



**Sara  
Bosio**

## CONTATTI

✉ [sarabosiodietista@gmail.com](mailto:sarabosiodietista@gmail.com)

## ESPERIENZA LAVORATIVA

**01/10/2018 – 20/07/2021** – Gussago/Roncadelle, Italia

### **Dietista impiegata con contratto a tempo indeterminato**

Dussmann Service S.r.l.

Elaborazione delle diete speciali

Redazione dei menù stagionali per le diete ordinarie, diete etico-religiose, allergie ed intolleranze alimentari

Controllo della qualità

Attività di formazione aziendale

Attività di educazione alimentare per bambini e genitori

Gestione, organizzazione e controllo della fase di confezionamento dei pasti

Global Service (Sanificazione, Ristorazione, Facility Management, Integrated Pest Control) / Via Papa Giovanni XXIII, 4, 24042, Capriate S. Gervasio (BG), Italia

**06/06/2018 – 06/06/2019** – Brescia

### **Dietista Borsista**

ASST degli Spedali Civili di Brescia

Valutazione nutrizionale e dietetica;

Stima dell'introito calorico e dei fabbisogni in pazienti in trattamento per tumore al seno attuale o pregresso;

Gestione degli effetti collaterali da terapie oncologiche;

Rilevazioni antropometriche e valutazione della composizione corporea;

Elaborazione, formulazione e spiegazione del piano dietetico per il controllo del peso corporeo in pazienti affette da tumore al seno durante o dopo terapie oncologiche;

Educazione alimentare;

Counseling paziente;

Realizzazione di un ricettario per favorire l'aderenza al piano dietetico proposto alle pazienti in collaborazione con ESA (Educazione alla Salute Attiva Onlus) e ASST degli Spedali Civili di Brescia.

**06/06/2019 – ATTUALE** – Brescia, Italia

### **Dietista Libera Professionista**

ASST degli Spedali Civili di Brescia

Attività di consulenza dietetica e nutrizione clinica a supporto delle pazienti oncologiche seguite presso la S.S.D. Oncologia – Breast Unit per Progetto "Gestione degli effetti collaterali e controllo del peso corporeo in pazienti in trattamento per carcinoma mammario".

**01/09/2019 – ATTUALE** – Sarezzo, Italia

### **Dietista Libera Professionista**

Poliambulatorio San Giorgio Fisioform

Elaborazione di diete giornaliere e di schemi nutrizionali, rivolti a persone sane o con diagnosi di patologia.

Percorsi di rieducazione alimentare per genitori e bambini, piani alimentari e consigli dedicati ad ogni età.

Percorsi di educazione alimentare volti a migliorare la propria alimentazione, percorsi di accompagnamento per modifica del proprio stile alimentare da onnivoro a vegetariano o vegano.

**01/09/2019 – 31/10/2022 – Brescia**

**Dietista Libera Professionista**

POLIMED

Elaborazione di diete giornaliere e di schemi nutrizionali, rivolti a persone sane o con diagnosi di patologia.

Percorsi di rieducazione alimentare per genitori e bambini, piani alimentari e consigli dedicati ad ogni età.

Percorsi di educazione alimentare volti a migliorare la propria alimentazione, percorsi di accompagnamento per modifica del proprio stile alimentare da onnivoro a vegetariano o vegano

**01/11/2021 – ATTUALE – Brescia, Italia**

**Nutrizionista Libera Professionista**

Studio privato Dott.ssa Bosio Sara | Nutrizionista - Via Sant'Antonio, 2 Brescia (25133)

Elaborazione di diete giornaliere e di schemi nutrizionali, rivolti a persone sane o con diagnosi di patologia.

Percorsi di rieducazione alimentare per genitori e bambini, piani alimentari e consigli dedicati ad ogni età.

Percorsi di educazione alimentare volti a migliorare la propria alimentazione, percorsi di accompagnamento per modifica del proprio stile alimentare da onnivoro a vegetariano o vegano

**01/07/2021 – ATTUALE – Brescia, Italia**

**Nutrizionista Libera Professionista**

Poliambulatorio Oberdan

Elaborazione di diete giornaliere e di schemi nutrizionali, rivolti a persone sane o con diagnosi di patologia.

Percorsi di rieducazione alimentare per genitori e bambini, piani alimentari e consigli dedicati ad ogni età.

Percorsi di educazione alimentare volti a migliorare la propria alimentazione, percorsi di accompagnamento per modifica del proprio stile alimentare da onnivoro a vegetariano o vegano

## ISTRUZIONE E FORMAZIONE

**01/09/2009 – 01/07/2014 – Via Monte Suello, 2, Brescia , Italia**

**Diploma di istruzione secondaria superiore ad indirizzo scientifico**

Liceo Scientifico Annibale Calini

**15/09/2014 – 07/11/2017 – Piazza del Mercato, 15 , Brescia, Italia**

**Laurea di I livello in Dietistica**

Università degli studi di Brescia - Facoltà di Medicina e di Chirurgia

Tirocini curriculari

1500 ore di tirocinio svolto presso:

I anno:

- Asilo nido Battibaleno e asilo nido Magicomondo, Brescia;

- ASST degli Spedali Civili di Brescia - Servizio Dietetico e di Nutrizione Clinica;

- Azienda di ristorazione collettiva Brixia Service;

- Liceo Veronica Gambara (somministrazione di questionari per la valutazione degli stili di vita e le abitudini alimentari).

II anno:

- ASST degli Spedali Civili di Brescia: presso i dipartimenti di Allergologia, Diabetologia, Gastroenterologia pediatrica, Oncologia Medica, Gastroenterologia adulti e Servizio Dietetico e di Nutrizione Clinica.

III anno:

- ASST degli Spedali Civili di Brescia- presso i dipartimenti di Allergologia, Diabetologia, Gastroenterologia pediatrica, Oncologia Medica, Gastroenterologia adulti e Servizio Dietetico e di Nutrizione Clinica;

- Lezione frontale di educazione alimentare svolta presso il Liceo Veronica Gambara di Brescia ed agli studenti del primo anno del Corso di Laurea in Tecniche di Laboratorio Biomedico;

- Corsi di cucina presso CAST alimenti con successiva rielaborazione delle ricette presentate durante le serate e calcolo dei valori nutrizionali delle diverse portate. Disponibili al sito: <http://www.scuoladicucinaintelligente.it/magazine/corso-di-cucina-sulla-dieta-a-ridotto-contenuto-di-fodmaps-articolo-234>.

110/110 e Lode

**18/01/2018 – 24/03/2020** – Via Festa del Perdono, 7, Milano, Italia

## **Laurea Magistrale in Alimentazione e Nutrizione Umana**

Università degli studi di Milano Facoltà di Scienze Agrarie e Alimentari

## COMPETENZE LINGUISTICHE

**LINGUA MADRE:** italiano

**ALTRE LINGUE:**

**inglese**

| Ascolto | Lettura | Produzione  | Interazione | Scrittura |
|---------|---------|-------------|-------------|-----------|
| C1      | C2      | orale<br>B2 | orale<br>B2 | B2        |

**francese**

| Ascolto | Lettura | Produzione  | Interazione | Scrittura |
|---------|---------|-------------|-------------|-----------|
| B1      | B1      | orale<br>B1 | orale<br>B1 | B1        |

## COMPETENZE DIGITALI

Padronanza del Pacchetto Office (Word Excel PowerPoint ecc) / Posta elettronica / Social Media (Facebook, Instagram, LinkedIn, YouTube)

## COMPETENZE COMUNICATIVE E INTERPERSONALI

### ● Capacità e competenze comunicative e interpersonali

- Capacità di lavorare in gruppo acquisita durante il periodo formativo e attraverso le diverse iniziative che ho effettuato insieme ai colleghi.
- Acquisizione di capacità comunicative e relazionali nell'ambito dell'attività di tutoraggio rivolta agli studenti del corso di Laurea in Dietistica dell'Università degli Studi di Brescia.
- Attività di counseling nutrizionale in qualità di Dietista.

## COMPETENZE ORGANIZZATIVE

### ● Competenze organizzative

Capacità di organizzare autonomamente e in collaborazione con altri colleghi progetti, eventi ed interventi di educazione.

## CAPACITÀ E COMPETENZE TECNICHE

### ● Capacità e competenze tecniche

- Valutazione nutrizionale e dietetica;
- Definizione obiettivi terapeutici, tempi e modalità di percorso;
- Stima dell'introito calorico e dei fabbisogni;
- Rilevazioni antropometriche e valutazione della composizione corporea;
- Elaborazione, formulazione e spiegazione del piano dietetico;
- Educazione alimentare;
- Counseling paziente.

## CONFERENZE E SEMINARI

- **13/05/2015** > – Auditorium "Angelo Pecorelli" della Fondazione Iniziative Zooprofilattiche e Zootecniche, Brescia.
- **Alimentazione, salute e benessere dell'uomo**  
**04/02/2016** > – Università degli Studi di Brescia
- **Nutrizione ed invecchiamento**  
**18/11/2016** > – Università degli Studi di Brescia
- **Malattia di Alzheimer: fattori di rischio e strategie di prevenzione**  
**19/01/2017** > – Università degli Studi di Brescia
- **Trattamento non farmacologico nel trattamento dell'ipertensione arteriosa**  
**09/03/2017** > – ASST Spedali Civili di Brescia
- **Per la salute ed il benessere...primo: prevenire!**  
**10/03/2017** > – Università degli Studi di Brescia
- **Alimentazione, stili di vita e rischio di cancro: focus sul tumore al seno**  
**11/03/2017** > – Università degli studi di Brescia
- **Cure simultanee e di supporto: integrazione fra ospedale e territorio nella gestione delle patologie oncologiche rese croniche dai trattamenti**  
**26/05/2017** > – Casa di Cura Domus Salutis Brescia
- **Sarcopenia e malattie croniche in riabilitazione - nutrizione e movimento**  
**10/06/2017 - 11/06/2017** > – Firenze
- **IV convegno Dieta Mediterranea – Strumento di prevenzione e cura**  
**23/06/2017** > – Università degli studi di Brescia
- **La medicina della nutrizione: rilevanza terapeutica nella sfida del quotidiano in ospedale**  
**14/12/2017** > – Villa Finaly, Firenze
- **Dopo il tumore della mammella: qualità di vita, salute ossea e cardiovascolare – l'approccio multidisciplinare**  
**29/07/2018** > – Villa Glisenti, Villa Carcina (BS)
- **La prevenzione dei tumori inizia dalla tavola**  
in qualità di relatrice  
**15/09/2018** > – IEO, Milano
- **Dietetica e nutrizione clinica evidence-based in Oncologia**  
**22/03/2019 - 23/03/2019** > – Palazzo delle Stelline, Milano
- **Nutrizione e dintorni...nel bambino**  
**11/04/2019** > – Aula Maggiore, Facoltà di Scienze Agrarie e Alimentari, Università degli Studi di Milano

- **Workshop ristorazione scolastica: difficoltà, sfide e sostenibilità**  
08/05/2019 > – Comune di Nuvolera
- **Alimentazione, stili di vita, diagnosi precoce e prospettive di cura nel tumore al seno**  
in qualità di relatrice  
03/12/2020 – 04/12/2020 > – FAD: ideA-Z PROJECT IN PROGRESS S.R.L.
- **Kaleidoscope of nutritional intervention in oncology**  
12/12/2020 > – FAD tenuto da ORDINE TRSM e PSTRP di Milano
- **Disfagia: un lavoro di squadra**  
26/03/2021 > – FAD tenuto da DAFNE Srl
- **Together is better**  
28/05/2021
- **Together is better**  
FAD tenuto da DAFNE Srl  
30/06/2021
- **Il trattamento del carcinoma mammario metastatico ER+/HER2- nella donna giovane**  
webinar in qualità di relatrice, organizzato da XENIA s.a.s.

## CORSI DI FORMAZIONE AZIENDALI

### ATTUALE

- **Corsi di formazione “Diete Speciali”**

## CORSI ED ESPERIENZE FORMATIVE E CULTURALI

- **Corsi di cucina**
  - Corso di cucina sulla dieta a ridotto contenuto di FODMAPs presso Cast Alimenti.
  - Corso di cucina sul pesce azzurro presso Cast Alimenti.
  - Corso di cucina anti-aging presso Cast Alimenti
  - Corso di cucina Idee per primi piatti presso Cast Alimenti, in qualità di tutor degli studenti del terzo anno del Corso di Laurea in Dietistica (15 e 17 gennaio 2019).

## ONORIFICENZE E RICONOSCIMENTI

- **17/12/2018**  
**Vincitrice del premio di laurea** – Camera di Commercio di Brescia per il settore agroalimentare
- **19/03/2019**  
**Vincitrice di assegno di merito** – Comune di Cellatica per il lodevole risultato ottenuto in sede d'esame anno accademico 2017

## PATENTE DI GUIDA

- **Patente di guida: B**

## PUBBLICAZIONI

- **Changes in eating habits and food preferences in breast cancer patients undergoing adjuvant chemotherapy**  
**2021** <https://www.nature.com/articles/s41598-021-92138-7>
  - **Taste alterations during neo/adjuvant chemotherapy and subsequent follow-up in breast cancer patients: a prospective single-center clinical study**  
**2022** <https://link.springer.com/article/10.1007/s00520-022-07091-6>
- 

*Autorizzo il trattamento dei miei dati personali presenti nel CV ai sensi dell'art. 13 d. lgs. 30 giugno 2003 n. 196 - "Codice in materia di protezione dei dati personali" e dell'art. 13 GDPR 679/16 - "Regolamento europeo sulla protezione dei dati personali".*