MyNutrack Coach

GUÍA DEL COACH

Te damos la bienvenida a MyNutrack Coach

Tu guía para acompañar a tus clientes, desde el registro hasta el seguimiento nutricional.



Versión 1.1

3 de noviembre de 2026

mynutrack.site/guide

Tus 5 primeros pasos

Síguelos en orden: en una tarde, tu primer cliente recibe su plan.

1 **Crea tu cuenta de Coach**
Cinco pasos en la app, con el certificado incluido. página 5

2 **Consigue la aprobación y activa tu cuenta**
Nuestro equipo lo revisa y después activas tu espacio. página 10

3 **Crea tu primer alimento y tu primera comida**
Tu recetario y, después, una comida reutilizable. página 18

4 **Crea tu primer plan de nutrición**
Comidas repartidas en 1 a 28 días. página 24

5 **Invita a tu primer cliente**
Con el correo de su cuenta de MyNutrack. página 37

Índice

01 Descubre MyNutrack Coach 4

02 Registro de coach 5

03 Aprobación y activación 10

04 Entiende el panel 14

05 Crea tu primer alimento 18

06 Crea tu primera comida 21

07 Crea tu primer plan de nutrición 24

08 Gestiona a tus clientes 34

09 Invita a un cliente y paga 37

10 Gestiona las suscripciones 40

11 Canales y comunicación 43

12 Sigue a tus clientes 51

13 Perfil, ajustes y soporte 59

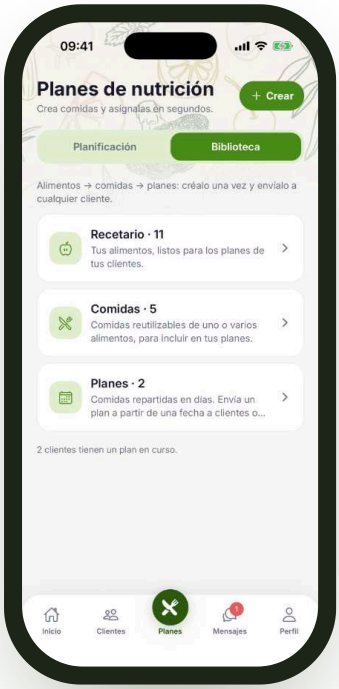
? Preguntas frecuentes 60

01

Descubre MyNutrack Coach

MyNutrack Coach es tu espacio para acompañar a tus clientes: preparas sus comidas y planes, ellos los reciben en su app MyNutrack y tú ves lo que comen de verdad.

Coach → Alimentos → Comidas → Planes → Clientes → Seguimiento



1 Lo que puedes hacer

Todo funciona en la app MyNutrack (pestaña Coach) o en el Espacio Coach web, con la misma cuenta.

Alimento
Un ingrediente de tu recetario: un alimento de la base de datos de MyNutrack o uno propio con sus valores.

Comida
Una combinación de alimentos y cantidades que puedes reutilizar tantas veces como quieras.

Plan
Comidas repartidas en días (de 1 a 28) y enviadas a partir de una fecha de inicio.

Cliente
Un usuario de MyNutrack que ha aceptado tu invitación. Ve tus comidas en su pantalla de inicio.

Seguimiento
Lo que tus clientes comen, se saltan o cambian, su peso y sus mensajes.

2 El vínculo entre tu cliente y tú

Tu cliente conserva su propia cuenta y su diario; al aceptar tu invitación, te permite ver sus calorías y macros diarios, la evolución de su peso y las comidas que le planificas.

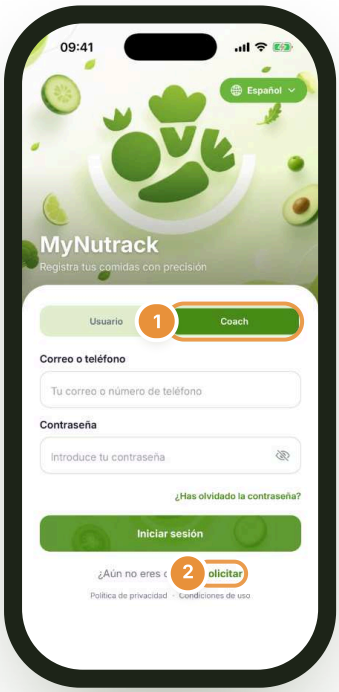
1. Envías una comida o un plan: aparece en la pantalla de inicio de tu cliente.
2. Tu cliente marca cada comida: «Marcar como comida», «He comido otra cosa» o «Saltar esta comida».
3. Ves el resultado y hablas con tu cliente por mensajes.

Consejo · Tu cliente puede dejar a su coach en cualquier momento; su diario sigue siendo suyo.

02

Registro de coach

Te registras en la app MyNutrack, en cinco pasos. También puedes solicitarlo con tu cuenta de MyNutrack actual: Ajustes → «Hazte coach».



1 Abre el registro de coach

En la pantalla de inicio de sesión, elige la pestaña Coach y después «Solicitar».

1. Abre la app MyNutrack.
2. Toca la pestaña «Coach».
3. Toca «Solicitar», debajo de «¿Aún no eres coach?».

1. Pestaña Coach
2. Enlace «Solicitar»

Consejo · ¿Ya usas MyNutrack? Solicítalo desde Ajustes → «Hazte coach»: tu diario y tus datos no cambian.



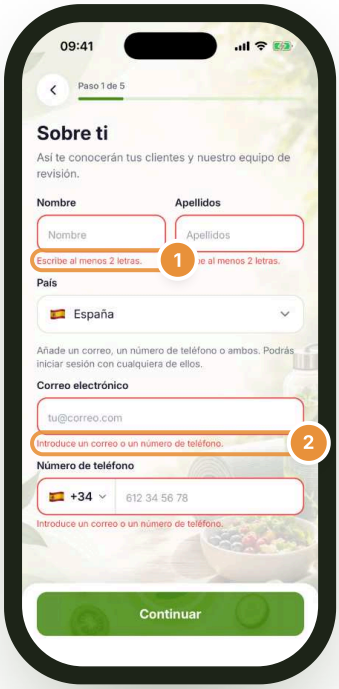
2 Paso 1: Sobre ti

Escribe tu nombre y al menos una forma de iniciar sesión: correo, teléfono o ambos.

1. Paso actual de 5
2. Tu país: determina el prefijo telefónico
3. Correo o teléfono: al menos uno de los dos
4. Ir al paso siguiente

CAMPO	FORMATO
Nombre Obligatorio Tu nombre, tal como te conocen tus clientes.	De 2 a 80 caracteres
Apellidos Obligatorio Tus apellidos.	De 2 a 80 caracteres
País Obligatorio Tu país; el prefijo telefónico se adapta a él.	Se sugiere según tu ubicación; puedes cambiarlo
Correo Opcional Donde recibes la guía y las novedades sobre tu solicitud.	Dirección de correo válida
Número de teléfono Opcional También sirve para iniciar sesión.	Prefijo elegido de la lista y después el número, p. ej. 555 12 34 56

Consejo · Añade un correo: ahí te enviamos la guía en PDF y la respuesta a tu solicitud.



3 Si un campo se pone en rojo

Cada paso se comprueba antes de pasar al siguiente; el mensaje bajo el campo indica qué corregir.

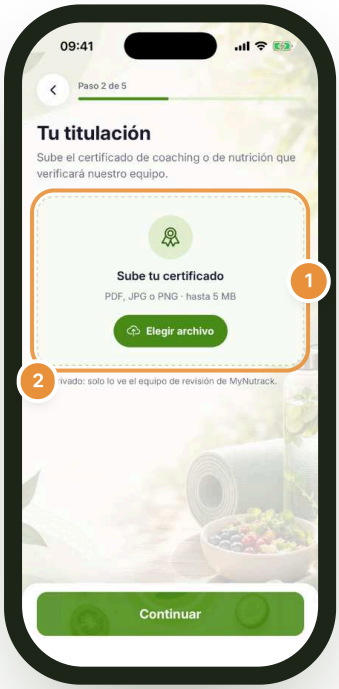
1. Nombre demasiado corto
2. Ni correo ni teléfono

«Escribe al menos 2 letras.»
Nombre o apellidos demasiado cortos.

«Introduce un correo o un número de teléfono.»
Hace falta al menos uno de los dos.

«Introduce un número de teléfono válido.»
Comprueba el número y el prefijo elegido a su lado.

«Ya hay una cuenta con este correo o número de teléfono.»
Inicia sesión con esa cuenta o solicítalo desde Ajustes → «Hazte coach».



4 Paso 2: Tu certificación

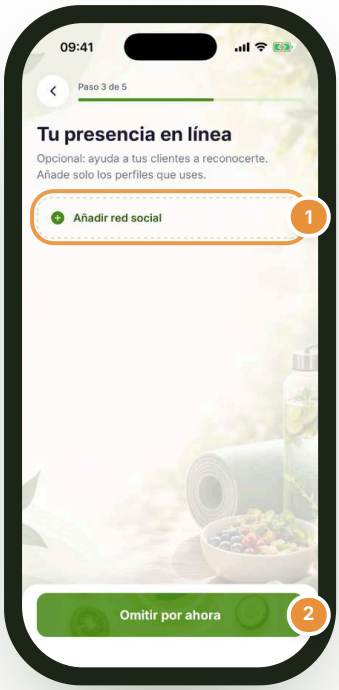
Sube el certificado de coaching o nutrición que revisará nuestro equipo.

1. Toca «Elegir archivo».
2. «Hacer una foto», «Elegir de la galería» o «Buscar en archivos».
3. Comprueba la vista previa («Listo») y toca «Continuar».

1. «Elegir archivo»: haz una foto, usa la galería o tus archivos
2. Solo lo ve el equipo de revisión

CAMPO	FORMATO
Certificado Obligatorio Tu diploma o certificado de coaching o nutrición.	PDF, JPG o PNG · hasta 5 MB

Consejo · Tu certificado es privado: solo lo ve el equipo de revisión de MyNutrack.



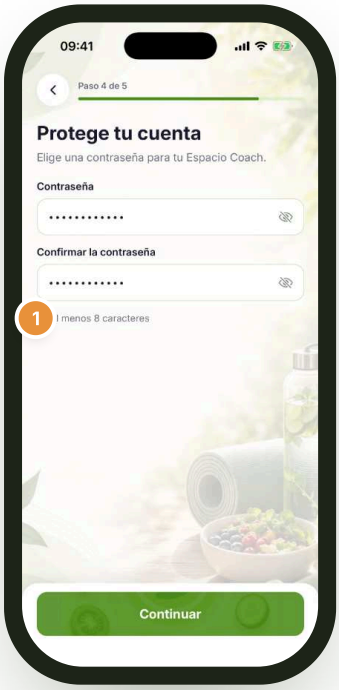
5 Paso 3: Tu presencia en línea

Opcional: añade tus perfiles de Instagram, Facebook o TikTok para que los clientes te reconozcan.

1. «Añadir red social»
2. Nada que añadir: «Omitir por ahora»

CAMPO	FORMATO
Red social Opcional Tu nombre de usuario (@nombre) o el enlace al perfil.	Instagram, Facebook, TikTok · un perfil por red

Consejo · Puedes añadir o cambiar tus perfiles más adelante: Perfil → «Editar perfil».

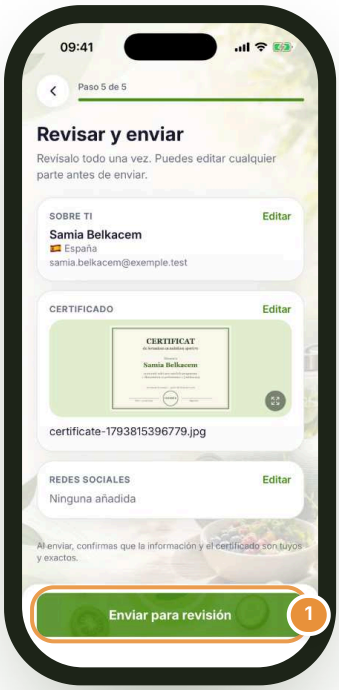


6 Paso 4: Protege tu cuenta

Elige la contraseña de tu Espacio Coach y confírmala.

1. Se marca en cuanto la contraseña tiene 8 caracteres

CAMPO	FORMATO
Contraseña Obligatorio Protege a tus clientes y sus datos.	Al menos 8 caracteres
Confirmar contraseña Obligatorio La misma contraseña otra vez.	Igual que la contraseña

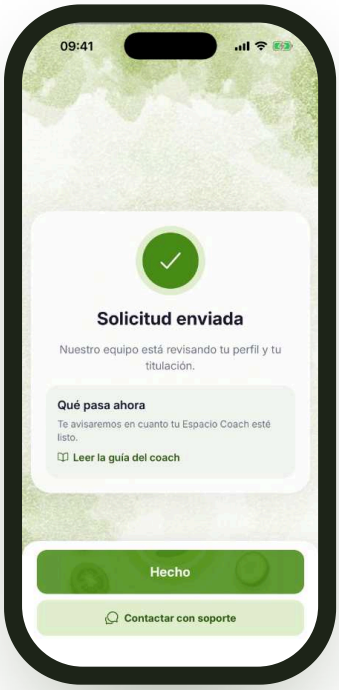


7 Paso 5: Revisa y envía

Comprueba tus datos; «Editar» te lleva a cada parte. Toca «Enviar para revisión».

1. «Enviar para revisión»

> **Consejo** · Al enviarlo, confirmas que la información y el certificado son tuyos y exactos.



8 Solicitud enviada

Tu perfil y tu certificación pasan a revisión; recibes esta guía por correo.

1. Toca «Hecho» para seguir tu solicitud.
2. ¿Alguna pregunta? «Contactar con soporte».

03

Aprobación y activación

Nuestro equipo revisa a cada coach a mano. Una vez aprobada tu solicitud, una activación única abre tu Espacio Coach.



1 Las etapas de tu cuenta

Tu estado aparece en la app y en el Espacio Coach web; «Comprobar el estado» lo actualiza.

1. Etapa actual
2. Actualizar el estado
3. Escribir al equipo

En revisión
Solicitud recibida: nuestro equipo revisa tu certificado y tu perfil.

Activación pendiente
Solicitud aprobada: aún tienes que activar tu cuenta. La web muestra «Activa tu cuenta de Coach».

Pago en verificación
Pago enviado: lo estamos confirmando (CCP: revisión manual).

Tu cuenta de Coach está activa
Tu Espacio Coach está abierto. La activación no se vuelve a pedir.

No aprobada
Solicitud rechazada: lee la nota del equipo de revisión y contacta con soporte.

Suspendida
Espacio en pausa por decisión del equipo: contacta con soporte.



2 Después de la aprobación

Recibes una notificación y un correo: tu solicitud está aprobada y solo queda la activación.

1. Revisión terminada
2. Siguiente paso: activación

3 Activa tu cuenta (1999 DA, pago único)

Inicia sesión en el Espacio Coach web con el mismo correo y la misma contraseña, y elige cómo pagar.

1. Abre mynutrack.site/es/space/coach e inicia sesión.
2. Elige «Tarjeta CIB», «Tarjeta EDAHABIA» o «Transferencia CCP».
3. Toca «Pagar 1999 DA».

1. Solicitud aprobada
2. Pago único
3. Formas de pago

Consejo · Los pagos con tarjeta se hacen en la página segura de Chargily Pay; pagas exactamente 1999 DA.



4 Pagar por CCP

Envía exactamente el importe indicado a la cuenta que se muestra y escribe la referencia de la transferencia: activamos tu cuenta después de comprobarla.

1. Copia el titular de la cuenta, el número CCP, la clave o el RIP.
2. Paga en la oficina de correos o con BaridiMob.
3. Escribe la «Referencia de la transferencia» y toca «Enviar para verificación».

1 Datos de la cuenta para copiar

Consejo · Una foto del recibo (opcional) nos ayuda a encontrar tu transferencia. Si no podemos verificarla, verás el motivo: corrige la referencia o paga con tarjeta.



5 Confirmación de MyNutrack

Solo la confirmación de MyNutrack activa tu cuenta: la página se actualiza sola y no se te cobrará dos veces.

Pago en verificación
Confirmamos tu pago con el banco o comprobamos tu transferencia CCP.

Pago no completado
No se te ha cobrado: vuelve a intentarlo, elige otra tarjeta o paga por CCP.

Tu cuenta de Coach está activa
¡Te damos la bienvenida! «Abrir mi Espacio Coach».

04

Entiende el panel

Inicio te muestra de un vistazo cómo van tus clientes hoy. Las cifras se actualizan solas en cuanto un cliente registra una comida; desliza la pantalla hacia abajo para refrescarla.

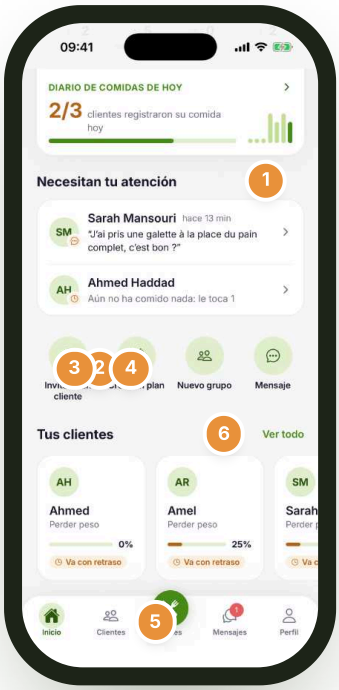


1 Las cifras de hoy

Cada cifra se calcula según el día de cada cliente, en su zona horaria.

1. «clientes activos»: clientes que aceptaron tu invitación y cuyo acceso al coaching está vigente. «necesitan atención»: los que te necesitan (ver más abajo).
2. «Cumplimiento de hoy»: porcentaje de comidas seguidas entre las registradas hoy (hechas según lo previsto o con cambios). El título cuenta los clientes que «Va bien». Toca la tarjeta para abrir la actividad de hoy.
3. «comidas»: comidas marcadas como hechas, según lo previsto o con cambios.
4. «sin registrar»: comidas cuya hora ha pasado (más 2 horas de margen) sin respuesta del cliente. No cuentan como saltadas.
5. «saltadas»: comidas que el cliente marcó como saltadas.
6. «pendientes»: comidas cuya hora aún no ha llegado.
7. «Diario de comidas de hoy»: cuántos clientes registraron sus comidas hoy. Toca la tarjeta para abrir el diario de todos tus clientes (capítulo 12).

Consejo · Con menos de 2 comidas registradas, el porcentaje muestra «—»: aún no hay datos suficientes para que sea justo.



2 Atención necesaria, accesos directos y tus clientes

Más abajo, Inicio muestra los clientes que te necesitan, tus accesos directos y tus clientes del día.

1. «Necesitan tu atención»: hasta 4 clientes, primero los más urgentes; «Ver todo» abre la lista completa. Una nota o una comida saltada abre esa comida; si no, la página del cliente.
2. «Invitar a un cliente»: abre la invitación (capítulo 9).
3. «Crear un plan»: abre la creación de comidas, para incluirlas después en un plan.
4. «Nuevo grupo»: reúne a varios clientes (capítulo 11).
5. «Mensaje»: abre tus conversaciones.
6. «Tus clientes»: una tarjeta por cliente con su progreso de hoy y su estado.

Nota sin responder
El cliente escribió en una comida en los últimos 7 días y espera tu respuesta.

Comida saltada
Una comida saltada hoy.

Ninguna comida hecha
Hay comidas con retraso hoy y no se ha comido nada.

Pocas comidas registradas
Menos de la mitad de las comidas previstas registradas en 7 días (al menos 3 previstas).

Plan a punto de terminar
El plan actual termina en 2 días o menos y no hay nada planificado después.

Nada planificado
Ninguna comida planificada para los próximos 3 días.

Inactivo
No ha abierto la app desde hace 3 días o más.

3 El estado de cada cliente

La etiqueta de cada tarjeta de cliente resume su día.

Todo hecho
Todas las comidas del día están registradas.

Va bien
Las comidas registradas siguen el plan.

Va con retraso
Algunas comidas previstas aún no están registradas.

Necesita atención
El cliente está en la lista «Necesitan tu atención».

Inactivo
No ha abierto la app desde hace varios días.

Sin plan
Ninguna comida planificada hoy.

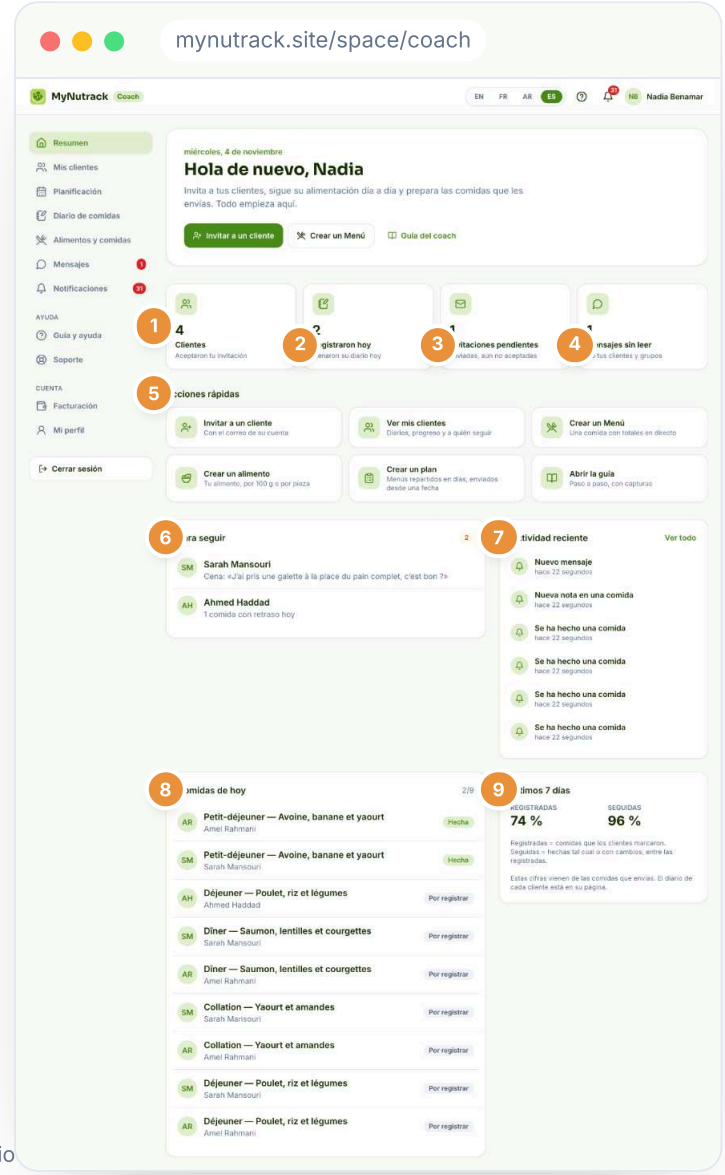
Aún no toca nada
Las comidas de hoy aún no han llegado a su hora.

4 El resumen en la web

En el Espacio Coach web, «Resumen» reúne la misma información, con tus acciones rápidas y la lista completa de comidas de hoy.

1. «Clientes»: clientes que aceptaron tu invitación.
2. «Registraron hoy»: clientes que registraron al menos un alimento hoy.
3. «Invitaciones pendientes»: enviadas y aún sin aceptar.
4. «Mensajes sin leer»: de tus clientes y tus grupos.
5. «Acciones rápidas»: invitar a un cliente, ver tus clientes, crear un alimento o un plan.
6. «Para seguir»: las mismas reglas que en la app.
7. «Actividad reciente»: comidas registradas, notas y mensajes; «Ver todo» abre tus notificaciones.
8. «Comidas de hoy»: cada comida enviada hoy y su respuesta.
9. «Últimos 7 días»: «Registradas» y «Seguidas».

Consejo · El menú de la izquierda lleva a «Mis clientes», «Planificación», «Diario de comidas», «Alimentos y comidas», «Mensajes» y «Notificaciones». La campana de arriba a la derecha también abre tus notificaciones.



05

Crea tu primer alimento

Tu recetario reúne los alimentos que usas en tus comidas: alimentos de la base de datos de MyNutrack o propios, con tus valores.



1 Abre tu recetario

Pestaña Planes → «Biblioteca» → «Recetario».

1. «De MyNutrack»: busca en la base de datos y añade un alimento a tu recetario.
2. «Crear un alimento»: escribe el tuyo.

Consejo · Toca «...» en un alimento para editarlo (si es tuyo), usarlo «En una comida» o quitarlo del recetario. Las comidas ya enviadas lo conservan.



2 Crea tu alimento

Escribe una ración y sus valores nutricionales, y después una descripción (o díctala) o una foto.

CAMPO	FORMATO
Título Obligatorio El nombre que verán tus clientes, p. ej. «Tortita de avena casera».	De 2 a 120 caracteres
Ración Obligatorio La cantidad a la que se refieren tus valores, y su unidad.	g, ml, pieza o ración
Calorías (kcal) Obligatorio La energía de esta ración.	Número, de 0 a 5000
Proteínas (g) Obligatorio Para esta ración.	Número, de 0 a 500
Carbohidratos (g) Obligatorio Para esta ración.	Número, de 0 a 500
Grasas (g) Obligatorio Para esta ración.	Número, de 0 a 500
Fibra, Azúcar (g) Opcional «Añadir fibra y azúcar» para escribirlos.	El azúcar no puede superar a los carbohidratos
Descripción o foto Obligatorio Qué contiene, cantidades, cocción... El micrófono «Hablar» escribe lo que dices.	Al menos uno de los dos

3 Valores por ración, no por 100 g

Escribes los valores de la ración que has definido; MyNutrack los convierte para cualquier otra cantidad.

Ejemplo
Tortita de avena casera, ración de 80 g: 187 kcal, 5,7 g de proteínas, 36,2 g de carbohidratos, 2,7 g de grasas.

En una comida
160 g de esta tortita cuentan como 374 kcal (dos raciones).

Pieza o ración
Los valores son los de una pieza; 2 piezas cuentan el doble.

Consejo · Si las calorías no cuadran con los macros (4 kcal por gramo de proteínas o carbohidratos, 9 por gramo de grasas), la app te avisa: revisa tus cifras antes de guardar.

4 Guardar

Toca «Guardar en mi recetario»: el alimento queda listo para tus comidas, marcado como tuyo.

«Rellena la ración, las calorías, las proteínas, los carbohidratos y las grasas.»
Hay un campo obligatorio vacío.

«El azúcar no puede superar a los carbohidratos.»
Corrige el azúcar o los carbohidratos.

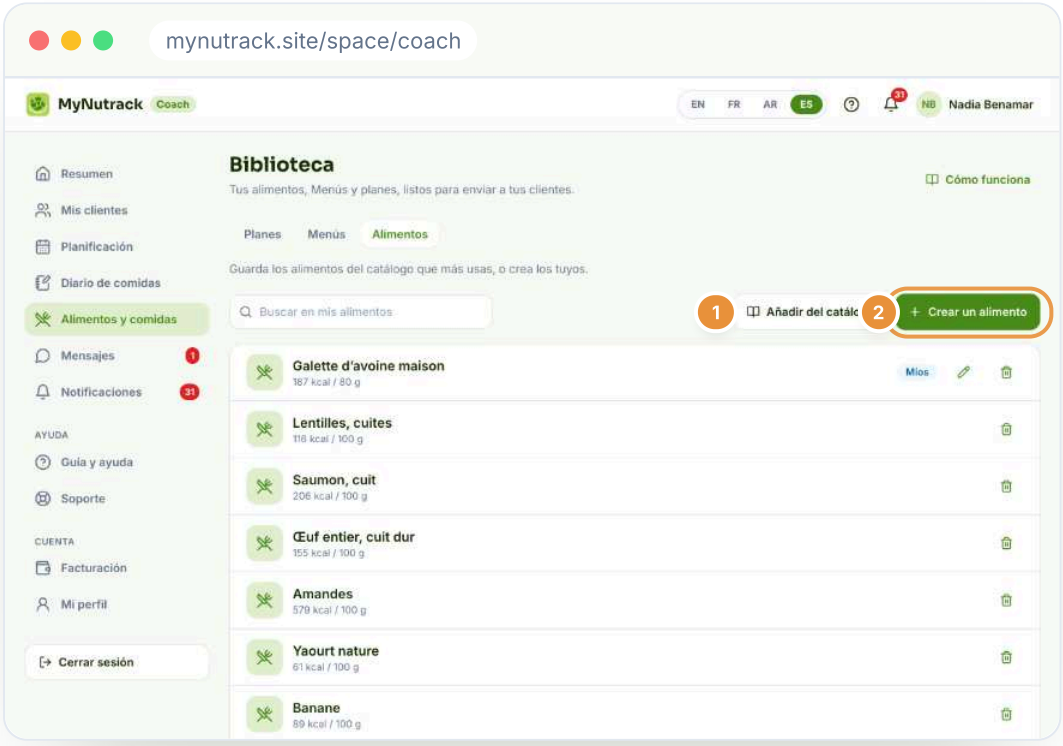
«Las proteínas, los carbohidratos y las grasas pesan más que la ración.»
En una ración en g o ml, los macros no pueden pesar más que la ración.

«Añade una descripción o una foto.»
Hace falta al menos una de las dos.

5 En la web

«Alimentos y comidas» → pestaña «Alimentos»: «Añadir del catálogo» o «Crear un alimento», con los mismos campos.

1. Buscar en la base de datos de MyNutrack
2. Crear tu alimento



06

Crea tu primera comida

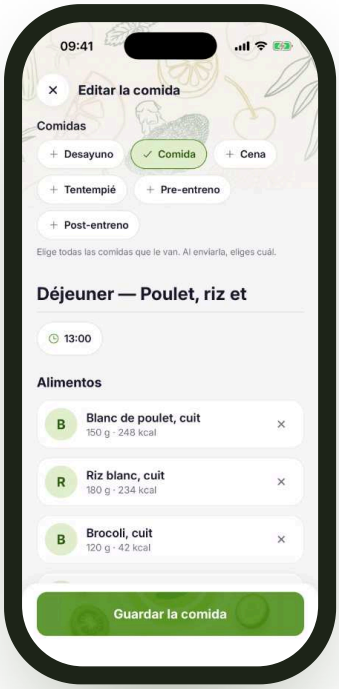
Un alimento es un ingrediente; una comida es una combinación de alimentos con sus cantidades. La creas una vez y la envías tantas veces como quieras.



1 Abre tus comidas

Pestaña Planes → «Biblioteca» → «Comidas» y después «Nueva comida».

Consejo · En cada comida: «Editar», y «...» para duplicarla o eliminarla. Una comida usada en un plan debe quitarse antes del plan.



2 Compón la comida

Ejemplo: «Almuerzo: pollo, arroz y verduras», 150 g de pollo, 180 g de arroz cocido, 120 g de brócoli y 5 g de aceite de oliva.

CAMPO	FORMATO
Nombre de la comida Obligatorio Lo que leerán tus clientes.	De 2 a 150 caracteres
Tipo de comida Obligatorio Desayuno, almuerzo, cena, tentempié, antes o después del entrenamiento.	—
Hora de la comida Opcional Cuándo debe tomarla el cliente, o «A cualquier hora».	—
Alimentos Obligatorio «De mi recetario» o «Buscar en todos los alimentos», y después cada cantidad.	De 1 a 50 alimentos
Raciones Obligatorio Cuántas raciones salen de estas cantidades; la app muestra las kcal de una ración.	1 por defecto
Preparación Opcional «Añadir instrucciones de preparación»: un paso por línea.	—

Consejo · Las calorías y los macros se calculan a partir de los alimentos y las cantidades: no tienes que sumar nada.

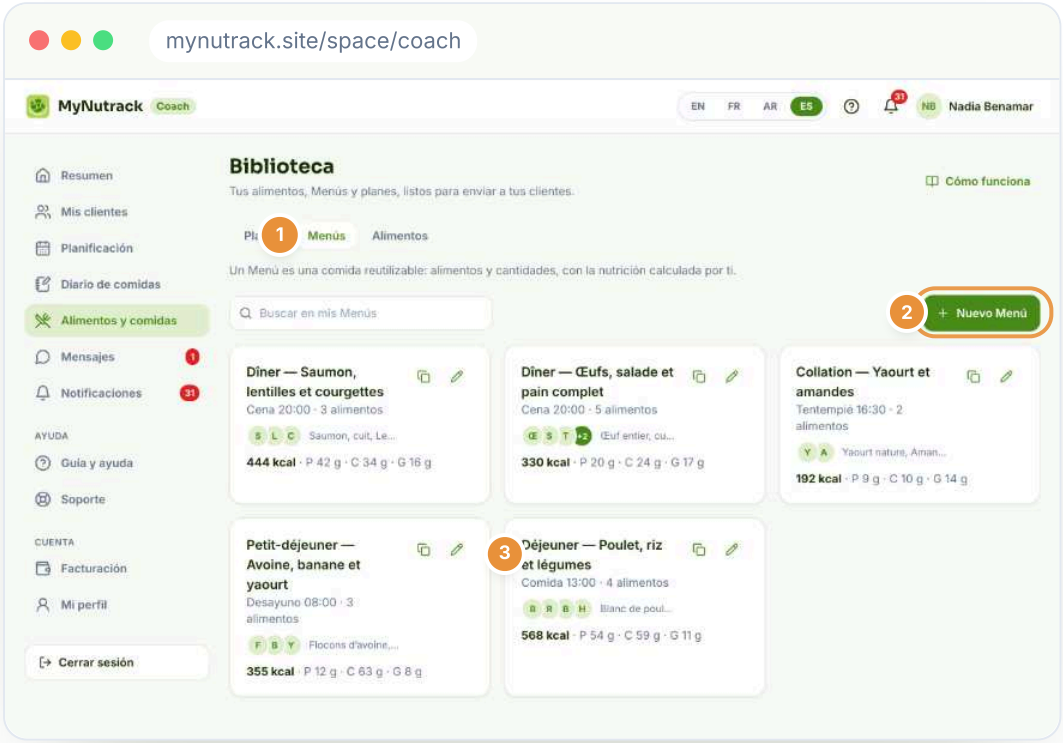
3 Guardar

«Guardar la comida» la almacena en tus comidas; «Guardar y planificar» te propone enviarla a continuación.

4 En la web

«Alimentos y comidas» → pestaña «Menús» → «Nuevo Menú»: nombre, comida, hora, raciones, alimentos y preparación.

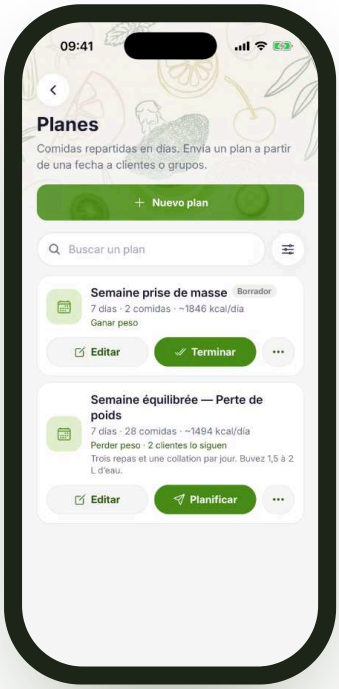
1. Pestaña Menús
2. Crear una comida
3. Una comida guardada, con sus kcal y macros



07

Crea tu primer plan de nutrición

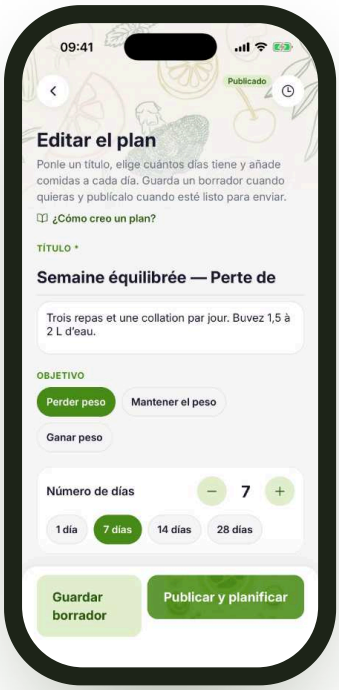
Un plan reparte tus comidas en días (de 1 a 28). Lo envías a partir de una fecha de inicio a uno o varios clientes; cada día se convierte en sus comidas con fecha.



1 Abre tus planes

Pestaña Planes → «Biblioteca» → «Planes» y después «Nuevo plan».

Consejo · Filtra por estado (Borrador, Publicado), objetivo o duración para encontrar un plan.



2 Ponle título, objetivo y duración

Ejemplo: una semana de 7 días para perder peso.

CAMPO	FORMATO
Título Obligatorio El nombre del plan, p. ej. «Semana de definición».	De 2 a 120 caracteres
Descripción Opcional Objetivo, consejos para el cliente...	2000 caracteres como máximo
Objetivo Opcional «Perder peso», «Mantener el peso» o «Ganar peso»; te ayuda a encontrar el plan.	—
Número de días Obligatorio Accesos directos 1, 7, 14 o 28 días, o «+» / «–».	De 1 a 28 días

3 Añade comidas a cada día

En cada «Día», toca «Añadir una comida» y elige una de tus comidas (o crea una).

1. Toca una comida del día para cambiar sus raciones, su hora o su nota de ese día.
2. «Copiar el día» copia un día en los otros días que elijas.
3. Mueve o copia una comida a otros días desde su menú.

Consejo · «Media por día planificado» muestra las calorías y los macros del plan. Son las calorías del plan, no el objetivo diario del cliente.



4 Borrador o publicado

«Guardar borrador» guarda sin enviar nada; «Publicar» deja el plan listo para enviar; «Publicar y planificar» pasa directamente al envío.

Borrador

Se puede editar libremente, no se puede enviar.

Publicado

Listo para enviar. Cada publicación conserva una versión («Historial de versiones»).

Actualizar a los clientes

Si hay clientes siguiendo el plan, MyNutrack propone «Actualizar su plan» a partir de mañana. Hoy y las comidas ya registradas no cambian.

5 Envía el plan a tus clientes

Elige clientes o grupos y la fecha de inicio: el día 1 del plan cae en esa fecha.

1. Elige la «Fecha de inicio».
2. Marca grupos o clientes.
3. «Revisar» y después «Enviar».

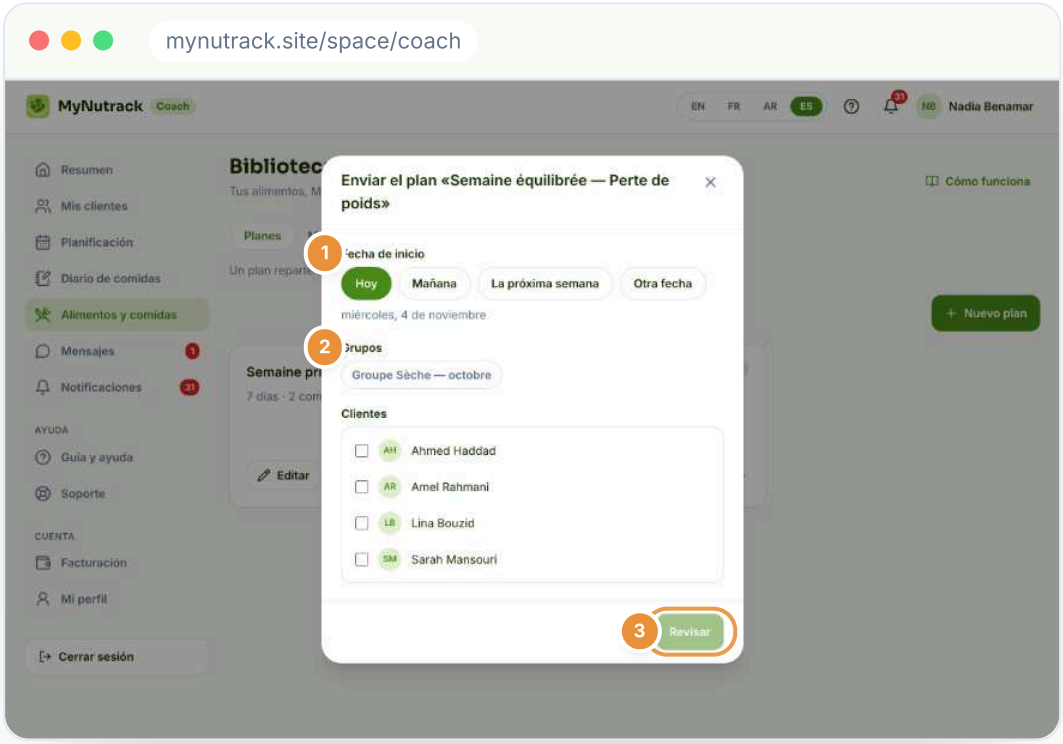
1. «Hoy», «Mañana», «La próxima semana» u «Otra fecha»
2. Todos los miembros de un grupo a la vez
3. «Revisar» muestra el resumen antes de enviar

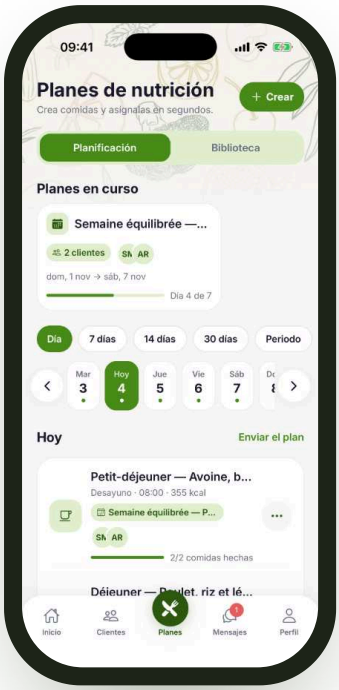
Omitir estos huecos
Ya hay una comida en ese hueco: se conserva y no se envía nada en esa fecha.

Reemplazar
Reemplaza las comidas existentes; se conservan las ya registradas o comentadas.

Añadir también
Mantiene ambas comidas en el hueco.

Consejo · Para un solo cliente, abre su página y toca «Enviar el plan».





6 Planificación

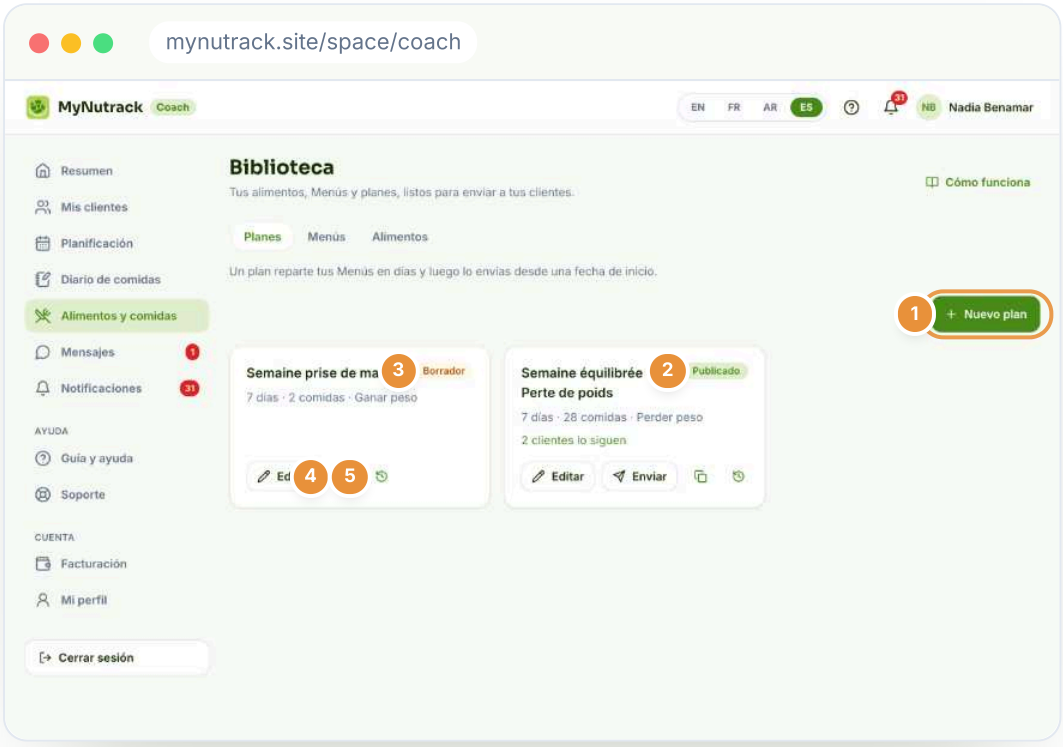
Pestaña Planes → «Planificación»: las comidas que enviaste, día a día, con lo que cada cliente ya ha registrado.

Consejo · Toca «...» en una comida planificada para editarla, copiarla a otros días o eliminarla. Las comidas ya hechas, saltadas o comentadas se quedan con el cliente.

7 Tus planes en la web

«Alimentos y comidas» se abre en la pestaña «Planes»: cada plan con su estado y cuántos clientes lo siguen.

1. «Nuevo plan»
2. «Publicado»: listo para enviar («Enviar»).
3. «Borrador»: aún no se puede enviar.
4. «Duplicar»: una copia para adaptar.
5. «Historial de versiones»

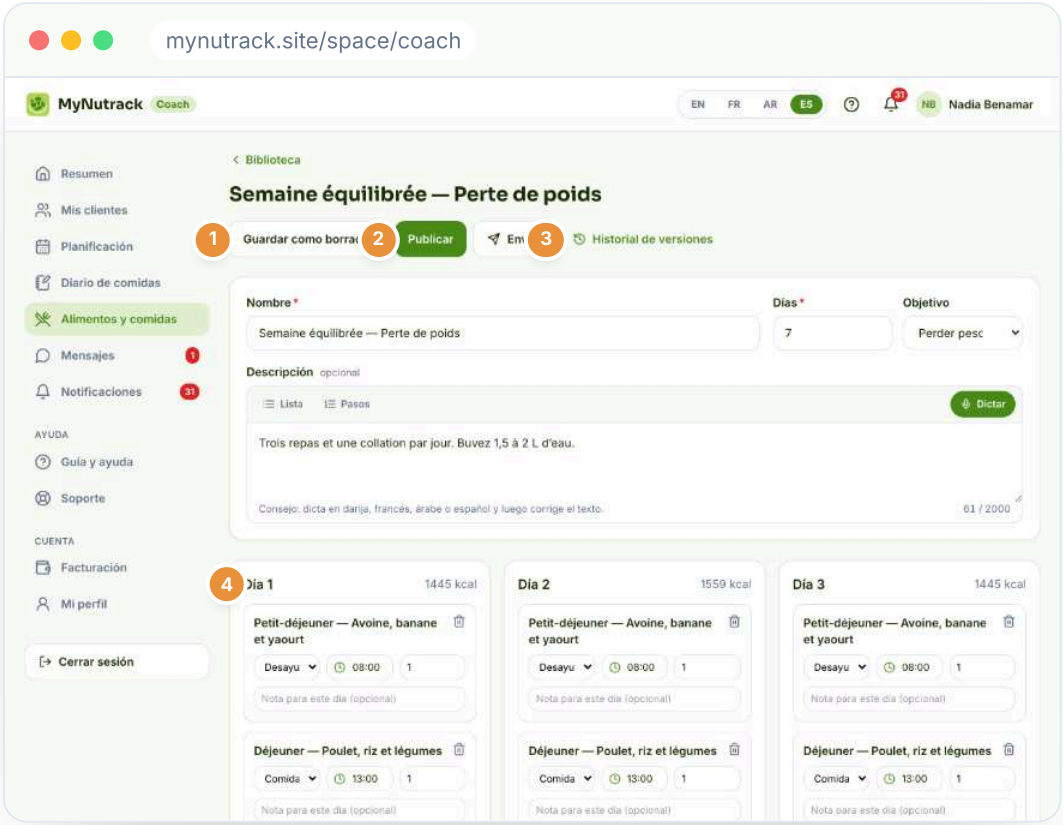


8 El editor de planes en la web

Nombre, número de días, objetivo y descripción (que puedes dictar), y después las comidas, la hora, las raciones y una nota para cada día.

1. «Guardar como borrador»
2. «Publicar»: actualiza a los clientes que ya siguen el plan, a partir de mañana.
3. «Historial de versiones»
4. Cada día: sus comidas, su hora, sus raciones y una nota para ese día.

Consejo · Desde la página de un cliente, «Editar el plan» abre el mismo editor: después eliges si los cambios se aplican a todos los clientes del plan o solo a este.

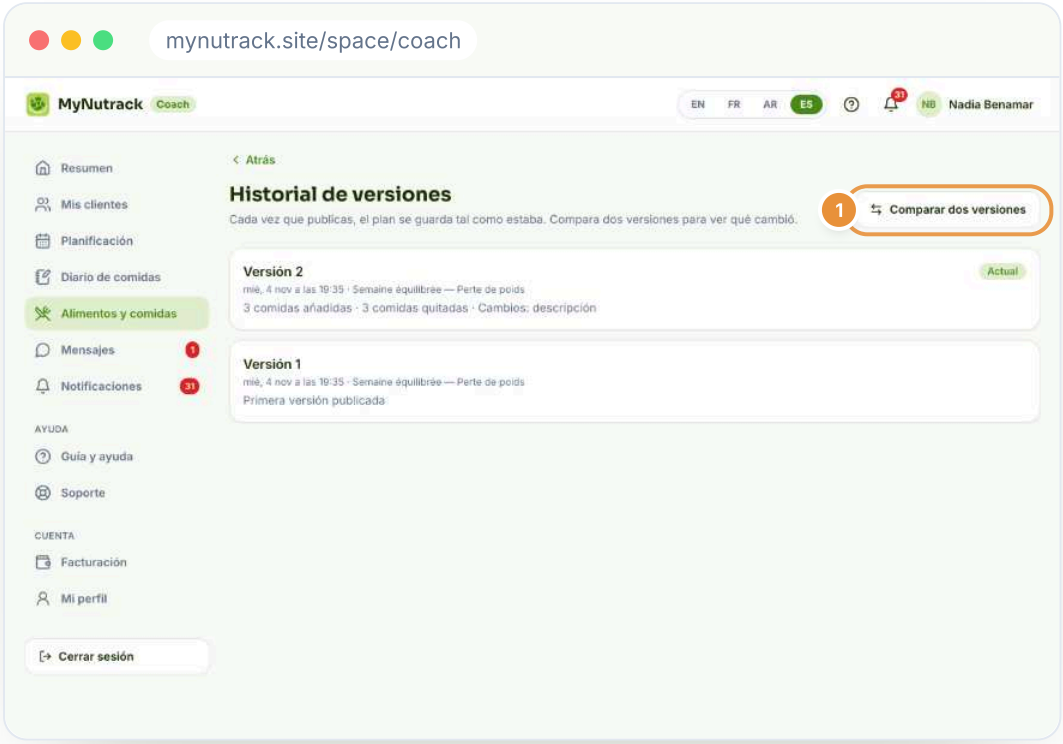


9 Historial de versiones

Cada vez que publicas, el plan se conserva tal como estaba; compara dos versiones para ver las comidas añadidas, quitadas o cambiadas.

1. «Comparar dos versiones»: elige la más antigua y después la más reciente.

Consejo · En la app: abre el plan y después el icono del reloj en la parte superior de la pantalla.

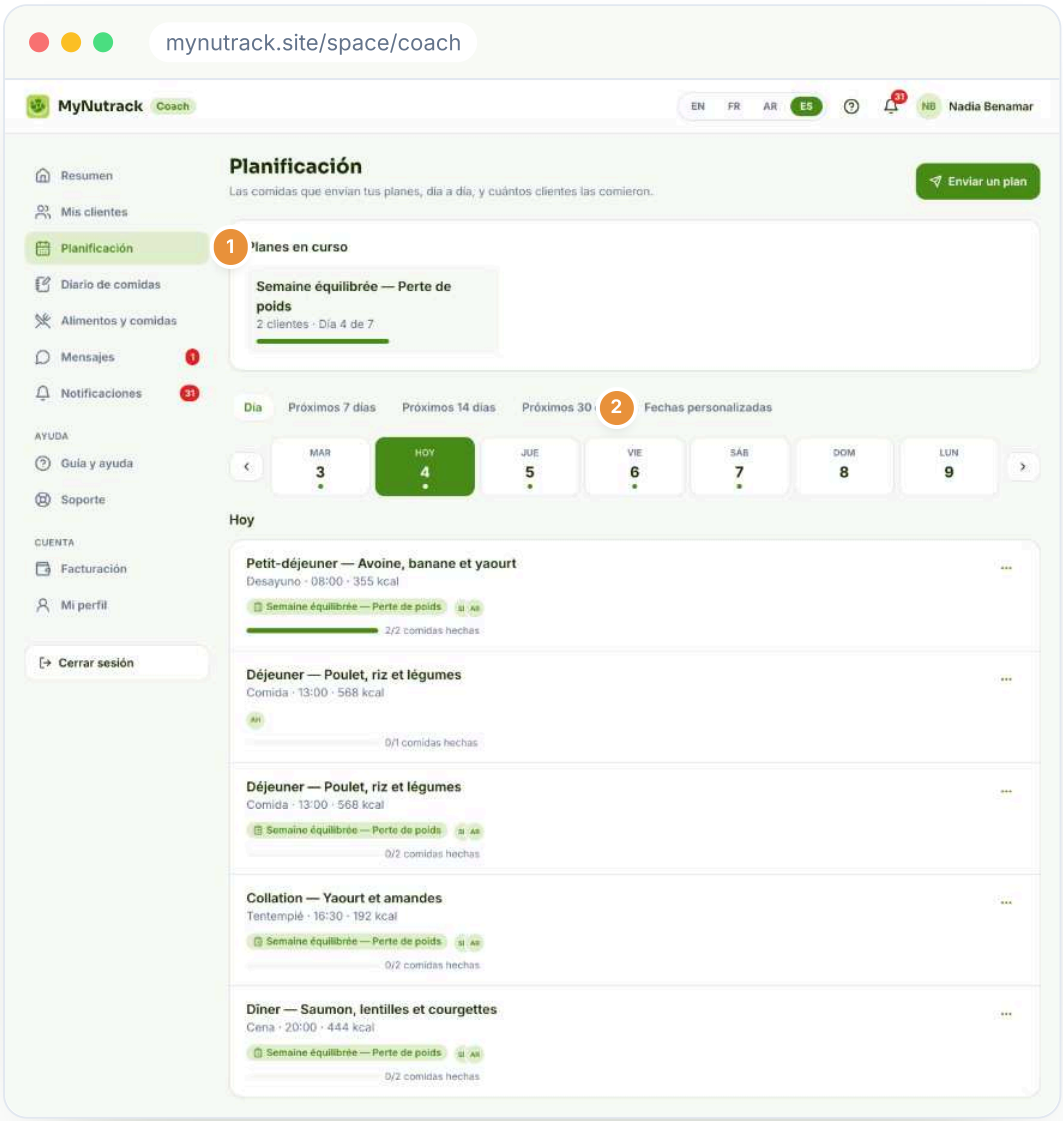


10 La planificación en la web

«Planificación»: tus planes en curso y, después, las comidas enviadas día a día y cuántos clientes las tomaron.

1. «Planes en curso»: día del plan y número de clientes.
2. Periodo: un día de la semana, los próximos 7, 14 o 30 días, o «Fechas personalizadas».

Consejo · El menú «...» de una comida permite editarla, eliminarla ese día o eliminar toda la serie. Las comidas ya registradas se quedan con el cliente.

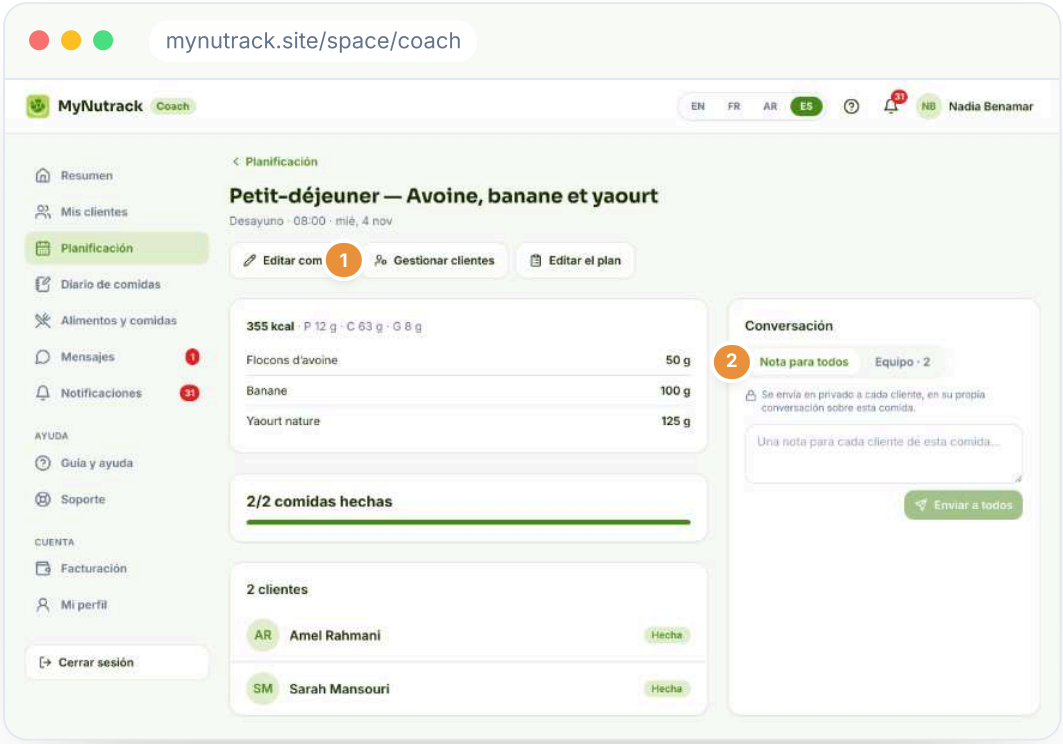


11 La página de una comida enviada

Haz clic en una comida de la Planificación: sus alimentos, cuántos clientes la tomaron y cada cliente con su respuesta.

1. «Gestionar clientes»: añade o quita clientes de esta comida.
2. «Nota para todos»: una nota enviada en privado a cada cliente; la pestaña «Equipo» es la conversación compartida de la comida.

Consejo · «Editar comida» cambia la comida para todos los clientes que la recibieron; quienes ya la registraron conservan lo que comieron.





12

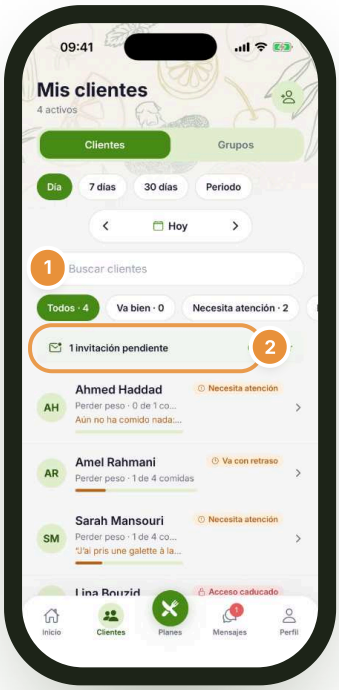
Una comida enviada, en la app

Pestaña Planes → «Planificación» → toca una comida: sus clientes, su respuesta y la conversación de la comida.

08

Gestiona a tus clientes

La pestaña Clientes reúne a tus clientes, tus invitaciones pendientes y tus grupos.



1 Tu lista de clientes

Busca un cliente, filtra («Todos», «Necesita atención», «Inactivo»...) y abre su página.

1. Buscar por nombre
2. Invitaciones aún sin aceptar

2 De cuenta de MyNutrack a cliente activo

Un cliente pasa por estos estados; solo cambia la etiqueta.

1. «Invitar a un cliente»
2. «Grupos»: tus grupos de clientes (capítulo 11).
3. Buscar por nombre
4. Filtros: «Registraron hoy», «Sin registrar 3+ días», «Para seguir», «Acceso por renovar».
5. «Invitaciones pendientes»: puedes cancelar una invitación hasta que se acepte.

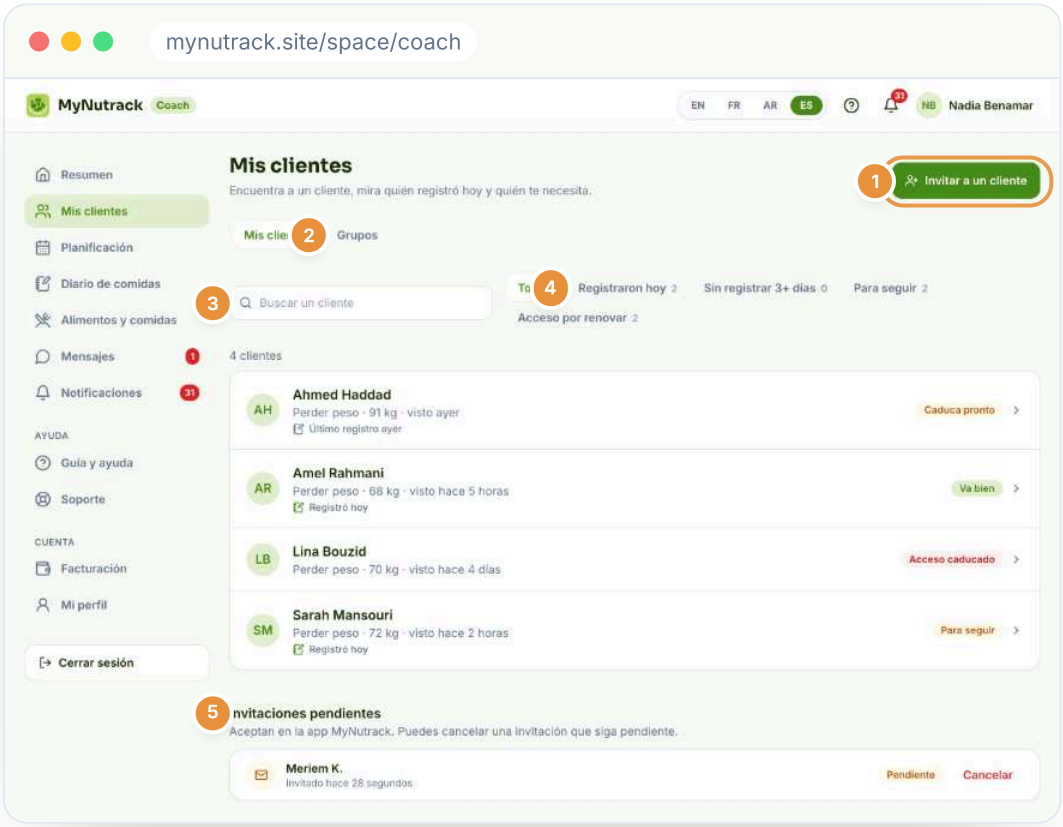
Usuario de MyNutrack
Alguien con una cuenta de MyNutrack. Invitas al correo de esa cuenta.

Invitado
Tu invitación le espera en su app («Invitaciones pendientes»). Puedes cancelarla.

Invitación aceptada
Aparece entre tus clientes: ves su diario y puedes enviarle comidas.

Cliente activo
Su acceso al coaching está vigente («Activo», o «Caduca pronto» 3 días antes del final).

Acceso caducado
El mes de acceso ha terminado: su diario, sus comidas y el chat quedan bloqueados hasta la renovación.



3 Terminar una relación de coaching

En la página del cliente, «Más» → «Quitar cliente»: se termina el acceso a sus datos de nutrición y sus mensajes.

Consejo · Sus datos se quedan en su cuenta y puedes volver a invitarle más adelante.

09

Invita a un cliente y paga

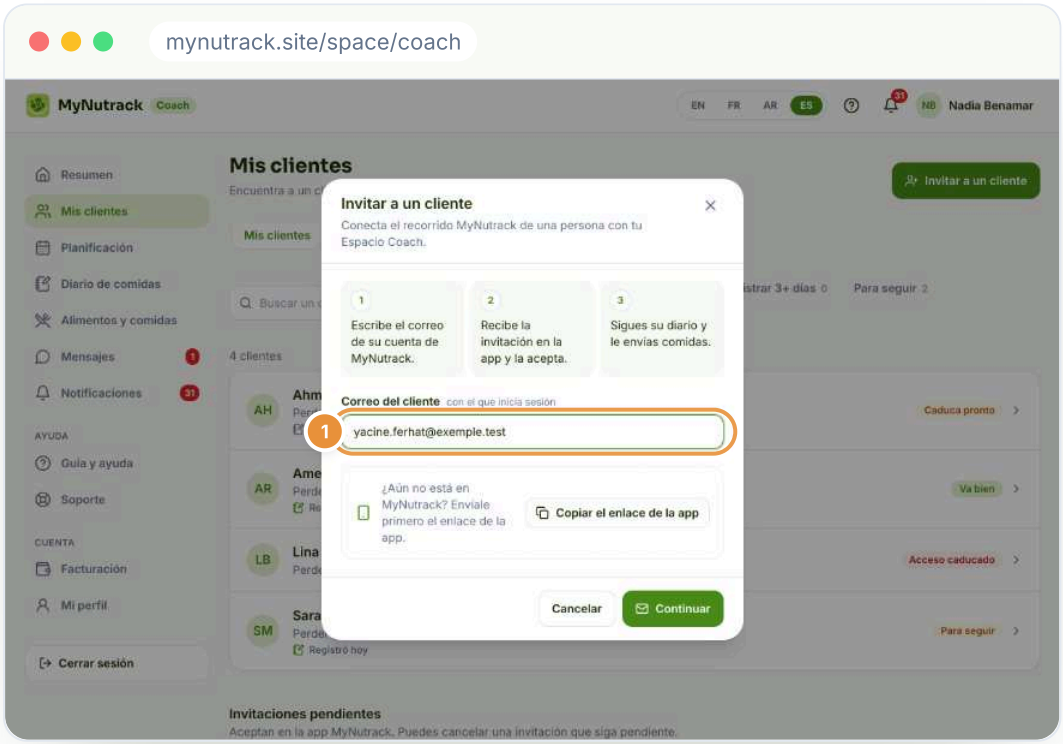
Invitas a alguien con el correo de su cuenta de MyNutrack. Tú pagas su acceso al coaching: 500 DA al mes por cliente.

1 Escribe el correo de su cuenta

Mis clientes → «Invitar a un cliente» y después el correo que usa en MyNutrack.

1. Correo de la cuenta de MyNutrack del cliente

Consejo · «No se encontró ninguna cuenta de MyNutrack»: pídele que cree una cuenta con ese correo y vuelve a invitarle.



2 Paga su primer mes (500 DA)

MyNutrack comprueba que la persona aún no es tu cliente y muestra el mes de acceso que hay que pagar.

1. Elige «Tarjeta CIB», «Tarjeta EDAHABIA» o «Transferencia CCP».
2. Paga 500 DA.
3. Una vez confirmado, la invitación sale sola.

1. Un mes de acceso para este cliente
2. Elige cómo pagar

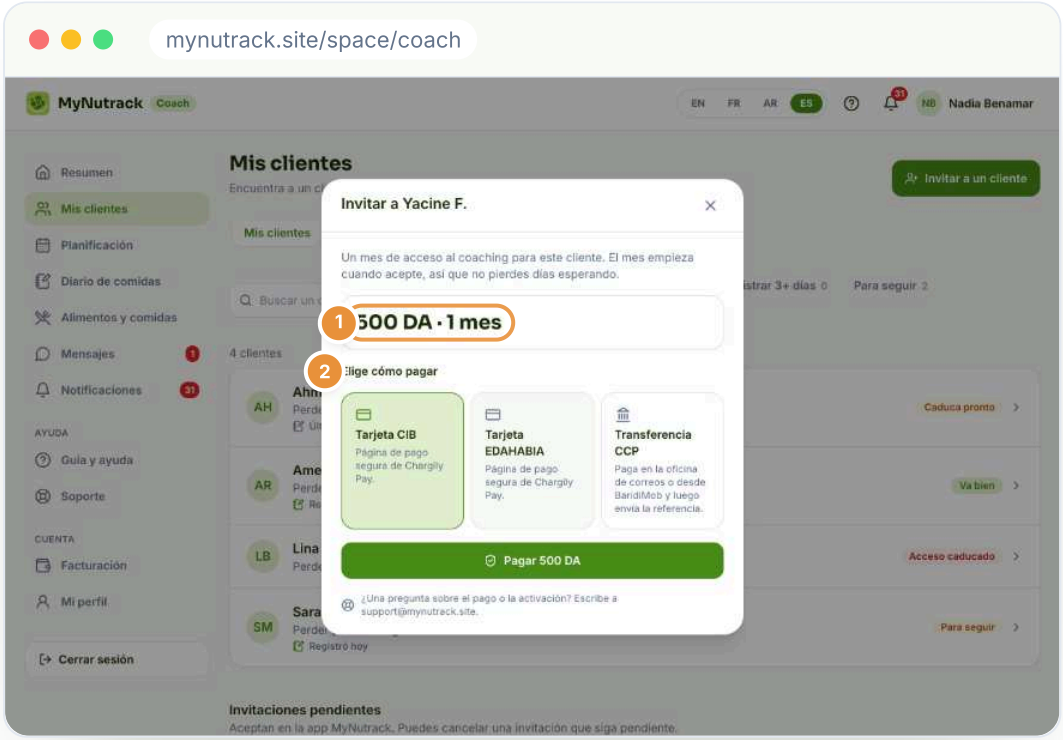
Ya pagado
«Ya está pagado: la invitación se envía gratis.»: ya hay un mes pagado para esta persona.

Ya es cliente
Ya es uno de tus clientes: renueva desde Facturación.

Invitación pendiente
Ya hay una invitación esperándole.

CCP
La invitación sale cuando nuestro equipo ha comprobado tu transferencia.

Consejo · Pagas en el Espacio Coach web. Tú, como coach, pagas el acceso de tu cliente a MyNutrack Coach.



3 Tu cliente acepta

Recibe una notificación «te ha invitado a su Espacio Coach» y ve lo que compartirá antes de aceptar.

1. Toca «Aceptar» (o «Ahora no», «Rechazar»).
2. Aparece en «Mis clientes».
3. Puedes enviarle comidas y planes.

Consejo · Tiene 14 días para aceptar.

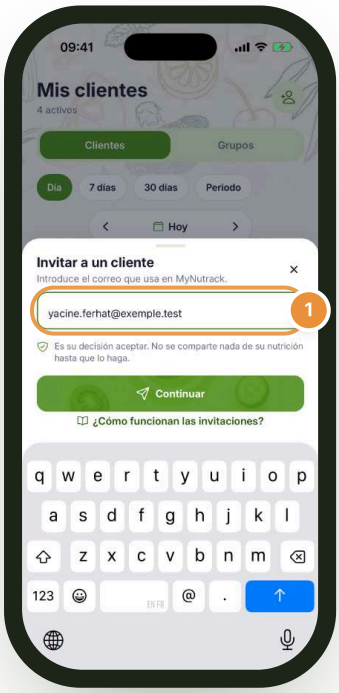
4 ¿Cuándo empieza el mes?

El mes pagado empieza el día que tu cliente acepta: no pierdes días esperando.

Rechaza o no responde a tiempo
El mes pagado queda reservado para esa persona: volver a invitarla es gratis.

Quitas a un cliente
El periodo pagado sigue corriendo: volver a invitarle durante ese periodo es gratis.

Mes natural
Un mes va de una fecha al mismo día del mes siguiente (31 de enero → 28 o 29 de febrero).



5 Desde la app

Clientes → «Invitar a un cliente»: escribe el correo de su cuenta de MyNutrack y toca «Continuar».

1. Correo de la cuenta de MyNutrack

Consejo · Si la app dice que el cliente aún no tiene acceso al coaching, su acceso todavía no está abierto para tu cuenta. «Nuevos clientes en pausa»: por ahora no se pueden añadir clientes nuevos en la app; sigues acompañando a tus clientes actuales.

10

Gestiona las suscripciones

La página «Facturación» reúne tu activación, el acceso de cada cliente y todo lo que has pagado a MyNutrack.

1 La página Facturación

Espacio Coach web → «Facturación» (o Perfil → «Facturación y suscripciones» en la app).

1. Activación pagada una sola vez
2. Una suscripción por cliente: fechas, días restantes, importe pagado
3. «Caduca pronto»: 3 días o menos
4. «Acceso caducado»: hay que renovar
5. Cada pago: fecha, concepto, importe, forma de pago, estado

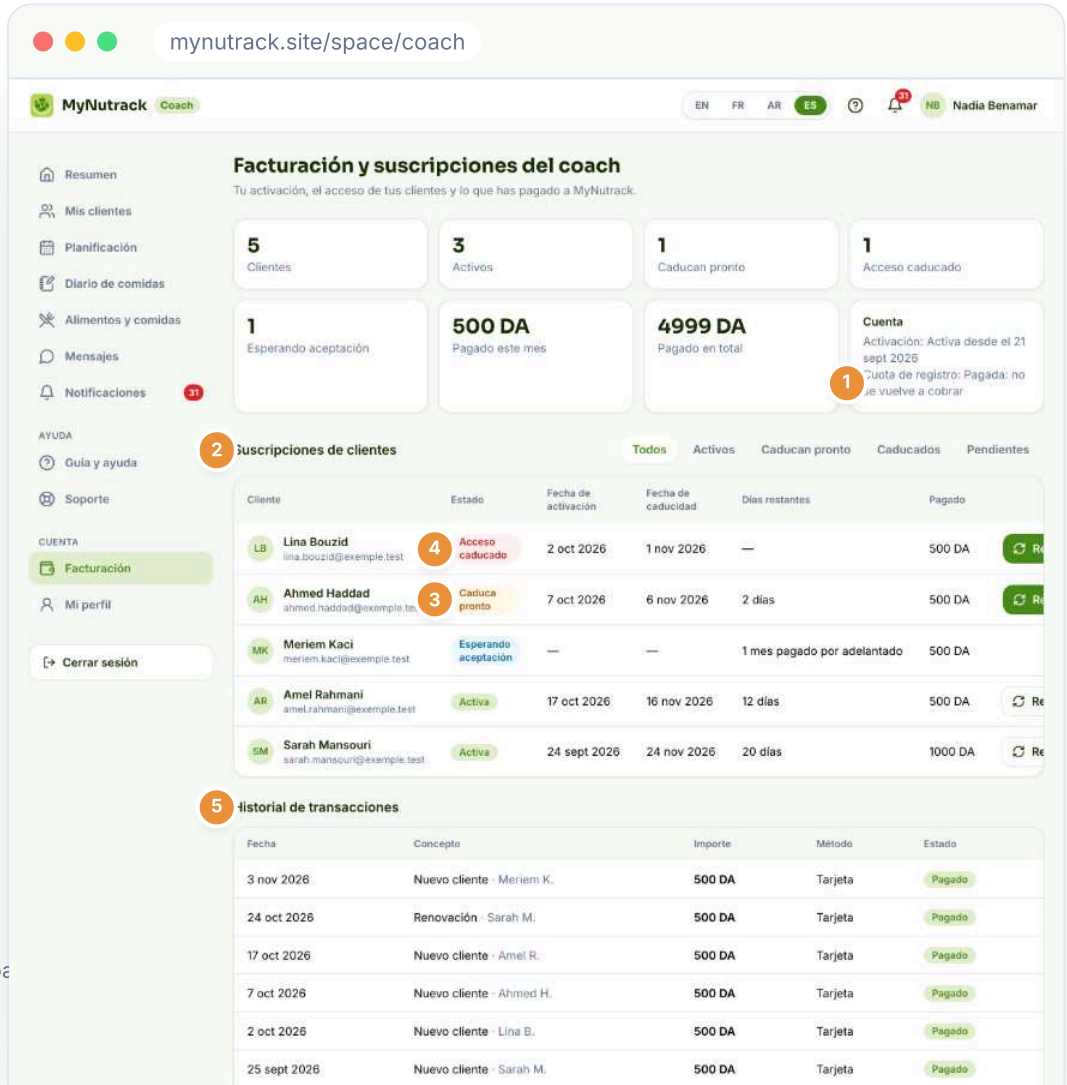
Activo
El acceso al coaching está vigente.

Caduca pronto
Quedan 3 días o menos.

Acceso caducado
La fecha de caducidad ha pasado.

Esperando aceptación
Mes pagado, el cliente aún no ha aceptado.

Pago pendiente
Se ha iniciado un pago que aún no está confirmado.



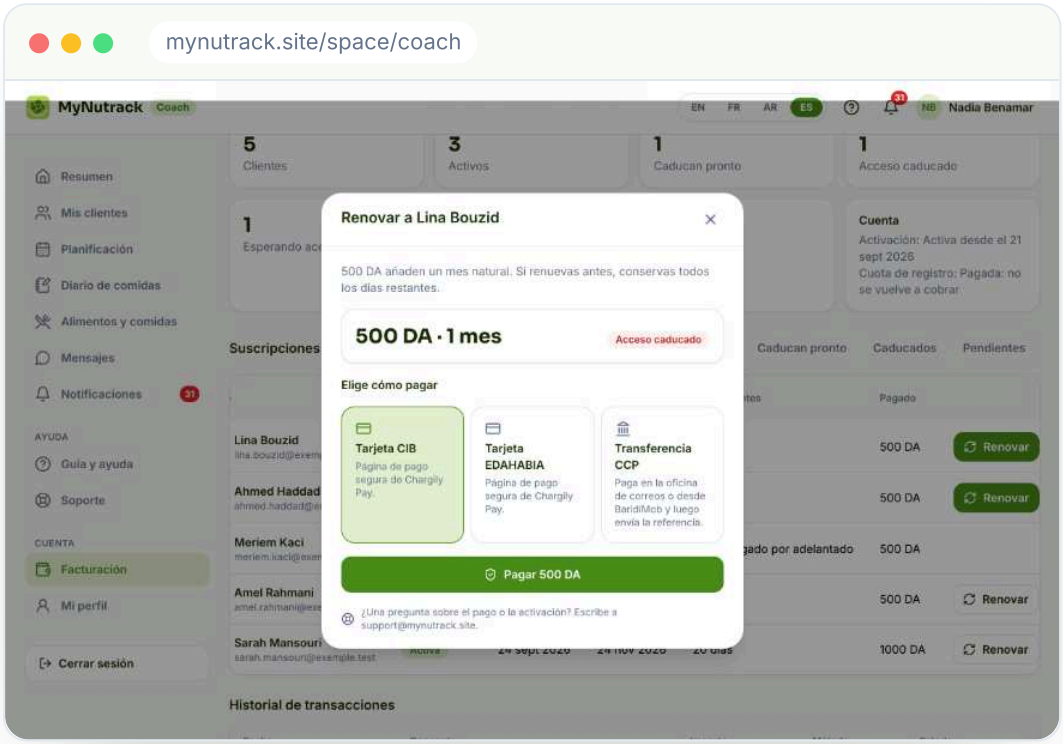
2 Renueva una suscripción

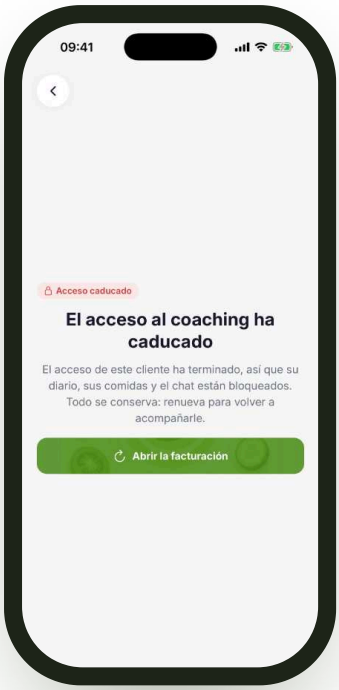
«Renovar» añade un mes natural por 500 DA.

Antes del final
El mes se añade a la fecha de fin: conservas todos los días restantes.

Después de caducar
El nuevo mes empieza el día del pago.

Consejo · MyNutrack te avisa 3 días y 1 día antes del final, y el día de la caducidad.





3 ¿Qué pasa cuando caduca el acceso?

Tras la caducidad, el acceso a las funciones de coaching afectadas se suspende hasta la renovación.

Para ti
El diario, las comidas y el chat de ese cliente quedan bloqueados. Todo se conserva.

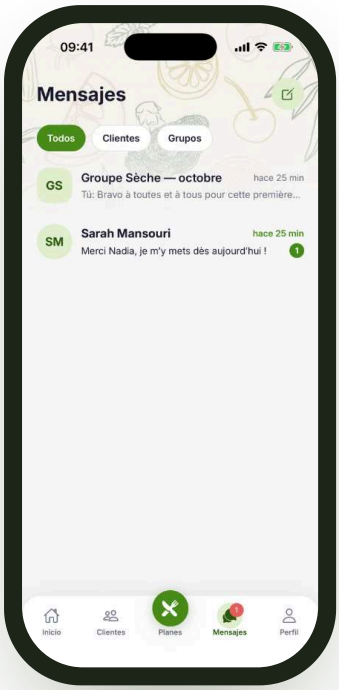
Para tu cliente
Su cuenta de MyNutrack, su diario, sus suscripciones (como Premium) y los alimentos que ya están en su diario siguen intactos.

Tras la renovación
Todo se abre de nuevo enseguida, con el historial incluido.

11

Canales y comunicación

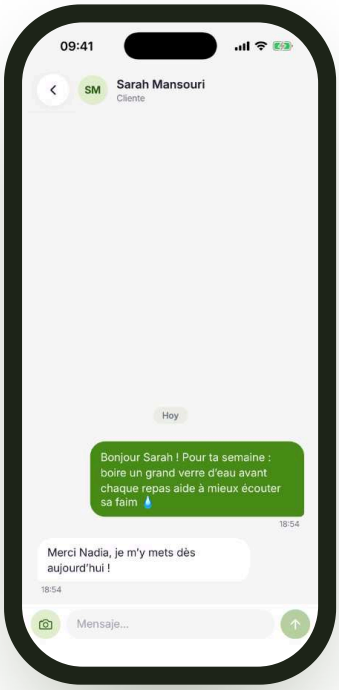
Habla con cada cliente en privado, con un grupo entero o directamente sobre una comida.



1 Tus conversaciones

Pestaña Mensajes: una conversación privada por cliente y un chat por grupo.

Consejo · En la web, «Mensajes» muestra la lista y la conversación una al lado de la otra.



2 Envía un consejo de nutrición

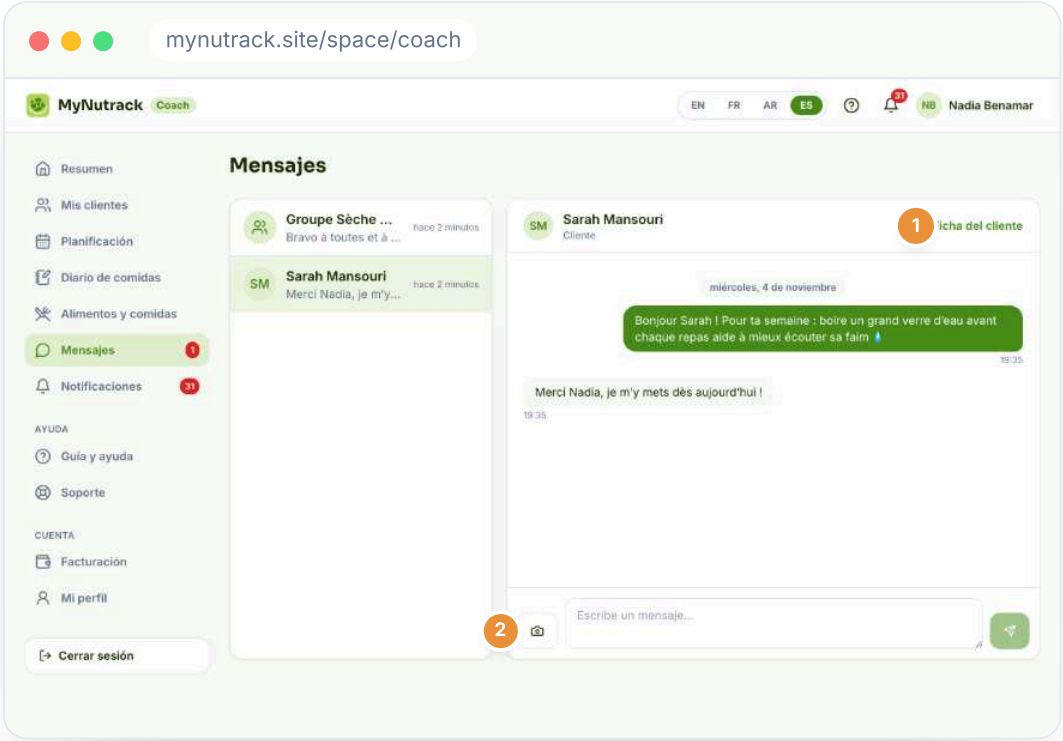
Abre la conversación del cliente, escribe tu consejo y toca «Enviar».

Consejo · Un mensaje que no ha salido muestra «No enviado · toca para reintentar». En un grupo, escribe @ para mencionar a un miembro.

3 Fotos y la ficha del cliente en la web

En una conversación, la cámara envía una imagen con un pie de foto; «Ficha del cliente» abre la página del cliente.

1. «Ficha del cliente»
2. «Enviar una foto»: se muestra una vista previa antes de enviar.



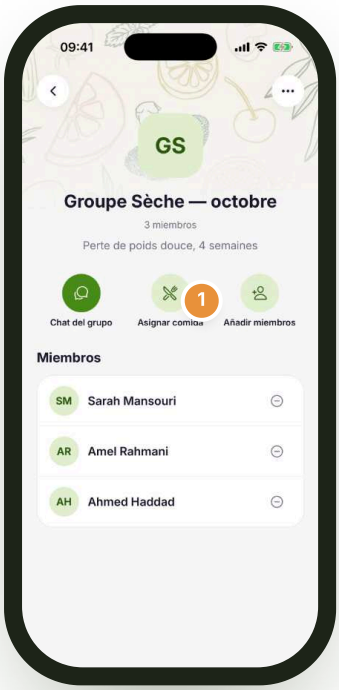


4 Crea un grupo

Reúne a clientes con objetivos parecidos: un nombre, una descripción opcional y después «¿Quién está en el grupo?».

1. Inicio o Clientes → «Nuevo grupo».
2. Ponle nombre (p. ej. «Definición: octubre») y elige a sus miembros.
3. «Crear grupo»: se abre su chat.

> **Consejo** · Envía una comida o un plan a un grupo entero eligiéndolo como destinatario.



5 La página de un grupo, en la app

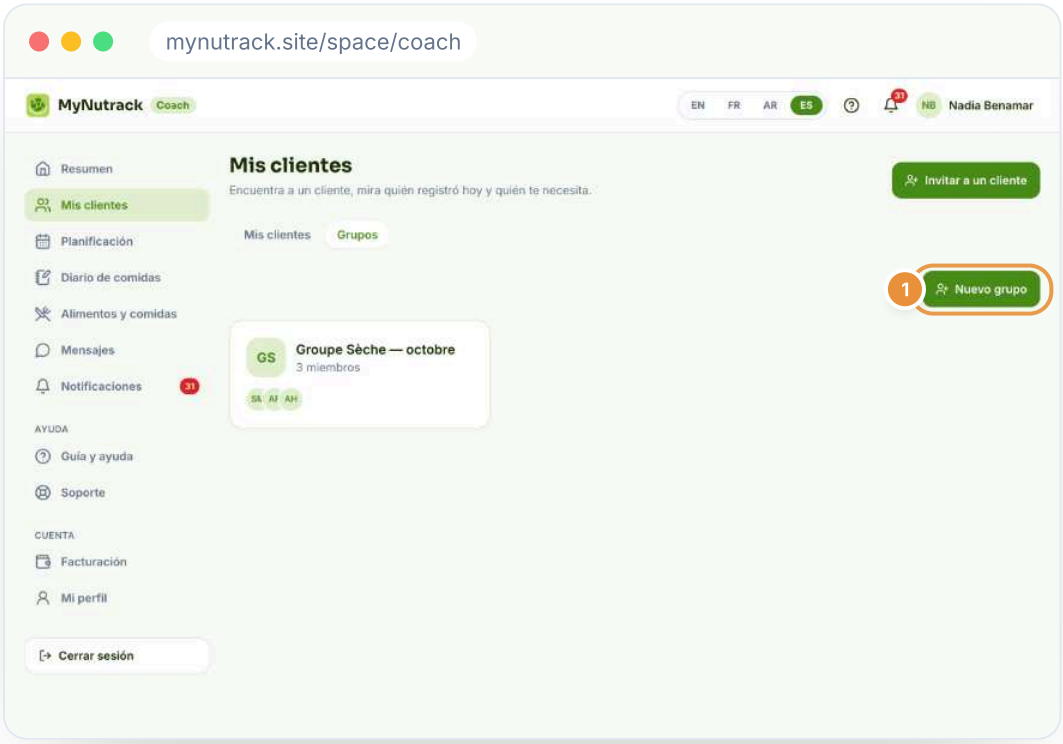
Clientes → «Grupos» → un grupo: sus miembros, su progreso de hoy y el chat.

1. «Añadir miembros»

6 Tus grupos en la web

«Mis clientes» → pestaña «Grupos»: crea un grupo y ábrelo para gestionar a sus miembros.

1. «Nuevo grupo»: un nombre, una descripción opcional y sus miembros.

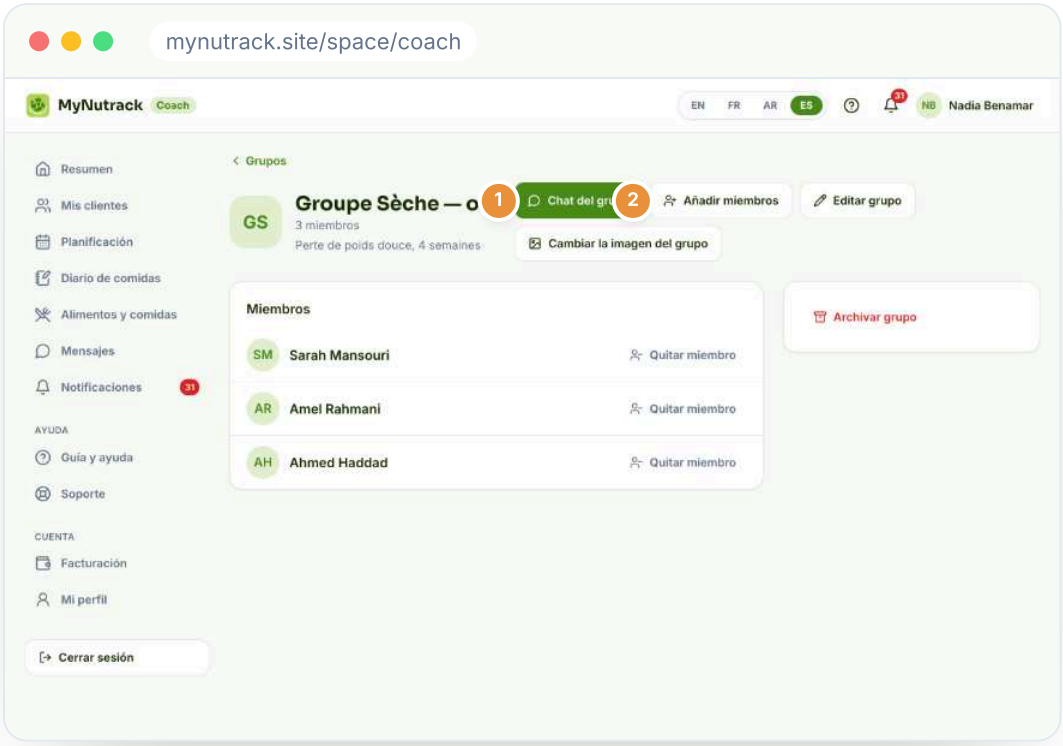


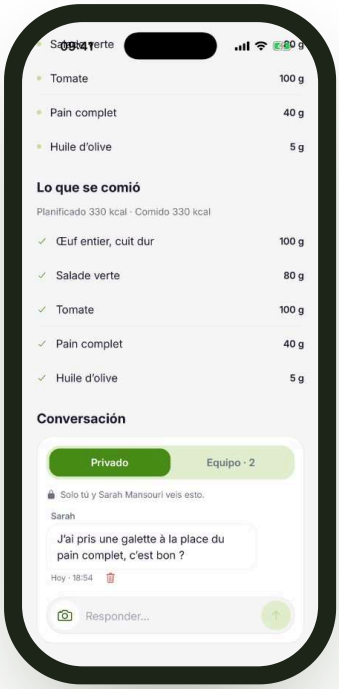
7 La página de un grupo

Sus miembros y el porcentaje de comidas de hoy que tomaron; edita el nombre, la descripción o la imagen del grupo.

1. «Chat del grupo»
2. «Añadir miembros»; quitar a un miembro no lo quita de tus clientes.

Consejo · «Archivar grupo» lo quita de tus grupos; sus mensajes dejan de estar accesibles.





8 Notas y fotos en una comida

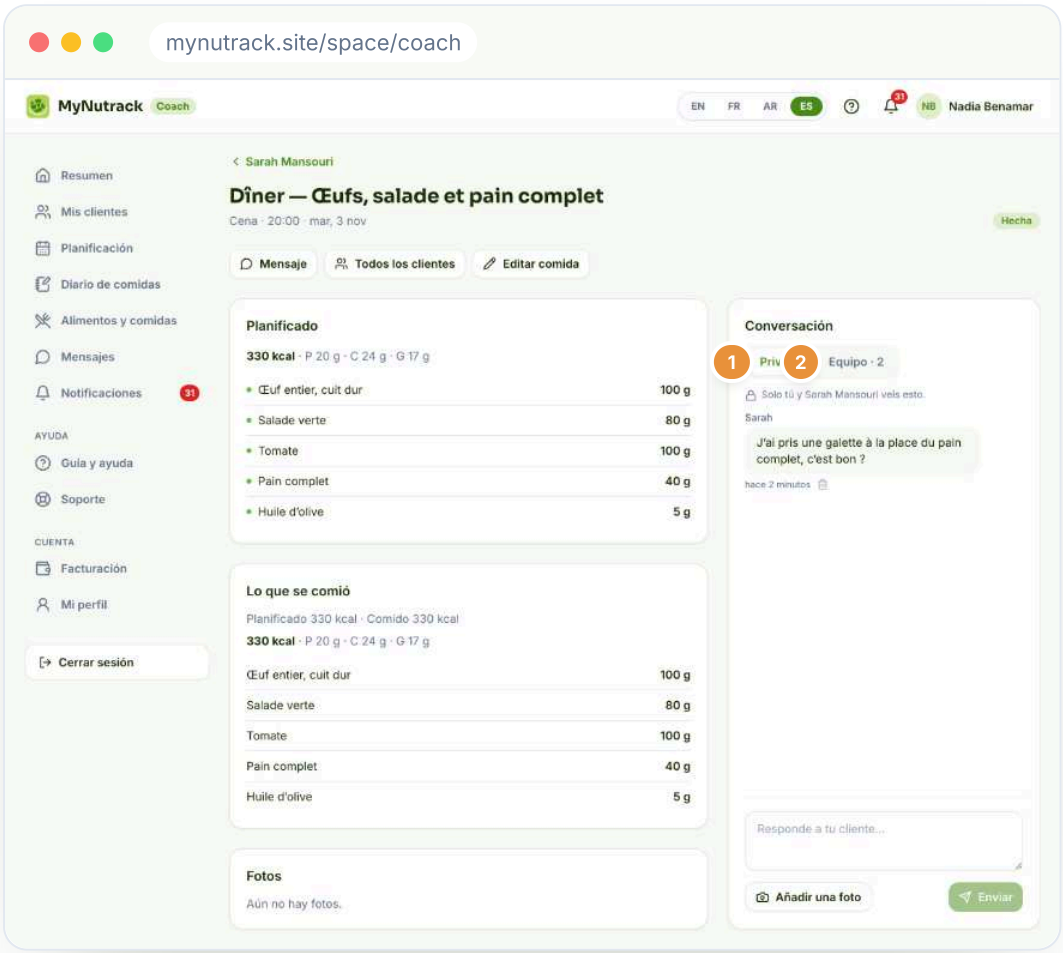
Tu cliente puede comentar una comida o compartir una foto de ella; respondes en la propia comida.

9 Privado o Equipo

En la página de la comida, «Privado» es tu conversación con este cliente; «Equipo» es la conversación de todos los clientes que recibieron esta comida.

1. «Privado»: tú y este cliente.
2. «Equipo»: tú y todos los clientes de la comida.

Consejo · Puedes eliminar cualquier nota o foto y ajustar las raciones solo para este cliente, sin tocar a los demás.



10 ¿Quién ve qué?

Cada conversación tiene su propio público.

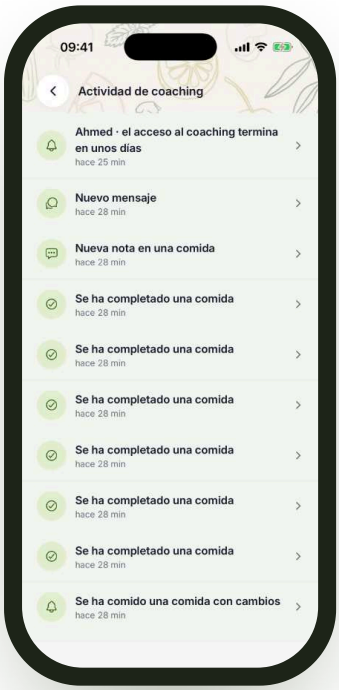
Conversación privada
Solo tú y ese cliente.

Chat del grupo
Tú y los miembros del grupo. Un miembro que se quita pierde el acceso.

Nota en una comida (Privado)
Tú y el cliente que recibió esa comida.

El Equipo de una comida
Tú y todos los clientes que recibieron esa comida.

Foto en una comida
Tú y los clientes que recibieron la misma comida o el mismo plan (solo con el nombre de pila). La app avisa antes de compartir.



11 Notificaciones

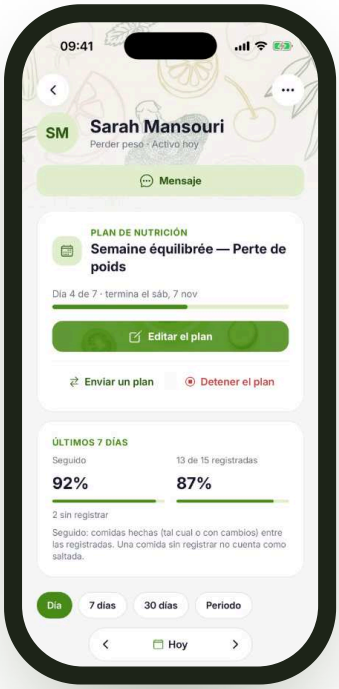
La campana abre «Actividad de coaching»: invitaciones aceptadas, comidas registradas, notas, fotos y mensajes.

Consejo · Las notificaciones de comidas y mensajes usan un sonido suave, incluso con la app cerrada.

12

Sigue a tus clientes

La página de un cliente muestra lo que come, cómo sigue tus comidas y cómo evoluciona su peso.



1 La página de un cliente

Toca un cliente: su plan actual y su constancia en 7 días, en la parte superior de su página.

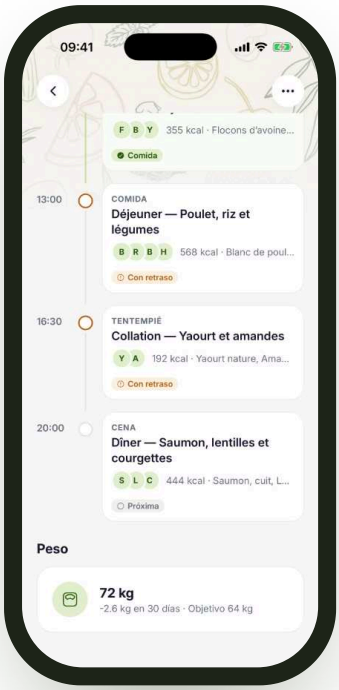
1. «Mensaje»: escribe al cliente.
2. «Exportar en PDF»: el periodo en pantalla (totales diarios, comidas del coach y notas), para compartir.
3. «...» arriba → «Quitar cliente».

Plan de nutrición
«Día x de 7 · termina el ...». «Editar el plan» abre el plan; «Enviar un plan» envía otro; «Detener el plan» quita las próximas comidas sin registrar.

Seguido
Comidas hechas (según lo previsto o con cambios) entre las registradas. Una comida sin registrar no cuenta como saltada.

x de y registradas
Comidas registradas entre las previstas.

Cambios grandes
Comidas con más de un 15 % de diferencia respecto a las calorías previstas: se señalan, no se penalizan.



2 Comidas del coach y peso

Más abajo: las comidas que le planificaste ese día, con su respuesta, y después su peso.

Comidas del coach

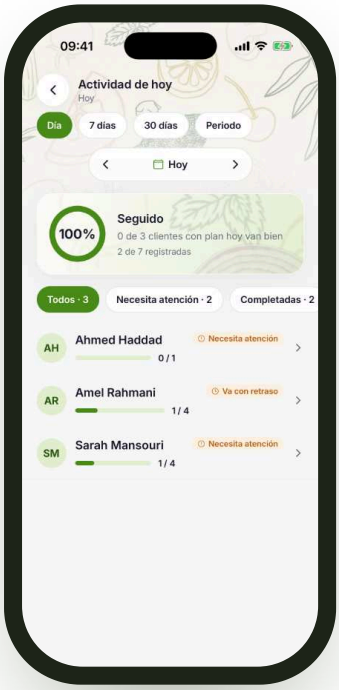
Cada comida del día y su respuesta: Hecha, Hecha con cambios, Saltada, Sin registrar o Próxima. Toca una para ver lo que comió y las notas.

Periodo

En la parte superior de la página: Día, 7 días, 30 días o un periodo que elijas.

Peso

Último pesaje, cambio en 30 días y peso objetivo, a partir de los pesajes del cliente.



3 La actividad de hoy

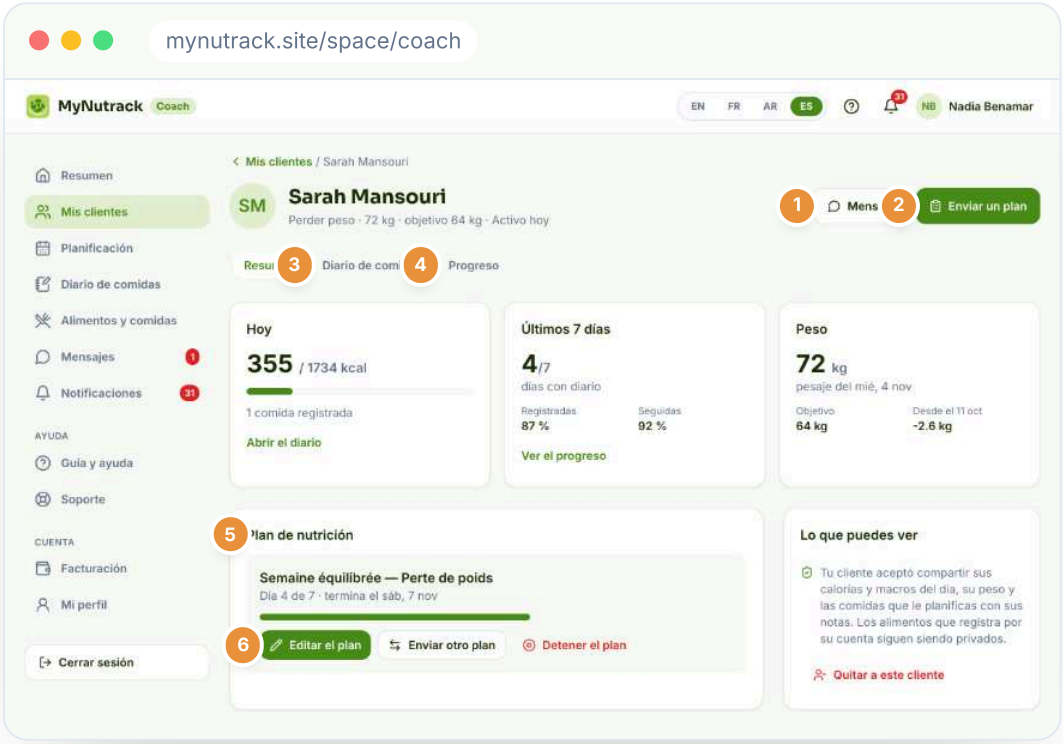
Inicio → tarjeta «Cumplimiento de hoy»: las comidas de cada cliente, con filtros (hechas, sin registrar, saltadas, pendientes, notas).

4 La página de un cliente en la web

«Mis clientes» → un cliente: la pestaña «Resumen» muestra su día, sus últimos 7 días, su peso y su plan de nutrición.

1. «Mensaje»: abre vuestra conversación privada.
2. «Enviar un plan»
3. Pestaña «Diario de comidas»: su día, día a día.
4. Pestaña «Progreso»: constancia, calorías y peso en un periodo.
5. «Plan de nutrición»: día del plan y fecha de fin.
6. «Editar el plan», «Enviar otro plan» o «Detener el plan».

Consejo · Bajo el nombre del cliente: su objetivo, su peso, su peso objetivo y su última visita («Visto por última vez hace 1 día»).

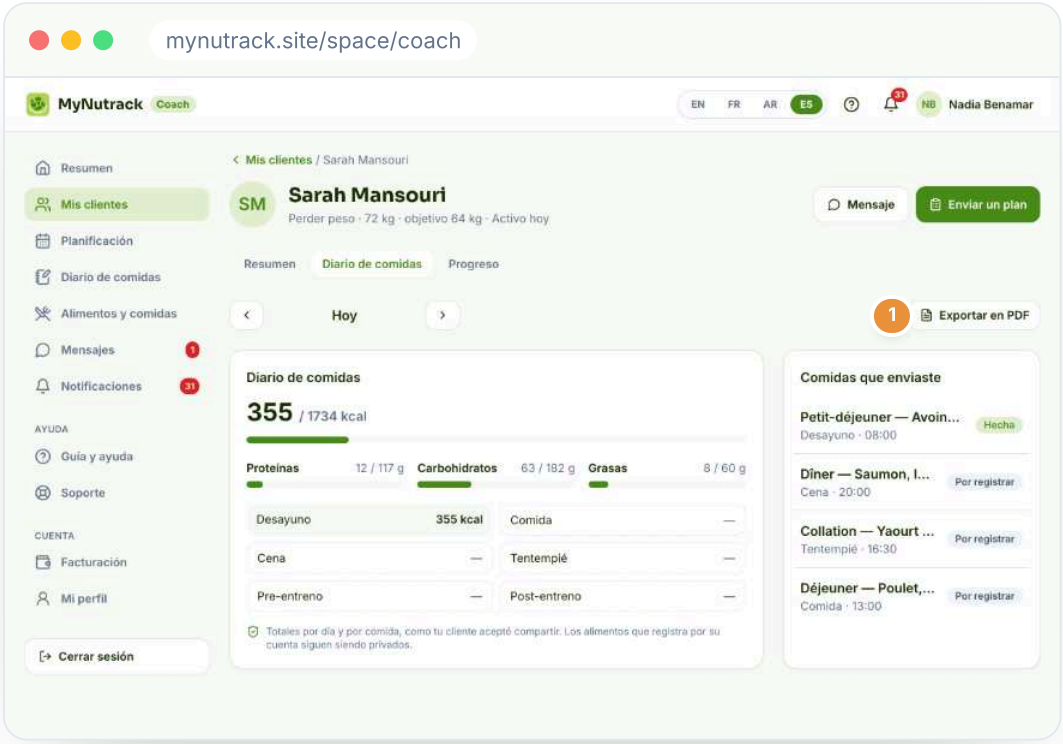


5 Su diario de comidas

Pestaña «Diario de comidas»: los totales de su día y las comidas que le enviaste, con su respuesta; elige otro día con las flechas.

1. «Exportar en PDF»: un informe para imprimir o compartir.

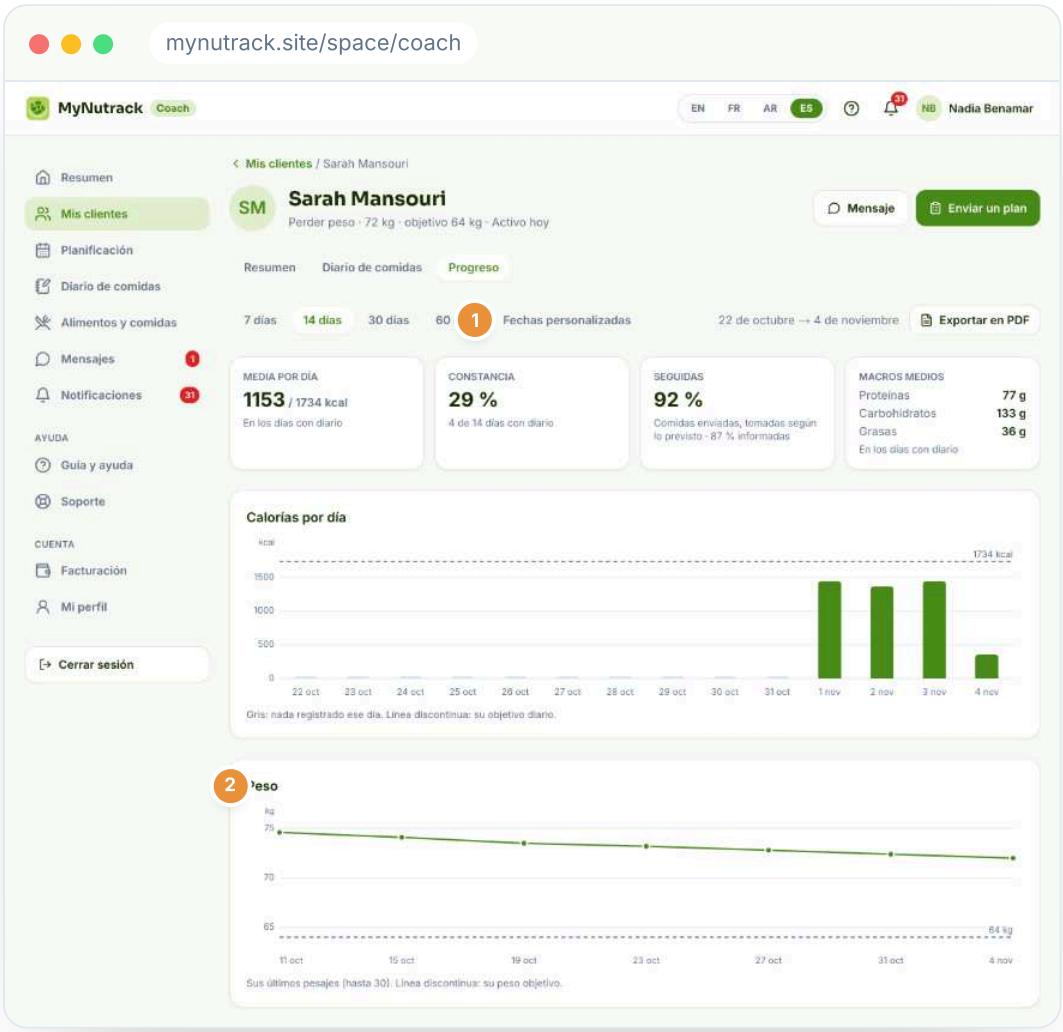
Consejo · Ves los totales de su día; los alimentos que registra por su cuenta siguen siendo privados.



6 Su progreso

Pestaña «Progreso»: calorías, constancia y peso de los últimos 7, 14, 30 o 60 días, o de las fechas que elijas.

1. «Fechas personalizadas»: un primer y un último día, 62 días como máximo.
2. Curva de peso a partir de sus pesajes.

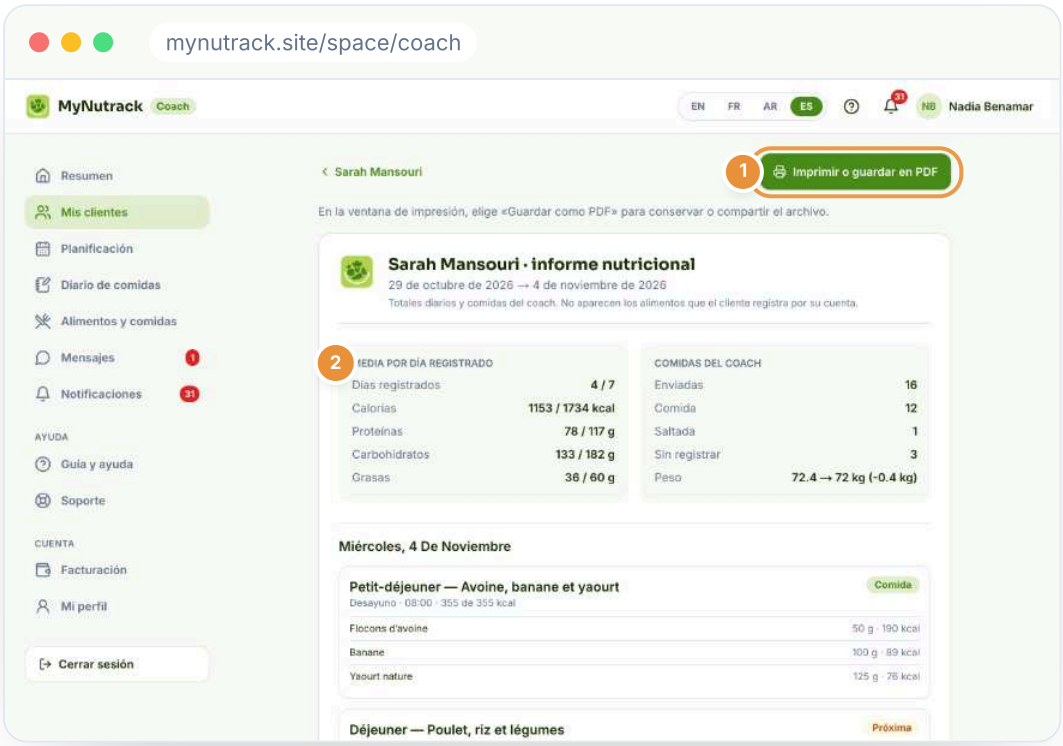


7 El informe de nutrición en PDF

En la página del cliente, en la web o en la app, «Exportar en PDF» abre el informe del periodo: media por día, días registrados, comidas del coach y peso.

1. «Imprimir o guardar en PDF»: en la ventana de impresión, elige «Guardar como PDF».
2. «Media por día registrado»: calorías y macros.

Consejo · El informe incluye los totales de cada día y tus comidas, no los alimentos que el cliente registra por su cuenta. Compártelo solo con su consentimiento.

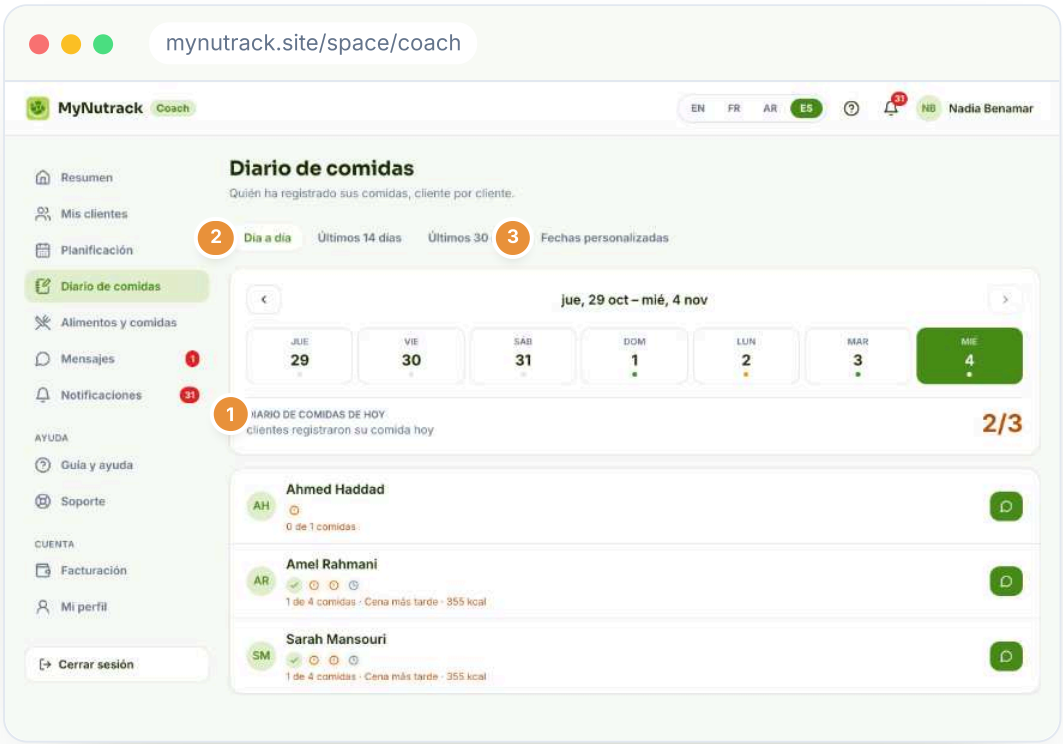


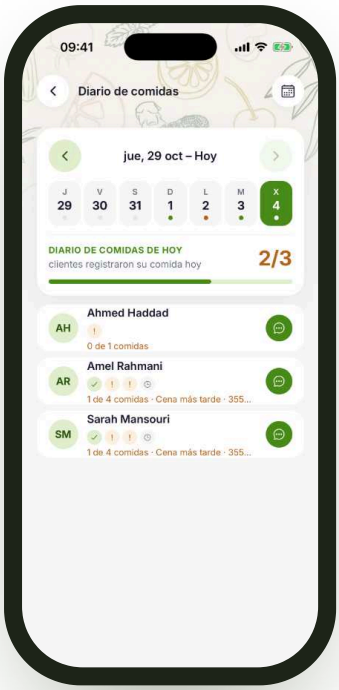
8 El diario de todos tus clientes

«Diario de comidas» (menú de la izquierda): quién registró sus comidas, cliente por cliente, día a día o en un periodo.

1. Cuántos clientes registraron sus comidas ese día.
2. «Día a día»: haz clic en un día de la semana.
3. «Últimos 14 días», «Últimos 30 días» o «Fechas personalizadas».

Consejo · Cada punto bajo el nombre es una comida que enviaste: registrada, más tarde, con retraso (sin registrar) o saltada; los clientes con retraso aparecen primero. El botón de mensaje de la derecha abre tu conversación con ellos.





9 El diario de tus clientes, en la app

Inicio → tarjeta «Diario de comidas de hoy»: el mismo diario, cliente por cliente.

10 Cuida los datos de tus clientes

Los diarios y el peso de tus clientes son datos personales de salud: trátalos con discreción.

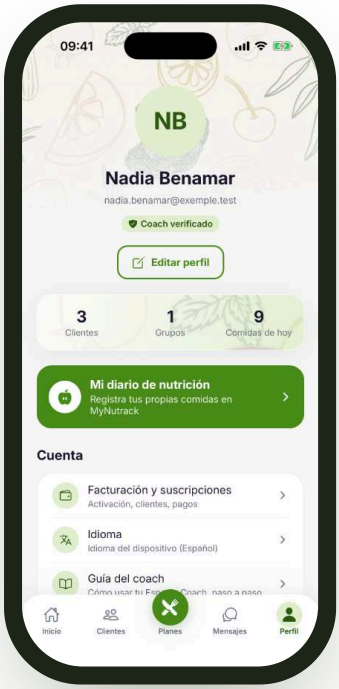
1. No compartas una captura del diario de un cliente sin su consentimiento.
2. Habla en MyNutrack en lugar de en apps de mensajería públicas.
3. Quita a un cliente que ya no quiera tener seguimiento.

Consejo · MyNutrack ayuda a hacer seguimiento nutricional; no hace diagnósticos médicos. Deriva a un médico si tienes dudas sobre la salud de un cliente.

13

Perfil, ajustes y soporte

La pestaña Perfil reúne tu cuenta de Coach, tu certificado, la facturación, el idioma y el soporte.



1 Tu perfil

Tu nombre, tu correo, la insignia «Coach verificado» y tus cifras: clientes, grupos, comidas de hoy.

Editar perfil
Tu nombre, tu foto y tus redes sociales, visibles para tus clientes. También puedes añadir un certificado: nuestro equipo lo revisa antes de mostrarlo.

Facturación y suscripciones
Activación, clientes, pagos (capítulo 10).

Idioma
Français, العربية, English o Español, o el idioma de tu teléfono.

Guía del coach
Esta guía, paso a paso, y «Descargar la guía (PDF)».

Mi diario de nutrición
Registra tus propias comidas en MyNutrack.

Contactar con soporte
Escribe a nuestro equipo desde la app.

Cerrar sesión
Sale de tu cuenta en este dispositivo.

Consejo · ¿Has olvidado tu contraseña? Toca «¿Has olvidado la contraseña?» en la pantalla de inicio de sesión. Tu correo y tu número de teléfono son tu forma de iniciar sesión, así que no se pueden cambiar desde el perfil. En la web, «Mi perfil» está en el menú de la izquierda.

2 Contactar con soporte

En la app: Perfil → «Contactar con soporte». Por correo: support@mynutrack.site.

Preguntas frecuentes

¿Cuánto cuesta el registro de coach?

Activar tu cuenta de Coach cuesta 1999 DA, una sola vez, después de que se apruebe tu solicitud. No se vuelve a pedir.

¿Cuánto cuesta un cliente?

500 DA al mes por cliente, que pagas tú como coach. El mes empieza cuando el cliente acepta tu invitación.

¿Por qué mi cuenta está pendiente?

Nuestro equipo revisa cada certificado a mano. Recibes una notificación y un correo en cuanto decidimos; «Comprobar el estado» actualiza la pantalla.

¿Cómo activo mi cuenta?

Una vez aprobada, inicia sesión en el Espacio Coach web con la misma cuenta y paga la activación con tarjeta CIB, tarjeta EDAHABIA o transferencia CCP.

¿Cómo creo una comida?

Planes → Biblioteca → Comidas → «Nueva comida»: un nombre, un tipo, los alimentos y sus cantidades. Las calorías se calculan solas.

¿Cómo asigno un plan?

Publica el plan y después «Planificar» (o «Enviar» en la web): elige la fecha de inicio y los clientes o grupos. Para un solo cliente, abre su página → «Enviar el plan».

¿Cómo invito a un cliente?

Mis clientes → «Invitar a un cliente», con el correo de su cuenta de MyNutrack. Acepta desde su app.

¿Qué hago si mi pago falla?

Si la página dice «Pago no completado», no se te ha cobrado: vuelve a intentarlo, elige otra tarjeta o paga por CCP. Si se rechaza un pago por CCP, verás el motivo: corrige la referencia.

¿Cómo renuevo una suscripción?

Facturación → «Renovar» en la fila del cliente. Antes del final, el mes se añade a los días restantes; después de caducar, empieza el día del pago.

¿Por qué está bloqueado el acceso de un cliente?

Su mes de acceso al coaching ha terminado («Acceso caducado»). Todo se conserva: renueva y el acceso se abre de nuevo enseguida.

¿Mis valores son por 100 g?

No: escribes los valores de la ración que has definido (p. ej., 80 g o 1 pieza). MyNutrack los convierte para cualquier otra cantidad.

¿Cómo contacto con soporte?

En la app: Perfil → «Contactar con soporte». Por correo: support@mynutrack.site.

MyNutrack Coach

¡Ya puedes acompañar a tus primeros clientes!

Ten esta guía a mano y consulta su última versión en línea. ¿Alguna pregunta? Nuestro equipo te responderá.

Guía en línea	mynutrack.site/guide
Contactar con soporte	support@mynutrack.site
Sitio web de MyNutrack	www.mynutrack.site
App MyNutrack · App Store	apps.apple.com
App MyNutrack · Google Play	play.google.com