Publicado en 00652 el 10/02/2014

# [Reconciliate con tu peso](http://www.notasdeprensa.es)

## El libro taller ideal para tomar el control de tu sobrepeso

 (San Juan de Puerto Rico)-La autora Otis Rutinel relanza este 2014 su famoso libro titulado: “Reconcíliate con tu peso”. El cual consiste en una guía para obtener el control de tu peso mediante la auto aceptación, utilizando la programación neurolingüística para obtención de resultados. Combinando las estrategias del Coaching con el PNL busca llevar al lector mediante un proceso dirigido a crear conciencia de la necesidad de un cambio, para que entonces pueda realizar cambios reales a beneficio de su salud física y emocional. En este la autora expone el sobrepeso  como un problema de salud a trabajar desde la mente y el interior del ser . Desarrollando una conciencia de la importancia de cuidarse.Para que estos cambios de programación cognitva lo lleve a una transformación física. Brinda una estructura , consejos de belleza y motivación. Rutinel es una experimentada Master Coach, Asesora de Imagen Personal, certificada como Coach para bajar de peso, que ofrece sus servicios internacionalmente, impactando el mercado anglosajón y latino. Fundó Mimisma Imagen Personal, una corporación enfocada en fortalecer la imagen personal y profesional de sus clientes. La empresa ofrece sus servicios en Estados Unidos, Republica Dominicana y Puerto Rico. Es también directora In Plus Magazine, revista dedicada a la comunidad con sobrepeso, directora del Miss Image Plus Puerto Rico, creadora del grupo de apoyo motivacional "Para Ti Gordita" También es miembro de la Asociación de Consultores de Imagen en los Estados Unidos, AICI y del grupo Mujer Empresaria de Hoy. Es productora del Puerto Rico Plus Week, evento dedicado a la comunidad plus, contando con prestigiosos diseñadores. Imparte Seminarios y Conferencias en Estados Unidos, Puerto Rico y República Dominicana. Actualmente se encuentra desarrollando nuevos proyectos para la Fundación Yo Me Amo  , institución sin fines de lucro cuyo objetivo es ayudar a las personas con baja autoestima , sobre peso y que desean un cambio en sus vidas. Para mayor información puede llamar al: (787) 464-9173/ (407) 569-7403 info@otisrutinel.com www.otisrutinel.com

**Datos de contacto:**

Mimisma Imagen Personal, Corp.

Relaciones Públicas

(407) 569-7403

Nota de prensa publicada en: [https://www.mexicopress.com.mx/reconciliate-con-tu-peso](http://www.notasdeprensa.es/educalivecom-disfruta-de-cursos-presenciales-y-clases-particulares-a-traves-de-internet)

Categorías: Nutrición



[**http://www.mexicopress.com.mx**](http://www.notasdeprensa.es)