

Pack Especialidade Nutrição

A nutrição é uma área da saúde que se dedica a avaliar as relações entre os alimentos, a sua composição nutricional e o impacto dos mesmos no organismo. É com este conhecimento que é possível definir, o que são hábitos e escolhas alimentares saudáveis e alertar para os comportamentos que são ou podem tornar-se prejudiciais à saúde. Muitas das vezes só recorreremos a um nutricionista quando o nosso objectivo está relacionado com o peso, mas a nutrição tem um impacto mais amplo na nossa saúde. Um comportamento alimentar adequado contribui para o bem-estar geral e bons níveis de energia, sendo especialmente relevantes na prevenção de doenças metabólicas.

Quem pode tirar benefício do Pack Especialidade - Nutrição?

Adultos que necessitam do apoio frequente de um profissional em nutrição.

O que pode esperar do pack?

Conta com o apoio continuado de um Nutricionista para traçar e atingir os seus objectivos: a curto, médio e a longo prazo. O total envolvimento em todo o processo, onde será demonstrado que a educação alimentar individualizada - tendo em conta não só as suas necessidades metabólicas, mas também as suas preferências - conseguirá criar o vínculo que vai potenciar os resultados a que se propôs.

Qual a vantagem deste pack?

Com o Pack Especialidade - Nutrição, defina o seu objectivo e trabalhe em estreita colaboração com o nutricionista da sua escolha. Este pack é muito útil em situações crónicas, como por exemplo, a diabetes Mellitus tipo 2, problemas cardíacos ou a pressão arterial alta. Pode ainda passar pelo controlo do peso, ganho ou perda do mesmo, assim como mudanças no tipo de dieta e a gestão da alimentação, entre outros. O acompanhamento continuado em nutrição, permite não só uma correcção num momento inicial, mas sobretudo uma reeducação alimentar compatível com o seu contexto, focada na sua saúde, com efeitos a longo prazo.

Como funciona?

Este pack oferece acompanhamento através de vídeo-consulta, com a frequência adequada às suas necessidades e de acordo com as metas traçadas. O pack inclui um número pré-determinado de consultas (3, 4, 6 ou 9 consultas). Escolha o que for mais adequado para si. Deve definir o nutricionista que o acompanhará durante a validade do pack. Essa escolha será mantida até o término do pack.

Qual é a validade?

Validade do pack é de 12 meses a partir da data da compra. As vídeo-consultas devem ser consumidas todas dentro do mesmo programa, não sendo possível transferi-las para outros packs.