

Il Pacchetto Leggerezza e Salute

Questo pacchetto offre la possibilità di ricevere una

*Visita Nutrizionale + Dieta Personalizzata + 2 Controlli +
Test Genetici per Intolleranze Alimentari (Test Intolerance)*

ad un prezzo speciale di euro **450** anziché 520

In cosa consiste la Visita Nutrizionale

La Visita Nutrizionale, della durata di circa 1 ora, prevede:

- Raccolta accurata delle informazioni relative al motivo della visita, la storia del peso, le diete pregresse e l'attività fisica svolta
- Raccolta di sintomi e segni generali relativi allo stato di salute del paziente
- Anamnesi generale
- Anamnesi patologica prossima e remota
- Anamnesi Familiare (familiarità per malattie metaboliche, obesità, diabete Tipo 1 e 2, ipertensione, infarti, ICTUS, patologie oncologiche)
- Analisi della funzionalità renale ed intestinale
- Analisi della qualità del sonno
- Analisi dei ritmi lavorativi, familiari, sociali ed analisi dello stress
- Analisi dettagliata dello stile di vita e alimentare
- Valutazione di pregresse reazioni avverse agli alimenti e di sintomi e segni ad esse correlate
- Esame Bioimpedenziometrico (BIA 101 Akern), per valutare lo stato di idratazione intra- (ICW) ed extracellulare (ECW), le condizioni delle membrane cellulari, la quantità di massa grassa (FM) e magra (FFM), il metabolismo basale ed il fabbisogno energetico. Tramite questa metodica è inoltre possibile effettuare una valutazione dello stato nutrizionale e rilevare possibili condizioni di sarcopenia o cachessia

La Dieta Personalizzata verrà spedita tramite mail entro 2/3 giorni lavorativi dalla visita

Le Visite di Controllo

Il **primo Controllo**, della durata di 30 minuti, avverrà dopo 2 settimane dall'inizio della dieta ed è fondamentale per monitorare la risposta funzionale del paziente al nuovo regime alimentare.

Il **Controllo successivo**, che verrà effettuato dopo 3/4 settimane (variabili in base alle esigenze del paziente), ed è finalizzato a verificare, ed eventualmente potenziare, la risposta fisiologica al Piano Nutrizionale prescritto in termini di Stato di benessere, Stato Nutrizionale, misure antropometriche, ricomposizione corporea (riduzione della massa grassa e tonificazione della massa magra), sintomi e qualità del sonno.

Durante tutte le *Visite di Controllo* verrà sempre eseguita una valutazione bioimpedenziometrica per valutare l'andamento del peso, la perdita di massa grassa ed il livello di idratazione

Test Genetici

I nostri Test Genetici permettono di analizzare molti tra i più conosciuti geni coinvolti nella regolazione del metabolismo rendendo così possibile la creazione di una **dieta personalizzata** che corregga le eventuali carenze rilevate. Questi deficit, se non considerati, possono generare **carenze prolungate** che con il tempo **conducono a vere e proprie patologie**.

L'ipersensibilità a determinate sostanze, a differenza della reazione allergica generalmente rapida e manifesta, agisce in modo subdolo e lento portando all'identificazione del problema nella maggior parte dei casi solo dopo lunghi iter diagnostici. I test della linea Intolerance sono dedicati a chi soffre di disturbi ricorrenti o persistenti di cui non si individua una causa: gonfiori, capogiri, cefalea, stanchezza cronica, dermatiti o improvvisi cambiamenti di peso, ma anche astenia, insonnia, forme lievi di depressione.

Attraverso i **Test Intolerance** è possibile rilevare alcune piccole variazioni genetiche (SNPs) che possono determinare una **predisposizione individuale**. Tale conoscenza permetterà di intervenire con adeguate integrazioni alimentari e favorire la creazione di una **dieta personalizzata** che corregga le eventuali carenze rilevate in modo ridurre il rischio di patologia.

I Test Genetici non hanno controindicazioni. I risultati restano costanti, per cui non è necessario ripeterli nel corso della vita, e non sono influenzati né dalle abitudini né da farmaci assunti né necessitano di alcuna preparazione all'esecuzione dell'esame.

Per eseguire il Test è sufficiente strofinare un apposito tampone all'interno delle guance per prelevare il materiale genetico in modo sicuro e indolore.