

DOTT.SSA TIRANTI GIULIA

Biologa Nutrizionista

PER STILARE UNA DIETA PERSONALIZZATA E' NECESSARIO PORTARE CON SE :

- Esami del sangue recenti non più vecchi di un anno. Se non si è in possesso di tali, far prescrivere dal medico gli esami di routine comprendenti : glicemia, colesterolo tot, HDL, LDL, trigliceridi, transaminasi, elettroliti, emocromo completo : emoglobina, MCV, MCH e MCHC, ferritina e sideremia, VES, TSH -FT4 , elettroforesi sierica delle proteine. Qualsiasi altro parametro sarà a discrezione del medico.
- Almeno una settimana di diario alimentare molto accurato (è preferibile indicare la quantità in grammi di pasta a secco, pane, riso), numericamente i biscotti o merendine (con marca) e qualsiasi altra cosa contabile numericamente, non da dimenticare di segnare gli "sgarri"

NELLA QUOTA DELLA DIETA E' COMPRESO :

- Un'ora di colloquio iniziale con anamnesi alimentare
- Ore di stipulazione della dieta
- Spiegazione della dieta con controllo di start del programma dietetico
- Le visite successive verranno concordate in base alle necessità del paziente

STRUMENTI UTILIZZATI :

- Programma diete personalizzate
- Adipometro (su richiesta)
- Bilancia impedenziometrica e impedenziometro ad elettrodi
- Misuratore di circonferenze a nastro professionale
- Plicometro
- In collaborazione con laboratorio analisi si effettuano test su richiesta per: 1) Immunologici: celiachia, sensibilità al glutine e intolleranze alimentari 2) Biochimica clinica: check up (reni, fegato, assetto lipidico, tiroide, prostata, cardio wellness basic) 3) Profili Ormonali: ormoni del dimagrimento, ormoni dello stress, ormoni sport basic, ormoni donna in menopausa, ormoni maschili e sonno veglia 3) Benessere intestinale: Dysbio check, Inflora scan, Proflora check, Infiammation check, Permeability check, Digestion check

LA MIA ATTIVITA' LAVORATIVA E' RIVOLTA A SODDIFARE LE ESIGENZE NUTRIZIONALI DI :

- Uomini, donne, bambini (da 1 a 14 anni) in condizioni fisiologiche e/o patologiche (diabete, ipertensione, nefropatie, epatopatie, policisti ovarica, ipercolesterolemia, anemie ecc..)
- Svezamento onnivoro, vegetariano, vegano, classico e auto svezamento
- Adolescenti e ragazzi (14 ai 18 anni >)
- Gestanti, nutrici e menopausa
- Terapeuta cognitivo comportamentale dei disturbi del comportamento alimentare e obesità
- Sportivi
- Intolleranti e allergici (es. intolleranza al lattosio, allergia al glutine, nichel, ecc..)
- Vegetariani /vegani

RECAPITI :

Dott.ssa Tiranti Giulia
mail: giulia.tiranti@libero.it
Cell: 320. 14.88.588
www.nutri-mente.it

RICEVE SU APPUNTAMENTO:

Arcore : via Corridoni n 2 (Lunedì 09.00-20.30)
Lissone: via Aliprandi n 79 (Giovedì 09.00-20.00)
Jesi (AN): via Lorenzo Lotto n 6 (venerdì e sabato)
Si effettuano domiciliari con un costo aggiuntivo di 10 euro