

INFORMAZIONI PERSONALI **Alice Andreassi**

Nazionalità Italiana

Data di nascita 27/01/1992

Sesso Femminile

DICHIARAZIONI PERSONALI Da sempre sportiva e appassionata al tema dell'alimentazione ho indirizzato il mio percorso formativo e lavorativo al servizio della salute, del benessere e della sana alimentazione. Credo nella "dieta" intesa come stile di vita ed educazione alimentare. Iscritta al n. 20 dell'**albo della professione sanitaria di dietista**, presso l'Ordine TSRM PSTRP di Milano Como Lecco Lodi Monza-Brianza Sondrio.

ESPERIENZA PROFESSIONALE

sett. 2017 - oggi

Dietista - libera professionista

Studio Tobe24, viale Beatrice d'Este 24, 20122 Milano.

- Valutazione dello stato nutrizionale e dei fabbisogni energetici e di nutrienti, analisi della composizione corporea, educazione alimentare, dietoterapia personalizzata e mindful eating.
- Consulenze nutrizionali online

apr. 2016 - oggi

Dietista - collaborazione in libera professione

Ospedale San Paolo - Reparto di Andrologia Pediatrica:

- Trattamento nutrizionale di sovrappeso e obesità e monitoraggio attività fisica tramite test del cammino e accelerometria
- Ricerca e sviluppo
- Progetto Rotafit in collaborazione con Rotary Distretto 2041: Formazione dei volontari e monitoraggio del progetto, relativo all'aumento dell'**attività fisica in bambini e adolescenti**.

lug. 2019 – dic. 2019

Dietista – collaborazione in libera professione

Runner Marketing srl

Consulenze nutrizionali presso farmacie di Milano, Morbegno e Tirano.

mar. 2019 – mag. 2019

Esperto in Nutrizione - progetto PON " Il cibo non è solo nutrimento "

Liceo Scientifico "Galileo Galilei", via S. Domenico 107, 80127 Napoli

- Educazione alimentare, cibo e territorio: comprensione dei benefici di un sano stile di vita alimentare, funzionalità della filiera alimentare, valenze ambientali, sicurezza, territorialità dei prodotti alimentari, consumi responsabili, contesti economici e sociali.

apr. 2018 -- maggio 2018

Educatore - progetto

Accademia Katakò (Milano): **Educazione alla sana alimentazione** applicata allo sport

Istituto Comprensivo F.S. Cabrini (Milano): Illustrazione dei **principi nutritivi degli alimenti e metodi di cottura**

gen. 2016 -- luglio 2019

Dietista - libera professionista

Consulenza dietetica domiciliare, Napoli

Centro Medico Camedì, Via S. Gregorio 3, 20124 Milano

Centro Medico Città di Milano, via della Commenda 20, 20122 Milano

sett. 2015 – marzo 2017

Dietista - volontaria
Humanitas San Pio X, Via F. Nava 31, 20159 Milano
Valutazione dietetica di pazienti sottoposti a chirurgia bariatrica

ISTRUZIONE E FORMAZIONE

ott. 2013 - nov. 2015

Laurea magistrale in Alimentazione e Nutrizione Umana

Università degli Studi di Milano, Facoltà di Agraria

Votazione **110/110 e lode** - Media esami **28,6/30**

Tesi sperimentale presso Ospedale San Paolo “Attività fisica e modificazione del livello di adiposità in bambini con eccesso ponderale dopo tre mesi di intervento nutrizionale”.

ott. 2013 - apr. 2015

Diploma di Nutritional Sport Expert

Sanis, Scuola di Nutrizione ed Integrazione nello Sport – Akesios Group - Torino.

ott. 2010 - nov. 2013

Laurea triennale in Dietistica ed Esame di Stato abilitante presso Università

Federico II di Napoli, Facoltà di Medicina e Chirurgia.

Votazione **110/110 e lode** - Media esami **28,4/30**

Tesi sperimentale “Abitudini alimentari di giovani atleti: effetti della variazione dietetica sulla composizione corporea”.

Tirocinio - 1300 ore - presso gli ospedali di Napoli Secondo Policlinico Universitario, Monaldi e San Gennaro – reparti di Pediatria, Chirurgia bariatrica, Diabetologia, Gastroenterologia e Medicina interna e mensa ospedaliera.

2005 - 2010

Maturità presso Liceo Scientifico G. Mercalli di Napoli con votazione 100/100.

COMPETENZE PERSONALI

Lingua madre Italiano

Altre lingue

Inglese

COMPRESIONE

ASCOLTO

LETTURA

PARLATO

INTERAZIONE

PRODUZIONE ORALE

PRODUZIONE SCRITTA

C1

C1

C1

C1

C1

Cambridge English Advanced - CAE

Competenze comunicative

- Spiccata attitudine ai rapporti interpersonali e all’instaurare una relazione empatica con il paziente, maturata durante le attività di tirocinio e di tesi e durante il lavoro come libera professionista.
- Ottime competenze relazionali con bambini e adolescenti, acquisite soprattutto grazie al lavoro presso l’Ospedale San Paolo e durante le esperienze di insegnamento.

Competenze organizzative e gestionali

- Capacità di lavorare in situazioni di stress, di rispettare termini e scadenze
- Attitudine alla leadership, capacità di organizzazione e di lavorare in autonomia o di collaborare in team con figure diverse.
- Precisione, versatilità, determinazione, entusiasmo.

Competenze professionali

- Trattamento di sovrappeso e obesità e delle principali patologie legate all’alimentazione (malattie cardiovascolari, diabete, intolleranze e celiachia, patologie gastro-intestinali ecc) nonché applicazione della corretta alimentazione a condizioni fisiologiche (gravidanza, allattamento ecc) e definizione di piani alimentari specifici per l’attività sportiva.
- Plicometria e impedenzimetria
- Insegnamento

| | |
|-------------------------|--|
| Competenze informatiche | <ul style="list-style-type: none"> ▪ Ottima conoscenza di microsoft office (excel, powerpoint, word), browsers di navigazione (mozilla firefox, google chrome, internet explorer), dropbox e google drive. ▪ Utilizzo del software metadieta per la nutrizione |
| Altre competenze | <ul style="list-style-type: none"> ▪ Pattinaggio: Certificata Maestra Allenatrice di Pattinaggio Artistico nel 2010 Campionato Nazionale FIHP – Miglior piazzamento 20° nel 2013 Campionato Nazionale UISP – Miglior piazzamento 8° nel 2005 Campionato Regionale FIHP – Campionessa regionale nel 2009 e 2011, podio nel 2005, 2006, 2007, 2008, 2010 e 2012 Campionato Regionale UISP – Campionessa regionale nel 2005, 2006, 2008 e 2009, podio nel 2007, 2010 e 2011 Trofeo internazionale Giuseppe Filippini – Miglior piazzamento 4° nel 2008 |
| Patente di guida | B |

 ULTERIORI INFORMAZIONI

| | |
|------------------|--|
| settembre 2023 | ▪ Corso di formazione YogaRenew “50 Hour Mindful Eating Program”. |
| luglio 2023 | ▪ Evento formativo FAD “Pratiche di alimentazione gentile - Guidare il paziente con un approccio non prescrittivo”. |
| 2020-2023 | ▪ Progetto Erasmus+ “Dr. Ped-Chef: hands-on nutrition for paediatric healthcare professionals”. |
| maggio 2021 | ▪ Eventi formativi FAD “Immunologia Funzionale e Apparato Respiratorio” e “Pediatria Funzionale”. |
| aprile 2021 | ▪ Evento formativo FAD “Nutrizione e dintorni... nel bambino”. |
| marzo 2021 | ▪ Evento formativo FAD “11th INTERNATIONAL MEDITERRANEAN MEETING Nutrition and Metabolism – Nu.Me”. |
| gennaio 2021 | ▪ Evento formativo FAD “PROGETTO A.B.C.D.E. Attenzione, Burnout, Compassion Fatigue, Disturbo Post Traumatico da Stress ...E oltre”. |
| settembre 2020 | ▪ Partecipazione al convegno “Spazio Nutrizione: la filiera della sana alimentazione”. |
| maggio 2020 | ▪ Evento formativo FAD “La terapia nutrizionale nelle principali patologie gastroenterologiche – Aspetti teorici e pratici”. |
| aprile 2020 | ▪ Eventi formativi FAD “Intervento nutrizionale in gravidanza ed allattamento - Aspetti teorici e pratici” e “Suggerimenti dietetici in caso di sindrome dell’ovario policistico – Aspetti teorici e pratici”. |
| febbraio 2020 | ▪ Evento formativo FAD “Competenze e responsabilità nelle professioni sanitarie nell’anno 2020”. |
| dicembre 2019 | ▪ Evento formativo FAD “La comunicazione e la relazione nelle professioni sanitarie - Tecniche di counseling e di programmazione neuro linguistica”. |
| 12 aprile 2019 | ▪ Partecipazione in qualità di relatore al XIII Forum di Nutrizione Pratica Nutrimi: con relazione dal titolo “Tutti a tavola: raccomandazioni dietetiche pratiche per le famiglie”. |
| 24 novembre 2018 | ▪ Docente del corso per istruttori di Wellness Walking in tema di sana alimentazione – Neo Hotel di Bresso (Milano). |
| 6 ottobre 2018 | ▪ Partecipazione in qualità di relatore al convegno “Il Bambino E L’adolescente Maschio: Diagnosi Precoce E Interazione Pediatra Di Famiglia-Specialista Ospedaliero” con presentazione sull’argomento “Nuove tecnologie e attività fisica nel sovrappeso maschile”. |
| settembre 2018 | ▪ Seminario “Universo Intestino: dalla patologia alla prevenzione attraverso lo studio della permeabilità intestinale e del microbiota” |
| giugno 2018 | ▪ Evento formativo FAD “I disturbi alimentari: mi alimento per non alimentarmi...” |
| 15 aprile 2018 | ▪ Partecipazione al “Percorso della Salute” presso Corso Vittorio Emanuele (Milano): screening gratuiti per la sensibilizzazione all’obesità e la prevenzione |

- settembre 2017-marzo 2018
25 marzo 2017
- dicembre 2016
- agosto 2014
- 2013
- delle patologie associate.
 - Consulenze nutrizionali presso Farmacia dr. Vaiani Cesare, Vidigulfo (PV).
 - Partecipazione in qualità di relatore al convegno “Novità in Andrologia pediatrica e dell’adolescenza” con presentazione sull’argomento: Attività fisica e nuove evidenze scientifiche in tema di metabolismo e longevità”.
 - Corso FAD “Rilevamento dei consumi alimentari nazionali con metodiche armonizzate secondo le linee guida dell’European Food Safety Authority (EFSA)”
 - Progetto di volontariato sociale attraverso il gruppo Green Lion Bali - Insegnante di inglese presso scuola elementare di Ubud, Bali (Indonesia).
 - Consulenze nutrizionali durante la VIII Giornata Mondiale contro l’Ipertensione, presso Piazza del Plebiscito (Napoli).

- Pubblicazioni
- “Myo-inositol and D-chiro inositol in improving insulin resistance in obese male children: preliminary data”. International Journal of Endocrinology (2016).
Autori: Mario Mancini, Alice Andreassi, Michela Salvioni, Fiore Pelliccione, Gianna Mantellassi and Giuseppe Banderali.
- “Early varicocelelectomy by percutaneous scleroembolization improves seminiferous tubules spermatozoa release in the adolescent phase of testicular growth”. Andrologia (2019).
Autori: Mario Mancini, Gianpaolo Carrafiello, Fabio Melchiorre, Fiore Pelliccione, Alice Andreassi, Gianna Mantellassi, Zakaria Ahmed Said, Francesca Pecori Giraldi, Giuseppe Banderali, Franco Folli.
- “Obesity Is Strongly Associated with Low Testosterone and Reduced Penis Growth During Development”. The Journal of Clinical Endocrinology & Metabolism (2021).
Autori: Mario Mancini, Francesca Pecori Giraldi, Alice Andreassi, Gianna Mantellassi, Michela Salvioni, Cesare C. Berra, Roberto Manfrini, Giuseppe Banderali, Franco Folli.
- “Multiple beneficial effects of 1-year nutritional-behavioral intervention on anthropometric and metabolic parameters in overweight and obese boys”. Journal of Endocrinological Investigation (2023).
Autori: M Tosi, A Matelloni, M Mancini, A Andreassi, A Scopari, A Rossi, E Verduci, C Berra, R Manfrini, G Banderali, F Pecori Giraldi, F Folli.

Autorizzo il trattamento dei dati personali contenuti nel mio curriculum vitae in base all'art. 13 del D. Lgs. 196/2003 e autocertifico, consapevole delle sanzioni previste nel caso di dichiarazioni false, ai sensi degli art. 46 e 47 del DPR 445/00, che quanto dichiarato corrisponde al vero ed alla documentazione in mio possesso.

Milano, 28 agosto 2024

Alice Andreassi