ARC - Regione Umbria
Associazione Ricreativo Culturale

La Dr.ssa Lucia Taragnoloni, biologa nutrizionista, propone agli associati dell'Associazione Ricreativo Culturale ARC - Regione Umbria una riduzione del 10% sulla prima visita con determinazione del piano alimentare ottimale e sul primo controllo. Quindi:

- ***Prima visita + dieta: 90 euro anziché 100***
- ***Primo controllo: 35 euro anziché 40***

Dr.ssa Lucia Taragnoloni
Biologa Nutrizionista
✆ **320-9681172**
✉ **lucia.taragnoloni@gmail.com**
Il Consultorio Alimentare
Linked In: Lucia Taragnoloni

Riceve su appuntamento presso:
Polimedica Pian di Massiano
Via Tazio Nuvolari 19 - 06125 Perugia (PG)

Spazio Salute Assisi
Via delle Querce 15/17 - 06083 Bastia Umbra, Perugia (PG)

COMPETENZE E CAMPI DI ATTIVITÀ:

Valutazione dello **stato di nutrizione** individuale:

- misurazioni antropometriche (peso, altezza, circonferenze corporee)
- stima della composizione corporea (idratazione, massa magra, massa grassa, metabolismo basale) tramite bioimpedenziometro
- stima del fabbisogno energetico e di nutrienti giornaliero, abitudini e consumi alimentari, stile di vita

Piani alimentari personalizzati e **riequilibrio nutrizionale** in condizioni fisiologiche o patologiche accertate dal medico: gravidanza, allattamento, età evolutiva, menopausa, anziani, sportivi, diabete, sovrappeso e obesità, disturbi del comportamento alimentare, disturbi e patologie gastro-intestinali, metaboliche, cardiovascolari, renali e tiroidee, malnutrizione, etc.

Programmi di **educazione alimentare** e promozione di stili di vita sani rivolti a: gruppi, famiglie, scuole, luoghi di lavoro, istituti sanitari, centri di aggregazione e target specifici (età evolutiva, donne, anziani, sportivi, etc.)

Attività di **formazione e consulenza** professionale di operatori sanitari o del settore agro-alimentare, formulazione e revisione di menu per la ristorazione collettiva.

Possibilità di collaborazione con altre figure professionali per il **lavoro integrato multidisciplinare**: medici di base e specialisti, psicologi, terapisti, educatori, operatori sanitari, specialisti in attività motoria, operatori o specialisti del settore agro-alimentare, etc.

Educazione terapeutica familiare per il trattamento di sovrappeso, obesità e disturbi del comportamento alimentare, con particolare riferimento all'età evolutiva.