

Especialista — fonte de trabalho

Identificação informada

- Nome: Nicole Almozara.
- Profissão: psicóloga.
- Posicionamento informado: especialista em emagrecimento definitivo e mindful eating.
- Abordagem citada no material de partida: Terapia Cognitivo-Comportamental.
- Público citado: mulheres.

Repertório mencionado

- registros de pensamentos;
- reestruturação cognitiva;
- controle de estímulos;
- crenças disfuncionais;
- diário alimentar e registro alimentar semanal;
- um material chamado Mindful Witness, associado à alimentação mais lenta e atenta.

Presença e produção

Nicole informou ter consultório e disponibilidade para gravar. Não há aulas ou materiais audiovisuais inspecionados nesta fase.

Limites de uso

Este documento consolida informações fornecidas, não uma biografia validada. Registro profissional, formação, tempo de experiência, autorização de uso de imagem, linguagem autorizada e fronteiras entre conteúdo educativo e prática profissional permanecem para validação antes de qualquer publicação.