



Convenzione riservata ai dipendenti della Città Metropolitana di Reggio Calabria

ELENCO DEI SERVIZI E TARIFFE AGEVOLATE

Dott. Antonio Toscano – Biologo Nutrizionista- P.IVA 03326470808

1. Prima visita nutrizionale completa

La prima visita è finalizzata a una valutazione personalizzata dello stato nutrizionale e della composizione corporea, con individuazione degli obiettivi individuali e delle principali strategie nutrizionali da adottare.

- Analisi della composizione corporea mediante bioimpedenziometria (BIA);
- Valutazione antropometrica mediante plicometria e misurazione delle circonferenze corporee;
- Valutazione dello stato nutrizionale generale;
- Raccolta delle informazioni relative alle abitudini alimentari, allo stile di vita e alle esigenze individuali;
- Consulenza nutrizionale individualizzata;
- Definizione di obiettivi nutrizionali realistici e personalizzati;
- Indicazioni pratiche personalizzate per il miglioramento delle abitudini alimentari e dello stile di vita;
- Invio via e-mail di un report personalizzato con i principali dati rilevati e le indicazioni emerse.

Tariffa ordinaria: € 70,00 Tariffa convenzionata (-20%): € 56,00

2. Visita di controllo e monitoraggio

- Verifica dell'andamento del percorso nutrizionale;
- Rivalutazione dei principali parametri antropometrici e della composizione corporea;
- Analisi dei progressi rispetto agli obiettivi iniziali;
- Individuazione di eventuali criticità e difficoltà;
- Aggiornamento delle indicazioni nutrizionali in relazione ai risultati ottenuti.

Tariffa ordinaria: € 50,00 Tariffa convenzionata (-20%): € 40,00

3. Valutazione della composizione corporea e valutazione antropometrica

- Analisi della composizione corporea mediante bioimpedenziometria (BIA);
- Valutazione antropometrica, plicometria e principali circonferenze corporee;
- Analisi e interpretazione dei principali parametri rilevati;

- Restituzione dei risultati e indicazioni generali personalizzate.

Tariffa ordinaria: € 50,00 Tariffa convenzionata (-20%): € 40,00

4. Elementi distintivi del servizio

La proposta è orientata alla promozione del benessere del dipendente attraverso un approccio personalizzato, basato non esclusivamente sul peso corporeo, ma anche sulla composizione corporea, sulle abitudini alimentari e sullo stile di vita.

- Monitoraggio della composizione corporea nel tempo, con confronto dei parametri rilevati;
- Obiettivi personalizzati e indicazioni pratiche compatibili con le esigenze quotidiane e lavorative;
- Report personalizzato inviato via e-mail dopo la valutazione;
- Particolare attenzione all'educazione alimentare, alla prevenzione e alla promozione di corretti stili di vita.

5. Colloquio informativo preliminare

Il professionista si rende disponibile, su richiesta, per un colloquio informativo preliminare finalizzato a fornire informazioni sui servizi disponibili nell'ambito della convenzione e a individuare, in base alle esigenze manifestate, la tipologia di prestazione più appropriata.

6. Strumentazione professionale utilizzata

Lo studio è dotato di strumentazione professionale dedicata alla valutazione della composizione corporea, dei parametri antropometrici e dello stato funzionale.

- **Bioimpedenziometro Akern Bodygram** per l'analisi della composizione corporea, dello stato di idratazione e della massa cellulare mediante bioimpedenziometria vettoriale.
- **Adipometro ecografico Hosand** per la valutazione dello spessore e della distribuzione del tessuto adiposo e muscolare.
- **Plicometro professionale GIMA** per la rilevazione delle pliche cutanee e la stima antropometrica della composizione corporea.
- **Dinamometro Kern MAP** per la valutazione della forza muscolare e del relativo stato funzionale.

Lo sconto del 20% è riservato ai dipendenti della Città Metropolitana di Reggio Calabria e familiari che usufruiscono dei servizi nell'ambito della presente convenzione.

Riepilogo delle tariffe convenzionate

Servizio	Ordinaria	Sconto	Convenzionata
Prima visita nutrizionale completa	€ 70,00	20%	€ 56,00
Visita di controllo	€ 50,00	20%	€ 40,00
Valutazione composizione corporea e antropometrica	€ 50,00	20%	€ 40,00

Dott. Antonio Toscano

antoniotoscanonutrizionista@gmail.com

cell. 3713638894 Via Italia 83, Reggio Calabria

Città Metropolitana di Reggio Calabria – Prot. Arrivo n. 71423 del 21/08/2026

Classificazione 02.02.01.00 Anno 2026