

## INFORMAZIONI PERSONALI



## Ferrari Chiara Matilde

📍 Via Tensini, 42, 26013 Crema (Italia)

☎ 3405327498

✉ [chiaramatilde.ferrari@gmail.com](mailto:chiaramatilde.ferrari@gmail.com)

ESPERIENZA  
PROFESSIONALE

01/04/2017–31/03/2018

**Assegnista di ricerca**

Ospedale Vittore Buzzi, Milano (Italia)

Presso l'Ospedale Buzzi svolgo attività di ricerca nell'ambito dell'obesità.

Seguo un programma di ricerca dal titolo "Utilità dell'antropometria e degli indici antropometrici in bambini e adolescenti sovrappeso e obesi seguiti in Ambulatorio di Nutrizione Pediatrica". Sulla banca dati di medicina "PubMed" è presente l'articolo scientifico approvato e pubblicato, di cui sopra.

Oltre alla ricerca svolgo attività ambulatoriale presso il Centro di Nutrizione e Diabetologia dell'Ospedale dei bambini Vittore Buzzi, in cui: - rilevo parametri antropo-plicometrici dei pazienti; - effettuo la valutazione della composizione corporea tramite bilancia bioimpedenziometrica; - effettuo stima del metabolismo basale tramite esecuzione di calorimetria indiretta; - mi occupo della stesura di un piano alimentare personalizzato.

01/02/2016–30/09/2016

**Tirocinante**

Clinica Mangiagalli, Milano (Italia)

Tirocinio svolto presso l'U.O.C Ginecologia con il ruolo di biologo nutrizionista.

Addetta alla valutazione delle abitudini alimentari delle donne gravide in cura presso l'ambulatorio di patologia della gravidanza, con patologie quali diabete gestazionale, diabete mellito di tipo 1, sindrome metabolica, sovrappeso e obesità, ipertensione. Svolgendo le seguenti attività:

- valutazione delle abitudini alimentari con lo scopo di fornire piani alimentari personalizzati o consigli alimentari validi considerando i bisogni alimentari, la patologia e lo stato di gravidanza;
- rilevazioni di peso e altezza e BMI;
- controllo dei valori glicemici.

10/2015–02/2016

**Tirocinante**

Ospedale dei bambini "V. Buzzi", Milano (Italia)

Partecipazione alle visite nutrizionali in cui venivano rilevati i parametri antropometrici dei bambini che erano in cura nell'ambulatorio di nutrizione. Elaborazione di piani alimentari personalizzati e bilanciati per pazienti pediatrici con patologie come: celiachia, obesità, sovrappeso, diabete tipo 1, sottopeso, tetraparesi e problematiche neurologiche.

13/01/2014–30/10/2014

**Tirocinante**

Laboratorio di micologia all'Orto Botanico, Pavia (Italia)

Sperimentazione di tecniche di sterilizzazione mirate a eliminare funghi e batteri presenti sulla superficie dei chicchi di riso Venere, Hermes, Artemide e Apollo, al fine di osservare lo sviluppo di funghi endofiti, i quali conferiscono vigore alla pianta e la proteggono da agenti patogeni.

## ISTRUZIONE E FORMAZIONE

10/2018–alla data attuale

**Specializzanda in Scienze dell'Alimentazione**

Scuola di Specializzazione in Scienze dell'Alimentazione, Milano

20/07/2018 **Iscrizione all'albo dei Biologi, Sezione A, n. AA\_080848**

06/2018 **Esame di abilitazione alla professione di biologo**  
Università degli Studi di Milano

12/12/2016 **Laureato Magistrale in Biologia applicata alle Scienze della Nutrizione** Livello 7 QEQ

Università degli Studi di Milano - Facoltà di Scienze e Tecnologie, Milano (Italia)

Titolo tesi di Laurea: Indagine dei fattori di rischio per l'insorgenza di diabete gestazionale in donne al primo trimestre di gravidanza: valutazione ecografica del tessuto adiposo.

Votazione: 110/110 e lode

11/12/2014 **Laureato Triennale in Scienze e Tecnologie per la Natura** Livello 6 QEQ

Università degli Studi di Pavia - Facoltà di Scienze Matematiche Fisiche e Naturali, Pavia (Italia)

Titolo tesi di Laurea: I funghi endofiti del seme e del granello di nuove varietà di riso.

Votazione 100/110 e lode

### Diploma Medio-Superiore in Liceo Artistico

Liceo Artistico Bruno Munari, Crema (Italia)

Votazione 80/100

## COMPETENZE PERSONALI

Lingua madre Italiano

Lingue straniere

	COMPRESIONE		PARLATO		PRODUZIONE SCRITTA
	Ascolto	Lettura	Interazione	Produzione orale	
Inglese	C1	C1	B2	B2	B2

Livelli: A1 e A2: Utente base - B1 e B2: Utente autonomo - C1 e C2: Utente avanzato  
Quadro Comune Europeo di Riferimento delle Lingue

**Competenze comunicative** Ottime capacità comunicative, proprietà di linguaggio e chiarezza espositiva acquisite durante gli anni di studio. Ottime capacità relazionali acquisite nelle esperienze di tirocinio.

**Competenze organizzative e gestionali** Ottime capacità organizzative e gestionali sia individuali sia all'interno di un'equipe di lavoro. Serietà, precisione e puntualità.

**Competenze professionali** Nelle esperienze di tirocinio e di lavori occasionali ho sviluppato ottime capacità di relazione e ascolto verso il pubblico di ogni età a cui doveva essere fornito il servizio. Sono sempre riuscita ad accogliere e soddisfare le richieste che venivano fatte. Con i colleghi si è sempre instaurato un ottimo e costruttivo lavoro di squadra.

Ho sviluppato capacità nello stilare piani alimentari personalizzati in base a sesso, età e patologia, tenendo sempre in considerazione bisogni personali e culturali dei soggetti richiedenti il servizio.

Ottima padronanza degli strumenti impiegati nella valutazione antropometrica e dello stato nutrizionale e nei software utilizzati nella preparazione di piani alimentari personalizzati: bilance, centimetri, plicometro, calorimetria indiretta, bioimpedenziometria, Meta Dieta®.

## Competenze digitali

AUTOVALUTAZIONE				
Elaborazione delle informazioni	Comunicazione	Creazione di Contenuti	Sicurezza	Risoluzione di problemi
Utente avanzato	Utente avanzato	Utente autonomo	Utente autonomo	Utente autonomo

## Competenze digitali - Scheda per l'autovalutazione

- Ottima padronanza del pacchetto Microsoft® Office 2010;
- Utilizzo del software Meta Dieta® per anamnesi alimentare e strutturazione di piani alimentari;
- Utilizzo del software GMON® per l'analisi della composizione corporea con analizzatori di composizione corporea TANITA MC 780 e MC 180;
- Utilizzo del software VMAX®

 ULTERIORI INFORMAZIONI ■

- Pubblicazioni** Mameli C, Krakauer JC, Krakauer NY, Bosetti A, Ferrari CM, Schneider L, et al. (2017) Effects of a multidisciplinary weight loss intervention in overweight and obese children and adolescents: 11 years of experience. PLoS ONE 12 (7): e0181095. <https://doi.org/10.1371/journal.pone.0181095>
- Pubblicazioni** Mameli C, Krakauer NY, Krakauer JC, Bosetti A, Ferrari CM, Moiana N, et al. (2018) The association between a body shape index and cardiovascular risk in overweight and obese children and adolescents. PLoS ONE 13(1): e0190426