide, Isabel I y la Europea de Madrid.

Asimismo, es formadora en sus propios cursos en InGENyO y otros externos, la mayoría de ellos dirigidos a profesionales sanitarios que quieren trabajar desde una perspectiva que incluya el bienestar físico y emocional. Autora de varios libros: *Alimentación saludable para niños geniales*, *Psiconutrición*, *Diario saludable desde la Psiconutrición*, *Comer bien en familia*, *Trastornos de la conducta alimentaria y obesidad*, *Interacciones fármaco-nutrientes*. Y autora principal de decenas de publicaciones científicas.

Divulga en diversos medios de comunicación y es ponente en numerosas jornadas y congresos. Forma parte del grupo de especialización de TCA de la Academia Española de Nutrición y Dietética y del grupo de trabajo de nutrición de la SEN.

2. MISIÓN, VISIÓN, VALORES



DE DÓNDE NACE PLANÉATE

María y Griselda, con una amplia experiencia en la consulta de nutrición, deseaban cambiar el enfoque de la consulta tradicional para ayudar a las personas a lograr un aprendizaje definitivo y fomentar el cuidado integral de su salud.

Ambas comparten el propósito de aportar a las personas el conocimiento, los recursos y las habilidades para mejorar su salud de forma sostenible en el tiempo, sanando su relación con la comida.

Fruto de lo anterior, en 2019 crean Nools, la plataforma que aporta herramientas prácticas a más de 500 profesionales de la salud.

Continuaron investigando en el sector y detectaron que este necesitaba una aplicación que se alejara del concepto dieta, calorías y rigidez.

Y es así, como en 2022 crean Planéate, la herramienta digital del enfoque "SIN" para que el paciente aprenda a crear menús y/o platos saludables poniendo el foco en la parte cualitativa.

SIN PESAR, SIN MEDIR, SIN CALCULAR

FILOSOFÍA

Planéate es el ÚNICO software de nutrición para nutricionistas que apuestan por la educación alimentaria en consulta, la calidad de la alimentación y el trabajo multidisciplinar.

Está pensado para que sean los propios pacientes quienes aprendan a realizar los menús de forma visual y sencilla, basándose en una metodología de proporciones y grupos de alimentos, según el plato saludable.

Ofrece un amplio número de posibilidades para trabajar en consulta: cambia el enfoque y ayuda a los pacientes a entender cómo elaborar un menú saludable sin pensar en calorías.

La base de Planéate se centra en la educación alimentaria, en trabajar junto al paciente y en alejarnos del peso como único objetivo o marcador de éxito.

3. DESGRANANDO PLANÉATE

QUÉ INCLUYE

La interfaz de la aplicación es fácilmente usable e intuitiva. Cuenta con un panel de control con acceso directo a las funcionalidades más importantes de la App mediante las cuales es posible:



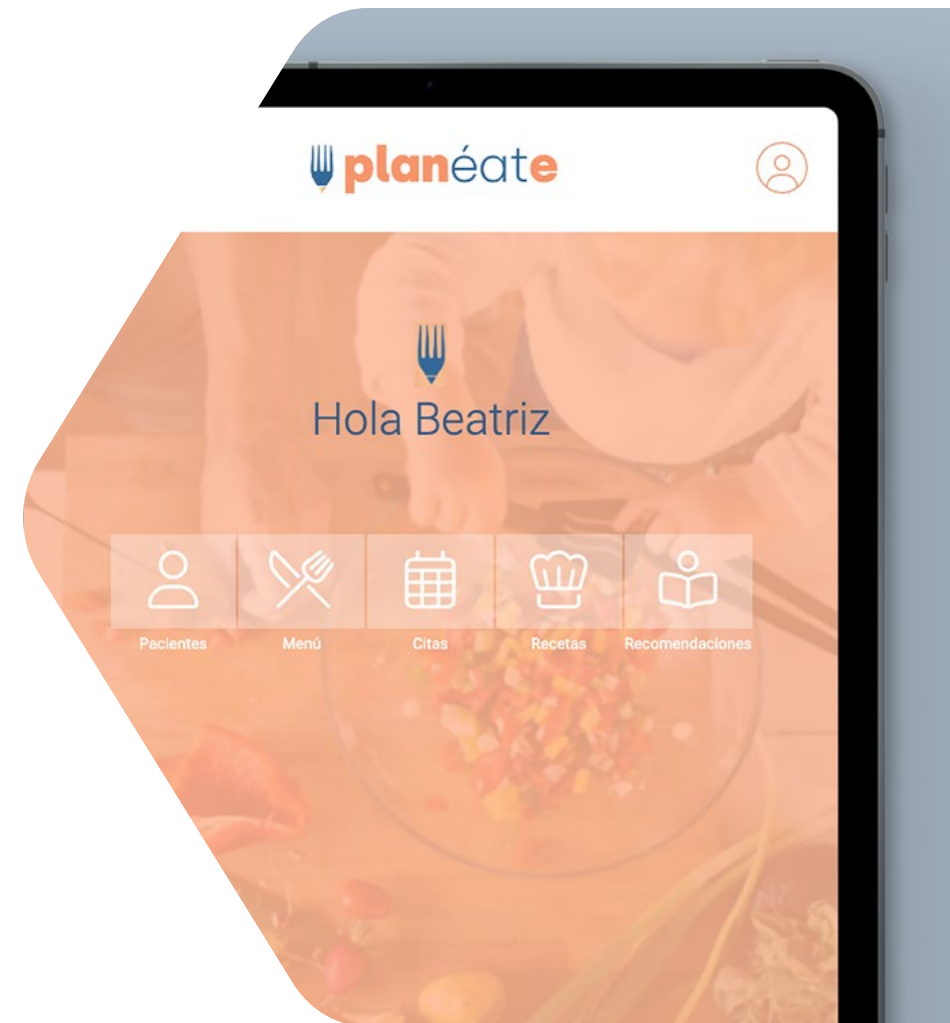
1. CREAR MENÚS PERSONALIZADOS

Con el grupo de alimentos, raciones y frecuencia según las necesidades, las sugerencias y los gustos de cada persona. Es manejable y didáctica para trabajar de forma coordinada con el paciente durante su cita, para que así logre su autonomía y conciencia de calidad nutricional.



2. REGISTRO DE PACIENTES

Incluye la historia clínica y dietética, datos antropométricos, sus preferencias, intolerancias y alergias, cuestionarios e informes médicos, herramientas de ayuda, notas internas y menús asociados. Facilita el seguimiento en las fichas personales con comodidad y rapidez.





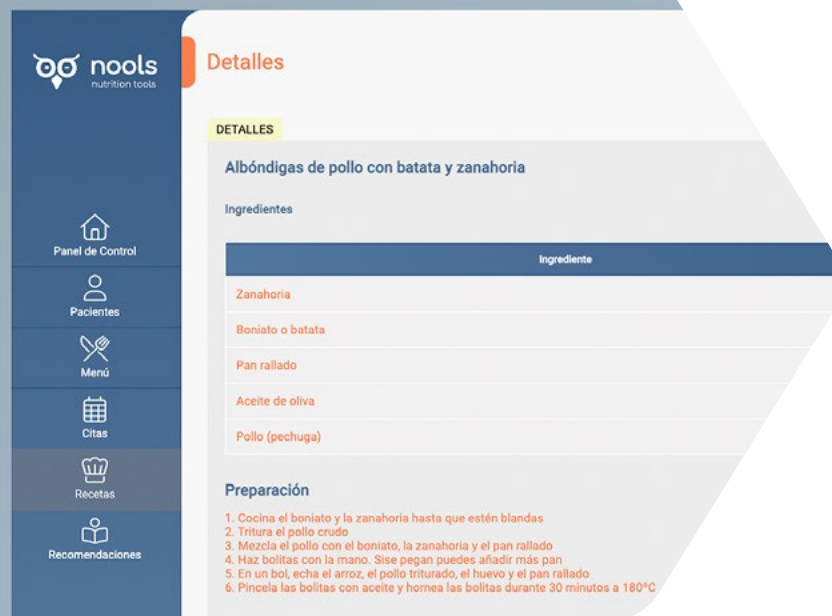
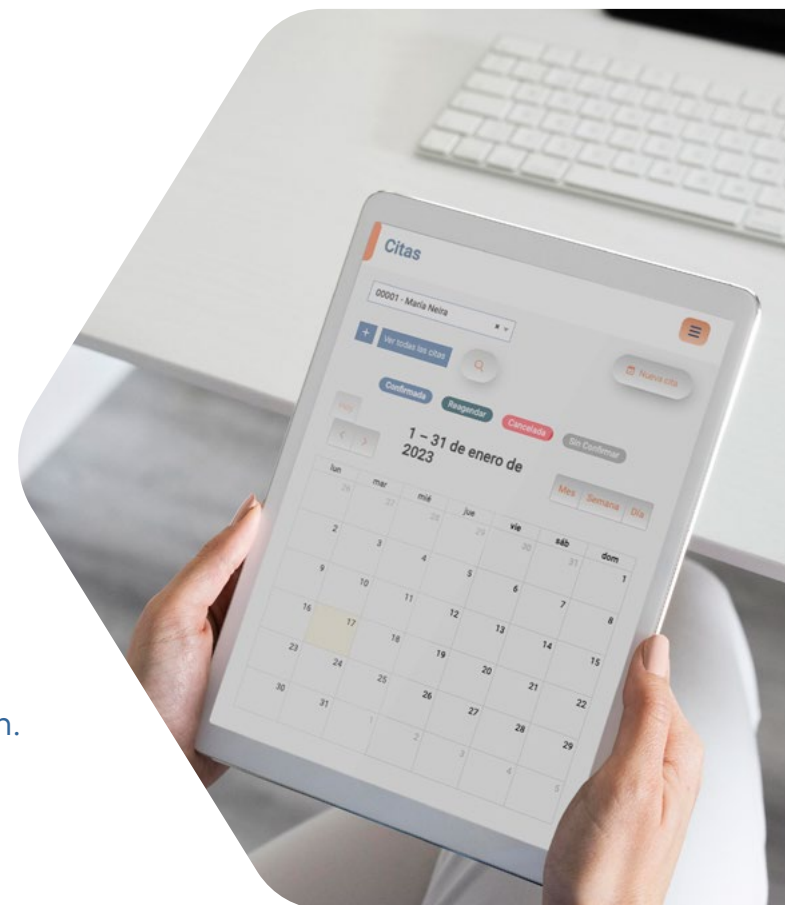
3. PROGRAMACIÓN DE LA AGENDA

Es posible reservar las citas de cada cliente en la aplicación y automatizar los recordatorios y avisos por email. El calendario es gestionado con orden y se puede repasar de un vistazo toda la previsión laboral semanal y mensual.



4. SELECCIÓN DE RECETAS VARIADAS Y SUPERVISADAS

Dispone de más de 700 recetas ricas y equilibradas para hacer platos creativos y apetecibles, con el fin de evitar la monotonía y fomentar la motivación. También se pueden subir recetas propias.



5. ACCESO A LA LISTA DE LA COMPRA

Además de elaborar el menú individual, se puede ofrecer al paciente la cesta del mercado semanal con la lista de los ingredientes que necesita para cada plato.



6. INFORMACIÓN NUTRICIONAL

Es posible obtener los datos cuantitativos de la evolución de cada persona, aunque se priorice el aspecto cualitativo y pedagógico.



7. ENVÍO E IMPRESIÓN DE DOCUMENTOS

Desde la aplicación se puede almacenar, enviar por email e imprimir los cuestionarios, formularios y cualquier documento relevante.



EN QUÉ AYUDA AL PACIENTE

- Elabora sus propios platos acorde a sus gustos y necesidades.
- Adquiere buenos hábitos, logrando sus metas con motivación.
- Consolida la alimentación sana, equilibrada y flexible.
- Mantiene su autocuidado de forma activa y permanente.
- Aprende a comer bien valorando la variedad, calidad y placer.



EN QUÉ AYUDA AL NUTRICIONISTA

- Mejora el negocio porque en una sola herramienta gestiona todas sus tareas.
- Muestra innovación dentro de la divulgación alimentaria.
- Optimiza el tiempo porque trabaja con la aplicación en consulta junto al paciente.
- Gana reputación como referencia pedagógica y casos de éxito.
- Colabora en el bienestar personal derivado del aprendizaje efectivo.



8. PERSONALIZACIÓN DE LA DOCUMENTACIÓN

Permite presentar todos los informes con la imagen corporativa y profesional: el logotipo y los datos personales.



9. TRABAJO DESDE CUALQUIER LUGAR

La herramienta puede utilizarse en las citas presenciales y en las sesiones online, conectándose al programa con internet, y con los datos protegidos de forma segura.

4. TIPOS DE SUSCRIPCIÓN



Existen diferentes tipos de suscripción para cada negocio, siendo posible cambiarla en cualquier momento.

MODALIDADES

Es posible optar por 3 modalidades diferentes de suscripción: **Mensual**, **semestral** y **anual**. Cada una de ellas varía en función del número de pacientes activos: **menos de 40 pacientes**, **de 41 a 99 pacientes** y **más de 100 pacientes**. Siempre contabilizando pacientes activos.

< 40 PACIENTES

41-99 PACIENTES

> 100 PACIENTES

LICENCIA ÚNICA O MÚLTIPLE

Planéate ME

Para un solo usuario.
Indicada para profesionales independientes.



Planéate TEAM

Para clínicas.
Indicada para equipos de 2 a 5 usuarios.



Si necesitas una licencia especial para un centro educativo o para más de 5 profesionales, consúltanos y buscaremos una solución

PRECIOS



PLANÉATE ME (1 solo usuario)



	< 40 pacientes	41-99 pacientes	> 100 pacientes
MENSUAL	49,00 €/mes 588,00 €/anuales	69,00 €/mes 828,00 €/anuales	99,00 €/mes 1.188,00 €/anuales
SEMESTRAL	42,00 €/mes 504,00 €/anuales	43,33 €/mes 519,96 €/anuales	84,00 €/mes 1.008,00 €/anuales
ANUAL	30,83 €/mes 369,96 €/anuales	43,33 €/mes 519,96 €/anuales	62,50 €/mes 750,00 €/anuales

INCLUYE UNA PRUEBA GRATUITA DURANTE 14 DÍAS

PRECIOS



PLANÉATE TEAM (2-5 usuarios)



	< 40 pacientes	41-99 pacientes	> 100 pacientes
MENSUAL	147,00 €/mes 1.764,00 €/anuales	207,00 €/mes 2.484,00 €/anuales	297,00 €/mes 3.564,00 €/anuales
SEMESTRAL	126,00 €/mes 1.512,00 €/anuales	177,00 €/mes 2.124,00 €/anuales	252,00 €/mes 3.024,00 €/anuales
ANUAL	92,50 €/mes 1.110,00 €/anuales	130,00 €/mes 1.560,00 €/anuales	187,50 €/mes 2.250,00 €/anuales

INCLUYE UNA PRUEBA GRATUITA DURANTE 14 DÍAS

5. DATOS DE CONTACTO



En la dirección de email
hola@planeate.es



A través de la página web
www.planeate.es

*El software de nutrición para nutricionistas
que apuestan por la educación alimentaria*

