

Nutrition at HHLI

At Harmony Healthcare Long Island, we take nutrition very seriously. We design personalized plans that aid in illness prevention and reduce the risk of developing chronic diseases.

Foods that we eat can play a vital role in alleviating symptoms brought on by a variety of health issues and in some cases, help treat conditions themselves.

Speaking with a dietitian can help manage or prevent chronic diseases, such as diabetes and hypertension, helping you to lose or manage weight and increase overall health. You can take steps to feeling better by making a few small changes to the way you eat.

The nutritionist will help you:

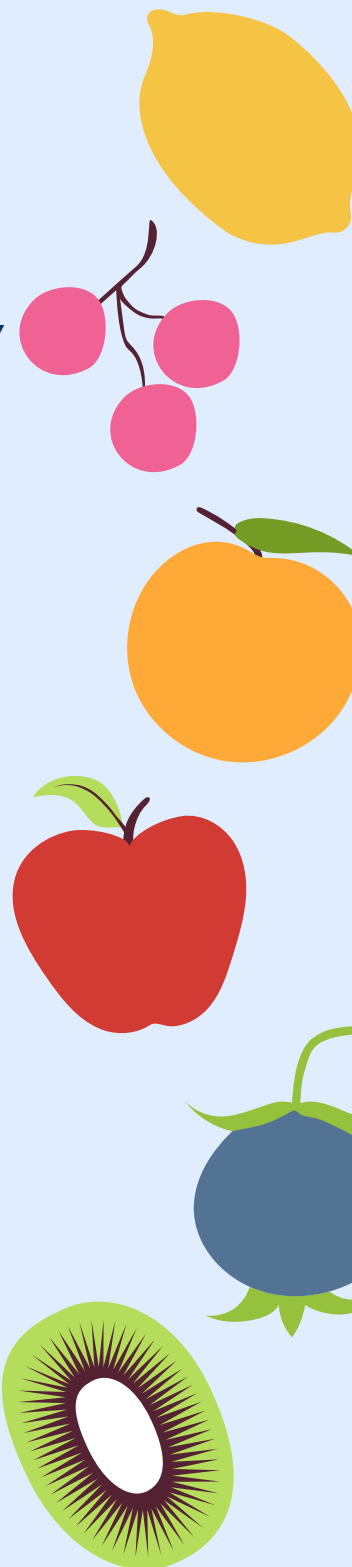
-  Develop health eating habits
-  Create a menu
-  Meet nutritional guidelines
-  Set realistic and achievable goals
-  Discuss healthy lifestyle and behavior habits

How to prepare for your appointment

Please arrive 15 minutes early for your appointment.

If you need to fill out any paperwork before the appointment, please arrive 30 minutes early or fill out the necessary paperwork online.

Never underestimate the power of good food!



Nutrición en HHLI

En Harmony Healthcare Long Island, nos tomamos la nutrición muy en serio. Diseñamos planes personalizados que ayudan en la prevención de enfermedades y reducen el riesgo de desarrollar enfermedades crónicas.

Los alimentos que comemos pueden desempeñar un papel vital en el alivio de los síntomas provocados por una variedad de problemas de salud y, en algunos casos, ayudar a tratar las afecciones mismas.

Hablar con un dietista puede ayudar a controlar o prevenir enfermedades crónicas, como la diabetes y la hipertensión, ayudándole a perder o controlar el peso y mejorar la salud general. Puede tomar medidas para sentirse mejor haciendo algunos pequeños cambios en su forma de comer.

El nutricionista te ayudará:

-  Desarrollar hábitos alimentarios saludables
-  Crear un menú
-  Cumplir con las pautas nutricionales
-  Establecer objetivos realistas y alcanzables
-  Discutir hábitos de vida y comportamiento saludables

Cómo prepararse para su cita

Por favor llegue 15 minutos antes a su cita.

Si necesita completar algún papeleo antes de la cita, llegue 30 minutos antes o complete el papeleo necesario en línea.

¡Nunca subestimes el poder de la buena comida!