



✉ info@stefaniacattaneo.com

☎ +39 333 8358204

📍 Italia - consulenze online

🌐 [www.lotusflowerpcos.com](http://www.lotusflowerpcos.com)  
[www.stefaniacattaneo.com](http://www.stefaniacattaneo.com)

## FORMAZIONE

- **Istituto tecnico per Geometri**  
1998 - Diploma superiore 60/60
- **Laurea Magistrale in Farmacia**  
2005 - 110/110 con lode
- **Master Internazionale di II in Dietetica e Nutrizione**  
2008 - 110/110 con lode
- **Laurea Magistrale in Scienze degli Alimenti e della Nutrizione**  
2012 - 110/110 con lode e menzione
- **Master Internazionale di I in nutrizione sportiva**  
2013 - 108/110
- **Vari corsi di aggiornamento e come relatore in omeopatia, nutrizione pediatrica, della donna, allergie alimentari**

## SKILL

- Ascolto e empatia
- Capacità manageriali e lavoro di team
- Fotografia professionale
- INGLESE B2-B1

## RICONOSCIMENTI

ott. 2016 | ONB

**Albo d'Oro Nutrizionista Italiani**

sett. 2019 | PCOS Challenge  
Orlando USA

**International Advocacy  
Leadership Award in PCOS In  
Italy and Around the World**

# Stefania Cattaneo

Biologa Nutrizionista AA\_067629

## PROFILO

Biologa Nutrizionista esperta nella gestione nutrizionale della Sindrome dell'Ovaio Policistico, insulino-resistenza, infertilità, sindrome metabolica, sovrappeso, obesità, magrezza.

## ESPERIENZE LAVORATIVE

### Giornalista Pubblicista | Il Risveglio

1999 – 2003

Responsabile cronaca locale

### Farmacista | Farmacia De Magistris Ciriè

2004 – 2013

Farmacista N. Iscrz. Ord. 6926

### Biologa Nutrizionista | Asd judo Kumiai (Druento - TO)

2013 – 2015

Supporto nutrizionale agli atleti professionisti del settore Judo

### Biologa Nutrizionista | Studio Privato

2013 – *a tutt'oggi*

Attività di libera professione nel mio studio provato, con iscrizione N.ONB AA\_067629 from 25/01/2013

### Docente Universitario AC | Università degli Studi di Torino

AA 2013/2014 – AA 2014/2015

Professore AC per il corso di Sport e Salute

### Docente | Named spa

2014 – 2017

Docente per corsi di formazione a professionisti Medici e Farmacisti, in nutrizione sportiva e nutrizione della donna

### Fondatrice del progetto LOTUSFLOWERPCOS.COM

2016 – *a tutt'oggi*

Creazione del primo blog italiano interamente dedicato alla Sindrome dell'Ovaio Policistico

### PUBBLICAZIONE LIBRO | PCOS - convivere con la Sindrome dell'Ovaio Policistico

2019

Il primo libro italiano interamente dedicato alla Sindrome dell'Ovaio Policistico

### FONDAZIONE ASSOCIAZIONE NAZIONALE PER LE DONNE CON LA SINDROME DELL'OVAIO POLICISTICO

2022

La prima associazione nazionale per le donne con PCOS

## EVENTI

### The lighting of Mole Antonelliana

2018

in occasione del International PCOS awareness month, ha acceso la Mole Antonelliana, per la prima volta in Italia, con i colori di LoturFlowerpcos.com

## LECTURER

- June 2023 - La PCOS nella Giostra dell'adolescenza, tra aspetti emotivi e fisici. Strategia di trattamento personalizzato per una Femminilità in Equilibrio.
- March 2020 - Nutrition and wellness - Regenerative Medicine - Orthopedics. Houston Methodist Research Institute
- September 2018 - Symposium PCOS Challenge Inc. Orlando, FL USA
- Training courses held for Named Sport in several Italian cities
- Training courses held for Named-Simf in several Italian cities, nutrition and endocrinology in the woman.
- September 2017 - Symposium PCOS Challenge Inc. Atlanta, GA USA
- September 2016 - Symposium PCOS Challenge Inc. Atlanta, GA USA
- September 2015 - Symposium PCOS Challenge Inc. Philadelphia, PEN USA
- Turin November 2015. For ONB Piedmont area. Focus on seasoning fats: nutritional perspectives of the animal and vegetables fats, prevention and fat consumption. Need and appropriateness of supplementing in physiological conditions.
- Turin May 2015. Disability, sport athletic preparation at CUS Torino
- Turin May 2014. Endometriosis: multidisciplinary diseases. Nutritional supplementing
- Biella February 2014. Food and emotions
- Turin February 2014. Methodology for a healthy nutrition

## PUBBLICAZIONI

- Anthropometric profile and body composition in competitive swimmers: effects of measurement technique, Beratto L., Cattaneo S., Corapi L., et al.
- X Convention sismes, Messina, October 2018 - Sport sci health (2018) 14 (suppl 1): S1-S99
- Several articles published on the web for a few online magazines
- NUTRITION AND POLYCYSTIC OVARY SYNDROME, stefania cattaneo - ITALIAN BIOLOGISTS, marCH 2016,
- PERSONALITY AND PSYCHIATRIC DISORDERS IN WOMEN AFFECTED BY POLYCYSTIC OVARY SYNDROME, Scaruffi E. Gambineri A. Cattaneo S. et al. Front. Endocrinol. 5:185. doi 10.3389/fend. 2014.00185
- FOOD NUTRITION IN FUNCTIONAL MEDICINE. MEDICINE IN COMPLIANCE WOITH LIFE , AAVV. SIMF PUBLISHER, JULY 2015
- NUTRITIONAL ASPECTS OF THE POLYCYSTIC OVARY SYNDROME. Cattaneo S. Edizioni accademiche italiane PUBLISHER. February 2014. ISBN 978-3-639-62995-8
- PCOS: LIVING WITH POLYCYSTIC OVARY SYNDROME. Cattaneo S.. Independently published. ISBN 978-1696922357 (n. 10 in the Amazon women's health book chart)