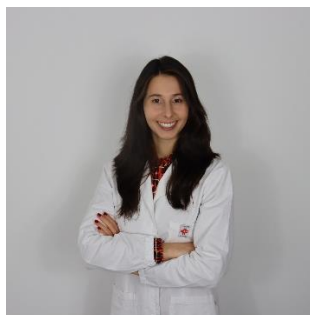


## INFORMAZIONI PERSONALI



📍 Via Nino Oxilia 10, 28100 Novara

☎ 3481629314

✉ dott.ssa.ericablanda@gmail.com

ONB AA\_089956

Sesso F | Data di nascita 07/04/1996 | Nazionalità Italiana

## ESPERIENZA PROFESSIONALE

(2022 - in atto)

Attività di **Biologa Nutrizionista in libera professione**

Presso Strada Privata Rossi, 2A – 28100 Novara

(2022 - in atto)

Attività di **Biologa Nutrizionista presso ALCOR**

Via Gramsci, 16 – 28070 Nibbiola

Piazza Vittorio Veneto, 4 – 28060 San Nazzaro Sesia

Viale Buonarroti, 22 – 28100 Novara

(2021 - 2022)

**Tirocinio formativo**

Presso Ambulatorio di Endocrinologia Pediatrica dell'Ospedale Maggiore della Carità, Novara

- Anamnesi alimentare e strutturazione di un piano alimentare in bambini sovrappeso, normopeso e sottopeso

(2022)

Corso di Formazione “Acido o base? L'equilibrio vitale per l'uomo”

(2022)

Corso di Formazione “Interazione alimenti e integratori con i farmaci e lo stato di salute”

(2022)

Corso di Formazione “Nutrizione e disturbi del sonno”

(2022)

Corso di Formazione “Montagna: patologie e condizioni tipiche in alta quota”

(2022)

Corso di Formazione “Il ruolo della nutrizione negli sport di squadra”

(2022)

Corso di Formazione “Prevenire il diabete: terapie emergenti nel paziente a rischio”

(2022)

Corso di Formazione “Metabolomica e microbiota: il nuovo organo per il nostro benessere”

(2022)

Corso di Formazione “Dieta chetogenica nel paziente con obesità e comorbidità obesità-associate”

(2021)

Corso di Formazione “Efficienza metabolica”

(2021)

Corso di Formazione “Alimentazione plant based: elementi di dietetica applicata per sedentari e sportivi”

(2021)

Corso di Formazione “L'alimentazione per la palestra: integrazione e dieta efficace”

(2021)

Corso di Formazione “Valutazione dello stato nutrizionale e della composizione corporea”

(2021)

Corso di Formazione “I disturbi della condotta alimentare: dai conclamati ai sottosoglia. Come riconoscerli e trattarli”

(2021)

Corso di formazione “Nutrizione in età pediatrica”

(2021)

Corso di formazione “La nutrizione in gravidanza e allattamento”

(2021)

Corso di Formazione “Nutrizione di base”

(2021)

Corso pratico ambulatoriale in Nutrizione umana

Presso ABNI, Rimini

Durata: 2 giorni

- Anamnesi alimentare funzionale all'elaborazione di un programma dietetico personalizzato

- Valutazione del biotipo costituzionale tramite antropometria
- Valutazione della composizione corporea tramite bioimpedenziometria

(2019-2020)

#### Tirocinio curricolare

Presso Laboratorio di Zoologia dell'Università degli Studi del Piemonte Orientale, Vercelli

Durata: 1 anno

- Studio di emosporidi aviari in uccelli nidificanti in Sicilia e in Sardegna
- Tecniche usate: estrazione del DNA, PCR, elettroforesi su gel

(2018)

#### Tirocinio curricolare

Presso COMIE, Laboratorio di Analisi chimiche e alimentari, Sizzano

Durata: 3 mesi

- Determinazione della presenza di *Legionella* nei campioni di acqua potabile e di *Listeria monocytogenes* nei campioni di formaggio gorgonzola
- Tecniche usate: Alqa one day e PCR real time

## CERTIFICAZIONI

---

(2021)

Iscrizione all'Albo professionale dell'Ordine Nazionale dei Biologi

n° iscrizione AA\_089956

## ISTRUZIONE E FORMAZIONE

---

(2020)

Laurea magistrale in Biologia curriculum Nutrizione e Ambiente conseguita presso Università degli Studi del Piemonte Orientale

Votazione finale: 110/110 e Lode

(2018)

Laurea triennale in Scienze Biologiche conseguita presso Università degli Studi del Piemonte Orientale

Votazione finale: 106/110

(2015)

Diploma conseguito presso Liceo Scientifico Convitto Carlo Alberto, Novara

Votazione finale: 80/100

COMPETENZE PERSONALI

Lingua madre Italiano

Altre lingue	COMPRESIONE		PARLATO		PRODUZIONE SCRITTA
	Ascolto	Lettura	Interazione	Produzione orale	
Inglese	B1	B1	B1	B1	B1

Competenze professionali

- Educazione alimentare
- Elaborazione di piani alimentari personalizzati in età pediatrica e nell'adulto
- Elaborazione di piani alimentari personalizzati in situazioni di normopeso, sottopeso, sovrappeso e obesità
- Alimentazione nello sport e nel fitness
- Alimentazione e disturbi del comportamento alimentare
- Diete onnivore, vegetariane e vegane
- Elaborazione di piani alimentari personalizzati in condizioni fisiologiche quali gravidanza, allattamento e menopausa
- Elaborazione di piani alimentari personalizzati in particolari condizioni cliniche quali ipertensione, osteoporosi, dislipidemie, patologie gastrointestinali (gastrite, reflusso gastroesofageo, colon irritabile), intolleranze ed allergie alimentari
- Valutazione del biotipo costituzionale tramite antropometria
- Valutazione della composizione corporea tramite bioimpedenziometria BIA 101 BIVA PRO - AKERN

Competenze comunicative

- Attitudine al team work: capacità di coordinamento con le altre figure professionali

Competenze digitali

- Buona conoscenza del pacchetto Office (Word, PowerPoint)
- Padronanza del software nutrizionale "SifaDieta"

Ulteriori informazioni

- Appassionata di cucina
- Escursionista esperta e amante di sport di endurance
- Appassionata di fotografia

Patente di guida

B

Dati personali

Autorizzo il trattamento dei miei dati personali ai sensi del Decreto Legislativo 30 giugno 2003, n. 196 "Codice in materia di protezione dei dati personali".