



Valutazione dello Stato di nutrizione e Determinazione della Dieta Ottimale:

Si tratta del primo colloquio (durata circa un'ora, un'ora e mezza) nel corso del quale vengono raccolte informazioni:

1. sulle abitudini alimentari
 2. lo stile di vita (es. sport svolti, orari regolari o lavoro su più turni ecc...)
 3. la presenza o meno di patologie accertate dal medico curante (se si soffre di alcune patologie si prega di portare le relative diagnosi mediche),
 4. vengono visionate le analisi del sangue
- Si procede a misurare la statura e le circonferenze (per gli uomini girovita, circonferenza del poso e del braccio, per le donne girovita, circonferenza dei fianchi, del braccio, del polso, della coscia e del polpaccio)
 - Viene misurato il peso
 - Si effettua l'analisi di composizione corporea mediante Bioimpedenziometria tricompartimentale utilizzando lo strumento BIA 101 Akern. Quest'analisi permette di valutare lo stato di idratazione e di stimare i chili di massa grassa, i chili di massa magra, di massa metabolicamente attiva ed il metabolismo basale, oltre ad altri parametri. Il referto dell'analisi di composizione corporea si consegna al momento.
 - Si effettua la Stratigrafia con l'adipometro Hosand per misurare lo spessore del grasso sottocutaneo in determinati punti (solitamente coscia ed addome per le donne; addome per gli uomini)
 - A partire dalle informazioni e dai dati raccolti viene elaborato il piano nutrizionale o dieta personalizzata e che a seconda delle esigenze della singola persona potrà essere pesata o non pesata, con esempi di pasti che la persona organizza a suo piacimento seguendo le indicazioni del nutrizionista oppure con menù giornalieri. La consegna può avvenire al momento o a distanza di qualche giorno, a seconda del caso.

Valutazione dello Stato di nutrizione con misura del Metabolismo Basale mediante Calorimetria e Determinazione della Dieta Ottimale:

E' pensato per chi ha la necessità di conoscere con esattezza il proprio metabolismo basale. L'analisi di composizione corporea mediante bioimpedenziometria permette infatti solo di stimare il metabolismo basale. Per avere una misura accurata del metabolismo basale è necessario svolgere l'esame di calorimetria indiretta. Questo esame è utile soprattutto nei casi in cui c'è il sospetto di un metabolismo lento o di un metabolismo troppo veloce o quando il paziente desidera un'analisi accurata di questo parametro.

Descrizione dei servizi relativi a "Stato di nutrizione e Dieta ottimale"



CONTROLLO del PESO

Chi desidera essere seguito in modo più ravvicinato, a distanza di una settimana- dieci giorni dall'inizio della dieta e successivamente con frequenza settimanale, può effettuare un controllo breve. La durata è di 20 minuti. Nel corso di questo controllo si valuta come sta procedendo la "dieta", si registrano il peso e le circonferenze e si effettuano piccole correzioni qualora sia necessario, si danno consigli nutrizionali. Non si effettua l'analisi di composizione corporea.

Valutazione dello Stato di nutrizione: CONTROLLO COMPLETO

A distanza di circa un mese (dalle 3 alle 5 settimane) dalla consegna della dieta viene svolto un controllo (durata 40-45 minuti) che consiste nel valutare come ci si trova con il regime alimentare proposto, si rimisurano le circonferenze per registrarne le variazioni, si registra il peso e si svolge nuovamente l'analisi di composizione corporea per valutare quanta massa grassa è stata persa, se si è mantenuta la massa muscolare ecc..., o in caso di sottopeso, se si è avuto un aumento della massa grassa e/o della massa muscolare. Se ritenuto necessario si effettua anche la stratigrafia di controllo. Si apportano variazioni alla dieta (qualora sia necessario) e si riserva uno spazio all'educazione alimentare (es. perché è importante scegliere alcuni cibi e non altri, come mi devo comportare al supermercato, come devo conservare gli alimenti, si spiegano le caratteristiche di alimenti non conosciuti ecc....)

MONITORAGGIO NUTRIZIONALE TELEMATICO attraverso il portale METADIETA

Chi desidera essere seguito in modo ancora più ravvicinato può avvalersi del servizio di diario alimentare telematico ed interattivo. Attraverso il portale Metadieta il paziente può ricevere direttamente sul suo pc la dieta e può compilare giornalmente il diario alimentare che viene poi visualizzato il giorno successivo dalla Nutrizionista, la quale darà dei rimandi al paziente.

Valutazione dello Stato di nutrizione e Determinazione della Dieta Ottimale Bambini/ragazzi minorenni:

Si effettua un colloquio breve con i genitori in assenza del bambino/ragazzo

Si tratta del primo colloquio (durata circa un'ora, un'ora e mezza) nel corso del quale vengono raccolte informazioni:

1. sulle abitudini alimentari
 2. lo stile di vita (es. sport svolti, orari regolari o lavoro su più turni ecc...)
 3. la presenza o meno di patologie accertate dal medico curante (se si soffre di alcune patologie si prega di portare le relative diagnosi mediche),
- vengono visionate le analisi del sangue



Descrizione dei servizi relativi a "Stato di nutrizione e Dieta ottimale"

- la persona viene pesata
- se i genitori lo desiderano viene misurato il metabolismo basale mediante calorimetria indiretta

A partire dalle informazioni e dai dati raccolti viene elaborato il piano nutrizionale personalizzato e che a seconda delle esigenze della singola persona potrà essere pesata o non pesata, con esempi di pasti che la persona organizza a suo piacimento seguendo le indicazioni del nutrizionista oppure con menù giornalieri. La consegna avviene a distanza di qualche giorno

Valutazione dello Stato di nutrizione: CONTROLLO COMPLETO BAMBINI/RAGAZZI

A distanza di circa un mese (dalle 3 alle 5 settimane) dalla consegna della dieta viene svolto un controllo (durata 40-45 minuti) che consiste nel valutare come ci si trova con il regime alimentare proposto, si registra il peso. Si apportano variazioni alla dieta (qualora sia necessario) e si riserva uno spazio all'educazione alimentare