

La importancia de consultar a un nutricionista clínico



Visitar periódicamente a un nutricionista clínico es una excelente ayuda para diseñar un plan alimenticio apropiado para cada tipo de cuerpo, con los nutrientes que cada persona necesita, evaluando su historial médico, control de enfermedades crónicas y estilo de vida.

Su objetivo es brindar una orientación personalizada y ayudar a las personas a comprender la conexión entre salud y alimentación.

Todos nos podemos beneficiar de consultar a un especialista en nutrición clínica para una mejor calidad de vida, pueden ayudarnos a conseguir distintos objetivos, por ejemplo:

- Aprender a controlar la presión arterial y otras enfermedades cardíacas.
- Prevención y control de diabetes y prediabetes.
- Reducir el azúcar en sangre.
- Control hormonal.
- Manejo de colon irritable y otros malestares gastrointestinales.
- Mejorar la nutrición para el envejecimiento.
- Control para un peso saludable.
- Mejorar la alimentación en personas con cáncer.
- Control de hígado graso y enfermedad renal.
- Mejorar la alimentación para el rendimiento deportivo.
- Nutrición en niños y adolescentes.
- Nutrición general y bienestar, entre otras.



Debido a que la mayoría de enfermedades están relacionadas con una mala alimentación y el estilo de vida, cada día van en aumento. Cada vez es más importante cuidarnos y luchar contra las prisas, la comida rápida y de mala calidad, así que la nutrición clínica tiene un papel muy importante para apoyarnos en lograrlo.

No posponga cuidar de su salud, para coordinar cita con un nutricionista clínico de la red médica SAIN contáctenos:

+52-653-536-7800

Info@sainmedical.com

Fuente: [blog.mercy](#), [mibalance](#)