KINÈ

LE GUIDE DI KINÈ

SCREENING NUTRIZIONALE

QUELLO CHE DEVI SAPERE

poliambulatorio di
fisioterapia
ortopedia
analisi del movimento

KINE'

SCREENING NUTRIZIONALE

QUELLO CHE DEVI SAPERE.

Alimentarsi correttamente vuol dire adottare una dieta che sia in grado di soddisfare i bisogni fisiologici dell'organismo sia dal punto di vista qualitativo che quantitativo.

Il termine dieta, dal greco dìaita= regime, stile, tenore di vita, è sinonimo di alimentazione corretta, sana ed equilibrata.
Alimentarsi correttamente vuol dire adottare una dieta che sia in grado di soddisfare i bisogni fisiologici dell'organismo sia dal punto di vista qualitativo che quantitativo.
La dieta ottimale, infatti, oltre a soddisfare le esigenze fisiologiche dell'organismo, si deve armonizzare con la sfera psicologica e relazionale, appagando i sensi, aderendo alla tradizione del territorio, adeguandosi al ritmo vitale.
Il mio obiettivo professionale è quello di promuovere uno stato di salute e benessere attraverso la cura del corpo, dall' alimentazione e di tutti gli aspetti ad essa correlati.

Fondamentale, nel mio modo di lavorare, è rispettare la soggettività, in un percorso che non si configuri come rigido e strutturato ma adattabile alle particolarità, alle esigenze e ai tempi di ognuno in quanto, ogni persona è unica, ha una sua storia individuale, proprie abitudini alimentari e di vita e deve essere analizzata sotto tutti questi punti di vista.
Per questo motivo, per ottenere risultati che siano efficaci sia da un punto di vista estetico che di salute e soprattutto che siano duraturi, non è possibile pensare di seguire diete fornite attraverso servizi on-line che "vanno bene per tutti", o peggio ancora, prese da riviste di varia natura. Il mio obiettivo è pertanto quello di fornire una terapia nutrizionale su misura, costruita in base alle

metabolici) e personalizzata nel tempo seguendo il naturale cambiamento delle varie esigenze.

SCREENING NUTRIZIONALE

Attraverso lo screening nutrizionale è possibile identificare i fattori di malnutrizione, il rapporto che il paziente ha con il cibo e qual è il suo comportamento alimentare. Durante questa fase viene effettuata la valutazione della composizione corporea e dei fabbisogni energetici e nutritivi. La valutazione della composizione corporea è ottenuta mediante misure antropometriche e plicometria.
Durante la prima visita verranno quindi effettuate le seguenti procedure.

ANTROPOMETRIA

E' il metodo più utilizzato per la valutazione dello stato nutrizionale negli studi di popolazione e comprende le tecniche di misura del peso e delle dimensioni corporee.
I dati ottenuti dalle misurazioni antropometriche forniscono informazioni sullo stato nutrizionale dei soggetti in maniera diretta. Inoltre, combinando varie misure tra loro, si possono ricavare degli indici correlati con il grasso corporeo totale e con il rischio di malattia e si può valutare la composizione corporea.

PLICOMETRIA

Questa metodica, assolutamente non invasiva, consente tramite la rilevazione di 8 pliche cutanee (bicipitale, tricipitale, pettorale, addominale, sottoscapolare, soprailiaca, mediana coscia, mediale polpaccio), la valutazione della composizione corporea nell'adulto e nel bambino.

REFERTO COMPOSIZIONE CORPOREA

I dati plico-antropometrici producono un referto, elaborato da un software, contenente i dati dettagliati sulla valutazione della composizione corporea

che verrà rilasciato al paziente.

DIETE PERSONALIZZATE

Il piano alimentare viene elaborato in presenza di stati fisiologici quali: Gravidanza e Allattamento; Menopausa; Età Evolutiva (infanzia e adolescenza); Terza Età; Vegetariani e Vegani; Sportivi. Il piano è strettamente personalizzato, tenendo conto delle specifiche abitudini e dei gusti del paziente.

I controlli periodici permetteranno di:

- Monitorare le variazioni del peso corporeo e delle circonferenze.
- Monitorare le modificazioni della composizione corporea.
- Monitorare i cambiamenti del metabolismo basale.
- Valutare l'aderenza alla prescrizione dietetica.
- Monitorare i parametri ematochimici (analisi del sangue).
- Adattare la dieta alla stagionalità.

DIETE PER PATOLOGIE ACCERTATE

L'elaborazione di piani alimentari viene effettuata anche in presenza di stati patologici accertati, quali: Diabete; Dislipidemie (ipercolesterolemia e ipertrigliceridemia); Sovrappeso e Obesità; Sottopeso e magrezza eccessiva; Intolleranze e Allergie alimentari; Ipertensione e Malattie cardiovascolari; Reflusso, Gonfiore Addominale, Gastrite, Stipsi, Diarrea, Colon Irritabile, Diverticoli.

Durante la prima visita il paziente si sottopone ad una intervista per mettere in evidenza eventuali patologie in corso o pregresse; familiarità per patologie o per scompensi ponderali; terapie farmacologiche in corso; esigenze alimentari particolari; allergie e intolleranze alimentari. Dopo questa prima fase si passa ad una serie di analisi che attraverso i dati e le informazioni raccolte ci permetteranno di iniziare il percorso insieme. Si consiglia di portare con sé, in occasione della prima visita, gli esami del sangue più recenti (non anteriori a 6 mesi) e la eventuale documentazione medica che accerti la pre-

SEDE DI CONEGLIANO
KINÈ DI POSER A. E ROSSI A.

Via Venezia, 13/Q - 31020
San Vendemiano - TV - Italia
conegliano@kine-fisio.it
0438 402492

SEDE DI TREVISO
KINÈ S.R.L.

Via della Quercia, 2/B - 31100
Treviso - TV - Italia
treviso@kine-fisio.it
0422 1840888

kine-fisio.it