



**CERTIFICACIÓN**  
**BIENESTAR FÍSICO**

*Ferta Vega*

# Perla Vega

Nutriologa experta.



La certificación que ofrezco promete la transformación hacia el bienestar físico en seis meses, sin requerir experiencia en salud.

Mi motivación se origina en mi propia experiencia, enfrentando etiquetas y buscando cambiar mi bienestar a través de la nutrición.

Tras más de 10 años enfocada en el control de peso, me frustré al no lograr la ayuda deseada para mis pacientes, lo que me llevó a buscar enfoques más efectivos como el coaching nutricional y la nutrición funcional.

Los resultados fueron notables: mayor adherencia al tratamiento, pacientes más felices y proactivos, y mejoras en síntomas gracias a la nutrición funcional.

Con más de 2,000 personas atendidas y experiencia como ponente en nutrición, mi misión es que las personas diseñen y vivan su propio bienestar físico mediante herramientas prácticas en su vida diaria.

# Módulos de la certificación

## Módulo 1: Mente

Aborda la conexión mente-cuerpo, proporcionando herramientas para superar excusas, cambiar mentalidades y gestionar emociones.



## Módulo 2: Microbiota intestinal



Explora la microbiota intestinal, desde la digestión hasta la relación dieta-microbiota, incluyendo aspectos como acidez y estreñimiento.

## Módulo 3: Salud intestinal-mental

Destaca la conexión entre salud intestinal y mental, presentando un protocolo digestivo para abordar enfermedades mentales y desequilibrios.



## Módulo 4: Estrés



Explora el estrés, sus consecuencias y estrategias para gestionarlo, incluyendo técnicas de ondas cerebrales y adaptógenos.

## Módulo 5: Duerme

Centrado en la importancia del sueño, aborda problemas relacionados y ofrece consejos para mejorar el descanso.



## Módulo 6: Nervio vago

Enfocado en el nervio vago, cubre estímulos, respiración, meditación y ejercicio para potenciar su impacto en el bienestar.



## Módulo 7: Detox



Explora la desintoxicación desde contaminantes hasta tóxicos en el hogar, proporcionando un protocolo en dos partes para purificar el cuerpo.

Para acceder a esta certificación

**Habla con tu consultor  
educativo ndeFi**

CERTIFICACIÓN  
**BIENESTAR FÍSICO**