

Dietologia
Educazione alimentare
Alimentazione pediatrica
Alimentazione terza età
Alimentazione menopausa
Alimentazione in ostetricia
Alimentazione sportiva
Diabetologia
Nutrizione
Programmi alimentari
Vega Test
Check up minerali
Disbiosi Test
Antiaging
Psicodieta
DCA
Ipnosi
Coaching nutrizionale



MANGIO POSITIVO!

Il nostro obiettivo è quello di guidare la persona a riscoprire il piacere dell'alimento secondo un istinto vitale, come fonte di nutrimento a lei complementare. La DIETA per noi non ha il senso di "restrizione", ma è un percorso di GUIDA verso un'alimentazione equilibrata secondo il proprio gusto, riattivando al contempo il metabolismo.

Dietologia: studia gli effetti degli alimenti sul metabolismo. La dieta "specificata" per migliorare il peso-forma o con altri obiettivi, viene impostata in base alle analisi, alle patologie, allo stile di vita, al gusto personale, nel rispetto della fisiologia e dei bioritmi, per riequilibrare le funzioni organiche, gli stati patologici secondo l'età, lo stato psico-fisico, le necessità nutrizionali (menopausa, dismetabolismo, attività sportiva).

Mangiare per dimagrire: una dieta dimagrante è veramente efficace quando non solo tiene conto dell'apporto calorico e del calo ponderale, ma personalizza sapientemente l'associazione di alimenti terapeutici, favorendo l'attivazione metabolica, regolando le funzioni ormonali e ripristinando l'armonia della figura corporea.

Dieta anti-aging: attuali studi scientifici dimostrano che programmi alimentari studiati ad hoc, ad alto potere antiossidante, favoriscono longevità e miglioramento estetico.

Vega test: identifica le incompatibilità alimentari responsabili di molti disturbi. Un programma con alimenti compatibili per circa 2 mesi, consente un veloce recupero del peso forma con riduzione dell'adipe e della ritenzione idrica con un risultato stabile.

CENTRO MEID

Medical Health Center

Viale Vittorio Veneto, 10 - MI
Tel. 02.36521064 - 347.3204286
www.centromeid.com

 **MEID**
Ginecologia - Omeopatia

 **FISIO**
Ortopedia - Riabilitazione

 **DIET**
Dietologia - Vega Test

 **MIND**
Psicologia - Ipnosi

 **ESTETIC**
Medicina estetica

 **CARDIO**
Cardiologia - ECG

 **HEALTH**
Terapie benessere

 **FIT**
Ginnastica medica

Psicodieta: la DIETA (dal greco DIAITA) è un "modo di vivere in armonia", uno stile di vita regolare ed armonico. Questa è la base metodologica e terapeutica che affronta il problema alimentare da un punto di vista nutrizionale e psicologico-comportamentale, attraverso un'analisi approfondita degli schemi mentali, delle convinzioni e dei comportamenti.

DCA - Disturbi del comportamento alimentare: disagio caratterizzato da un alterato rapporto con il cibo e con il proprio corpo, condizione che può fortemente influenzare la propria autostima. L'aggravamento patologico può portare all'anoressia, alla bulimia, all'iperfagia.

Ipnosi: stato psicologico particolare che non annulla la volontà, richiede motivazione personale, permettendo di rafforzare le proprie risorse interiori. In associazione ad una psicoterapia breve è un utile ausilio per controllare la fame nervosa e per gestire le situazioni di stress senza ricorrere al cibo.

Coaching nutrizionale: l'aumento o il calo del peso può nascondere problematiche molto profonde di difese verso l'esterno, che vanno al di là del mero aspetto nutrizionale. Con questo percorso si matura una consapevolezza più profonda sulla causa del disagio, con benefici psicofisici.