

UNIDAD DE CONTROL NUTRICIONAL

“Que la comida sea tu alimento, y el alimento tu medicina” Hipócrates.

El considerado padre de la medicina moderna, Hipócrates de Cos, daba por sentado que los pilares de la salud se encuentran en una correcta forma de comer y un buen estado del tracto digestivo.

Es indiscutible el efecto que tiene lo que ingerimos en la calidad de vida del ser humano. No hay bienestar sin una buena nutrición. Esa es nuestra filosofía en la intervención nutricional, acompañada de terapia ortomolecular y fitoterapia clínica. Entendiendo siempre la alimentación como un placer.

INTRODUCCIÓN

Tanto para la mejora como en el tratamiento de cualquier patología, entendemos la nutrición y otras intervenciones naturales como un arma valiosa. Los campos de acción son muy extensos:

- **Control de peso**

El mantenimiento de un peso adecuado para cada individuo es básico para evitar la aparición de dolencias relacionadas. Es sin duda la mejor forma de hacer medicina preventiva.

- **Combatir Síndrome metabólico en todas sus manifestaciones**

Diabetes, obesidad, hipertensión, dislipemias,... Son dolencias consideradas epidémicas en nuestra sociedad, y son la puerta de entrada de otros trastornos con un mayor impacto para nuestro día a día.

- **Erradicar alergias e intolerancias alimentarias**

Cada vez más personas las sufren; estamos rodeados de nutrientes peligrosos que trastocan nuestra fisiología. Devolver el equilibrio a nuestro organismo nos proporcionará bienestar y salud.

- **Tratamiento de fibromialgia...**

... Síndrome de “burn out”, y otras enfermedades de nuevo cuño, cuyo tratamiento efectivo pasa por hacer importantes cambios en nuestra forma de comer, acompañados de otras intervenciones farmacológicas.

- **Nutrición deportiva**

Optimizar lo que comemos y diseñar un correcto protocolo alimentario, específico para cada actividad física, mejora visiblemente nuestro rendimiento y nos ayudará a alcanzar objetivos concretos.

- **Tratamiento de trastornos autoinmunes**

Como psoriasis o artritis, teniendo en cuenta cuáles son los nutrientes que nos benefician y cuales nos perjudican.

- **Manejo de trastornos hormonales (tiroides, hormonas sexuales,...)**

- **Alimentación en el embarazo, la lactancia y en la infancia**

3 etapas de nuestra vida que marcarán la salud del individuo a lo largo del resto de su vida.

- **En el manejo de trastornos mentales**

Unas pautas alimentarias específicas, acompañan un buen tratamiento farmacológico y psicológico.

Ni que decir tiene, que un estado nutricional adecuado tiene su reflejo a nivel estético. Es el mejor tratamiento de belleza.