

1. Curso de Aprendizaje sobre la Salud Mental, Emocional y Física

52 videos audiovisuales en plataforma e-learning. 1 video por semana. 20 minutos aprox.

Salud Mental – Autoestima Colombiana – Autoestima – Autocuidado – Autosabotaje – Autocontrol – Poder del Lenguaje – Hablemos Dinero – Ser Productivo – Comunicación Asertiva - Disciplina

2. Cuadernillo de Autoanálisis

M1	M2	M3	M4	M5	M6	M7	M8	M9	M10	M11	M12
3. Monedas Saludables: Acumulación por uso de recursos disponibles para descuentos en productos y servicios.											
4. Equipo de Consultoría: Seguimiento <u>KPI Autocuidado</u> Uso Reportes Resultados Preparación Coordinación.											
5. Agendamiento de cita virtual para resolver inquietudes sobre contenido del curso.											
6. Mi edad BODYTECH – Virtual guiada.						12. Productividad EF-EK					
7. Autoestima SOYYYYO				Resultados – Avance				Resultados – Avance			
8. Clasificación del riesgo en salud											
9. App BODYTECH – Prime						Plantillas de entrenamiento y nutrición de acuerdo con nivel, objetivos, edad, género y condición física.					
10. Nutrición virtual											
11. Dr. BODYTECH Respuestas médicas sobre nutrición, rehabilitación y entrenamiento.											



Activación sujeta a clasificación: riesgo bajo y medio, inmediato; riesgo alto requiere de consulta o telemedicina.