

# Dott.ssa Stefania Cocolo

Biologa Nutrizionista



Stefania Cocolo - Biologa Nutrizionista - Gallarate



[www.broccoleggiando.it](http://www.broccoleggiando.it)



Ordine Nazionale Biologi

## Capacità professionali

- ▶ Educazione alimentare e consulenza nutrizionale
- ▶ Elaborazione di piani alimentari per ottenere incremento o decremento ponderale
- ▶ Elaborazione di piani alimentari equilibrati per soggetti sani o soggetti con patologie accertate quali gastrointestinali, renali, endocrine, diabete, dislipidemie, ipertensione e osteoporosi
- ▶ Elaborazione di piani alimentari per condizioni fisiologiche quali accrescimento, gravidanza, allattamento e menopausa

## Caratteristiche della visita nutrizionale

- ▶ Prima visita volta alla reciproca conoscenza e allo studio delle abitudini e delle problematiche della persona insieme alla quale si studia e si sceglie il piano nutrizionale più adeguato
- ▶ Ogni scelta e ogni eventuale privazione temporanea o definitiva nasce da precise motivazioni che vengono spiegate e condivise
- ▶ I controlli successivi sono necessari per la riuscita del percorso: ogni piano deve venir progressivamente cucito sulla persona e sui segnali che riceviamo dal nostro corpo

## Interessi e specializzazioni professionali

- ▶ Ruolo dell'alimentazione nell'infertilità
- ▶ Ruolo dell'alimentazione nella gestione di problematiche femminili come PCOS, IBS, cistiti ricorrenti ed endometriosi
- ▶ Ruolo dell'alimentazione in problematiche di interesse psicologico come depressione, ansia e stress
- ▶ Ruolo dell'alimentazione nella gestione dell'infiammazione



**SI RICEVE PER APPUNTAMENTO**

**presso RHAMNI OLISTIC CENTER**

**Via Cappellini, 18 - Gallarate**

**Per informazioni e prenotazioni:**

**Tel: 3478100542**

**Email: [rhamniolisticcenter@gmail.com](mailto:rhamniolisticcenter@gmail.com)**