

GIULIA
FRANCESE
BIOLOGA NUTRIZIONISTA

IL CONCETTO DI DIETA

Dieta, dal greco **δίαιτα** - diaita - significa "abitudine" "modo di vivere".

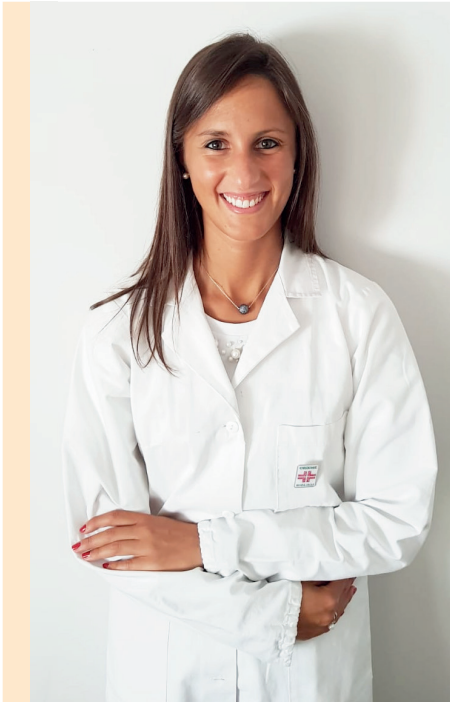
La dieta è il **modo di vivere volto alla salute**.
Intraprendere un percorso nutrizionale comporta un **cambio di abitudini**.



SCHEMI NUTRIZIONALI PERSONALIZZATI

sulla base di:

- **CONDIZIONI FISILOGICHE SPECIFICHE:**
(bambini, adolescenti, adulti, senilità, gravidanza e allattamento, menopausa)
- **CONDIZIONI PATOLOGICHE ACCERTATE**
(diabete, ipertensione, colite, ernia iatale etc.)
- **SOVRAPPESO E OBESITÀ**
- **INTOLLERANZE E ALLERGIE**
- **ESIGENZE DI ATLETI PROFESSIONISTI e/o SPORTIVI AMATORIALI**



La **Dott.ssa Giulia Francese**
- **Biologa Nutrizionista** -
sarà pronta a fornirti tecniche
e strumenti che ti aiuteranno a
raggiungere i tuoi obiettivi!

SCEGLIERE DI **NON**
RIMANDARE È IL PIÙ GRANDE
GESTO D'AMORE CHE
REGALIAMO A NOI STESSI.

VALUTAZIONE DELLA COMPOSIZIONE CORPOREA

tramite misure antropometriche e Bioimpedenziometria
(BIA 101 Anniversary Sport Edition By AKERN)

PERCORSI DI EDUCAZIONE ALIMENTARE PERSONALIZZATI

volti al miglioramento del benessere ed al mantenimento dello stato di salute

INCONTRI DI PREVENZIONE COLLETTIVA

volti all'educazione alimentare di particolari gruppi di soggetti
(adolescenti, sportivi, persone in sovrappeso, donne in gravidanza e post
partum, donne in menopausa etc.)



QUELLO CHE FAI OGGI
PUÒ MIGLIORARE IL TUO DOMANI



**CONTATTAMI
E PRENOTA LA TUA VISITA**



(+39) 340 243 8634



nutrizionista@giuliafrancese.it