

L'ambulatorio è aperto nella seguente giornata:

Lunedì dalle 09:00 alle 12:00

Come accedere:

tramite appuntamento, telefonando al numero

339.8985201

dalle ore 9:00 alle ore 16:00

(da lunedì a venerdì)

Pagamento:

allo sportello con emissione fattura

(spesa sanitaria detraibile solo se pagata con bancomat o carte di credito)



**Fondazione
Don Stefano Palla
onlus**

**Presso la Fondazione Don Palla
di Piazza Brembana è operativo il servizio di**

AMBULATORIO NUTRIZIONISTA

a cura del dott. Arrigoni Davide



Fondazione Don Stefano Palla Onlus
Via Monte Sole, 2 – 24014 Piazza Brembana – Tel. 0345-82434
www.donpalla.org

Che cos'è la visita nutrizionistica?

La **visita nutrizionistica** consente allo specialista di valutare lo stile di vita e le abitudini alimentari della persona, lo stato di salute nel suo complesso ed eventuali patologie, gli obiettivi da raggiungere insieme attraverso un percorso di educazione alimentare.



A cosa serve la visita nutrizionistica?

La **visita con il nutrizionista** serve per aiutare la persona a:

- **perdere peso**
- imparare a **conoscere quello che mangia**, mantenendo il peso e proteggendo la propria salute
- **Prevenire l'invecchiamento precoce** tramite un' alimentazione di qualità
- avere consigli su come alimentare correttamente ciascun componente della famiglia
- **combattere a tavola** una serie di **problemi** quali: colesterolo, reflusso gastrico, diabete, ipertensione, ma anche cistiti, candidosi, ritenzione idrica, gonfiori addominali, celiachia, intolleranze alimentari, ecc.

Come si svolge la visita nutrizionistica?

La visita dal nutrizionista consiste nella **programmazione di più incontri periodici**, al fine di tenere monitorato l'andamento e i risultati ottenuti in base al piano alimentare concordato.

Durante il primo incontro **vengono raccolte una serie di informazioni sullo stile di vita della persona** e sulla storia clinica della famiglia e del paziente per conoscere eventuali diete e oscillazioni di peso sostenute nell'arco del tempo.

Vengono poi rilevati i dati riguardanti altezza, peso, BMI (Indice di massa corporea), BM (Metabolismo basale a riposo), grasso viscerale,

rilevazione del grasso sottocutaneo tramite bioimpedenziometria, valutazione del fabbisogno energetico.

In seguito verrà poi elaborato e consegnato il piano alimentare studiato per il paziente.

Incontri periodici

Normalmente, a distanza di 3/4 settimane dalla consegna del percorso alimentare personalizzato, viene stabilita la data per l'incontro successivo di controllo. Il colloquio è essenziale per permettere al nutrizionista di intervenire in modo efficace nel superare le eventuali difficoltà e perseverare nel raggiungimento degli obiettivi.

Durante la visita verranno raccolti nuovamente dati attraverso i quali si potrà valutare con correttezza come procedere ed eventualmente come intervenire.

Come prepararsi alla visita nutrizionistica?

Non sono necessarie norme di preparazione, ma è molto utile annotarsi i cibi e le bevande consumati quotidianamente nella settimana prima della visita. È consigliabile inoltre presentarsi alla visita con la documentazione clinica in possesso e gli esami correlati alla patologia segnalata.

Durata della visita

Prima visita : 60 minuti (a seconda dei casi)

Visita di controllo: 30 minuti

Prezzi

Prima visita e piano nutrizionale € 100

Visita di controllo € 60

