

GUIA DE CONSULTA

ATUALIZADO EM FEVEREIRO DE
2025



Portfólio



SUA NUTRI

Olá! Sou nutricionista, pós-graduanda em Nutrição Clínica Funcional e Recomposição Corporal, com foco em Emagrecimento e Hipertrofia. Minha abordagem vai muito além de contar calorias: acredito que cada paciente é único e deve ser tratado de forma individualizada, considerando não apenas a alimentação, mas também seus hábitos, rotina e bem-estar geral.

Minha prática é baseada em evidências científicas, aliando conhecimento atualizado a estratégias personalizadas para promover resultados sustentáveis. Quero te ajudar a conquistar seus objetivos com saúde, equilíbrio e qualidade de vida, sem dietas extremas ou restrições desnecessárias, tudo adequado para a sua realidade.

Se você busca uma nutrição que respeite seu corpo, sua rotina e suas necessidades, estou aqui para te guiar nesse processo.



COMO FUNCIONA A CONSULTA?

Presenciais e On-line

Ofereço atendimentos tanto presenciais quanto on-line, sempre com base em uma abordagem ética e individualizada. Além de consultas avulsas, também ofereço planos de atendimentos contínuos, dependendo de seu objetivo.



O atendimento é dividido entre:

1. Pré-consulta e Anamnese detalhada
2. Avaliação Física/Antropométrica
3. Plano Alimentar Personalizado
4. Suporte Contínuo Pós-Consulta



MODALIDADE ON-LINE

Como funciona essa modalidade de atendimento?

A consulta on-line acontece via Google Teams, ou via Plataforma Web Diet, ambas devidamente seguras para seu atendimento. Para otimizar sua consulta on-line, é importante ter algumas informações em mãos. Exames laboratoriais recentes ajudam a avaliar sua saúde com mais precisão, além de medidas corporais, como peso, altura e dobras cutâneas. Com esses dados, o atendimento se torna mais assertivo e alinhado às suas necessidades. Mas, se não tiver essas informações, não se preocupe! Ajustaremos tudo juntos da melhor forma possível.



CONSULTAS ON-LINE

Consulta On-line Avulsa R\$ 190,00

A consulta online avulsa é um atendimento individual e personalizado, realizado de forma prática e segura pela internet. Ao optar por essa modalidade, você pode agendar uma consulta sem a necessidade de sair de casa, garantindo conveniência e conforto.

Plano Ouro On-line R\$ 850,00

O Plano de Acompanhamento Nutricional Ouro Online foi desenvolvido para oferecer a você uma experiência completa e personalizada, com acompanhamento contínuo ao longo de 90 dias (3 meses), para que você atinja seus objetivos de forma eficaz, saudável e sustentável. Este plano é perfeito para quem busca resultados consistentes com o apoio de um nutricionista, mas com a praticidade e conveniência do acompanhamento 100% online.

Consulta de retorno R\$ 170,00

A consulta de retorno é uma oportunidade para avaliarmos seu progresso e ajustarmos a dieta ou plano de acompanhamento conforme necessário. Ela é válida somente até 45 dias após a primeira consulta. Dentro desse período, podemos revisar seus resultados, tirar dúvidas e realizar novos ajustes para garantir que você continue no caminho certo em sua jornada de transformação.

Plano Premium On-line R\$ 520,00

O Plano de Acompanhamento Nutricional Premium On-line é ideal para quem busca um acompanhamento nutricional intensivo e focado, em um suporte durante 45 dias (1 mês e meio). Este plano foi desenvolvido para oferecer um atendimento totalmente personalizado e de alta qualidade, com flexibilidade e suporte constante ao longo de sua jornada de transformação.

O que os Planos vão oferecer?

Plano Premium On-line

3 encontros on-line;
Acompanhamento pelo WhatsApp;
Lista de substituição;
Acesso a plataforma de treinos.

Plano Ouro On-line

5 encontros on-line;
E-book de receitas detalhado e calculado;
Acompanhamento pelo WhatsApp;
2 listas de substituição;
Acesso a plataforma de treinos.



MODALIDADE PRESENCIAL

Como funciona essa modalidade de atendimento ?

A consulta presencial de nutrição é um atendimento individualizado e totalmente personalizado, voltado para ajudar você a alcançar seus objetivos de saúde e bem-estar de forma prática e eficiente. Durante a consulta, trabalharemos juntos para construir um plano alimentar adaptado às suas necessidades, preferências e estilo de vida.

Essa modalidade permite uma interação direta e eficaz, proporcionando um atendimento próximo e completo. A consulta é realizada no consultório, localizado em São Luís - MA.



CONSULTAS PRESENCIAIS

Consulta Presencial Avulsa R\$ 250,00

A consulta presencial avulsa é um atendimento individual e personalizado, realizado de forma prática e segura no conforto do consultório. Ao optar por essa modalidade, você pode agendar uma consulta com a comodidade de um atendimento presencial, garantindo conveniência e qualidade.

Plano Ouro Presencial R\$ 1.000,00

O Plano de Acompanhamento Nutricional Ouro Presencial foi desenvolvido para oferecer a você uma experiência completa e personalizada, com acompanhamento contínuo ao longo de 90 dias (3 meses), para que você atinja seus objetivos de forma eficaz, saudável e sustentável. Este plano é perfeito para quem busca resultados consistentes com o apoio de um nutricionista, mas com a proximidade e atenção de atendimentos presenciais.

Consulta de retorno R\$ 225,00

A consulta de retorno presencial é uma oportunidade para avaliarmos seu progresso e ajustarmos a dieta ou plano de acompanhamento conforme necessário. Ela é válida somente até 45 dias após a primeira consulta. Dentro desse período, podemos revisar seus resultados, tirar dúvidas e realizar novos ajustes para garantir que você continue no caminho certo em sua jornada de transformação, com a comodidade do atendimento presencial.

Plano Premium Presencial R\$ 620,00

O Plano de Acompanhamento Nutricional Premium Presencial é ideal para quem busca um acompanhamento nutricional intensivo e focado, com suporte durante 45 dias (1 mês e meio). Este plano foi desenvolvido para oferecer um atendimento totalmente personalizado e de alta qualidade, com flexibilidade e suporte constante ao longo de sua jornada de transformação.

O que os Planos vão oferecer?

Plano Premium Presencial

3 encontros presenciais;
Acompanhamento pelo WhatsApp;
Lista de substituição;
Acesso a plataforma de treinos.

Plano Ouro Presencial

4 encontros presenciais e 1 on-line;
E-book de receitas detalhado e calculado;
Acompanhamento pelo WhatsApp;
2 listas de substituição;
Acesso a plataforma de treinos.



Passo a Passo da sua consulta

- Agendamento: Primeiro, você agenda sua consulta através do site ou WhatsApp;
- Confirmação: Três dias antes, você recebe uma mensagem para confirmar o agendamento;
- Preenchimento de Formulário: Após a confirmação, você preencherá um formulário pré-consulta;
- Anamnese: No dia da consulta, realizaremos uma anamnese detalhada.
- Exame Físico: Em seguida, faremos o exame físico.
- Alinhamento de Objetivos: Definiremos seus objetivos nutricionais.
- Entrega da Dieta: Por fim, você receberá sua dieta pronta no mesmo dia, alinhada às suas necessidades e seus objetivos.



Política de pagamento e reembolso

Para consultas avulsas, é cobrada uma taxa de 20% do valor da consulta no momento do agendamento. Essa taxa cobre o tempo necessário para organização, revisão de questionário da consulta, reserva de horário, para proporcionar o melhor atendimento possível e evitar conflitos com pacientes que realmente irão comparecer. Se o cancelamento for feito com mais de 24 horas de antecedência, o valor integral pago será reembolsado. Se o cancelamento ocorrer dentro das 24 horas que antecedem a consulta, a taxa de 20% não será devolvida.

As consultas na modalidade presencial não exigem pagamento antecipado, mas há uma confirmação obrigatória do agendamento dois dias antes da consulta. Nesse momento, o paciente preenche o questionário e a consulta passa a ser computada.

No caso de planos de consultas online ou presenciais, o reembolso será proporcional aos serviços prestados até o momento do pedido de cancelamento. Ou seja, será feito um cálculo para devolver o valor correspondente às consultas não realizadas, além dos materiais entregues. Se nenhuma consulta tiver sido realizada, o reembolso será calculado apenas com base nos materiais entregues.



Formas de pagamento aceitas



Boleto bancário



Pix



Dinheiro



Cartão de crédito (acréscimos no parcelamento)



Cartão de débito



