

Le altre sedi Habilita in Lombardia:

ALBINO

RSD

Via Selvino, 8 - 24021 Albino (BG)

T 035 4815511

infoalbino@habilita.it

BERGAMO

HABILITA MEDICAL

Piazza della Repubblica, 10 - 24122 Bergamo

T 035 4815511

infosanmarco@habilita.it

HABILITA DENTAL CLINIC

Viale Giulio Cesare, 18 - 24124 Bergamo

T 035 4815641

prenotazioniodontoiatria@habilita.it

BONATE SOTTO

LABORATORIO ANALISI MEDICHE

Via Veneto, 2 - 24040 Bonate Sotto (BG)

T 035 993050 - FAX 035 992297

infolab@habilita.it

BREMBATE DI SOPRA

HABILITA MEDICAL

Piazza Giovanni Paolo II, 53, 24030 Brembate di Sopra (BG)

T 035 4815511

infobrembate@habilita.it

CLUSONE

HABILITA MEDICAL

Via N. Zucchelli, 2 - 24023 Clusone (BG)

T 035 4815511

infoclusone@habilita.it

MILANO

HABILITA MEDICAL

Viale Premuda, 34 - 20129 - Milano (MI)

T 02 76022511

infomilano.oti@habilita.it

OSIO SOTTO

HABILITA MEDICAL

Via Donizetti, 6 - 24046 Osio Sotto (BG)

T 035 4815511

prenotazioni@habilita.it

HABILITA SPORT MEDICINE

Via Milano, 23 - 24040 Osio Sotto BG

T 035 881975

infosportmedicine.osio@habilita.it

SARNICO

OSPEDALE FACCANONI

Via P.A. Faccanoni, 6 - 24067 Sarnico (BG)

T 035 91811 - FAX 035 918296

info@habilitasarnico.it

#ABILITA

ORARI DI APERTURA

ZINGONIA

Orari Ambulatorio

LUN - VEN: 07:30 / 19:00

SAB: 07:30 / 13:00

Prenotazioni ambulatoriali

T 035 4815515

LUN - VEN: 08:00 / 19:00

prenotazioni@habilita.it

BERGAMO

Orari Ambulatorio

LUN - VEN: 07:00 / 20:00

SAB: 07:00 / 13:00

Prenotazioni ambulatoriali

T 035 4815970

LUN - VEN: 08:00 / 19:00

infosportmedicine@habilita.it

URP

LUN - VEN: 10:00 / 16:00

T 035 4815511

urp@habilita.it

ZINGONIA

ISTITUTO DI NEURORIABILITAZIONE

AD ALTA COMPLESSITÀ

Via Bologna, 1 - 24040 Zingonia di Ciserano (BG)

T 035 4815511 - FAX 035 4815600

prenotazioni@habilita.it

BERGAMO

HABILITA SPORT MEDICINE

Viale Giulio Cesare, 18 - 24124 Bergamo

T 035 4815970

infosportmedicine@habilita.it

Direttore Sanitario: Dr. Umberto Bonassi

habilita.it

habilitasportmedicine.it



Sistema Sanitario  Regione Lombardia

#ABILITA

Ambulatorio di Scienza della Nutrizione



L'Ambulatorio di Scienza della Nutrizione

In Habilita Zingonia e Habilita Sport Medicine è attivo l'Ambulatorio di **Scienza della Nutrizione**. Il nutrizionista ha l'obiettivo di correggere l'alimentazione del paziente al fine di poter raggiungere e mantenere nel tempo uno stato di **salute ottimale**.

Ultimamente sta crescendo, però, anche l'utilizzo di una corretta alimentazione come forma di **prevenzione** e quindi c'è una parte importante di pazienti che si rivolge al nutrizionista per investire nella propria salute, migliorare il proprio stile di vita e contrastare la tendenza ad aumentare di peso e incorrere in malattie, causata da abitudini alimentari scorrette.

Oggi Habilita dispone di due Ambulatori di Scienza della Nutrizione, uno a **Zingonia**, rivolto a qualsiasi tipologia di paziente, e uno a **Bergamo** (in Habilita Sport Medicine) che presenta una connotazione più legata all'ambito **sportivo**.

In questo caso, i nostri specialisti hanno l'obiettivo di massimizzare il rendimento atletico attraverso un'alimentazione sana e personalizzata, garantendo il giusto apporto di nutrienti essenziali e l'ottimale idratazione del corpo.

La valutazione con lo specialista in scienza della nutrizione comprende i seguenti aspetti:

- **Anamnesi generale:** valutazione dello stato di salute
- **Anamnesi nutrizionale e valutazione dello stile di vita**
- **Test bioimpedenziometrico:** rilevamento delle misure antropometriche (peso, altezza, BMI, circonferenze e antropoplicometria) e valutazione della composizione corporea
- **Definizione degli obiettivi** e indicazioni sulla gestione della terapia dietetica

A distanza di alcune settimane è poi prevista una valutazione di controllo in funzione delle singole esigenze e degli obiettivi.

- Valutazione dell'andamento del percorso
- **Analisi delle difficoltà** incontrate e **pianificazione** delle strategie di azione
- **Rilevamento delle misure antropometriche** (peso, altezza, BMI, circonferenze e antropoplicometria) e valutazione della composizione corporea
- Eventuali modifiche del piano nutrizionale

Si consiglia di presentarsi alla valutazione con gli **ultimi esami del sangue** effettuati (possibilmente eseguiti negli ultimi 6 mesi) ed eventuale documentazione medica (in presenza di patologie).

ZINGONIA

ISTITUTO DI NEURORIABILITAZIONE AD ALTA COMPLESSITÀ

Via Bologna, 1 - 24040 Zingonia di Ciserano (BG)

T 035 4815511 – FAX 035 4815600

prenotazioni@habilita.it

BERGAMO

HABILITA SPORT MEDICINE

Viale Giulio Cesare, 18 - 24124 Bergamo (c/o Gewiss Stadium)

T 035 4815970

infosportmedicine@habilita.it

