



PAOLA G. CAMOLETTO

BIOLOGA NUTRIZIONISTA



SU DI ME

Sono una torinese di 51 anni, mamma di una bambina di quasi 10 anni, sposata con un biologo come me. Laureata in **Scienze Biologiche con Dottorato di ricerca in Scienze Neurologiche**, conseguiti all'Università degli Studi di Torino, dopo tanti anni passati a lavorare in ambito di ricerca base in Italia e all'estero (come dimostrano le mie pubblicazioni su diverse riviste di altissimo tenore scientifico), nel 2012 scelgo la libera professione di **biologa nutrizionista**, che da allora svolgo con passione e serietà.

LA MIA FILOSOFIA

La mia consulenza specialistica si pone l'obiettivo di aiutare ogni persona a trovare lo stile alimentare più adatto in funzione di abitudini di vita, età e caratteristiche fisiche, eventuali patologie o intolleranze, e aspettative personali. Di fronte ad ogni paziente per prima cosa cerco un **legame empatico**, l'ascolto dei suoi bisogni è la prima cosa, perchè so che è da lì che parte tutto, il cambiamento è possibile solo quando il paziente davvero si sente **preso in cura**. Perchè, come rivela uno studio di qualche tempo fa (cit. Cap. 20 Guida alla Medicina Funzionale 2019) *"La dieta migliore è quella che il paziente riesce a seguire meglio"*. **Per cui non tutti potranno essere seguiti con lo stesso tipo di dieta.**

Uno dei valori a cui tengo in particolare è la **formazione**, a partire dai pazienti che visito privatamente. Ritengo fondamentale spiegare al meglio la situazione e il perchè scelgo un tipo di cura o propongo un tipo di test, e questo modo di fare è utile per aumentare la compliance del paziente. Mi occupo anche di **formazione in ambito universitario** (sono docente all'Università Salesiana di Torino in Igiene e Alimentazione dell'infanzia), per i colleghi in formazione continua in medicina (faccio parte dei docenti della Scuola di Formazione Permanente sul Microbioma Umano) e per giovanissimi (collaboro con Centro Scienza Onlus nelle giornate della Settimane delle Scienze nelle scuole piemontesi). Ritengo fondamentale la collaborazione e il continuo confronto con colleghi anche di altre discipline con cui mi vedo regolarmente.

IL MIO METODO

Mi occupo di Nutrizione a 360°, mi rivolgo a pazienti giovani e meno, a mamme e bambini, a chi vuole perdere peso ma anche a chi deve ritrovare la giusta strada per migliorare aspetti clinici. Spesso è il medico di base a inviarmi i pazienti, e insieme collaboriamo per aiutarli a migliorare gli aspetti clinici (problemi di infiammazione intestinale, gastrici, Iper glicemia-colesterolemia, trigliceridi alti, fegato grasso...). Spesso ricevo pazienti che hanno ormai girato più specialisti senza mai risolvere il problema, a volte ci vuole tempo e bisogna cominciare dalla cura del sé in senso più generale possibile ed è per questo che mi avvalgo della **collaborazione con psicoterapeuti e colleghi** (medici e non) di medicina funzionale sistemica.

L'approccio integrato che si basa comunque sempre ed esclusivamente su evidenze scientifiche ha come scopo finale quello di **riequilibrare il corretto stile di vita**, in particolare l'**alimentazione, che diventa quindi una "medicina personalizzata e preventiva"**. Per rendere la prevenzione davvero efficace e personalizzata, può capitare che proponga dei **test** che aiutano a capire se sussistono **infiammazioni** dovute all'assunzione di particolari alimenti, e zuccheri (PerMè Test). Oppure può valere la pena venire a conoscenza della **predisposizione genetica** a particolari patologie come il diabete, oppure alla celiachia, l'intolleranza al lattosio, ma anche la sensibilità al nichel, ai grassi, agli zuccheri, tutte condizioni che regolano l'aumento di peso o fenomeni legati all'invecchiamento (test su base Genetica). Questo tipo di informazione offre la possibilità di selezionare gli alimenti che ci aiutano a stare meglio e prevenire le malattie (basi della moderna Nutrigenomica). Inoltre di fronte a pazienti con blocchi metabolici può essere utile eseguire il test che valuta gli squilibri alimentari, metabolici e di accumulo di inquinamenti ambientali (metalli tossici). Questo permette di definire un eccesso o una carenza di **minerali essenziali o tossici** presenti nell'organismo (Mineralogramma).

“

La dieta migliore è quella che il paziente riesce a seguire meglio

”

VIA COLLEGNO 57
10138 TORINO

P. IVA 10890670010
C.F. CMLPGS71H58L219K

INFO@PAOLACAMOLETTO.IT
WWW.PAOLACAMOLETTO.IT

Listino prezzi al pubblico e scontistica per gli iscritti al Cral Anno 2023

PRESTAZIONE	PREZZI AL PUBBLICO	PREZZI IN CONVENZIONE CRAL
Prima visita di accertamento	Non prevista	GRATUITA
Visita con consegna di dieta personalizzata	130€	110€
Visita controllo	60€	50€