

## SERVICIO DE NUTRICIÓN

### “COME BIEN, VIVE BIEN”

Boletín nº 45  
27 de febrero de 2009

Estimados amigos y amigas, nos es grato informaros acerca del nuevo Servicio de Nutrición que a partir del 9 de marzo entrará en funcionamiento en el Centro Termolúdico de Cascante.

Mediante este servicio se pretenden conseguir los siguientes objetivos:

1. Actuar sobre la alimentación de la persona sana o enferma (en este caso después del diagnóstico médico), teniendo en cuenta las necesidades fisiológicas (o patológicas si es el caso), preferencias personales, socioeconómicas, religiosas y culturales.
2. Prevenir, promocionar, asesorar y educar a la persona en unos correctos hábitos nutricionales.



**Maider Sola Clemente**, Diplomada en Nutrición Humana es la responsable del Servicio de Nutrición.

### ESTUDIO PERSONALIZADO—1ª CITA

#### HISTORIA CLÍNICA

1. Datos de Filiación
2. Motivo de la consulta
3. Antecedentes familiares y personales

#### HISTORIA DIETÉTICA

1. Encuesta Dietética
2. Recuerdo de 24 horas
3. Hábitos alimentarios
4. Hábitos tóxicos

#### EXPLORACIÓN FÍSICA

1. Peso, altura, IMC, ICC, complexión y presión arterial.
2. Medición de pliegues, perímetros y diámetros.
3. Obtención de porcentajes corporales y pesos ideales.
4. Valoración analítica (última analítica del paciente).

#### ESTABLECIMIENTO DE OBJETIVOS, ASESORAMIENTO NUTRICIONAL PERSONALIZADO Y ELABORACIÓN DEL PLAN NUTRICIONAL

### PLANES NUTRICIONALES

- **Perdida de Peso**
- **Ganancia de Peso**
- **Ayudas al Entrenamiento (suplementación y medidas ergogénicas)**
- **Situaciones especiales**
- **Trastornos de la alimentación**

[Más detalles](#)

\* Con el objeto de ofrecerte un servicio de información actual acerca de los programas y servicios que ofrece el Centro Termolúdico, regularmente usted recibe de forma gratuita nuestros boletines electrónicos. De esta manera, U.T.E. Gesport S.L. Kines S.L. trata de ofrecerte un servicio adaptado a sus necesidades. Por todo ello, y en cumplimiento de la Ley de Servicios de la Información y Comercio Electrónico, debemos informarle que su dirección de correo electrónico figura en nuestra base de datos. Salvo que recibamos indicaciones expresas en contra, estimaremos que acepta recibir dicha información. Si quiere hacer uso de su derecho a darse de baja, puede hacerlo respondiendo a este correo electrónico, o haciéndolo efectivo usted mismo en la propia página web de la instalación <http://www.termoludicocascante.com/boletin/>



Un correcto asesoramiento y educación nutricional son fundamentales para la consecución de los objetivos que la persona se plantee. Desde el Servicio de Nutrición te ayudamos a conseguirlo.



Igual de fundamental es La medición y control continuo para conseguir los objetivos propuestos.

