



# OLGA CORBÍN

# NUTRICIÓN

DIETISTA-NUTRICIONISTA  
COLEGIADA CV00818



✉ [ocnutricion@gmail.com](mailto:ocnutricion@gmail.com)

☎ 634 41 96 82

📷 [olgacorbin\\_nutricion](#)

# MIS SERVICIOS DE NUTRICIÓN

## *Consulta presencial*

- Duración primera visita: 45 min - 1 hora
- Duración seguimiento: 30 min
- Recomendación periodicidad entre visitas: 3 semanas aprox.

## *Consulta online:*

- Duración primera visita: 45 min
- Duración seguimiento: 30 min
- Recomendación periodicidad entre visitas: 3 semanas aprox.

## *Estudio de composición corporal*

Utilizaremos tecnología avanzada de análisis de impedancia bioeléctrica para medir con precisión tu composición corporal:

- Porcentaje de grasa corporal
- Masa muscular
- Porcentaje de agua corporal
- IMC y más...

Analizaremos los datos, explicaremos detalladamente el estado de la antropometría y orientaremos en función de tus necesidades y/o objetivos.

- Duración primera antropometría: 15 - 20 min
- Duración seguimiento: 10 - 15 min
- Recomendación periodicidad entre visitas: 1 mes aprox.

## *Primera visita*

-Realizaremos una entrevista muy completa, recopilando toda la información posible para personalizar el tratamiento dietético (diario dietético, gustos y/o preferencias, estado de salud...) siempre para adaptarnos todo lo posible a tu estilo de vida.

-Se realizará un estudio de composición corporal completo para determinar un objetivo( análisis de impedancia bioeléctrica y toma de perímetros corporales).

### *¿Qué recibiré tras la visita?*

-Un plan dietético personalizado al detalle para tí, con tu menú semanal, lista de la compra, recetas y recomendaciones según el objetivo del tratamiento.

-Tendrás acceso a una App móvil donde dispondrás de tu menú, tu evolución, las recetas, lista de la compra, chat... hasta un intercambiador de platos con más opciones de recetas

## *Consulta de seguimiento*

-Realizaremos un estudio de composición corporal, para ver la evolución de los parámetros indicados.

-Repasaremos el plan dietético y cambiaremos todo aquello que sea necesario (puedes tener un plan dietético distinto por cada visita).

-Trabajaremos educación nutricional y dietética adaptándola a tus necesidades.

