

PERCORSO NUTRIZIONALE:

Primo incontro:

- Anamnesi fisiologica, patologica e dietologica
- Misurazioni antropometriche: peso, altezza e circonferenze
- Analisi della composizione corporea
- Calcolo del metabolismo basale
- Determinazione dell'obiettivo da raggiungere
- Piano alimentare "di preparazione" al controllo successivo

Controlli periodici:

- Misurazioni antropometriche
- Analisi della Composizione corporea
- Analisi Adipometrica per osservare i tessuti a livello localizzato
- Valutazione del protocollo nutrizionale da applicare e sviluppo del Piano alimentare



Il percorso nutrizionale è utile per:

- Disbiosi intestinale
- Sindrome dell'ovaio policistico
- Endometriosi
- Soggetti in condizioni fisiologiche (alimentazione sportiva, vegetariana, vegana)
- Percorso di fertilità assistita
- Gravidanza e post gravidanza
- Menopausa
- Obesità e sovrappeso
- Sindrome metabolica/Diabete/Ipertensione
- Patologie infiammatorie intestinali
- Allergie e intolleranze alimentari
- Disfunzioni della tiroide
- Insufficienza renale/epatica
- Patologie oncologiche

GARANTIAMO:

- Lavoro in team
- Supporto h24
- Supporto nella scelta degli integratori da assumere

ANALISI TECNICA DELLA FORMA FISICA (ATF)

Check up periodico che prevede:

- Misurazioni antropometriche: peso, altezza e circonferenze
- Analisi Bioimpedenziometrica per valutare la Composizione corporea
- Analisi Adipometrica per osservare i tessuti a livello localizzato
- "Mappatura muscolare" per osservare definizione e qualità dei muscoli
- Determinazione dell'obiettivo fisico da raggiungere
- Determinazione del metabolismo basale, del fabbisogno calorico giornaliero e delle percentuali dei macronutrienti idonee

Utile per:

- Sportivi che affrontano un periodo di preparazione atletica in vista di una competizione
- Soggetti con una gestione alimentare autonoma che vogliono registrare i propri progressi fisici
- Soggetti in fase di riabilitazione post-infortunio che vogliono monitorare il proprio recupero muscolare



NUTRIZIONE
& ATF

· L I N F A ·

*Centro di Nutrizione e Benessere
Specialisti nel benessere della Donna*

• L I N F A •

Ti aspettiamo!

.....

Via Michelangelo Pinto 12, 00151 Roma

Parcheggio convenzionato: Via Portuense 464

Telefono: 3713086193 | Email: info@nutrilinfa.it | Sito: www.nutrilinfa.it

IG: [linfa_nutrizionebenessere](https://www.instagram.com/linfa_nutrizionebenessere)

SERVIZI INCLUSI:

- 1 Prova gratuita con trattamento Endospheres Evolution
- 10% di sconto riservato su tutti i servizi e prodotti Linfa
- Angolo tisane e caffè
- Parcheggio convenzionato

Scopri di più, inquadra il QR code:



*Possibilità di prenotare una consulenza conoscitiva con
il trainer per valutare l'attività fisica migliore per te!*