

CV Elisa Nicoletti

Elisa Nicoletti, nutrizionista, nutrigenetista, nutrizionista antiaging ed esperta in PNEISYSTEM (metodo che studia i sistemi dello stress e l'infiammazione silente). Ha conseguito a Pisa la specializzazione biennale in "Alimenti, nutrizione e salute" presso la facoltà di Medicina, con il prof. Aldo Pinchera.

Ha inoltre conseguito la specializzazione triennale in "Scienza e tecnica delle piante medicinali" a Pisa, presso la facoltà di Farmacia.

Elabora diete personalizzate per le diverse esigenze, avvalendosi dell'uso dell'impedenziometria segmentale, che offre il vantaggio di fornire valori assoluti di impedenza pertinenti ai singoli distretti corporei (massa grassa e massa magra addome, cosce, ecc.; acqua intracellulare, acqua extracellulare,...); come nutrigenetista utilizza i test del DNA per garantire la massima personalizzazione del piano nutrizionale e lavorare sulla prevenzione di svariate patologie; come nutrizionista antiaging affianca i clienti insegnando loro come "invecchiare bene e in salute" mediante la gestione dello stress, un'efficace educazione alimentare, l'elaborazione di un piano nutrizionale personalizzato, le indicazioni su un'attività fisica adeguata alla persona; come esperta in PNEISYSTEM studia l'infiammazione silente, spesso causa di malattie degenerative, autoimmuni e tumori, attraverso il software PNEI e la misurazione di particolari indicatori di infiammazione.