



E-book

# 3 herramientas para automatizar tu consulta de nutrición en 2025 (y ahorrar horas cada semana)



 @vilboplanner  info@vilboplanner.com

# Introducción 🚀

El tiempo es uno de los recursos **más valiosos para cualquier nutricionista**. Con el aumento en la demanda de atención personalizada, la gestión de consultas, seguimientos y planes nutricionales puede volverse abrumadora. Afortunadamente, hoy existen herramientas digitales que **permiten automatizar tareas repetitivas**, reducir el margen de error y liberar tiempo para enfocarte en lo que realmente importa: tus pacientes.

Este E-book te presenta **tres herramientas clave** para automatizar distintos aspectos de tu consulta en 2025. Con estas soluciones, podrás **escalar tu práctica**, atender más pacientes, y mejorar la experiencia de cada uno, **sin trabajar más horas**.



# 01

## Notion: Gestión de pacientes, contenido y tareas en un solo lugar

Notion es una herramienta de organización todoterreno que puedes adaptar para manejar tu consulta como un verdadero sistema.

- **Crea fichas digitales** de cada paciente con historial, planes previos, seguimiento y observaciones.
- **Diseña tu base de datos** de contenido nutricional: recetas, posts de Instagram, emails, ideas para talleres.
- **Organiza tus tareas diarias**, semanales y mensuales con tableros visuales tipo kanban.
- **Comparte archivos** directamente con tus pacientes, desde fichas educativas hasta menús o eBooks.



### Tip práctico

Usa plantillas de fichas que puedas duplicar con un clic para cada nuevo paciente.

Así mantienes la información ordenada sin perder tiempo en rediseñar cada vez.

# 02

## Calendly + Google Calendar: Agenda automatizada sin intercambio de mensajes

Olvidate del ida y vuelta para agendar una hora. Con herramientas como Calendly, puedes automatizar la reserva de horas de consulta según tu disponibilidad.

- Integración con Google Calendar para evitar conflictos de horario.
- Enlace compartible para que el paciente elija la hora disponible según su conveniencia.
- Recordatorios automáticos por correo y SMS, que reducen ausencias.
- Opciones de pago integradas, si cobras antes de confirmar la cita.

### Tip práctico

Configura diferentes tipos de reuniones (primera consulta, control, seguimiento) con duraciones y preguntas personalizadas para cada una. Así recoges información previa sin necesidad de escribir nada manualmente.



# 03

## Vilboplanner (obvio 😊): Planificación de pautas automática y personalizable

Vilboplanner es un software creado especialmente para nutricionistas que necesitan generar pautas de alimentación de manera rápida y personalizada.

- **Automatiza el cálculo de requerimientos calóricos y macronutrientes**, con posibilidad de ajustes según patologías, actividad física y preferencias alimentarias.
- **Agrega recetas en minutos**, con combinaciones validadas y equilibradas nutricionalmente, de acuerdo a tu planificación
- **Actualizaciones constantes y soporte en español** orientado a la realidad latinoamericana.



### Tip práctico

Dedica un solo día de la semana para cargar los datos de todos tus pacientes nuevos y planificar sus pautas con Vilboplanner. Puedes dejar las siguientes 3 semanas listas en minutos.



## Recuerda

Automatizar tu consulta **no significa deshumanizarla**. Por el contrario, te permite **liberar tiempo para brindar una atención más cercana y enfocada**. Implementar herramientas como Notion, Calendly y Vilboplanner te ayudará a organizar mejor tu consulta, reducir el agotamiento y **mejorar la experiencia de tus pacientes**.

Empieza por **una herramienta a la vez**, pruébala durante una semana y ajusta tu flujo de trabajo. Verás cómo en poco tiempo estarás trabajando **más rápido, con menos esfuerzo y más impacto**.

***¡El futuro de la consulta nutricional ya está aquí!***

### Aviso legal

Este eBook es un material gratuito y original de Vilboplanner. Su contenido está protegido por derechos de autor y su reproducción, distribución, copia o venta sin autorización expresa está estrictamente prohibida. Cualquier intento de plagio, falsificación o comercialización indebida derivará en las acciones legales correspondientes. Respetemos el trabajo original y fomentemos el acceso a información de calidad de manera ética y profesional.