

PACHET CONTROLUL GREUTĂȚII JUNIORFIT



1

Consultație inițială complexă (60 min)

- Anamneză detaliată (familială, comportamentală, medicală)
- Măsurători antropometrice (greutate, talie, IMC, evaluare pubertară, scor Tanner)
- Evaluare clinică endocrinologică completă
- Istoric alimentar + stil de viață

2

Evaluare jurnal alimentar & comportamental (7 zile)

- Completat acasă de copil + părinte
- Include ore de masă, senzație de foame/sațietate, emoții asociate



3

Analize medicale



- Glicemie, insulină, HOMA-IR, HbA1c
- Colesterol total, HDL, LDL, trigliceride
- TSH, FT4, cortizol, vitamina D
- HLG, TGP, TGO, GGT, acid uric, creatinina, proteine totale
- Examen sumar urină
- Investigații suplimentare doar la recomandare endocrinolog: IGF1, DHEAS, PRL, ACTH – neincluse în pachet

4

Investigații imagistice

- Ecografie abdominală
- Consult cardiologic + EKG + ecocardiografie: doar la recomandare – neincluse în pachet



5

Plan nutrițional personalizat

- 1 plan de bază pe o săptămână + 2 actualizări la 4 și 8 săptămâni
- Adaptat vârstei, activității, preferințelor, bugetului

6

Consultație psihologică de screening:

Cu focus pe relația cu mâncarea, stima de sine, dinamica familială.

7

Ședințe de monitorizare (1/lună) – 30 min

- Reevaluare greutate, progres, ajustări dietă + motivație
- Feedback pe jurnal + obstacole



8

Suport digital între sesiuni



E-mail 1x/săptămână cu update rapid. Cost suplimentar suport email la nevoie.

9

Raport final + recomandări pentru întreținere apoi Evaluare de bilant la 1 an.

CE ADUCE NOU ?

- **Evaluare endocrinologică autentică**, făcută de medic pediatru cu atestat în endocrinologie și certificare nutriție – nu doar „nutriționist clasic”
- **Monitorizare pe termen lung** cu integrarea investigațiilor imagistice și cardiologice
- Accent pe **comportamente reale**, nu doar pe calorii: somn, ecrane, stres, anxietate

2000 RON