



SILVIA SBERVEGLIERI

dietista nutrizionista

Contattaci

Via Divisione Acqui, 137/2 -41122 Modena
059 867 8041
info@ortho1.it
www.ortho1.it

SILVIA SBERVEGLIERI

Dietista nutrizionista

Iscrizione al n. 183 dal 10/01/2023 all'Albo dei Dietisti

- 2023/2024 Diploma di Esperto in Nutrizione Sportiva
- 2023 Brevetto Aiuto Allenatore Unico discipline natatorie
- 2023 Scuola di Alta Formazione EMC per un approccio integrato alle malattie croniche non trasmissibili
- 2023 Corsi alimentazione donna e bambino
- 2023 Corso Intuitive Eating 1° livello
- 2023 Corsi nutrizione sportiva - Scuola di Nutrizione Salernitana - Eat to Perform: alimentazione PRATICA per lo sportivo - Ricomposizione corporea Lab
- 2022/2023 Corso di cucina vegetale - Cucina Botanica - Formazione continua in cucina e cucina vegetale
- 2022 Laurea triennale in dietistica presso Università degli studi di Modena e Reggio Emilia - votazione 110/110
- 2022 Corso di Mindfulness per la riduzione dello stress - Formazione continua in meditazione e mindful eating - CAT Campogalliano
- 2022 Brevetto istruttore di nuoto - Iscrizione al n. 875209 all'Albo Istruttori di nuoto Federazione Italiana Nuoto
- 2019 Diploma di scuola superiore - Liceo scientifico Manfredo fanti, Carpi (MO)
- 2017 Brevetto assistente bagnanti - Iscrizione al n. 370732 dal 2017 all'Albo Assistenti Bagnanti

ESPERIENZE LAVORATIVE - GENNAIO 2023 ATTUALE

Dietista | Reggio Emilia, Modena, Mantova

- Conduzione di attività e interventi didattici per educare sull'importanza di un'alimentazione sana ed equilibrata per preservare la salute e il benessere.
- Ascolto attivo e supporto emotivo dei pazienti per motivare al raggiungimento degli obiettivi di salute stabiliti.
- Pianificazione di trattamenti dietetici personalizzati in caso di malattie, riabilitazione e a scopo di prevenzione.
- Stesura di programmi alimentari per atleti e sportivi in base al tipo di attività e agli obiettivi da perseguire.
- Misurazione di peso, altezza e circonferenze ed effettuazione della plicometria per la valutazione della massa magra e della massa grassa.
- Conduzione di incontri dedicati a persone con allergie e intolleranze e celiaci per informare sulle modalità corrette di lettura delle etichette e sui rischi di contaminazione del cibo.
- Pianificazione di diete per donne in allattamento, celiaci, persone della terza età e portatori di condizioni e patologie diffuse come ipertensione e diabete.
- Organizzazione di consulenze professionali anche tramite collegamenti video, concordando i tempi e le modalità di erogazione più adatte.
- Ideazione di nuove ricette per promuovere sane abitudini alimentari e per condizioni patologiche o particolari
- Istruttore di nuoto | Coopernuoto Carpi
- Educazione attraverso l'acqua per un completo sviluppo della persona e per il benessere in acqua
- Preparazione di schede di allenamento personalizzate.
- Descrizione e dimostrazione dei principali stili di nuoto.
- Incoraggiamento di atleti a impegnarsi nella costruzione di
- relazioni di lealtà e reciproco rispetto dentro e fuori dal campo.

ESPERIENZE LAVORATIVE- APRILE 2023 - GIUGNO 2023

Tirocinante dietista | Policlinico di Modena

AMBITI: oncologia, pediatria, malattie metaboliche, consulenze in reparto, nutrizione artificiale.

- Raccolta dell'anamnesi familiare e personale del paziente per accertare o meno la presenza di predisposizioni genetiche e l'esistenza di malattie pregresse.
- Formulazione di piani alimentari personalizzati partendo dalla valutazione delle condizioni fisiologiche e patologiche della persona, secondo il modello di lavoro 'Nutritional care Process'
- Educazione alimentare e counseling nutrizionale Documentazione dei progressi e osservazione analitica dei risultati ottenuti selezionando gli indicatori più adatti al caso specifico.
- Predisposizione di materiale divulgativo e promozionale su tematiche riguardanti la salute e la prevenzione di patologie varie attraverso la corretta alimentazione.
- Documentazione dei progressi e osservazione analitica dei risultati ottenuti selezionando gli indicatori più adatti al caso specifico.
- Collaborazione nell'esecuzione di attività oltre a quelle assegnate.
- Attenzione e rispetto di istruzioni e suggerimenti ricevuti nell'esecuzione delle attività richieste.

ESPERIENZE LAVORATIVE- APRILE 2023 - GIUGNO

Tirocinante dietista | Azienda USL di Modena, Ospedale S. Maria Bianca di Mirandola, Centro diurno DCA Modena

AMBITI: Diabetologia, gravidanza gestazionale, nutrizione artificiale, nefrologia, disturbi del comportamento alimentare

- Raccolta dell'anamnesi familiare e personale del paziente per accertare o meno la presenza di predisposizioni genetiche e l'esistenza di malattie pregresse.
- Formulazione di piani alimentari personalizzati partendo dalla valutazione delle condizioni fisiologiche e patologiche della persona, secondo il modello di lavoro Nutritional care Process
- Educazione e counseling nutrizionale Gestione dei pasti assistiti presso il centro diurno per i disturbi del comportamento alimentare.
- Documentazione dei progressi e osservazione analitica dei risultati ottenuti selezionando gli indicatori più adatti al caso specifico.
- Attenzione e rispetto di istruzioni e suggerimenti ricevuti nell'esecuzione delle attività richieste.

SKILLS

- Conduzione di attività e interventi didattici
- Ascolto attivo e supporto emotivo dei pazienti
- Pianificazione di trattamenti dietetici personalizzati
- Stesura di programmi alimentari per atleti e sportivi
- Conduzione di incontri dedicati a persone con allergie e intolleranze e celiaci
- Pianificazione di diete per donne in allattamento, celiaci, persone della terza età e portatori di condizioni e patologie
- Ideazione di nuove ricette per promuovere sane abitudini alimentari

LINGUE

- Italiano madrelingua
- Inglese: livello intermedio superiore - B2