



## *Obiettivo Nutrizione*

nasce dall'idea del dr. Francesco Cantone, esperto in educazione alimentare, in sinergia con uno staff di medici e professionisti della salute (trainer, osteopati, chiropratici).



## *Benvenuti in Obiettivo Nutrizione*

Il nuovo centro specializzato nella **rieducazione alimentare** con metodica fondata sul rispetto della salute, delle esigenze nutrizionali, dei gusti e delle abitudini personali; si basa sullo **studio approfondito della persona**, in un'ottica generale dal quadro fisio-patologico alla valutazione delle intolleranze alimentari.

Sarà effettuata visita medica, esaminato lo **stato di salute** e lo stato di forma e saranno valutate l'alimentazione abituale e lo stile di vita del soggetto. Questo permetterà di formulare un piano alimentare personalizzato, efficace ed efficiente.




*il gusto di stare bene!*

**DR. FRANCESCO CANTONE**  
**TECNOLOGO ALIMENTARE**

TEL. +39 347 630 0433 

info@obiettivonutrizione.it

 OBIETTIVO NUTRIZIONE

www.obiettivonutrizione.it



# Cosa prevede la prima visita?



## La nostra metodica alimentare è consigliata

- ⊙ a chi è in **sovrappeso** o **sottopeso**
- ⊙ a chi pratica **sport**
- ⊙ a chi soffre di **intolleranze** o **allergie alimentari**
- ⊙ a chi segue **diete alternative** (ad esempio vegetariana o vegana)
- ⊙ alle donne in **gravidanza** o in allattamento
- ⊙ a bambini, adolescenti e anziani
- ⊙ a chi soffre di stati patologici come diabete, ipertensione, colite, stipsi, dislipidemia.

### *Visita medica generale e valutazione degli esami clinici*

Raccolta dati anamnestici, visita medica, valutazione accertamenti clinici e strumentali, valutazione esami biochimici.

### *Test di intolleranza alimentare*

Eseguito con metodo EAVi, consente di rilevare in maniera non invasiva e in breve tempo le eventuali intolleranze (tra circa 250 alimenti).

### *Antropometria e plicometria*

In questa fase si individuano i distretti corporei con più alta concentrazione di grasso sottocutaneo.

### *Elettroimpedenziometria*

Esame della composizione corporea in termini di massa grassa, massa magra, massa muscolare e acqua; metabolismo basale e qualità del tessuto muscolare.

### *Diario alimentare e dello stile di vita settimanale*

Utile per stabilire se esiste un rapporto fra lo stato di forma fisica e gli errori alimentari e dello stile di vita.

### *Formulazione di un piano alimentare*

Gli elementi acquisiti consentiranno di creare il miglior profilo alimentare personalizzato, che verrà adeguato ai normali cambiamenti metabolici.

