

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.