



Informazioni personali

NOME / COGNOME Valeria Balconi
INDIRIZZO Via Torri Bianche 5, 20871, Vimercate (MB)
TEL 3911057312
E-MAIL valeriabalconi@gmail.com
NAZIONALITÀ Italiana
DATA DI NASCITA 26 Novembre 1991
SESSO Femminile

POSIZIONE ATTUALE Dietista libera professionista

Esperienza professionale

DATE Marzo 2016 - in corso
POSIZIONE **Dietista libera professionista** a Vimercate (MB) e Studio49, Pessano con Bornago (MI)

INDIRIZZO Via Principato 12, Vimercate (MB), 20871
TIPO DI ATTIVITÀ

- Alimentazione in condizioni di obesità e sovrappeso
- Elaborazione di diete per sportivi
- Esperta in alimentazione a base vegetale in età adulta e pediatrica

DATE Marzo-Maggio 2016
POSIZIONE **Dietista**
AZIENDA 8su9 Agenzia di neuromarketing e Abott
TIPO DI ATTIVITÀ Giornate di sensibilizzazione sul tema della sarcopenia

- Rilevazione della composizione corporea
- Strategie per il suo recupero della massa muscolare

Ottobre 2014 - Settembre 2015
DATE **Tirocinio e progetto sperimentale di tesi** (Titolo: Osservazioni tra due approcci clinici impiegati presso la s.c. di dietetica e nutrizione clinica dell' A.O. Niguarda Cà Granda per la riduzione del peso corporeo).
POSIZIONE

AZIENDA / INDIRIZZO S.C. di Nutrizione clinica, **A.O. Niguarda Cà Granda** (MI)
TIPO DI ATTIVITÀ

- Terapia nutrizionale integrata di gruppo per il trattamento dell'obesità
- Anamnesi, stesura schemi dietetici
- Educazione alimentare e gestione del paziente ambulatoriale (diabete, insufficienza renale, ipertensione, malnutrizione, obesità, tumori, gastro-resezioni, DCA, celiachia)
- Assistenza al pasto di pazienti con DCA
- Rilevazione delle misure antropometriche, plicometria, calorimetria indiretta, BIA

Istruzione e formazione

DATE	Ottobre 2017 - in corso
QUALIFICA	Laurea magistrale in alimentazione e nutrizione umana
ISTITUZIONE	Inter-facoltà di medicina e chirurgia e agraria, Università degli studi di Milano (MI)
DATE	2012 - 2015
QUALIFICA CONSEGUITA	Laurea in Dietistica (25-11-15) - 109/110
ISTITUZIONE	Facoltà di medicina e chirurgia, Università degli studi di Milano (MI)
DATE	Agosto 2009 - Gennaio 2010
ISTITUZIONE	Amphiteather high school, Tucson, Arizona (United States of America) Exchange program di 6 mesi

Abilità e competenze

LINGUA PARLATA	Italiano, Inglese - B1
COMPETENZE PROFESSIONALI	Educazione nutrizionale individuale volta ad una sana alimentazione, fornendo consigli pratici per una maggiore consapevolezza delle scelte in ambito alimentare. Comprensione delle esigenze dei pazienti e delle problematiche in essere al fine di elaborare un percorso personalizzato di miglioramento dello stile di vita.

Appartenenza ad associazioni	- Socio ANDID (Associazione nazionale dietisti) - da Gennaio 2017 - Socio SINU (Società italiana di nutrizione umana) - dal 2016 - Socio SSNV (Società scientifica di nutrizione vegetariana) - dal 2015 - Volontariato presso associazione volontari ospedalieri AVOLVI (Ospedale di Vimercate, MB) in reparto di chirurgia (dialogo, conforto, ascolto e aiuto dei malati) fino al 2014 e di psichiatria (svolgimento di laboratori creativi a supporto dei pazienti ricoverati), dal 2011 ad oggi.
-------------------------------------	--

Progetti	- Relatrice conferenza "Mangiare sano con i cibi vegetali" presso Studio 49, Pessano con Bornago - Relatrice conferenza con le neo-mamme del consultorio di Cinisello Balsamo "Lo svezzamento a base vegetale" - Partecipazione Obesity day 2016 (10/10/16) e 2015 (10/9/15) presso IEO - Istituto Europeo di Oncologia (MI) - "Dall'orto alla tavola", educazione al gusto consapevole rivolto ai bambini e ai loro genitori organizzato da Milano ristorazione. Febbraio-maggio 2015. - Cicerone per visite guidate presso la Villa Reale di Monza e centro storico di Vimercate nel 2011 in collaborazione con l'associazione FAI (Fondo Ambiente Italiano)
-----------------	--