



عزة حسن

أخصائية وخبيرة تغذية

إماراتي - الإمارات العربية المتحدة

اقرأ المزيد

من هي عزة حسن

تُعدّ عزة حسن واحدة من أخصائيات التغذية المتميزات اللواتي يجمعن بين العلم والجمال في نهج شمولي فريد، حيث اكتسبت مكانة مرموقة بفضل تخصصها في الربط بين التغذية العلاجية وصحة البشرة (Skincare). تركز عزة في عملها على مفهوم "الجمال من الداخل" (Glow beauty from within)، مؤمنة بأن النظام الغذائي المتوازن هو الركيزة الأساسية ليس فقط للرشاقة، بل وللحصول على بشرة نضرة وصحة عامة مستدامة. وقد استطاعت من خلال منصتها "Azza Nutrition" تقديم محتوى تثقيفي يدمج بين أحدث الأبحاث في علم التغذية وأفضل ممارسات العناية بالبشرة. تركز عزة حسن في استشاراتها الغذائية على تقديم برامج فردية مدروسة تتعامل مع احتياجات الجسم المختلفة، مع تركيز خاص على دور الفيتامينات والمعادن في تحسين مظهر الجلد ودعم استجابة الجسم للعوامل البيئية. تقدم عزة نصائح عملية لتبسيط المفاهيم الطبية المعقدة، حيث تشرح بوضوح تأثير الأطعمة على مستويات الطاقة، صحة الجهاز الهضمي، وإشراقه الوجه. ويتميز أسلوبها بالقدرة على إلهام متابعيها لتبني نمط حياة صحي يجمع بين التغذية السليمة والروتين اليومي للعناية بالذات، مما يعزز دورها كأخصائية مؤهلة وموثوقة في هذا المجال المبتكر. بفضل حضورها القوي على وسائل التواصل الاجتماعي، أصبحت عزة حسن مرجعاً مهماً للباحثين عن حلول غذائية تجميلية متكاملة. يجذب محتواها جمهوراً واسعاً يسعى لتحسين جودة الحياة عبر اختيارات غذائية ذكية، حيث تسلط الضوء على فوائد الأطعمة الطبيعية والمكملات الغذائية وأهمية الترطيب الداخلي. ويجمع عمل عزة بين الخبرة العلمية واللمسة الجمالية، مما يجعلها واحدة من الأسماء الصاعدة في مجال التغذية العلاجية التي تضع صحة الفرد وجماله في قلب اهتماماتها، مع التأكيد الدائم على أن التوازن الغذائي هو سر التألق الحقيقي