



LORENA PACHECO

NUTRICIONISTA E EDUCADORA FÍSICA
CREF 013984-G/RJ - CRN 11100451

Formação

Licenciatura Plena em Educação Física - UFRJ

2003

Bacharel em Nutrição - UNESA

2010

Lorena Pacheco é Educadora física e Nutricionista com foco em MEV (Medicina do estilo de Vida). Com experiência em prescrição de treinamento individualizado há 20 anos e elaboração de planejamentos alimentares há 13 anos, seu foco e especialização é na mudança de hábitos com resultados para melhora na qualidade de vida.

Hoje atua como Educadora Física no Programa de Reabilitação Cardíaca do LPH (Laboratório da Performance Humana) e na Consultoria de prescrição de exercícios na Esteato Clínica, com foco no tratamento da Esteatose Hepática, além das consultorias nutricionais no Centro de Condicionamento Bios.