

Carmen Polito

Biologa Nutrizionista

[redacted]

About Me

Biologa Nutrizionista, iscritta all'Albo dei Biologi con orientamento **clinico-preventivo** e approccio **evidence-based.**

Lavoro sull'educazione alimentare, la prevenzione e la costruzione di un rapporto sano e consapevole con il cibo, con particolare attenzione alla personalizzazione del percorso nutrizionale e alla relazione col paziente.

Il mio interesse professionale è rivolto anche alla nutrizione in ambito neurologico, alla prevenzione e alla gestione nutrizionale di condizioni croniche, con attenzione al benessere globale della persona.

Ho maturato esperienza sia in ambito ambulatoriale e sia in progetti educativi rivolti a scuole e famiglie.

Lavoro con passione per trasformare la salute in un valore accessibile, quotidiano e consapevole.

Skills

- Comunicazione empatica con il paziente.
- Approccio evidence-based alla pratica nutrizonale
- Educazione alimentare e prevenzione.
- Monitoraggio dell'aderenza e follow-up nutrizionale
- Ascolto attivo.
- Gestione del colloquio nutrizionale online.
- Lavoro in team multidisciplinare.
- Anamnesi nutrizionale e valutazione dello stato nutrizionale

Formazione Accademica

Diploma di scuola secondaria

Liceo Classico "Tommaso Campanella" 2009- 2014

Diploma di scuola secondaria superiore conseguito presso il Liceo Classico "T.Campanella" di Reggio Calabria, con conseguente apprendimento delle lingue antiche, latino e greco.

Conseguimento dei diplomi del Trinity college, presso l'istituto Living Languages.

Formazione Universitaria

Laurea Triennale

UNICAL - Università della Calabria 2023

Laureata in Scienza della Nutrizione, presso il dipartimento di Farmacia dell'Università della Calabria con una tesi dal titolo "Novel Food: preparati Nutrizionali a base di farine di insetti edibili, Nutrinsect una realtà italiana" pubblicata in ambito scientifico.

Preso parte ad un Erasmus in Polonia nel 2017.

Preso certificazione di inglese bio-medico "TOESP".

Laurea Magistrale 2025

Università San Raffaele Roma

Laureata Scienze della Nutrizione Umana Magistrale, presso L'Università San Raffaele di Roma, con una tesi sperimentale dal titolo "Il Ruolo della Dieta Chetogenica nel trattamento delle malattie Neurologiche" con votazione 110/110 e lode.

Preso parte ad un Corso di perfezionamento della lingua inglese, presso l'istituto "Wall Street English".

Esperienze Lavorative

Tirocini

Asp di Reggio Calabria - SIAN 2022

Espletazione del tirocinio curriculare ed extracurriculare previsto dall'Università della Calabria, presso l'Azienda Sanitaria Provinciale di Reggio Calabria svolto nella struttura di Servizio Igiene degli alimenti e nutrizione.

Preso parte al Progetto "Sisma dello Stretto", iniziativa della Protezione Civile di Reggio Calabria.

Studio di Nutrizione della Dott.ssa Vanessa Polimeni 2025

Espletazione del tirocinio curriculare, previsto dall'Università San Raffaele di Roma, presso lo studio di Nutrizione Umana della Dott.ssa Vanessa Polimeni, con acquisizione mirata delle competenze necessarie per la gestione del paziente, obeso, in sovrappeso, sottopeso o affetto da condizioni clinico-patologiche.

Centro Medico "Cassiopea" 2020-in corso

Formazione di mio interesse, per affinare e consolidare conoscenze nell'ambito della Medicina e della Nutrizione.

Attualmente ricopro il ruolo di Biologa Nutrizionista presso lo stesso studio.

Progetto con il Dipartimento Politiche della Famiglia 2025

Ho organizzato in collaborazione con il suddetto Dipartimento, attività finalizzate all'educazione alimentare e alla prevenzione, rivolte a bambini in età prescolare e scolare. Sono stati effettuati interventi educativi in collaborazione con le famiglie, offrendo un approccio inclusivo e orientato al benessere.