

# EQUILIBRIO E NUTRIZIONE

*Dott.ssa Emma Angeli Biologa Nutrizionista*

**NUOVO  
SERVIZIO**

Le regole di una **SANA ALIMENTAZIONE** migliorano il tuo stile di vita e ti aiutano a **STARE BENE** con te stesso e il tuo corpo.

La consapevolezza di ciò che si mangia aiuta a mantenere la **FORMA FISICA** desiderata e a vivere in salute.

- Alimentazione in stati fisiologici
- Alimentazione sportiva al fine di aumentare la massa muscolare e la performance
- Alimentazione vegana e vegetariana
- Obesità e sovrappeso
- Disturbi alimentari
- Gravidanza e allattamento
- Menopausa
- Alimentazione in soggetti intolleranti o allergici
- Alimentazione per patologie dismetaboliche come diabete, insulino resistenza, etc..



**Soncin**  
*Fisio*