

Dott. Edoardo Croci - Biologo Nutrizionista

Mi chiamo Edoardo Croci e sono un biologo nutrizionista specializzato in alimentazione sportiva e nutrizione clinica. La mia missione è aiutare ciascuno a raggiungere il massimo benessere ed una migliore performance attraverso un piano alimentare personalizzato.

Chi sono

La mia esperienza non si limita all'ambito professionale. Da sempre pratico sport: ho gareggiato a livello nazionale nella ginnastica artistica e oggi sono un appassionato atleta di CrossFit. Amo anche la montagna e gli sport legati a questo ambiente, come escursioni, alpinismo, arrampicata e snowboard. Questa connessione con il movimento e la natura ha rafforzato il mio interesse per la nutrizione come pilastro del benessere fisico e mentale.

Dopo la laurea magistrale in Biologia Applicata alle Scienze della Nutrizione presso l'Università Statale di Milano, ho iniziato a lavorare come nutrizionista, collaborando attualmente con l'IRCCS Galeazzi-Sant'Ambrogio di Milano.

Il mio approccio

Ogni persona è unica, e così deve essere il suo percorso nutrizionale. Adotto un approccio personalizzato, progettando piani alimentari su misura per rispondere alle esigenze specifiche di ciascun paziente. Che tu voglia migliorare la tua performance sportiva, ritrovare la forma fisica o gestire una condizione clinica specifica, sono qui per supportarti.

Servizi offerti

Mi occupo di:

- **Piani alimentari per atleti:** per ottimizzare la performance e favorire il recupero.
- **Gestione del peso:** dimagrimento, aumento di massa muscolare o mantenimento.
- **Nutrizione per patologie:** supporto alimentare per condizioni come diabete, ipercolesterolemia, disturbi gastrointestinali, DCA e altre.
- **Educazione alimentare:** per migliorare le abitudini quotidiane e promuovere uno stile di vita sano.
- **Consulenze per specifiche esigenze:** alimentazione vegetariana/vegana, gravidanza, e altro.

A chi sono rivolti i miei servizi

I miei servizi si rivolgono a tutti:

- **Atleti professionisti e dilettanti** che desiderano massimizzare la loro performance.
- **Persone che vogliono ritrovare la forma fisica** e migliorare il proprio benessere.
- **Pazienti con patologie specifiche** che necessitano di un supporto nutrizionale adeguato.

Contatti

- **Telefono:** +39 3451315942
 - **Email:** croci.nutrizione@gmail.com
-

Perché aspettare? Il primo passo verso il tuo benessere inizia da qui. Contattami per una consulenza personalizzata e scopri come un'alimentazione mirata può fare la differenza nella tua vita!

Dott. Edoardo Croci

Biologo Nutrizionista