

LA CARTA DEI SERVIZI

1



COME SI FA A PRENOTARE UN APPUNTAMENTO?

Gli ambulatori in cui ricevo sono elencati nella voce **CONTATTI** in questo sito. Per prenotare una visita basta chiamare il numero **0549 909532** dal lunedì al venerdì in orari di ufficio.

2



QUANTO COSTA UNA VISITA?

La visita dietologica costa **120,00 €**, a cui bisogna aggiungere il costo di laboratorio relativo al test del DNA, che varia dai **70,00 ai 130,00 €**. La differenza di costo del laboratorio dipende dal numero di geni che vengono indagati: questo porta ad avere una Mappa Alimentare N.I.Ge.F. di **circa 160 alimenti**, nel caso di un test DNA ridotto (70,00 €) e una Mappa Alimentare di oltre **400 alimenti**, nel caso di un test DNA completo (130,00 €).

3



QUANTO DURA UNA VISITA?

La visita dura circa **30 minuti**: dopo aver effettuato una anamnesi clinica e alimentare, vengono rilevati peso, altezza ed eventuali misure antropometriche; vengono stabiliti quindi gli obiettivi e verificato il reale grado di motivazione e, infine, si effettua il prelievo del DNA.

4



OCCORRE ESSERE A DIGIUNO PER EFFETTUARE IL TEST DEL DNA?

Il test del DNA si effettua tramite tampone buccale e non attraverso prelievo ematico. È buona norma, al fine di permettere al tampone un buon assorbimento di materiale, evitare, fino a un'ora prima del test, di

- consumare cibo
- bere qualsiasi bevanda, escluso acqua
- fumare

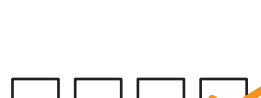
5



QUALI SONO I TEMPI PER RICEVERE I RISULTATI?

Una volta effettuata la visita, parte immediatamente la procedura per l'invio dei campioni al laboratorio. Sono però necessari dei tempi tecnici per ricevere dal laboratorio i risultati e per poi elaborare tutto in funzione di essi. Il tempo medio di attesa, dal momento della visita, si aggira tra le **3 settimane** (per il test DNA ridotto) e le **4 settimane** (test DNA completo).

6



SONO PREVISTE VISITE DI CONTROLLO DURANTE IL PERCORSO N.I.GE.F.?

Normalmente non sono previste visite di controllo. È buona norma pesarsi in casa propria tutti i lunedì e i venerdì e annotarsi il peso. Nella dieta N.I.Ge.F. è indicato quale deve essere il trend di dimagrimento mensile; basta quindi pesarsi con regolarità (non tutti i giorni) per controllare che tutto stia procedendo per il meglio. Il controllo viene effettuato solo se effettivamente ci sono delle reali esigenze per tenere più alta la motivazione o perché sono sopraggiunte delle problematiche cliniche che invece non erano presenti al momento della prima visita.

7



E SE CI SI FERMA CON IL DIMAGRIMENTO?

Niente paura: se per due settimane consecutive il peso rimane stazionario, pur avendo seguito alla lettera la dieta, basta chiamare il **Servizio di Assistenza** al numero **333 6662267** (dal lunedì al venerdì dalle **9.00 alle 12.00**) oppure inviare una mail a **info@primovercilli.it** e io mi attiverò gratuitamente per modificare la dieta.

8



È PREVISTA UNA DIETA DI MANTENIMENTO?

Sì. Il cosiddetto "mantenimento" è una **parte molto importante del Programma Alimentare N.I.Ge.F.** Attraverso di esso si rende l'alimentazione più elastica e articolata, mantenendo però lo stato di benessere raggiunto. Per ottenerlo si può scegliere di fare un controllo (al costo di 70,00 €) oppure, se non ci sono particolari esigenze lo si può richiedere al Servizio di Assistenza (al costo di 40,00 €) senza effettuare visite.

9



BISOGNA PORTARE IN VISITA DOCUMENTI CLINICI PARTICOLARI?

In sede di prima visita è bene portare con sé tutta la **documentazione clinica più recente**. Se è possibile, sarebbe di notevole aiuto portare almeno esami ematologici recenti (entro 3 mesi) contenenti: emocromo con formula, sideremia, ferritina, glicemia, emoglobina glicata, colesterolo LDL, colesterolo HDL, trigliceridi, AST, ALT, gamma-GT, fosfatasi alcalina, uricemia, TSH, T3, T4.