

Guia da CONSULTORIA FITNESS

By Waltão Abreu



SUMÁRIO

METODOLOGIA	03
CONHEÇA-SE	04
VALORES	05
A CLÍNICA	06
PROCEDIMENTOS PARA REALIZAÇÃO DOS EXAMES	07
CHECK-UP FITNESS	08
O ACOMPANHAMENTO	10
PSICÓLOGA E COACH	11
MÉDICOS	12
PONTOS FUNDAMENTAIS PARA EFICÁCIA DO PROGRAMA	13
VALORES E INFORMAÇÕES	14

METODOLOGIA

A **Consultoria Fitness Waltão Abreu** é um serviço multidisciplinar realizado por nutricionistas esportivos, médicos, psicóloga/coach, preparadores físicos e enfermeiros. A missão da Consultoria Fitness Waltão Abreu é de melhorar a forma física e saúde dos pacientes a partir de dieta e treino individualizados, modulação hormonal, suporte emocional e assistência online diária para esclarecimento de dúvidas.

Todo o trabalho é proposto em cima de resultados de exames de sangue, ultrassom, exames de metabolismo, exames de composição corporal e exames cardíacos realizados dentro da própria clínica.



Prof. Dr. Danilo Marcelo Leite do Prado
Pós-doutorado em Genômica & Ciência do Esporte pelo Instituto do Coração - InCor (HCFMUSP), Pesquisador do Projeto O DNA do Atletismo Brasileiro.



Tassia Berner Vivian

Nutricionista formada pela Universidade de São Paulo, Pós-graduação em Nutrição Esportiva em Wellness pelo Centro Universitário São Camilo, Especialização em Nutrição Clínica pela Universidade de São Paulo
CRN - SP 43732

Waltão Abreu

Consultor Fitness e personal trainer, graduado em educação física, especialista em nutrição esportiva e graduando em nutrição

CREF 50523-G/SP

Deborah Mantovani

Psicóloga e Coach de vida saudável

CRP - SP 89215

CONHEÇA-SE

Primeiramente, para que todo o nosso programa seja capaz de mudar sua vida, é preciso:

Mergulhar com o coração

Abandonar os velhos hábitos

Acreditar em você

Ser mais forte que sua melhor desculpa

“Nossa missão é cuidar do paciente a vida toda”

VALORES



Consultoria Fitness Waltão Abreu, hoje se preocupa em oferecer uma excelente qualidade de vida aos nossos pacientes, ofertando-lhes uma saúde preventiva para que tenham uma longevidade saudável, onde o paciente se sinta cuidado, cada vez mais jovem e disposto a encarar toda e qualquer circunstância da vida com muita disposição.

Ouvimos muitas queixas dos pacientes, de todas as idades, referente a uma baixa na qualidade de vida, e com isso, vem o medo de estar encurtando os seus dias de vida.

Diante desse quadro, fazemos um estudo aprofundado da saúde e forma física do paciente, onde através de um olhar humanizado entendendo as suas dificuldades, insatisfações, queixas, etc, propomos um plano de total individualidade visando melhoria da sua vida de um modo geral.

A CLÍNICA

Hoje, contamos com tudo que o que há de mais avançado que existe no mercado da saúde e direcionado ao emagrecimento, hipertrofia ou apenas a um estilo de vida saudável.

Nosso corpo clínico conta com os mais preparados profissionais para ajudar você a alcançar o seu objetivo.

Conheça melhor nossa consultoria e fique por dentro de tudo o que podemos oferecer a você, nosso paciente especial.



PROCEDIMENTOS PARA REALIZAÇÃO DOS EXAMES - DIA DO EXAME

É de extrema importância que o paciente siga fielmente todas as orientações abaixo:

Para os exames de Bioimpedanciometria, Metabolismo, Ultrassonografia e Exame de sangue:

* Atenção para não sentir fome e não haver alterações no resultado dos exames laboratoriais, não ficar mais tempo de jejum do que o recomendado.



Não realizar exercício físico



Não fazer sauna



Não fumar no dia do exame



Não tomar estimulantes, como café, termogênico, energético, pré-treino ou qualquer substância que altere o metabolismo



Realizar jejum de sólidos e líquidos de 3 horas



Trazer trajes de piscina como biquíni/maio/sunga



Urinar 30 minutos antes dos exames

A cada nova consulta os exames de sangue, calorimetria e bioimpedanciometria são solicitados novamente devido às alterações corporais.



Agendamento de Consultas - (11) 3136-0794 - Whatsapp Empresa

CHECK-UP FITNESS

Exame de metabolismo



O exame de metabolismo é utilizado para medir a taxa metabólica basal (quantidade mínima de calorias necessárias ao funcionamento do organismo). Com ele sua dieta será totalmente assertiva e individualizada.

Total Body

A utilização do método de densitometria por dupla emissão de raios-X (DEXA) na avaliação da composição corporal, permite a medida tanto da massa óssea quanto do conteúdo corporal de gordura e massa magra.



Bioimpedância - Exame Composição Corporal



É um exame que mede, através de um leve corrente elétrica que passa pelo corpo, a quantidade de água, gordura e massa magra. Em outras palavras, é um exame que mede sua composição corporal.

CHECK-UP FITNESS

Ultrassom

A ultrassonografia, também conhecida como ultrassom, é um exame de diagnóstico que serve para visualizar em tempo real qualquer órgão ou tecido do corpo.

No nosso programa, é realizado para análise da tireóide, tórax (mama), bolsa escrotal, abdômen total (fígado, baço, pâncreas, vesícula biliar, rins, ovários e útero) e vias urinárias.



Exame de sangue



Todos os exames são feitos na própria clínica e alguns no mesmo dia, a fim de promover uma maior comodidade a nossos pacientes.

Porém, caso seja do interesse do paciente realizar fora da clínica, disponibilizamos um pedido médico.

O ACOMPANHAMENTO

A entrega do nosso programa é feita em 8 dias úteis e o tempo de resposta do nosso suporte pode levar até 48 horas.

Após a entrega do programa, a equipe estará disponível ao longo do tratamento, via e-mail, para que você sane todas as suas dúvidas, seja sobre a dieta, e ou sobre o treino, que poderão aparecer ao longo da consultoria ou até mesmo sobre como adequar o programa ao seu dia-a-dia.

A consultoria tem duração de 2 meses, após este período será necessária a realização de uma nova consulta para uma avaliação física, prescrição de uma nova dieta e um novo treino.

Nesta nova consulta, será realizado um novo pagamento de R\$ 600,00 e também serão solicitados exames de sangue, bioimpedanciometria e exames de metabolismo, (adicional de R\$ 200,00). Estes exames são de extrema importância devido à alterações corporais e metabólicas durante nosso programa.

Sendo assim, o paciente está novamente **ATIVO** em nosso programa com suporte on-line de 2 meses.



Suporte Online - suporte@waltaoabreu.com.br

Elogios e sugestões - roberto@waltaoabreu.com.br

Tempo de resposta de até 48 horas

PSICÓLOGA E COACH

Sabemos que muitas pessoas têm dificuldade em seguir uma dieta ou até mesmo fazer uma atividade física. E falhando em algum desses pontos, não vemos resultado, o que acaba nos deixando desmotivados.

Para ajudar ainda mais nossos pacientes, contamos com uma Psicóloga e Coach Déborah Mantovani especializada em mudança do estilo de vida.

Acreditamos na importância desse trabalho a fim de promover um resultado muito mais eficiente, pois sabemos que para mudar nosso estilo de vida e alcançar resultado significativo, precisamos mudar a cabeça.



MÉDICOS

A prática de esportes tem levado cada vez mais profissionais da área da saúde a se especializar no cuidado com esses indivíduos, independentemente da intensidade do exercício a ser realizado por cada um deles.

O médico é um profissional que vai acompanhar todos os aspectos metabólicos, modulação hormonal, físicos e fisiológicos de um paciente que pratica algum tipo de atividade física, seja profissionalmente ou de maneira amadora.



PONTOS FUNDAMENTAIS PARA A EFICÁCIA DO PROGRAMA



Tire todas as suas dúvidas com a equipe, envie quantos e-mails forem necessários, não sinta vergonha, medo ou ache que estará sendo chato ao questionar, pois as dúvidas são essenciais para que você faça o trabalho em perfeitas condições. Quem não tem dúvida comete erros, e se você comete erros, você não muda.



É muito importante que você não mude nada no seu programa, pois as vezes acreditamos que mudar um simples alimento inofensivo não trará prejuízos, mas aí é que você se engana. Como sua dieta será totalmente calculada sobre a quantidade que deverá ingerir, a mudança de um simples alimento poderá colocar toda técnica do programa por água abaixo. Por isso, use e abuse do e-mail. O mesmo vale para o treino.



Sempre que você for sair da rotina, seja uma festa de casamento, uma viagem, ou outro evento, consulte sempre a equipe e peça orientações de como seguir com o programa.



Além de todos esses pontos, é fundamental que você tenha disciplina e comprometimento, sem eles o programa não será realizado com sucesso. Isso se dá pela somatória de acertos que você tem diariamente, eles precisam ser de 100%, para que você tenha resultado 100%.

VALORES E INFORMAÇÕES



	Consultoria	Consultoria Plus
	R\$ 600	R\$ 1.300
Prescrição de Treino	✓	✓
Prescrição de Dieta	✓	✓
Avaliação Bioimpedância	✓	✓
Suporte Online	✓	✓
Acompanhamento por Foto	✓	✓
* Exame de Sangue	CONVÊNIO/PARTICULAR	CONVÊNIO/PARTICULAR
* Ultrasson	CONVÊNIO/PARTICULAR	CONVÊNIO/PARTICULAR
* Calorimetria Indireta Adicional R\$ 200,00	OBRIGATÓRIO	OBRIGATÓRIO
* Ergoespirometria	PARTICULAR	PARTICULAR
Modulação/reposição Hormonal	✗	✓
Médico	✗	✓
Exame Total Body Adicional R\$150,00	PARTICULAR	PARTICULAR

NECESSÁRIO LAUDO ANTES DA CONSULTA



Tempo de permanência na clínica - De 1 a 3 horas



Agendamento - (11) 3136-0794 das 8hrs às 18hrs



Forma de pagamento - Cheque, dinheiro ou transferência bancária

Banco Bradesco

Agência 0299

Conta Corrente 112015-8

CNPJ 19.154.920/0001-92

Razão Social: WA e Silva Comercio de Suplementos Alimentícios - ME

***Para pagamentos via transferência, é obrigatório portar o comprovante impresso e apresentá-lo na recepção.**

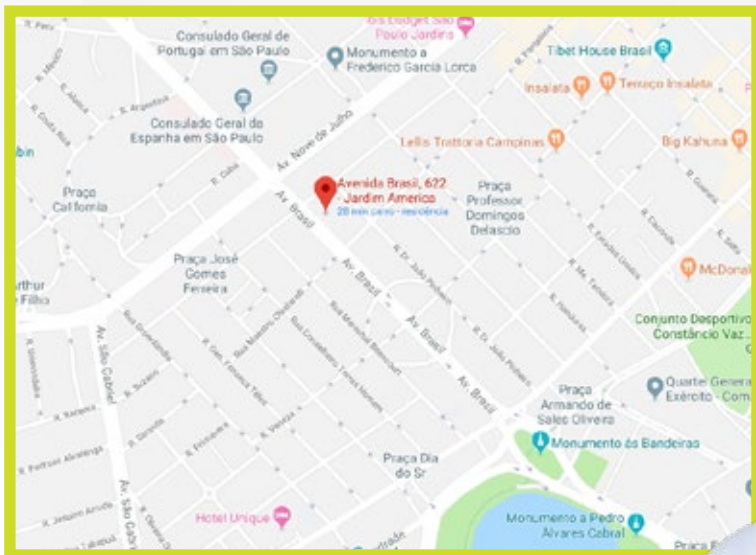


Cancelamento - Deve ser feito 24 horas úteis anteriores à consulta

Caso não seja avisado neste prazo será considerado como falta e não será devolvido o valor pago. O reagendamento será realizado com pagamento antecipado.

SEJA MUITO BEM VINDO

#TransformaçãoWA



Endereço

Avenida Brasil, 622
Jd. Paulista - São Paulo - SP

Agendamentos

(11) 3136-0794

