

Nutrició



Nutrició

Què és el servei de nutrició?

El servei de nutrició ofereix assessorament nutricional ajustat a les característiques, necessitats i objectius individuals, a càrrec d'una Dietista-Nutricionista col·legiada.

Què fem?

Realitzem una valoració de l'estat nutricional, una anàlisi de la composició corporal i un estudi antropomètric bàsic amb la finalitat de proposar un assessorament dietètic i nutricional adaptat i personalitzat, fomentant l'alimentació saludable.

PÈRDUA DE PES

Proposem canvis en els hàbits alimentaris per aconseguir un pes saludable disminuint el greix corporal, així com atenuar els riscos associats al sobrepès.

NUTRICIÓ ESPORTIVA

Elaborem pautes específiques per als esportistes segons el volum i intensitat dels entrenaments i per a la preparació de competicions amb l'objectiu d'assolir l'estat òptim de rendiment, afavorir la recuperació i minimitzar les lesions. A més, també assessorem en suplementació esportiva.

NUTRICIÓ CLÍNICA

Tractament dietètic i nutricional en:

- Etapes específiques de la vida: embaràs, lactància, menopausa...
- Alteracions metabòliques com el colesterol, diabetis...
- Intoleràncies: fructosa, lactosa, celiàquia...
- Al·lèrgies: llet, ou, fruits secs...

Preus

1a visita 32 €€

Se centra en la motivació i els objectius, l'anamnesi clínica, recollida de dades alimentàries i l'anàlisi de la composició corporal i antropomètrica.

2a visita 28 €€

Entrega i explicació de l'informe amb els objectius, planificació, recomanacions i pauta individualitzada.

Visites de seguiment 28 €€€

Control, revisió i adaptació de les pautes segons les necessitats específiques. La periodicitat d'aquestes visites serà d'acord als requeriments i objectius individuals.

BO3 Visites de seguiment 75,60 €

Dies i horaris

Dimecres: de 9 a 14h i de 16 a 20h