

DOTT.SSA CAROLA COCCO

Ha conseguito la Laurea Triennale in Scienze Biologiche presso l'Università degli Studi Roma Tre e successivamente la Laurea Magistrale in Scienze dell'Alimentazione e della Nutrizione Umana presso l'Università Campus Bio-Medico di Roma, con votazione 110/110 cum laude.

Il percorso universitario è stato caratterizzato da costanza e determinazione, consentendole di sviluppare solide conoscenze teoriche e pratiche nel campo della nutrizione umana. Ha superato l'Esame di Stato per l'abilitazione alla professione di Biologo ed è iscritta all'Ordine dei Biologi del Lazio e dell'Abruzzo (n. AA_100620).

Dopo il conseguimento della laurea magistrale, si è inserita sin da subito in un contesto professionale e di ricerca nell'ambito della nutrizione clinica, svolgendo attività come ricercatrice biologa nutrizionista. Ha maturato esperienza diretta nella presa in carico nutrizionale del paziente, attraverso l'applicazione di strumenti di screening e valutazione clinica dello stato nutrizionale, con particolare attenzione all'identificazione della malnutrizione e della sarcopenia, all'analisi della composizione corporea e al monitoraggio degli apporti nutrizionali.

Opera in setting riabilitativi, occupandosi della gestione nutrizionale di pazienti con esiti di patologie neurologiche e in ambito oncologico. La sua attività clinica e di ricerca viene svolta nel rispetto delle linee guida e dei protocolli di riferimento, adottando un approccio scientifico e personalizzato, orientato al miglioramento dello stato nutrizionale e della qualità di vita dell'individuo.

Parallelamente all'attività clinica, ha acquisito competenze di laboratorio che le hanno consentito di approfondire lo studio dei radicali liberi e dei sistemi antiossidanti. Tale percorso ha favorito un interesse specifico per i meccanismi fisiopatologici legati allo stress ossidativo e alle sue implicazioni cliniche, permettendole di integrare le evidenze biochimiche con la valutazione clinica del paziente e di applicare tali conoscenze nell'impostazione di interventi nutrizionali mirati e basati su evidenze scientifiche.

Svolge inoltre la professione di Biologa Nutrizionista in regime di libero professionista, operando presso poliambulatori privati e tramite consulenze online. Progetta percorsi nutrizionali personalizzati rivolti sia a persone in buono stato di salute sia a soggetti con patologie diagnosticate, integrando competenze cliniche e scientifiche con un approccio attento alle esigenze individuali, orientato al supporto costante del paziente e alla promozione di un'educazione alimentare consapevole e duratura.

Aree di intervento

- Sovrappeso, obesità e insulino-resistenza
- Dislipidemie e sindrome metabolica
- Diabete di tipo 1 e 2
- Disturbi ginecologici (sindrome premenstruale, endometriosi, sindrome dell'ovaio policistico)
- Osteoporosi
- Steatosi e cirrosi epatica
- Insufficienza renale
- Ipotiroidismo e ipertiroidismo
- Gravidanza, allattamento e svezzamento
- Nutrizione sportiva (miglioramento della performance, del recupero e della composizione corporea)
- Nutrizione nell'anziano fragile
- Nutrizione oncologica
- Disturbi e patologie gastrointestinali (stipsi, gastrite, reflusso gastroesofageo, sindrome dell'intestino irritabile e colon irritabile)
- Gestione dell'intolleranze e delle allergie alimentari
- Alimentazione vegetariana e vegana
- Analisi della composizione corporea totale e segmentale mediante esame bioimpedenziometrico (BIA)
- Percorsi di counseling nutrizionale per bambini, famiglie o gruppi