



# THAÍS BASSO

NUTRICIONISTA FUNCIONAL E  
COMPORTAMENTAL CRN-2:16231D

Sou a Thaís Basso, nutricionista pós graduada em nutrição funcional e comportamento alimentar, uma das áreas mais atuais da Nutrição. Sou apaixonada pela minha profissão e por como ela pode mudar a vida das pessoas. Estou sempre buscando conhecimento e novidades na área, possuo mais de 10 cursos em áreas específicas da nutrição que agregam e enriquecem minha prática clínica.



/NUTRICIONISTATHAISB



/NUTRITHAISBASSO

---

NUTRICIONISTATHAISB@GMAIL.COM  
RUA BUARQUE DE MACEDO 4126 -  
EDIFÍCIO PAGLIARI- SALA 204

(54) 99622-4005  
95185-000  
CARLOS BARBOSA - RS

# PARA QUEM É O ACOMPANHAMENTO NUTRICIONAL?

É indicado para todas as pessoas que buscam mudar sua relação com a comida e aprender a se alimentar de forma saudável e sem restrições alimentares, para atingir seus objetivos específicos priorizando sempre sua saúde, com um plano de tratamento totalmente personalizado. É indicado para quem quer aprender a se alimentar de forma equilibrada e com um plano alimentar sustentável a longo prazo, além de auxiliar no controle e tratamento de patologias, é um investimento na sua saúde e também no manejo do seu peso e melhora na composição corporal.

# O QUE VOU GANHAR COM O TRATAMENTO NUTRICIONAL?

Com a abordagem comportamental você descobrirá que é possível comer de tudo e ter uma vida saudável, sem dietas malucas e sem os ciclos de restrição e compulsão.

Você irá aprender o que precisa comer para alcançar seus objetivos, seja para ter mais saúde, tratar doenças crônicas como hipertensão e diabetes ou para emagrecer e sentir-se bem com o seu corpo.

Você estará investindo no seu eu do futuro, prevenindo doenças e sentindo-se mais disposto e produtivo no seu dia a dia.



## Como faremos isso?

Através de uma abordagem comportamental, onde iremos avaliar os pilares do seu estilo de vida e intervindo onde é necessário, criando um plano de tratamento personalizando e **avaliando os resultados de forma semanal, quinzenal ou mensal**.

Mudando seus hábitos e entendendo porque você age de determinadas maneiras, criando estratégias reais e eficazes para melhorar a sua saúde e qualidade de vida.

**Hoje sabemos que o mais importante não é apenas perder peso, mas sim, manter esse peso saudável ao longo da vida.**

Sabe-se que a mudança no estilo de vida é a melhor forma de prevenir e tratar uma série de doenças. **Por isso trabalho com a nutrição integrativa, onde avaliaremos os pilares do estilo de vida saudável e criaremos estratégias para melhorar sua qualidade de vida em todas as áreas.**

Por isso, te convido a conhecer minha forma de trabalho que simplifica a nutrição e te ensina como fazer combinações inteligentes, **sem deixar de comer o que você mais gosta.**



# DIFERENCIAIS

Super novidade e material EXCLUSIVO:

## Cardápios Ilustrados!

Uma nova forma de ver a nutrição e alimentação saudável...

**Cansado de ir em nutricionistas e receber um plano alimentar padrão, cheio de alimentos que não fazem parte da tua rotina alimentar e que não são acessíveis?**

Conheça minha nova forma de trabalho! Simplifico o que tem de mais atual na nutrição atual e traduzo tudo em um **plano totalmente personalizado** composto com orientações nutricionais baseadas sempre na sua rotina, cardápios ilustrados que te ensinam como combinar os alimentos e como fazer escolhas mais saudáveis em qualquer lugar!

Seja comendo em casa, fora de casa, numa viagem ou em um evento social.

Nosso mundo está mudando, e a nutrição está mudando com ele...**Você merece aprender a comer de forma saudável sem depender de dietas malucas e com restrições desnecessárias!**

**Venha conhecer minha forma de trabalho e ver que se alimentar bem é simples e pode sim ser prazeroso!!!**

# QUAL O INVESTIMENTO?

(Lembre-se que cuidar da sua saúde é sempre um investimento).

**Primeira consulta + retorno: R\$ 260,00**

Duração: 1h15 min em média + retorno em 7 dias (40 minutos).

## O QUE FAZ PARTE DA CONSULTA?

Questionário pré consulta

Anamnese completa

Avaliação física completa

Avaliação de exames laboratoriais

Consulta de retorno em 7 dias onde será entregue seu plano de tratamento personalizado

Cardápios ilustrados para você aprender a fazer trocas e substituições

Todos os materiais e documentos de forma impressa

Acesso ao aplicativo Dietbox (plano alimentar, receitas, avaliações físicas, materiais extras, diário alimentar e muito mais na palma da sua mão)



## IMPORTANTE

A partir da consulta experimental iremos montar o seu plano personalizado com retornos semanais, quinzenais ou mensais. Ele deve ser **montado em conjunto com o nutricionista** que avaliará qual o melhor tratamento a seguir de acordo com o seu objetivo.

**Consultas de acompanhamento: R\$ 160,00**

\*Consulte preços de consultas nos programas personalizados.

### Formas de pagamento:

À vista/PIX  
Cartão de débito  
Cartão de crédito

\*consultar opções de parcelamento nos programas com mais consultas.



Não existe hora certa para começar, a melhor hora  
é quando você decide mudar.  
Comece a cuidar do seu eu do futuro agora  
mesmo!

**AGENDE SUA CONSULTA,  
SERÁ UM PRAZER TE  
ATENDER.**



**"Você não precisa perder peso para começar a cuidar de você.  
Na verdade, o processo começa da maneira oposta."**  
Judith Rodin

---

**NUTRICIONISTATHAISB@GMAIL.COM  
RUA BUARQUE DE MACEDO 4126 -  
EDIFÍCIO PAGLIARI- SALA 204**

**(54) 99622-4005  
95185-000  
CARLOS BARBOSA - RS**