



Lisa
Mendonça

NUTRICIONISTA

Nutrição · Equilíbrio · Cuidado

**Uma relação mais leve com a alimentação começa com cuidado,
acolhimento e escolhas possíveis.**

Saúde e bem-estar construídos com equilíbrio, consciência e respeito à individualidade.

Cuidado nutricional feito para você.



Olá! Sou Lisa Mendonça, nutricionista, e meu objetivo é ajudar você a conquistar mais saúde, bem-estar e qualidade de vida por meio de uma alimentação equilibrada e consciente.

Acredito que cada pessoa é única e, por isso, ofereço um atendimento individualizado, respeitando suas necessidades, preferências e objetivos. Meu propósito é tornar a alimentação saudável mais simples, prazerosa e possível no dia a dia, ajudando você a desenvolver hábitos alimentares sustentáveis e a alcançar seus objetivos com equilíbrio e cuidado.

Pequenas escolhas. Mais bem-estar.

A alimentação saudável não precisa ser complicada ou baseada em regras impossíveis de manter. Com orientação e atenção à sua rotina, é possível desenvolver hábitos que façam sentido para você e contribuam para uma vida com mais equilíbrio.

INDIVIDUALIDADE	Respeito às suas necessidades, preferências e objetivos.
EQUILÍBRIO	Hábitos sustentáveis, sem deixar de lado o prazer de comer.
ACOLHIMENTO	Um cuidado atento à sua história e à sua rotina.

“Sua saúde merece atenção, carinho e boas escolhas!”



Lisa Mendonça · Nutricionista