

## CONTATTI

Per accedere al percorso si può  
contattare

direttamente il SIAN ASL CN2

Tel. 0173.316610 - 0173.316642

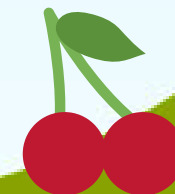
e-mail: [mberaudie@aslcn2.it](mailto:mberaudie@aslcn2.it)

**"S.C. Servizio di Igiene  
degli Alimenti e della  
Nutrizione"**

ASL CN2 "Alba-Bra"  
Primo piano Via Vida 10,  
Alba (Cn)

**SPORTELLO DI  
COUNSELING  
NUTRIZIONALE**

ACCESSO GRATUITO



## CONTROLLI

Viene effettuato un controllo al mese durante il quale si monitorizza l'andamento del percorso e si rilevano nuovamente i parametri antropometrici.

Durante ogni controllo si affronta un tema legato alla motivazione al cambiamento, alla lettura di etichette, all'impostazione dei menù settimanali, alla distribuzione dei pasti e alla porzionatura.

Si analizzano inoltre criticità e opportunità. Il percorso ha durata variabile a seconda di quanto concordato con l'utente.

## IL PERCORSO

### ACCOGLIENZA – PRIMA VISITA

Il percorso si articola in una prima visita individuale o di famiglia, durante la quale si accolgono gli utenti e viene effettuata una rilevazione dei parametri antropometrici e la raccolta dell'anamnesi alimentare.

Viene effettuata la valutazione dei bisogni / motivazione dell'utente e vengono concordati insieme gli obiettivi del percorso.

## OBIETTIVI

Lo sportello si occupa di fornire all'utenza le informazioni e le risorse informative per acquisire e mantenere nel tempo un corretto stile alimentare e uno stile di vita attivo.

### UTENZA

- soggetti sani che desiderano migliorare le loro abitudini alimentari
- soggetti a rischio, cioè appartenenti a sottogruppi di popolazione che hanno una aumentata probabilità di sviluppare una condizione di sovrappeso / obesità
- soggetti affetti da celiachia

