

BIOLOGA NUTRIZIONISTA

Federica Mantovani

Ferrara (FE)
Nata il 17/03/1999
nutrizionista.federicamantovani@gmail.com
Cellulare: 3349639351

PROFILO PROFESSIONALE

Sono una biologa nutrizionista con esperienza in nutrizione clinica, valutazione dello stato nutrizionale e gestione di piani alimentari personalizzati. Mi occupo sia di soggetti sani, inclusi sportivi, con obiettivi di miglioramento della composizione corporea, della performance e dello stile di vita, sia di pazienti con patologie previamente diagnosticate dal medico, come disturbi metabolici e diabete.

Ho maturato competenze nella consulenza nutrizionale e nel lavoro in équipe, offrendo supporto educativo per accompagnare la persona in un percorso di benessere e corretta alimentazione.

ESPERIENZA

COLLABORAZIONE CON SOCIETÀ IM DI ILARIA MAIOLO – IN CORSO

Sviluppo di percorsi nutrizionali su misura mirati al benessere olistico della donna, lavorando in stretta sinergia con Ilaria Maiolo e il suo team di personal trainer. Coadiuvo i programmi di allenamento al femminile strutturando protocolli dietetici che rispettano le fasi ormonali, migliorano la composizione corporea e contrastano gli inestetismi. Focus sull'integrazione tra nutrizione, coaching sportivo e mindset per garantire un cambiamento sostenibile e risultati d'eccellenza.

COLLABORAZIONE CON POLIAMBULATORIO KYNESIS DI FERRARA – IN CORSO

Lavoro ambulatoriale in collaborazione con il poliambulatorio per creare percorsi personalizzati ai pazienti di ogni età. Mi occupo di stilare piani nutrizionali per benessere generale e cambio di stile di vita - gestione delle patologie - sportivi.

TIROCINIO FORMATIVO IN NUTRIZIONE CLINICA – 2024

Durante il tirocinio formativo di 5 mesi in nutrizione clinica presso gli studi della Dott.ssa Giulia Frontali, ho operato come biologa nutrizionista, affiancando la dottoressa nella gestione delle visite e nell'elaborazione di piani alimentari personalizzati. Mi sono occupata dell'analisi della composizione corporea tramite BIA, del monitoraggio nutrizionale e dell’educazione alimentare dei pazienti. Ho maturato esperienza nella gestione di casi clinici complessi, trattando pazienti con numerose patologie quali diabete, lipedema e disturbi del comportamento alimentare (DCA). Lavorando a stretto contatto con i pazienti, ho sviluppato competenze nella rieducazione alimentare e nell’approccio multidisciplinare in collaborazione con altri professionisti sanitari.

ISTRUZIONE

Laurea Triennale in Biotecnologie per la salute L-2
Università degli Studi di Ferrara - 2019/2021

Laurea Magistrale in Scienze della Nutrizione Umana LM-61
Università San Raffaele di Roma - 2021/2023

Esame di Stato e Iscrizione all'Albo dei Biologi - 2024/2025
Numero di iscrizione: 5420

COMPETENZE E ATTIVITÀ SVOLTE

- Valutazione dello stato nutrizionale: Analisi della composizione corporea mediante BIA e interpretazione dei dati.
- Elaborazione di piani alimentari personalizzati: Definizione di strategie nutrizionali in base alle esigenze fisiologiche e cliniche dei pazienti.
- Consulenza e educazione alimentare: Supporto ai pazienti nel miglioramento delle abitudini alimentari e nello sviluppo di uno stile di vita sano.
- Gestione di casi clinici: Elaborazione di protocolli nutrizionali per pazienti sani o con specifiche condizioni metaboliche o patologiche (es. diabete, allergie, disturbi gastrointestinali).
- Collaborazione interdisciplinare: Interazione con altri professionisti sanitari per un approccio integrato alla salute del paziente.
- Monitoraggio e follow-up: Valutazione dell'andamento nutrizionale e adattamento del piano alimentare in base ai progressi.

LINGUE

Italiano - Madrelingua

Inglese - Livello B2