



Giulia NUTRI
CIONISTA
Brandes
CRN-10/14441

Conheça meu
Serviços

Acompanhamento Nutricional

Pra quem é?

Indicado para quem busca **resultados consistentes, mudança de hábitos e suporte contínuo** ao longo do processo.

Emagrecimento, hipertrofia, reeducação alimentar, melhora da composição corporal, tratamento nutricional de patologias ou condições que exigem acompanhamento mais próximo.

Aqui, o objetivo não é apenas entregar um plano alimentar, mas caminhar ao seu lado para promover mudanças consistentes e resultados de verdade.



Giulia NUTRI
CIONISTA
Brandes
CRN-10/14441

Acompanhamento Nutricional

Como funciona

- **3 consultas individuais**
Com intervalo de 30 a 40 dias entre elas.

Incluindo:

- **Avaliação antropométrica em todas as consultas**
Para acompanhamento da evolução de peso, medidas e composição corporal.
- **Planejamento alimentar atualizado a cada encontro**
Adaptado à sua evolução, rotina, preferências e objetivos.
- **Análise de exames laboratoriais, quando necessário.**
- **Estratégias nutricionais individualizadas**
Com foco na adesão ao plano, construção de hábitos sustentáveis e organização alimentar.
- **Acompanhamento contínuo via WhatsApp durante todo o período**
Com monitoramento da evolução, incentivo à constância e ajustes sempre que necessário.

Investimento: R\$460,00



Acompanhamento Nutricional Para Gestantes



Pra quem é?

Durante a gestação, as necessidades da mãe e do bebê se transformam a cada trimestre, tanto em quantidade quanto no tipo dos nutrientes.

O acompanhamento nutricional é fundamental para **orientar escolhas alimentares com segurança, esclarecer dúvidas, aliviar os principais desconfortos da gestação e prevenir complicações como diabetes gestacional, anemia e ganho de peso inadequado.**

Estarei ao seu lado durante toda essa fase, oferecendo suporte técnico e acolhimento para tornar esse processo mais leve, seguro e saudável, para você e para o seu bebê.

Acompanhamento Nutricional Para Gestantes

Como funciona

- **3 consultas individuais**
Com intervalo de 30 a 40 dias entre elas.

Incluindo:

- **Avaliação antropométrica em todas as consultas**
Para acompanhamento da evolução de peso, medidas e composição corporal.
- **Planejamento alimentar atualizado a cada encontro**
Adaptado à sua evolução, rotina, preferências e objetivos.
- **Análise de exames laboratoriais, quando necessário.**
- **Estratégias nutricionais individualizadas**
Com foco na adesão ao plano, construção de hábitos sustentáveis e organização alimentar.
- **Acompanhamento contínuo via WhatsApp durante todo o período**
Com monitoramento da evolução, incentivo à constância e ajustes sempre que necessário.

Investimento: R\$740,00



Giulia NUTRI
CIONISTA
Brandes
CRN-10/14441

Consulta Nutricional

Pra quem é?

Indicada para quem deseja iniciar o acompanhamento nutricional, realizar ajustes pontuais na alimentação ou atualizar devido a mudanças na rotina.

- **Avaliação antropométrica**
Para avaliar a composição corporal.
- **Planejamento alimentar personalizado**
Elaborado de acordo com seus objetivos, rotina, preferências alimentares e necessidades individuais.
- **Alinhamento dos objetivos**
Organização da rotina alimentar de forma realista e sustentável.
- **Suporte via WhatsApp por 30 dias**
Feedbacks semanais, para dúvidas e pequenos ajustes.

Investimento: R\$230,00



Introdução Alimentar

Pra quem é?

A introdução alimentar é um momento marcante no desenvolvimento do bebê. É nessa fase que ele começa a explorar novos sabores, texturas e experiências, construindo sua relação com a comida desde os primeiros meses.

O acompanhamento nutricional oferece segurança, orientação baseada em evidências e suporte contínuo para que essa fase aconteça de forma tranquila, respeitosa e segura para toda a família.



Introdução Alimentar

Como funciona?

- 1 consulta aos 6 meses do bebê

Incluindo:

- **Planejamento alimentar evolutivo**
Guia alimentar organizado por faixa etária a cada mês do bebê, com orientações práticas sobre consistência, variedade e frequência das refeições.
- **Acompanhamento via WhatsApp por 30 dias**
Suporte contínuo para dúvidas, ajustes e orientações conforme o bebê evolui na introdução alimentar.

Investimento: R\$280,00



Consulta Infantil

Pra quem é?

A nutrição infantil tem um papel essencial no crescimento, no desenvolvimento e na formação de hábitos saudáveis que acompanham a criança ao longo da vida.

Cada fase da infância apresenta necessidades específicas, e algumas condições exigem uma atenção ainda mais individualizada, cuidadosa e acolhedora.

Mais do que tratar sintomas ou dificuldades alimentares, a proposta é promover uma relação mais saudável com a alimentação, favorecendo o desenvolvimento, o bem-estar e a qualidade de vida infantil.



Consulta Infantil

Como funciona?

- **1 Consulta + Acompanhamento pelo WhatsApp**

Incluindo:

- **Anamnese completa**
Para entender rotinas, queixas, motivo da consulta, histórico familiar, etc
- **Avaliação física**
Peso, altura e curvas de crescimento
- **Análise de exames laboratoriais e suplementação**
(quando necessários)
- **Plano de tratamento nutricional**
De acordo com o motivo e a necessidade da criança, será traçado um tratamento nutricional

Investimento: R\$280,00

*No atendimento infantil é imprescindível a participação da família, tanto na consulta quanto no tratamento feito diariamente, com calma e paciência.



Giulia NUTRI
CIONISTA
Brandes
CRN-10/14441