

Quali esami portare alla visita

Se utili, potrete portare con voi **esami specifici di laboratorio e/o strumentali**.
Gli esami devono essere **recenti, massimo un anno**.

- esami del sangue
- ecografia addominale
- elettrocardiogramma
- rx colonna
- esame tiroideo
- glicemia, colesterolo (ecc.)

Cosa non richiedo

Non richiedo esami inutili, o comunque che non abbiano bisogno di una prescrizione medica per essere eseguiti.

No impedenzometria, chiedo una mineralografia computerizzata, se la reputo utile. Questo è l'unico esame che mi dà in modo chiaro la massa adiposa, la massa magra e il peso delle ossa in grammi nei diversi distretti corporei (si fa solo con la prescrizione medica).

No esami per intolleranze alimentari eseguibili anche senza prescrizione medica specifica (non hanno nessuna validità scientifica e non servono a perdere peso). **Non misuro le pliche adipose**: non sono in una sartoria.