



ANDREA VERAS
NUTRICIONISTA FUNCIONAL E LONGEVIDADE

SOBRE A CONSULTA



QUEM SOU EU

Nutricionista Clínica Funcional e Comportamental, Chef de Cozinha Saudável, apaixonada por comida e com ampla experiência na cozinha.

O diferencial dos meus planos alimentares é associar a gastronomia funcional, levando sabor com receitas simples e prática para o dia a dia dos meus pacientes.

Acredito no trabalho integrado com outras ciências do saber, bem como da relação entre bem estar físico, mental, social e espiritual para realmente podermos falar em saúde.

Nutricionista CRN 34908
Mestre em Gerontologia pela PUC/SP
Pós graduada em Nutrição Clínica Funcional VP/SP
Chef de Cozinha Saudável pela Escola NaturalChef - Gastronomia Saudável e Funcional - Florianópolis/SC

CONSULTA

Ao agendar sua consulta enviaremos um link via whatsapp com uma pré-anamnese para ser respondido detalhadamente e por e-mail pelo aplicativo Webdiet mais três questionários que também deverão ser respondidos e salvos.

O QUE ABRANGE A CONSULTA

(duração: até 1h30)

- Anamnese nutricional e rotina alimentar para adequarmos o plano aos seus horários, compromissos e hábitos alimentares e de acordo com a patologia do paciente. Serão introduzidos novos alimentos, formas de preparo e treinaremos o seu paladar a novos sabores;
- Orientação comportamental;
- E-book completo com plano alimentar individualizado:
 1. Plano alimentar mensal e substituições;
 2. Sugestão de cardápio com base na gastronomia funcional;
 3. Receitas simples e prática;
 4. Orientações culinárias e nutricionais.
- E-book com guia de compras e orientações;
- Avaliação antropométrica com peso, altura, IMC (índice de massa corporal), % de gordura e massa muscular, idade metabólica, gordura visceral e circunferências (avaliação opcional).
- Avaliação dos exames bioquímicos (sangue) - Enviar antes da consulta com até 03 meses da realização por WhatsApp ou e-mail andreaverasnutri@gmail.com ;
- Orientação sobre práticas de bem estar;
- Acompanhamento via whatsapp por 30 dias.

INVESTIMENTO NA CONSULTA

- A consulta é de R\$ 400,00 via pix ou transferência bancária com direito a retorno (presencial ou on-line).

O QUE ABRANGE O RETORNO DA CONSULTA

RETORNO consulta até 40 min.:

- Retorno até 30 dias da consultas;
- Avaliação dos sinais e sintomas;
- Avaliação por bioimpedância;
- Acompanhamento das mudanças de hábitos acordadas;
- Orientação nutricional e comportamental.

VAMOS AGENDAR A SUA CONSULTA

Informações necessárias:

- Nome completo do paciente;
- Endereço residencial;
- Data de nascimento;
- E-mail;
- Indicado por:

CONTATO

Rua Jacobina, casa 58, **1º. andar**, Graças, Recife, PE.

Ponto de referência: Rua do consultório fica em frente ao Empresarial Kronos (rua das Pernambucanas).

No andar térreo da casa do consultório fica um salão de beleza.

Instagram: @andreaverasnutrichef e @lamajrecife

Agradecemos desde já o contato!