**Inż. Magdalena Semak – konsultacje żywieniowe**

**Centrum Medyczne Nowa**

**Cennik usług**

|  |  |
| --- | --- |
| **Analiza składu ciała wraz z omówieniem(bez konsultacji dietetycznej).** | **30 zł** |
| **Pierwsza wizyta bez jadłospisu**  **Cena obejmuje: poradę żywieniową, pomiary antropometryczne, analizę składu ciała wraz z omówieniem wyników, wywiad żywieniowo-zdrowotny, wskazówki dotyczące prawidłowego odżywiania, analizę ewentualnych wyników badań lub zlecenie badań, wskazanie błędów w dotychczasowym żywieniu).Czas trwania wizyty 60-80 minut.** | **80 zł** |
| **Pierwsza wizyta z zaleceniami**  **Cena obejmuje: poradę żywieniową, pomiary antropometryczne, analizę składu ciała wraz z omówieniem wyników, wywiad żywieniowo-zdrowotny, wskazówki dotyczące prawidłowego odżywiania, analizę ewentualnych wyników badań lub zlecenie badań, wskazanie błędów w dotychczasowym żywieniu + obszerne, indywidulanie dobrane zalecania do diety oraz lista produktów zalecanych i przeciwskazanych w diecie(bez jadłospisu).** | **120 zł** |
| **Pakiet startowy bez jednostki chorobowej(diety normokaloryczne, redukcyjne, na nabranie masy ciała, zdrowe odżywianie, diety dla dzieci)- z jadłospisem**  **Cena obejmuje :analizę składu ciała i omówienie wyników, pomiary antropometryczne, wywiad żywieniowy i zdrowotny, analizę nawyków żywieniowych pacjenta ,wyznaczenie profilu diety i indywidualnego planu działania, wskazówki dotyczące prawidłowego odżywiania, wskazanie błędów w dotychczasowym żywieniu, analizę ewentualnych wyników badań lub zlecenie badań, opracowanie jadłospisu wraz z obszernymi zaleceniami, wskazówkami, listą zakupów, dokładnymi przepisami, darmowe konto elektroniczne na portalu dietetykpro, dające możliwość jeszcze łatwiejszego i przyjemniejszego sposobu na kontrolę swojej diety i kontakt ze mną. Stała opieka mailowa przez czas trwania pakietu(miesiąc), na której odpowiem na wszelkie pytania i wątpliwości odnośnie diety. Jadłospis ustalany jest w oparciu o analizę składu ciała, pomiary antropometryczne, stan zdrowia, preferencje smakowe, sezonowość produktów, wywiad żywieniowo-zdrowotny. Czas trwania wizyty 60-80 minut.**  **Po tym czasie przedłużenie pakietu stanowi co miesięczna wizyta kontrolna opisana poniżej.** | **200 zł** |
| **Wizyta kontrolna**  **Cena obejmuje: kontrolne badanie składu ciała oraz pomiary antropometryczne, omówienie dotychczasowych efektów realizowanego programu, dalsze wskazówki i zalecenia, analiza aktualnych wyników badań lub ich zlecenie, korekta i drobna wymiana posiłków w jadłospisie(nie jest wymieniany cały jadłospis).**  **Uwaga: Wizyta kontrolna odbywa się zwykle 1-2 razy w miesiącu w zależności od potrzeb. Jest przedłużeniem pakietu na kolejny miesiąc.** | **50 zł** |
| **Wizyta kontrolna z modyfikacją jadłospisu**  **Cena obejmuje: kontrolne badanie składu ciała oraz pomiary antropometryczne, omówienie dotychczasowych efektów realizowanego programu, dalsze wskazówki i zalecenia, analiza aktualnych wyników badań lub ich zlecenie, większa modyfikacja jadłospisu(wymiana większej ilości posiłków, zmiana kaloryczności lub proporcji w diecie)** | **80 zł – 130 zł** |
| **Pakiet startowy w jednostce chorobowej i nietolerancjach pokarmowych –dietoterapia.**  **Cena obejmuje :analizę składu ciała i omówienie wyników, pomiary antropometryczne, wywiad żywieniowy i zdrowotny, analizę nawyków żywieniowych pacjenta ,wyznaczenie profilu diety i indywidualnego planu działania, wskazówki dotyczące prawidłowego odżywiania, wskazanie błędów w dotychczasowym żywieniu, analizę wyników badań lub zlecenie badań, opracowanie jadłospisu wraz z obszernymi zaleceniami, wskazówkami, listą zakupów, dokładnymi przepisami, darmowe konto elektroniczne na portalu dietetykpro, dające możliwość jeszcze łatwiejszego i przyjemniejszego sposobu na kontrolę swojej diety i kontakt ze mną. Stała opieka mailowa przez czas trwania pakietu(miesiąc), na której odpowiem na wszelkie pytania i wątpliwości odnośnie diety. Jadłospis ustalany jest w oparciu o analizę składu ciała, pomiary antropometryczne, stan zdrowia, preferencje smakowe, sezonowość produktów, wywiad żywieniowo-zdrowotny. Czas trwania wizyty 60-80 minut.** | **210-260 zł(cena zależy od ilości i rodzaju schorzeń)** |
| .  **Pakiet startowy w zwiększonej aktywności fizycznej –sport.**  **Cena obejmuje :analizę składu ciała i omówienie wyników, pomiary antropometryczne, wywiad żywieniowy i zdrowotny, analizę nawyków żywieniowych pacjenta ,wyznaczenie profilu diety i indywidualnego planu działania, wskazówki dotyczące prawidłowego odżywiania, wskazanie błędów w dotychczasowym żywieniu, analizę wyników badań lub zlecenie badań, opracowanie jadłospisu wraz z obszernymi zaleceniami, wskazówkami, listą zakupów, dokładnymi przepisami, darmowe konto elektroniczne na portalu dietetykpro, dające możliwość jeszcze łatwiejszego i przyjemniejszego sposobu na kontrolę swojej diety i kontakt ze mną. Stała opieka mailowa przez czas trwania pakietu(miesiąc), na której odpowiem na wszelkie pytania i wątpliwości odnośnie diety. Jadłospis ustalany jest w oparciu o analizę składu ciała, pomiary antropometryczne, stan zdrowia, preferencje smakowe, sezonowość produktów, wywiad żywieniowo-zdrowotny. Czas trwania wizyty 60-80 minut.** | **250 zł** |
| **Dieta w przypadku Candidy (grzybica organizmu)**  **Cena obejmuje :analizę składu ciała i omówienie wyników, pomiary antropometryczne, wywiad żywieniowy i zdrowotny, analizę nawyków żywieniowych pacjenta ,wyznaczenie profilu diety i indywidualnego planu działania, wskazówki dotyczące prawidłowego odżywiania, wskazanie błędów w dotychczasowym żywieniu, analizę wyników badań lub zlecenie badań, opracowanie jadłospisu wraz z obszernymi zaleceniami, wskazówkami, listą zakupów, dokładnymi przepisami, darmowe konto elektroniczne na portalu dietetykpro, dające możliwość jeszcze łatwiejszego i przyjemniejszego sposobu na kontrolę swojej diety i kontakt ze mną. Stała opieka mailowa przez czas trwania pakietu(miesiąc), na której odpowiem na wszelkie pytania i wątpliwości odnośnie diety. Jadłospis ustalany jest w oparciu o analizę składu ciała, pomiary antropometryczne, stan zdrowia, preferencje smakowe, sezonowość produktów, wywiad żywieniowo-zdrowotny. Czas trwania wizyty 60-80 minut.** | **250 zł** |
| **Pakiet alergiczny opieka miesięczna dietetyka(dieta eliminacyjno-rotacyjna)**  **Cena obejmuje :analizę składu ciała i omówienie wyników, pomiary antropometryczne, wywiad żywieniowy i zdrowotny, analizę nawyków żywieniowych pacjenta ,wyznaczenie profilu diety i indywidualnego planu działania, wskazówki dotyczące prawidłowego odżywiania, wskazanie błędów w dotychczasowym żywieniu, analizę wyników badań lub zlecenie badań, opracowanie jadłospisu wraz z obszernymi zaleceniami, wskazówkami, listą zakupów, dokładnymi przepisami, darmowe konto elektroniczne na portalu dietetykpro, dające możliwość jeszcze łatwiejszego i przyjemniejszego sposobu na kontrolę swojej diety i kontakt ze mną. Stała opieka mailowa przez czas trwania pakietu(miesiąc), na której odpowiem na wszelkie pytania i wątpliwości odnośnie diety. Jadłospis ustalany jest w oparciu o analizę składu ciała, pomiary antropometryczne, stan zdrowia, preferencje smakowe, wyniki testów na nadwrażliwości pokarmowe.** | **300 zł** |
| **Pakiet małżeński(w przypadku, gdy obie osoby są zdrowe) Cena obejmuje :analizę składu ciała i omówienie wyników, pomiary antropometryczne, wywiad żywieniowy i zdrowotny, analizę nawyków żywieniowych pacjenta ,wyznaczenie profilu diety i indywidualnego planu działania, wskazówki dotyczące prawidłowego odżywiania, wskazanie błędów w dotychczasowym żywieniu, analizę wyników badań lub zlecenie badań, opracowanie jadłospisu wraz z obszernymi zaleceniami, wskazówkami, listą zakupów, dokładnymi przepisami, darmowe konto elektroniczne na portalu dietetykpro, dające możliwość jeszcze łatwiejszego i przyjemniejszego sposobu na kontrolę swojej diety i kontakt ze mną. Stała opieka mailowa przez czas trwania pakietu(miesiąc), na której odpowiem na wszelkie pytania i wątpliwości odnośnie diety. Jadłospis ustalany jest w oparciu o analizę składu ciała, pomiary antropometryczne, stan zdrowia, preferencje smakowe, sezonowość produktów, wywiad żywieniowo-zdrowotny. Czas trwania wizyty 60-80 minut** | **350 zł** |
| **Badanie witamin i składników mineralnych w skórze metodą EAV-pakiet podstawowy**  Profil podstawowy  bada 20 składników: biotynę, witaminę C, magnez, witaminę B1, witaminę B2, cynk, selen, witaminę B6, witaminę E, kwas foliowy, chrom, witaminę A, glukozaminę, witaminę B12,mangan,witaminę B3, omega 3-6, witaminę B5, witaminę D, wapń. Każdy składnik bada się w określonych partiach ciała . W przypadku witamin i minerałów z profilu podstawowego miejsca te zlokalizowane są na dłoniach i na stopach**.** | **50 zł** |





**Więcej informacji:**

* [**https://www.instagram.com/msdietetyknowa5/**](https://www.instagram.com/msdietetyknowa5/)
* [**http://dietdoctor.pl/gabinet/380/magdalena-semak-dietetyk-centrum-medyczne-nowa**](http://dietdoctor.pl/gabinet/380/magdalena-semak-dietetyk-centrum-medyczne-nowa)
* [**http://www.nowa5.pl/lekarze/dietetyk-77.html**](http://www.nowa5.pl/lekarze/dietetyk-77.html)
* [**https://www.facebook.com/msemakdietetyknowa5/?ref=aymt\_homepage\_panel**](https://www.facebook.com/msemakdietetyknowa5/?ref=aymt_homepage_panel)