

Profilo professionale

Professionista appassionata di salute e benessere, da anni impegnata nell'educare all'importanza di seguire uno stile alimentare corretto, consapevole ed equilibrato per mantenere un corpo giovane, attivo e sano. Personalità poliedrica, propositiva e dinamica, sa effettuare valutazioni antropometriche e raccogliere con precisione bisogni e necessità nutrizionali della persona per elaborare piani dietetici su misura, impegnandosi a offrire un'assistenza di alta qualità e spronando la persona a raggiungere i risultati nei tempi stabiliti. Si avvale di ottima conoscenza dell'uso degli strumenti di monitoraggio e valutazione.

Capacità e competenze

- Regolamenti sulla sicurezza alimentare
- Uso professionale degli strumenti di misurazione
- Metodi di analisi degli alimenti
- Predisposizione alla cooperazione

Esperienze lavorative e professionali

Agosto 2021 - Attuale

Biologo nutrizionista

Volley Team Busnago

Busnago

- Gestione dell'alimentazione delle atlete di alto livello di serie B1-B2-C con particolare attenzione a quelle che vivono in foresteria
- Elaborazione del menù mensile per le ragazze che vivono in sede e sono lontane da casa, con gestione dei contatti con Cuoca per preparazione dei pasti
- lezioni frontali evia web con le atlete delle diverse squadre, gestione della giornata alimentare con attenzione alla colazione ed alle merende durante l'orario scolastico ed al recovery meal post allenamento o partita
- analisi antropometrica delle atlete in foresteria con collaborazione con preparatore atletico e allenatori per raggiungere gli obiettivi di forma programmati

Febbraio 2020 - Attuale

Biologo Nutrizionista

Farmacia Castelli Sas

MARIANO COMENSE

- Elaborazioni di piani nutrizionali per le diverse patologie cliniche afferenti al canale farmacia: menopausa, ipercolesterolemia, Diabete di Tipi II, gravidanza.
- Analisi della composizione corporea con BIA Mascaretti, plicometrie e analisi della forza con manometro
- Gestione della pagina facebook dedicata alla nutrizione

Febbraio 2020 - Attuale

Biologo Nutrizionista

Farmacia Castelli Vedano al Lambro

Vedano al Lambro

- Studio ed elaborazione di piani nutrizionali mirati per mense scolastiche e servizi alimentari per pazienti giovani e anziani con e senza patologie.
- analisi della composizione corporea con plicometria, BIA Mascaretti e dinamometro
- Gestione della pagina facebook dedicata alla nutrizione

Gennaio 2020 - Attuale

Insegnante

UNITRE mariano C,se

MARIANO COMENSE

- lezioni frontali e on-line con argomento l'aderenza terapeutica ed il mantenimento dello stato di salute con focus sull'azione del cortisolo nelle fasi di Stimolo-Resistenza_esaurimento

Settembre 1999 - Ottobre 2021

farmacista collaboratore

Farmacia Castelli Sas

MARIANO COMENSE

- negli ultimi anni il lavoro a banco è stato sostituito da quello di gestione del personale di attivazione e

- gestione dei tirocini con UNIMI e UNIPAV
- Direttore in sostituzione nei periodi di ferie o malattia del titolare
- dal 1999 al 2005 gestione del laboratorio galenico con preparazione ed allestimento di specialità medicinali galeniche o multiple con particolare attenzione ai farmaci orfani in SSN presso l'ATS insubria
- Master in omeopatia presso ONB con nel 2000/2002 con specialistica nel 2003
- lavoro in team di 10 persone con gestione del magazzino e delle scorte

Ottobre 1999 - Gennaio 2003

direttore di magazzino farmaci odontoiatrici
dental service

pavia

- Gestione del magazzino scorte ed approvvigionamento personale per lo specialista titolare della ditta
- gestione registro carico e scarico dei medicinali

Istruzione e formazione

Scienze dell'alimentazione e nutrizione umana: medicina, 2018

Unimi

Milano

Farmacista Omeopata: medicina omeopatica, 2003

Scuola superiore di Omeopatia

Milano

Chimica e tecnologie farmaceutiche: farmacia, 1998

unimi

Milano

diploma liceo scientifico: scuola superiore di secondo grado, 1992

Liceo scientifico Ettore Majorana

desio

Camilla Folci

5/11/2021 Briosco

Autorizzo il trattamento dei miei dati personali ai sensi dell'art. 13 del D. Lgs. 196/2003 e dell'art. 13 GDPR (Regolamento UE 2016/679) ai fini della ricerca e selezione del personale.

Autorizzo il trattamento dei dati personali contenuti in questo CV ai fini della ricerca e selezione del personale.