

Attività ambulatoriale in regime privato.

Per prenotazioni contattare il numero

 041 50 71 725

Il dott. Zambon Nicholas, con esperienza quindicennale come Farmacista Clinico, ora Biologo Nutrizionista, saprà accompagnarvi nel vostro percorso di riconciliazione con gli alimenti, fornendovi servizi di consulenza, formazione e piani alimentari su misura.



POLICLINICO SAN MARCO S.p.A

Via Zanotto, 40 - Mestre (VE)

Centralino: 041 - 50 71 611

Fax Direzione: 041 - 50 71 746

e-mail: info@policlinicosanmarco.it

e-mail: urp@policlinicosanmarco.it

COME SI RAGGIUNGE:

DA VENEZIA PIAZZALE ROMA

Autobus n. 4L

(Fermata Mestre Centro-P.le Cialdini)

Tram Linea T1

(Fermata "Manuzio" di Viale San Marco)

DALLA FERROVIA

Autobus n. 31H

(da Corsia C3 Fermata Mestre Centro - P.le Cialdini)

Tram Linea T2

(Fermata Mestre Centro - P.le Cialdini)

PER CHI ARRIVA IN AUTO

- dall'autostrada A4 seguire le indicazioni Venezia/Aeroporto, dopo il casello proseguire per la tangenziale;
- dalla tangenziale di Mestre prendere l'uscita Castellana;
- alla rotatoria successiva girare a destra sulla sopraelevata in direzione Mestre Centro e proseguire dritto;
- dopo il 4° semaforo alla rotatoria girare a destra per Via Sansovino;
- al successivo semaforo girare a destra per Viale San Marco e percorrere il viale fino in fondo;
- alla fine di Viale San Marco girare a destra per Riviera Coronelli seguendo l'indicazione Policlinico San Marco

M-DS-175 Rev. 00 per Alimentazione e Benessere

**SCANSIONA
IL QR CODE**
PER SAPERNE DI PIÙ!
www.policlinicosanmarco.it



POLICLINICO SAN MARCO S.p.A.
CASA DI CURA PRIVATA ACCREDITATA SSN

Direttore Sanitario dr.ssa Marialuisa Migliorino

ALIMENTAZIONE e BENESSERE



Imparare a mangiare bene permette di migliorare lo stato di salute e la forma fisica, aiuta inoltre a prevenire l'insorgenza di malattie croniche.



La sfida più difficile da superare oggi per molte persone è stabilire un **corretto rapporto con il cibo** e raggiungere un buon **benessere psicofisico**. Il caotico mondo che ci circonda, con i suoi ritmi frenetici che impongono tappe forzate, spesso stravolge il nostro stato d'animo che poi sfocia in disturbi di tipo alimentare accompagnati da stress.

CHECK UP e PIANO ALIMENTARE PERSONALIZZATO

SERVIZI

CONSULENZA E VALUTAZIONE DELLA COMPOSIZIONE CORPOREA

La prima visita comprende:

- Determinazione del peso, delle circonferenze corporee e degli indici associati (BMI, rapporto vita-fianchi);
- Valutazione della morfologia;
- Analisi della composizione corporea tramite bioimpedenziometria vettoriale;
- Definizione degli obiettivi da raggiungere e delle abitudini da modificare;
- Elaborazione di un piano alimentare personalizzato in base alle preferenze e alle esigenze della persona e/o ad eventuali patologie.

PIANI ALIMENTARI PERSONALIZZATI

Saranno elaborati sulla base delle **esigenze** e delle **abitudini** dei pazienti, così come emergono dalla prima consulenza.

Vengono utilizzati modelli di dieta mediterranea, vegetariana e vegana, paleo, chetogenica, normocalorica, ipocalorica e iperproteica, dieta preventiva per le malattie cardiovascolari e altre patologie, la dieta da adottare in periodi particolari della vita (gravidanza e allattamento, menopausa, infanzia e senilità) e la dieta per chi mangia spesso fuori casa.

PROGRAMMI ALIMENTARI PERSONALIZZATI

Riequilibrio nutrizionale ed educazione alimentare per **pazienti sportivi** sia a livello non agonistico che agonistico e in caso di **condizioni cliniche** come:

- Malnutrizione per eccesso o per difetto;
- Obesità;
- Diabete;
- Cardiopatie;
- Dislipidemie;
- Allergie o intolleranze alimentari (celiachia, gluten sensitivity, intolleranza al nichel, istamina e lattosio);
- Malattia oncologica;
- Gravidanza;
- Allattamento;
- Età pediatrica / adolescenza;
- Menopausa;
- Terza età;
- Soggetti vegetariani e/o vegani;
- Malattie infiammatorie (malattie reumatiche, gastrite, dermatite, ovaio policistico);
- Malattie autoimmuni e degenerative (artrite reumatoide, tiroide, patologie oncologiche, Alzheimer, Parkinson, morbo di Chron, osteoporosi);
- Malattie dell'apparato gastrointestinale (gastrite, colite, ulcera, meteorismo, IBS).

