

INFORMAZIONI PERSONALI

Guerra Rachele



 [Redacted]
 [Redacted]
 [Redacted]
 [Redacted]
 [Redacted]

TITOLO DI STUDIO

Dietista

ESPERIENZA
PROFESSIONALE

- | | |
|----------------------------|--|
| Ad oggi | <p>Dietista libero-professionista</p> <ul style="list-style-type: none"> - Attività ambulatoriale di consulenza dietistica con elaborazione di piani alimentari personalizzati e menù settimanali. - Percorsi di educazione alimentare individuali o di gruppo. - Progetti di educazione alimentare nelle scuole o indirizzati a gruppi di persone specifici. |
| 20 Ott. 2021 – 2 Feb. 2022 | <p>Tirocinio lavorativo</p> <p>Casa della salute – Ex ospedale di Schio, servizio DCA (Via S. Camillo de Lellis, 1, 36015 Schio VI)</p> |
| 1 Feb. 2021 – 31 Ott. 2021 | <p>Dietista borsista presso l'UOC Pediatria - Terapia Intensiva Neonatale dell'Ospedale San Bortolo - AULSS 8 Berica</p> <p>Dietista in servizio nella Patologia Neonatale dell'ospedale San Bortolo, dedicata in particolare alla BLUD (Banca del Latte Donato) di Vicenza</p> <p>Attività svolte:</p> <ul style="list-style-type: none"> - Ambulatorio di follow-up per ex pretermine - Consulenze nutrizionali alle madri, su richiesta medica - Effettuazione settimanale delle analisi del latte con l'utilizzo dell'analizzatore di latte materno Miris - Valutazione della crescita settimanale dei pazienti ricoverati tramite l'utilizzo delle curve di crescita - Adeguamento delle fortificazioni del latte materno - Preparazione dei pasti - Pastorizzazione del latte materno e del latte umano donato |
| 1 Feb. 2021 | <p>Inizio attività di libera-professione</p> |
| 16 Dic. 2019 – 9 Mar. 2020 | <p>Tirocinio volontario post lauream</p> <p>Casa di Cura Villa Margherita, reparto Disturbi del Comportamento Alimentare (Via Costacolonna, 6, 36057 Arcugnano VI)</p> <p>3 accessi settimanali di 6 ore ciascuno, per un periodo di 3 mesi</p> <p>Attività svolte:</p> <ul style="list-style-type: none"> - Assistenza al pasto in reparto e in day hospital - Partecipazione come osservatrice ai gruppi nutrizionali e psicoeducazionali presieduti dalle dietiste - Partecipazione come osservatrice al giro medico dei pazienti - Elaborazione di indicazioni e consigli alimentari per i pazienti in dimissione - Partecipazione alle riunioni di équipe - Partecipazione come osservatrice al gruppo educativo per i genitori dei pazienti tenuto dalla dietista - Supporto alle dietiste per svolgimento delle mansioni operative quotidiane |

6 Mag. 2019 – 16 Lug. 2019

Tirocinio formativoServizio di dietetica e nutrizione, Aulss 8 Berica, Ospedale San Bortolo Vicenza
300 ore

Attività svolte:

- Affiancamento alle dietiste nello svolgimento delle loro abituali mansioni
- Elaborazione di prospetti di progressione della NE, adattati al singolo paziente scegliendo le miscele enterali e le velocità di somministrazione in base ai fabbisogni energetici e proteici, ai valori degli esami ematochimici, alla regolarità dell'alvo e ad eventuali patologie (diabete, insufficienza d'organo)
- Elaborazione di schemi dietetici e stesura di consigli alimentari per diverse tipologie di pazienti, in base ai fabbisogni, alle capacità masticatorie, alla patologia di base e ad eventuali complicanze
- Revisione dei menù estivi proposti per gli ospedali di Vicenza e Noventa
- Affiancamento della dietista durante le consulenze in reparto ed eventuale modifica delle diete ricettate tramite il programma per la prenotazione dei pasti ospedalieri dei degenti
- Rilevazione della recall delle 24h al letto del paziente e calcolo della stessa per stimare gli apporti giornalieri del paziente, al fine di valutare l'eventuale necessità di integrare la dieta con alimenti naturali o con integratori orali
- Redazione delle risposte ai reparti delle valutazioni dietetiche richieste
- Consegna e spiegazione ai pazienti in dimissione dei consigli dietetici per l'alimentazione al domicilio
- Assistenza alle visite ambulatoriali (pediatria e oncologia): rilevazione dei dati antropometrici dei pazienti, esecuzione e calcolo della recall delle 24h, calcolo dei diari alimentari, redazione delle risposte fornendo consigli nutrizionali per il miglioramento dello stato nutrizionale

14 Giu. 2018 - 19 Lug. 2018

Tirocinio formativo (progetto Erasmus +)

Clinica Diagonal, (Esplugues de Llobregat, Barcellona, Spagna)

in particolare nei reparti di oncologia e di terapia intensiva

125 ore

Attività svolte:

- Valutazione dello stato nutrizionale dei pazienti ricoverati, esecuzione dell'anamnesi alimentare e individuazione della dieta adeguata in apporto energetico e di macronutrienti e consistenza, eventualmente fortificata con supplementi nutrizionali
- Consegna e spiegazione delle indicazioni nutrizionali per l'alimentazione al domicilio dopo le dimissioni
- Assistenza alle visite ambulatoriali di pazienti oncologici (pre o post operatori in radio/chemioterapia) e pazienti con intolleranze alimentari o allergie. Valutazione dei diari alimentari dei 4 giorni precedenti alla visita.
- Stesura di indicazioni per la reintroduzione progressiva degli alimenti dopo colectomia e spiegazione delle stesse al paziente e ai familiari
- Stesura di un articolo con titolo "consigli sulla cura della bocca in pazienti oncologici" per un incontro aperto ai pazienti e ai familiari finalizzato a spiegare i principali sintomi che si possono sviluppare durante i trattamenti di radio-chemioterapia e per consigliare rimedi e ricette per rendere meno difficoltosa l'alimentazione
- Partecipazione come osservatrice alla riunione dell'équipe per il trattamento di pazienti con cancro al seno

2 Mag. 2018 – 13 Giu. 2018

Tirocinio formativo (progetto Erasmus +)

Hospital Universitario Mutua de Terrassa (Terrassa, Barcellona, Spagna)

125 ore

Attività svolte:

- Affiancamento durante le consulenze nei reparti a pazienti anziani con frattura del femore, somministrazione del MNA per la valutazione dello stato nutrizionale dei pazienti, adattamento del vitto in base alle necessità e ai gusti del paziente. Consegna e spiegazione delle indicazioni nutrizionali per le dimissioni
- Affiancamento come osservatrice nelle visite ambulatoriali di pazienti pediatriche con eccesso ponderale. Rilevazione delle misure antropometriche dei pazienti e utilizzo delle curve di crescita. Partecipazione come osservatrice ad un incontro informativo per i genitori dei pazienti
- Affiancamento come osservatrice nelle visite ambulatoriali di pazienti celiaci e pazienti operati di chirurgia bariatrica
- Calcolo dei diari alimentari di pazienti operati di chirurgia bariatrica per uno studio sul recupero ponderale in questa tipologia di pazienti
- Revisione dei modelli di dieta ipocalorica e dieta per diabete, revisione del nuovo menù estivo
- Inserimento e controllo del vitto dei pazienti con dieta speciale nel sistema informatizzato per l'ordinazione dei pasti
- Frequenza in cucina con partecipazione alle fasi di preparazione del vitto ospedaliero e controllo delle temperature

24 Apr. 2017 – 26 Mag. 2017 Tirocinio formativo
 Euroristorazione s.r.l., Torri di Quartesolo (VI)
 120 ore
 Attività svolte:
 - Elaborazione di menù scolastici su 4 settimane, suddivisi tra invernale ed estivo, secondo le "Linee guida in materia di miglioramento della sicurezza e della qualità nutrizionale nella ristorazione scolastica" emanato dalla Regione del Veneto
 - Frequenza in cucina con partecipazione alle fasi di preparazione del vitto e delle diete speciali destinati a mense scolastiche ed aziendali e al servizio di ristorazione a domicilio
 - Utilizzo del sistema informatizzato per l'ordine dei pasti aziendali e a domicilio
 - Affiancamento della dietista nell'attività di scelta ed inserimento delle pietanze destinate agli alunni con dieta speciale in base al menù scolastico del giorno
 - Visione del capitolato di appalto ed elaborazione di un documento Excel con tabelle menù, lista degli ingredienti per ogni pietanza prevista e relativa grammatura, per il calcolo preventivo delle quantità di ingredienti biologici forniti

ISTRUZIONE E FORMAZIONE

26 Feb. 2022 - oggi Master specialistico: Diagnosi e trattamento dei disturbi alimentari e delle obesità
 Performat s.r.l., Pisa (Italia)

3 Ott. 2017 – 20 Nov. 2019 Laurea triennale in Dietistica
 con voto 110 / 110
 Università degli studi di Padova, Padova (Italia)

Set. 2011 – Giu. 2016 Diploma di maturità
 con voto 85 / 100
 Liceo scientifico Paolo Lioy, Vicenza (Italia)

COMPETENZE PERSONALI

Lingua madre italiano

Lingue straniere	COMPRESIONE		PARLATO		PRODUZIONE SCRITTA
	Ascolto	Lettura	Interazione	Produzione orale	
spagnolo	C1	C1	B2	B2	B2
Certificazione DELE di livello B2					
inglese	B1	B2	B1	B1	B1

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 - Buone capacità relazionali con persone di varie età, acquisite attraverso esperienze di volontariato come animatrice di bambini e anziani e durante le esperienze di tirocinio maturate
 - Buone capacità di collaborazione in team

Competenze organizzative e gestionali - Buona esperienza nella gestione e organizzazione di attività ricreative per gruppi di bambini o anziani, in gruppi parrocchiali e presso case di riposo

- Esperienze di lavoro di gruppo

Competenze professionali

- Buona esperienza nel relazionarsi con la clientela

Competenze digitali

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

Competenze digitali - Scheda per l'autovalutazione

- Buona padronanza dei programmi Microsoft Office (Word, Excel, PowerPoint, ecc.)

- Buona capacità nell'uso di Internet

- Video editing con Pinnacle Studio

ULTERIORI INFORMAZIONI

Progetti

21 Mar. 2022

Incontro informativo ed educativo

Relatrice dell'incontro dal titolo "Alimentazione nei primi anni di vita" presso il Centro Famiglia Dueville di Povolara (Vicenza)

14 Feb. 2022, 15 Mar. 2022

Progetto di educazione alimentare Sem'insegni in collaborazione con Coldiretti

Relatrice all'incontro di promozione ad una corretta alimentazione e riduzione dei rifiuti, presso l'istituto secondario di primo grado di Rubano (Padova)

8 Feb. 2022

Progetto BA.MA.PA. in collaborazione con l'associazione Mamiù

Relatrice dell'incontro dal titolo "Allattamento e alimentazione complementare" presso il Centro per Famiglie Villa Ghedini di Cadoneghe (Padova)

10 Mag. 2021

Progetto di educazione e promozione alla salute in collaborazione con LILT Vicenza (Lega Italiana per la Lotta contro i Tumori)

Relatrice dell'incontro dal titolo "Alimentazione e integratori nello sportivo – tra falsi miti e scienza"

19 Apr. 2021

Progetto ONDA

Relatrice dell'incontro dal titolo "Dall'allattamento allo svezzamento"

29 Nov. 2020

Progetto Orienta dell'Università degli Studi di Padova

Relatrice all'incontro di promozione ad una corretta alimentazione e di presentazione del percorso di studi del Corso di Laurea in Dietistica, presso l'istituto IIS S. Boscardin di Vicenza

Dati personali

Autorizzo il trattamento dei miei dati personali ai sensi del Decreto Legislativo 30 giugno 2003, n. 196 "Codice in materia di protezione dei dati personali".