

# NUESTRAS TARIFAS – NUTRICIÓN CLÍNICA

## PLAN DUO

¿Estáis pensando en conseguir vuestro peso saludable y mejorar los hábitos alimentarios de la pareja?

Entonces este plan está pensado para vosotros. En este caso, trabajamos *planes nutricionales* personalizados, pero con las mismas pautas y recetas para ambos.

¿Cuánto cuesta acudir al Dietista – Nutricionista?

Las primeras visitas son las más largas, tienen una duración aproximada de 1 hora en función del tipo del *plan nutricional* a realizar.

Esta primera visita consta de 2 partes:

- En la primera, conocer los **motivos por los que solicitas nuestros servicios**.
- En la segunda **te hacemos una exhaustiva entrevista para conocer tu situación** de salud y hábitos dietéticos.

En esta primera visita se da alguna recomendación de carácter general, pero es en la segunda visita donde entregamos el *plan nutricional* personalizado. Tu nutricionista te preparará las pautas adaptadas con la información que obtiene en la primera cita.

- La segunda visita no consiste simplemente en ir a buscar el *plan nutricional* prescrito. En ella, realizamos una **valoración nutricional** en función del peso, altura, edad, sexo y mediciones antropométricas, donde se marcan los objetivos a conseguir durante el tratamiento y se explica con detenimiento el material entregado.

Primera visita	Entrega del plan nutricional	Seguimientos	Bonos de 6 Seguimientos
90 €	75 €	90 €	450 €
Duración de la visita: 60 min.	Duración de la visita: 60 min.	Duración: 15 min.	Duración de las visitas: 15 min.
<b>¿En qué consiste?</b>	<b>¿En qué consiste?</b>	<b>¿En qué consisten?</b>	<b>Una visita te sale gratis.</b>
Entrevista y valoración para conocer el estado nutricional actual de la pareja.	El nutricionista os explica tu <i>plan nutricional personalizado</i> y te resuelve cualquier duda.	Evaluar los cambios y hábitos logrados.	
<b>¿Qué nos llevamos?</b>	<b>¿Qué nos llevamos?</b>	<b>¿Qué nos llevamos?</b>	
Marcamos objetivos y primeras pautas.	Plan nutricional personalizado-compartido.	Nuevo plan nutricional adaptado a los objetivos	



Beatriz Maciá Martínez

Médico

Nº Colegiado: 03-0311271

Pedro Linero Salinas

Dietista – Nutricionista

Nº Colegiado: CV00939

C/ Blas Orts Sánchez, 29 – Bajo 03203 Elche (Alicante)

966 28 52 55

www.clmnutricion.es

## PRIMERA VISITA

La primera visita tanto presenciales como online, siempre es más larga, con una duración aproximada de 1.5 horas.

Podemos dividir esta primera visita en dos fases diferenciadas:

- En la primera toma de contacto os preguntaremos acerca de cuál es vuestro objetivo o propósito por el que habéis venido a visitarnos.
- La segunda fase, consistirá en una entrevista donde os realizaremos una serie de preguntas para conocer cuáles son vuestros gustos, horarios, hábitos alimentarios actuales, actividad física, etc. Esta información nos será muy útil para preparar vuestro *plan nutricional compartido* adaptado y personalizado a vuestra situación y necesidades concretas.
- Os daremos unas primeras pautas en función de los datos recogidos.

## ENTREGA DE LA PLANIFICACIÓN DIETÉTICA

Después de la primera visita, donde recopilamos toda la información necesaria para prepararos las pautas dietéticas, **concertaremos una visita la semana siguiente para entregaros y explicaros vuestro *plan nutricional* personalizado** que os hemos preparado con toda la información que recogimos en la primera visita. Realizaremos también una valoración nutricional actual completa, basándonos en vuestro peso, altura, sexo y edad. En este punto, marcaremos nuestro objetivo a alcanzar una vez finalizado el tratamiento.

Siempre trabajamos con planes **personalizados**, es por eso, que necesitamos unos días para elaborar dicho *plan* adaptado a vuestra situación.

## SEGUIMIENTOS

Una vez ya disponéis del *plan nutricional*, es recomendable realizar las visitas de seguimiento **cada 2 semanas** como máximo.

En este tiempo, podremos evaluar y valorar los cambios producidos.

Si por motivos económicos o de disponibilidad quieres espaciar más las visitas, **nos adaptaremos** sin problema. El principal inconveniente de espaciar demasiado tiempo las visitas es que podrás sentirte menos acompañado durante el proceso.