

## **DOTT.SSA CHIARA CAPORALI**

### **BIOLOGA NUTRIZIONISTA**

#### **Formazione**

2012 *Laurea in Dietistica* (votazione 110/110 con lode).

2014 *Laurea Magistrale in Alimentazione e Nutrizione Umana* (votazione 110/110 con lode),

2017 *Esame di stato e iscrizione all'Albo dei Biologi Nutrizionisti*

Altri corsi:

2020 La gestione multidisciplinare della Sindrome Fibromialgica e del dolore cronico. Associazione Scientifica Fibromialgia

2020 La terapia nutrizionale nelle principali patologie gastroenteriche: aspetti teorici e pratici. NutriMediFor

2019 Bambini e genitori: come favorire una corretta educazione alimentare. Scuola di Nutrizione Salernitana

2019 Equilibrio Donna – Nutrizione Femminile a 360°. Scuola di Nutrizione Salernitana

2018 L'alimentazione delle donne nelle varie fasi della vita: linee guida, protocolli, procedure. NutriMediFor

2018 Autosvezzamento: come supportare l'autoregolazione. Scuola di Nutrizione Salernitana

2018 Corso in nutrizione e integrazione sportiva presso la Scuola di Nutrizione e Integrazione nello Sport (SANIS – Anno Accademico 2017-2018 sede di Torino).

#### **Esperienza lavorativa**

Ho lavorato per diversi anni presso il Centro di ricerca universitario ICANS (Centro Internazionale per lo Studio della Composizione Corporea), in qualità di tirocinante prima e di ricercatrice in seguito. Attualmente lavoro come libero- professionista presso cliniche, poliambulatori e centri sportivi, mantenendo sempre viva la passione che mi ha portata ad approcciare questo ambito così complesso e importante per la salute e il benessere della persona.

#### **Il mio metodo**

Il mio metodo di lavoro si basa sull'elaborazione di una dieta equilibrata e personalizzata, con il fine di comprendere le specifiche necessità del paziente e coinvolgerlo, consentendogli di assumere un ruolo attivo nel processo di cambiamento dello stile di vita, che si appresta a compiere.