

La consulenza nutrizionale e quindi la prima visita è una tappa fondamentale per poter determinare il percorso terapeutico più idoneo ed ha una durata di un'ora circa e si svolge, con la massima riservatezza, presso lo studio privato.

La visita prevede diverse fasi ed analisi strumentali essenziali per la valutazione dello stato di nutrizione, della composizione corporea e per la stesura di una terapia alimentare personalizzata:

- Anamnesi personale, familiare e alimentare
- Test psicometrici
- Misurazione pressione, glicemia, colesterolo e trigliceridi
- Misurazioni antropometriche
- Esame plicometrico
- Analisi impedenziometrica

La visita si conclude con una disamina dei risultati ottenuti dal colloquio e dalle analisi strumentali per comprendere gli obiettivi che possono realisticamente raggiungere e sulla modalità di conseguimento degli stessi.

Dopo pochi giorni dalla consulenza nutrizionale, sulla base di tutti i dati ricavati dalla prima visita, verrà consegnato un piano alimentare personalizzato, rispettando il più possibile le abitudini alimentari e lo stile di vita del soggetto in modo che sia facilmente sostenibile ma senza tralasciare gli obiettivi prefissati e quindi mirando ad ottenere i risultati concordati nei tempi adeguati al caso. In seguito sarà necessario effettuare delle visite di controllo che possono avvenire dopo due, tre o quattro settimane, in base alle esigenze del singolo paziente.

Le visite di controllo, della durata di circa mezz'ora, prevedono l'aggiornamento della cartella del paziente tramite rilevazione dei dati antropometrici e plicometrici così da valutare la compliance del paziente al programma alimentare proposto e quindi un eventuale variazione del piano dietetico anche in relazione all'andamento delle condizioni patologiche; verificare il raggiungimento degli obiettivi specifici ed identificare gli obiettivi successivi.

Il paziente effettuerà i controlli fino al raggiungimento dell'obiettivo e finché, in accordo con il paziente stesso, si riterrà opportuno continuare ad effettuarli.