

IL TRATTAMENTO DEL SOVRAPPESO E DELLA OBESITA'

Dopo il primo colloquio finalizzato a conoscere le problematiche del paziente, le sue abitudini alimentari e la sua storia clinica, si passa alla visita e alle misurazioni (peso, altezza, circonferenza vita, composizione corporea). Nella stessa seduta viene proposta e prescritta la dieta per le prime due settimane (concordata e condivisa col paziente) e viene fornito il materiale per iniziare il monitoraggio nutrizionale e della attività fisica.

Le visite di controllo vengono programmate una-due volte al mese a seconda delle problematiche e delle esigenze del singolo paziente.

Dal punto di vista nutrizionale disponiamo oggi di diverse strategie nutrizionali innovative, sicure e straordinariamente efficaci che vengono scelte insieme al paziente in base alle singole esigenze : dieta chetogena, dieta aminoacidica, dieta zona, o dieta ipocalorica tradizionale, dieta con pasti sostitutivi...

Quando è necessario -eccesso ponderale importante, fame compulsiva, fame nervosa-, la terapia farmacologica può rivelarsi di grande aiuto, e viene sempre e comunque concordata col paziente. La ricerca scientifica mette oggi a disposizione nuovi farmaci molto ben tollerati ed efficaci, che permettono di controllare bene il senso di fame e di potenziare i risultati.

L'intervento sulla attività fisica prevede un protocollo settimanale progressivo e di moderata intensità, studiato in base alle esigenze e alle caratteristiche fisiche del paziente e concordato con lui.

La terapia comportamentale (diario alimentare, monitoraggio della attività fisica, visite di controllo e motivazionali periodiche), permette di chiudere il cerchio e di condurre il paziente verso il sicuro successo.

Descrizione dei trattamenti ambulatoriali

Scritto da Administrator
Sabato 20 Febbraio 2016 18:36 -

La strategia è composta di due fasi distinte:

la prima fase, della durata di 4-6 mesi, è dedicata al dimagrimento all' insegnamento delle tecniche per perdere peso, durante questa fase le visite hanno cadenza quindicinale o mensile e l'obbiettivo è quello di perdere dal 10 al 20% del peso iniziale;

la seconda fase è quella dedicata al mantenimento del peso e dura dai 6 mesi ai due-tre anni con viste trimestrali.

Ovviamente dopo i primi sei mesi di mantenimento è possibile ripetere cicli di 3-4 mesi dedicati all' ulteriore dimagrimento.

DIETETICA APPLICATA ALLO SPORT

Dopo il primo colloquio , la visita e il rilevamento delle abitudini alimentari, viene fatto il test di composizione corporea e si passa alla prescrizione del piano alimentare studiato in base al tipo di sport, agli orari in cui viene svolto e alle esigenze specifiche dell'atleta.

Seguono le visite settimanali o quindicinali per adattare il piano nutrizionale e per verificare i miglioramenti della massa muscolare e della prestazione fisica .

A seconda del tipo di sport □ è previsto un protocollo di integrazione con aminoacidi , □ antiossidanti , pro energetici e nutrienti per il recupero post sforzo.

DISTURBI DEL COMPORTAMENTO ALIMENTARE

Descrizione dei trattamenti ambulatoriali

Scritto da Administrator
Sabato 20 Febbraio 2016 18:36 -

Bulimia, Anoressia e patologie del comportamento alimentare vengono trattate affiancando all'intervento nutrizionale la terapia cognitivo comportamentale insieme allo psicoterapeuta.

MAGREZZA

Quando per i motivi più vari (patologie, stress fisici od emotivi, ecc...) si perde peso è

spesso difficile recuperarlo. Solo associando un appropriato e personalizzato intervento

nutrizionale alla terapia comportamentale si ottengono buoni e sicuri risultati.

NUTRIZIONE SALUTISTICA E ANTIAGING

Numerosi studi negli ultimi anni hanno abbondantemente dimostrato che il nostro stato di

salute è strettamente legato alla alimentazione e che il 30-40% delle malattie metaboliche e tumorali può essere prevenuto attraverso un corretto stile nutrizionale e di vita.

Lo stesso invecchiamento può essere ritardato e migliorato con una alimentazione appropriata.

Oggi conosciamo con esattezza scientifica le virtù salutistiche dei cibi più ricchi di polifenoli e di antiossidanti e possiamo studiare una alimentazione ad-personam che permetta di mantenere

Descrizione dei trattamenti ambulatoriali

Scritto da Administrator

Sabato 20 Febbraio 2016 18:36 -

un buono stato di salute e che abbia una spiccata funzione antaging.

Il ricorso ad una integrazione mirata e personalizzata riesce ad ottimizzare il risultato

□