



Julia Souza



A portrait of a woman with long, dark, wavy hair, smiling warmly. She is wearing a black blazer over a black top, a gold necklace, and a gold watch. Her right hand is raised, touching her hair. The background is a plain, light color.

# *Quem sou eu?*

Prazer, sou **Júlia Souza**, tenho 34 anos, sou **nutricionista** formada em 2013, especialista em desordens do sistema gastrointestinal.

Meu objetivo é **te ajudar a cuidar do seu intestino** e viver melhor com sua autoimune.

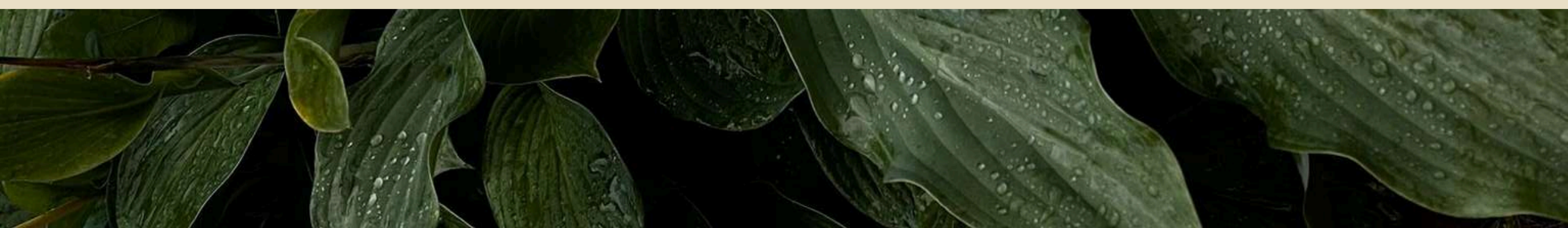


O acompanhamento nutricional é fundamental, especialmente para quem convive com alterações do sistema gastrointestinal e doenças autoimunes. O intestino vai muito além da digestão: ele é um órgão-chave na regulação da imunidade, da inflamação e da absorção de nutrientes — e quando não está em equilíbrio, todo o organismo pode ser impactado.

Condições como doença celíaca, síndrome do intestino irritável (SII), SIBO (supercrescimento bacteriano do intestino delgado) e as doenças inflamatórias intestinais (DII) exigem um olhar individualizado, estratégico e baseado em evidências. A nutrição adequada é parte essencial do tratamento, auxiliando no controle dos sintomas, na recuperação da mucosa intestinal e na melhora da qualidade de vida.

Cuidar do intestino é cuidar da sua saúde como um todo. Com atenção, conhecimento e escolhas nutricionais corretas, é possível reduzir desconfortos, modular a inflamação e promover mais bem-estar no dia a dia.

Por meio deste material, você vai conhecer melhor minha forma de trabalho e entender como posso te ajudar a viver com mais equilíbrio, saúde e autonomia.





## CONHEÇA NOSSO ESPAÇO



\*Clique e acesse\*

Estamos localizados na Rua Dr. Penteado de Almeida, 60, Centro, sala 04.



## *O que inclui minhas consultas nutricionais:*

- Avaliação antropométrica;
  - Avaliação de sinais, sintomas e histórico de doenças;
  - Definição de metas e objetivos;
  - Desenvolvimento do plano alimentar e suplementação individualizada;
  - Avaliação de exames bioquímicos;
  - Avaliação da rotina alimentar atual;
-

# *Investimentos:*

## **Consulta Individual**

Atendimento nutricional completo, personalizado e focado nas suas necessidades.

Todo o plano alimentar e as orientações são elaborados e entregues no momento da consulta juntamente com o paciente;

Acesso pelo aplicativo personalizado ou via WhatsApp.

## **Indicada para:**

- Pessoas com doenças gastrointestinais já em acompanhamento para monitoramento
- Pacientes com doenças autoimunes que necessitam de abordagem nutricional específica
- Investigação aprofundada de sintomas intestinais (inchaço, dor, constipação, diarreia, gases, intolerâncias)
- Pessoas que desejam um plano alimentar individualizado, baseado em ciência e rotina real
- Quem procura melhorar saúde intestinal, imunidade e qualidade de vida

## **Observações:**

A consulta individual **não inclui retorno**

Atendimento presencial ou online

Duração média: 1 hora e 30 minutos

# *Programas nutricionais:*

## **Programa Nutricional – 02 Consultas**

Programa de acompanhamento nutricional pensado para quem precisa de mais orientação, ajustes e segurança no tratamento.

### **Indicado para:**

- Doença celíaca
- Síndrome do intestino irritável (SII)
- Doenças Inflamatórias Intestinais (DII)
- SIBO, SIFO, IMO
- Pancreatite e insuficiência pancreática
- Diverticulite, gastrite, esteatose hepática
- Doenças autoimunes
- Lipedema

Com duas consultas, o paciente aprende a lidar com os detalhes que sua condição exige, permitindo ajustes no plano alimentar e maior adesão ao tratamento.

É especialmente indicado para celíacos e portadores de lipedema, por se tratar de condições autoimunes que requerem acompanhamento mais atento e contínuo.

### **O programa inclui:**

- Plano alimentar ajustado entre as consultas
- E-book exclusivo com orientações completas
- Dicas práticas e receitas aprovadas, facilitando a rotina e a adesão ao tratamento

## Programa Nutricional – 03 Consultas

Programa de acompanhamento nutricional indicado para casos intestinais que exigem tratamento por fases, ajustes frequentes e maior tempo de acompanhamento.

### Indicado para:

- Síndrome do Intestino Irritável (SII)
- SIBO, SIFO, IMO
- Doença de Crohn
- Retocolite ulcerativa
- Insuficiência pancreática

O programa conta com 03 consultas, permitindo um planejamento alimentar altamente específico e individualizado, respeitando os protocolos de exclusão e reintrodução de alimentos, comuns no tratamento das doenças intestinais.

# *Formas de pagamento:*



PIX



DINHEIRO

**\*Atenção: não** aceitamos pagamentos com cartão.

\*Programas nutricionais pode ser divididos em até 2x: 60% do valor pago na primeira consulta e o restante na segunda consulta.

Julia Souza

NUTRIÇÃO INCLUSIVA



@nutrijuu.desouza



(42) 9 9903 5351