

## CURRICULUM VITAE



# Ilaria Aquilea

## INFORMAZIONI PERSONALI

- Indirizzo: Via Roma n° 21 - 04019 Terracina (LT)
- Luogo e Data di Nascita: Terracina, 05/09/1994
- CF: QLALRI94P45L120A
- Tel: +39 3205589347
- Email:  
[nutrizionista.aquilea@gmail.com](mailto:nutrizionista.aquilea@gmail.com)
- PEC:  
[ilaria.aquilea@biologo.onb.it](mailto:ilaria.aquilea@biologo.onb.it)
- LinkedIn:  
<http://linkedin.com/in/ilaria-aquilea>
- Instagram:  
[https://www.instagram.com/ilary\\_nutritiongram](https://www.instagram.com/ilary_nutritiongram)
- Facebook:  
<https://www.facebook.com/dott.ssailariaaquilea>

## PROFILO

Laureata in Scienze dell’Alimentazione e della Nutrizione Umana presso l’Università Campus Biomedico di Roma. Svolgo l’attività di Biologa Nutrizionista con il desiderio continuo di lavorare in un ambiente dinamico e di continuo confronto, in grado di consentirmi una costante crescita professionale e personale. Amo lavorare a contatto con le persone, ponendo grande attenzione alle necessità individuali dei pazienti, affinché possano raggiungere il miglior livello di salute e di qualità di vita. Sono una persona affidabile, determinata, volenterosa e dinamica.

## ISTRUZIONE E FORMAZIONE

- Febbraio 2022-Febbraio 2023: **UNIVERSITA’ DEGLI STUDI DI ROMA “TOR VERGATA”** (Roma)

Master Interuniversitario di II livello in "Psicobiologia della Nutrizione e del Comportamento Alimentare" AA 2021-2022  
Voto: 110/110 e Lode  
Titolo Tesi: *"Influenza dei social media sui Disturbi Alimentari"*  
Relatore: Prof. ssa Serena Capurso

- Agosto 2019: Iscrizione all’Albo dei Biologi-Sezione A. Num. Iscrizione: AA\_083292

- Novembre 2018-Gennaio 2019: **UNIVERSITA’ DEGLI STUDI DI ROMA “TOR VERGATA”** (Roma)

Esame di Stato-Abilitazione all’esercizio della professione di Biologo, Sez.A

- 2016 – 2018: **UNIVERSITA’ CAMPUS BIO-MEDICO** (Roma)

Laurea Magistrale in Scienze dell’Alimentazione e della Nutrizione Umana  
Voto: 110/110  
Titolo Tesi: *"Valutazione dello stato nutrizionale nei pazienti anziani affetti da scompenso cardiaco"*  
Relatore: Prof. Claudio Pedone  
Correlatore: Dott.ssa Diana Lelli

- 2013–2016: **UNIVERSITA’ CAMPUS BIO-MEDICO** (Roma)

Laurea Triennale in Scienze dell’Alimentazione e della Nutrizione Umana  
Voto: 110/110 e Lode  
Titolo Tesi: *"La composizione del Microbiota nelle diverse fasi dello sviluppo: il ruolo funzionale"*  
Relatore: Prof. Marcello D’Amelio  
Correlatore: Prof. Giovanni Gherardi

- 2013: **LICEO SCIENTIFICO LEONARDO DA VINCI** (Terracina, LT)

Diploma di Maturità  
Voto: 88/100

## ESPERIENZE PROFESSIONALI

- **Gennaio 2025-IN CORSO:** collaborazione scientifica con l’Associazione *Dan e Dintorni*, per elaborazione di contenuti per i Social Media, nell’ottica della diffusione di informazioni legate ai disturbi del comportamento alimentare (DCA)

- **Febbraio 2023-IN CORSO:** **OLTRE-Studio di PSICONUTRIZIONE** (Terracina)

## SOFT SKILLS

- Empatia
- Creatività
- Team Work
- Problem Solving
- Capacità comunicative, organizzative e gestionali
- Autonomia
- Resistenza allo stress
- Flessibilità
- Attenzione ai dettagli

## COMPETENZE INFORMATICHE

- Microsoft Office Word
- Microsoft Office Excel
- Microsoft Office Power Point
- Numbers
- Keynote
- Pages

## COMPETENZE LINGUISTICHE

- **ITALIANO:** Madrelingua
- **INGLESE:** Conoscenza di base della lingua parlata e scritta

## INTERESSI CULTURALI

- Danza
- Fotografia
- Video Maker
- Musica
- Cinema
- Recitazione
- Volontariato
- Viaggi

## ALTRE INFORMAZIONI

Patente di guida B  
Attestato BLSD/PBLSD

Biologa Nutrizionista presso il mio studio privato sito in Via Roma 21, nel quale collaboro nell'ottica del lavoro multidisciplinare con la Dott.ssa Valentina Capodanno, Psicologa Psicoterapeuta

### • **Ottobre 2022: PALAZZO FRANCISCI (Todi)**

Tirocinio formativo presso il Centro Disturbi della Nutrizione e dell'Alimentazione, previsto dal Master "Psicobiologia della nutrizione e del comportamento alimentare"

### • **Ottobre 2022: Giornata Nazionale del Biologo professionista (Roma)**

Nutrizionista volontaria. Attività di consulenze gratuite in Piazza Risorgimento, rivolte ai cittadini romani, per la tutela della propria salute e dell'ambiente che li circonda

### • **Gennaio 2022: STUDIO OSSERVAZIONALE-EFFICACIA E TOLLERABILITA' DI METADIGEST (Metagenics)**

Ho partecipato alla raccolta dati eseguita su una popolazione di pazienti, circa la riduzione del gonfiore addominale e il miglioramento della digestione post trattamento nutrizionale e integrazione mirata

### • **Settembre 2021: SETTIMANA EUROPEA DELLA MOBILITA' SOSTENIBILE (Terracina)**

Relatrice per il talk "*Sosteniamo la sana alimentazione e il movimento*". Tematica presentata: "*Ruolo della sana alimentazione nella prevenzione delle malattie metaboliche*"

### • **Maggio 2021-2023 : STUDIO PRIVATO (Fondi)**

Biologa Nutrizionista presso lo studio del Dr. Luca Tribuzio sito in Fondi -Via San Paolino da Nola, 11

### • **Marzo 2021- IN CORSO: STUDIO NAOS (Latina)**

Biologa Nutrizionista presso lo STUDIO NAOS di Latina-Corso della Repubblica, 200

### • **Febbraio 2020: RSA VILLA LUCIA (Sonnino)**

Progettazione ed elaborazione di menù annuale per la Comunità Alloggio per Anziani "Villa Lucia".

### • **Dicembre 2019: PUBBLICAZIONE SCIENTIFICA**

"*Bariatric surgery: how to preserve fertility*". Studio svolto in collaborazione con Maria Grazia Carbonelli, primario dell'UO Dietetica e Nutrizione dell'Ospedale San Camillo Forlanini di Roma, pubblicato sulla rivista *Phitogynecea*.

### • **Novembre 2019-MAGGIO 2021: FITPRIME (Roma)**

Biologa Nutrizionista, presso FITPRIME, startup italiana e azienda leader nel settore del fitness.

• Ottobre 2019-IN CORSO: **CENTRO MEDICO POLISPECIALISTICO ANALYSIS** (Terracina)

Biologa Nutrizionista, presso il Centro Medico Polispecialistico Analysis di Terracina-Via delle Arene, 304

**Principali mansioni**

- Rilevazione delle misure antropometriche
- Valutazione della composizione corporea mediante Bioimpedenziometria BIA 101 BIVA AKERN
- Elaborazione di piani alimentari personalizzati: in condizioni fisiologiche (dall'età evolutiva a quella geriatrica), parafisiologiche (gravidanza, allattamento, menopausa), patologiche accertate, attività sportive.

• Luglio 2019: **COLLABORAZIONE SCIENTIFICA**

Realizzazione opuscolo cartaceo "Consigli nutrizionali e ricettario dietetico per la chirurgia bariatrica" presso UO Dietologia e Nutrizione, Azienda Ospedaliera San Camillo Forlanini, Roma

• Giugno 2019: **COLLABORAZIONE SCIENTIFICA**

Congresso ADI LAZIO 2019 presentazione su POSTER dello studio "Chirurgia Bariatrica: come preservare la fertilità" svolto in collaborazione con Maria Grazia Carbonelli, primario dell'Unità di Dietetica e Nutrizione Clinica del San Camillo Forlanini di Roma (Roma)

• Aprile 2019: **NUTRIZIONISTA VOLONTARIA**

Ho lavorato come nutrizionista volontaria presso l'Azienda Ospedaliera San Camillo Forlanini di Roma, in occasione della 4<sup>a</sup> edizione dell'(H)Open Week organizzato da ONDA (Osservatorio Nazionale sulla salute della donna) con l'obiettivo di promuovere l'informazione e i servizi per la prevenzione e la cura delle principali malattie femminili.

**Mansioni:**

- Valutazione nutrizionale con misurazione del peso, altezza, BMI, circonferenza addominale
- Anamnesi alimentare
- Consigli per una corretta alimentazione

• Febbraio 2019-Novembre 2019: **TIROCINIO VOLONTARIO PRESSO AZIENDA OSPEDALIERA SAN CAMILLO FORLANINI** (Roma)

Tirocinio volontario in qualità di Nutrizionista, presso "Ambulatorio Dietologico" (Centro per la Diagnosi e Terapia della Grave Obesità; ambulatorio multidisciplinare per prevenzione, diagnosi e cura di sovrappeso e obesità; chirurgia dell'obesità; monitoraggio gravidanze complicate da sovrappeso e obesità; monitoraggio nutrizionale post-gravidanza), sotto la supervisione del Direttore Prof. Maria Grazia Carbonelli

**Principali mansioni**

- Valutazione antropometrica (peso, altezza, BMI, circonferenze)
- Anamnesi alimentare

- Stesura schemi dietetici e gestione del paziente ambulatoriale (obesità, diabete, insufficienza renale, ipertensione, gastrectomia, colostomia, cardiopatia, colon irritabile, disfagia, reflusso gastroesofageo, ulcera gastrica e duodenale, malattie infiammatorie intestinali)
- Gestione nutrizionale di pazienti ricoverati
- Monitoraggio nutrizionale pre e post Chirurgia Bariatrica

• Aprile 2018–Settembre 2018: **AZIENDA OSPEDALIERA SAN CAMILLO FORLANINI** (Roma)

Tirocinio curriculare per Tesi, presso Ambulatorio “Scompenso Cardiaco”, sotto la supervisione del Dott. Giovanni Pulignano.

**Principali mansioni**

- Valutazione antropometrica (peso, altezza, BMI, circonferenze)
- Valutazione della composizione corporea mediante Bioimpedenziometria (BIA)
- Valutazione dello stato nutrizionale (test MNA; Questionario EPIC)
- Valutazione dello stato funzionale e cognitivo dei pazienti (test BADL, IADL; GAIT SPEED; test del cammino dei sei minuti, 6 MWT; MOCA; Euro-QOL; GDS)
- Valutazione analisi cliniche di routine e specifiche
- Reclutamento pazienti
- Follow-up

• Marzo 2018 – Aprile 2018: **POLICLINICO UNIVERSITARIO CAMPUS BIO-MEDICO** (Roma)

Tirocinio curriculare di ore 100 previsto dal piano di studi della Laurea Magistrale in Scienze dell’Alimentazione e della Nutrizione Umana, presso:

- Ambulatorio di Nutrizione Clinica
- Servizio Dietetico e di Ristorazione
- Ambulatorio di Cardiologia

**Principali mansioni**

- Analisi anamnestica
- Valutazione antropometrica (peso, altezza, BMI, circonferenze)
- Valutazione della composizione corporea mediante Bioimpedenziometria (BIA)
- Valutazione dei principali fattori di rischio cardiovascolare
- Misurazione pressione arteriosa
- Valutazione analisi cliniche
- Check List
- HACCP
- Analisi allergeni alimentari

• Novembre 2017: **POLICLINICO UNIVERSITARIO CAMPUS BIO-MEDICO** (Roma)

Ho lavorato come volontaria per il reparto di Endocrinologia del Policlinico Universitario Campus Bio-Medico di Roma, in occasione della Giornata Mondiale del Diabete, effettuando:

- Misurazione della glicemia capillare
- Valutazione antropometrica
- Somministrazione di questionari

## CONVEGNI, CORSI, CONFERENZE

---

- GENNAIO 2025: SINU-SOCIETA' ITALIANA DI NUTRIZIONE UMANA-La V Revisione dei LARN (Livelli di Assunzione di Nutrienti ed energia per la popolazione italiana) (CREA-Roma)
- SETTEMBRE 24: La riproduzione- il biologo nutrizionista nell'approccio multidisciplinare (Roma)
- GIUGNO 2024: Masterclass "Approfondimenti operativi per professionisti della composizione corporea nei soggetti con DCA" (Bari)
- MAGGIO 2024: DISTURBI ALIMENTARI E SPORT-UN'OTTICA MULTIDISCIPLINARE ORIENTATA ALLA PREVENZIONE. Associazione Dan e Dintorni (Napoli)
- 25-26 MAGGIO 2024: CORSO AVANZATO PRATICO-ESPERIENZIALE-LA RIABILITAZIONE NUTRIZIONALE DEI DISTURBI ALIMENTARI. ADEPO- Associazione di dietetica e psicologia per l'obesità e il sovrappeso (Cava de'Tirreni)
- 28-29 OTTOBRE 2023: CORSO BASE-APPROCCIO NON PRESCRITTIVO PER I DISTURBI DEL COMPORTAMENTO ALIMENTARE. ASSOCIAZIONE ADEPO (Cava de'Tirreni)
- 13-14 OTTOBRE 2023: SPAZIO NUTRIZIONE-XIV EDIZIONE (Milano)
- 15 APRILE 2023: ALIMENTAZIONE E CRESCITA TRA EMOZIONI E SENSORIALITA' (Gaeta)
- NOVEMBRE 2022: "I non obesi di domani. Diagnosi precoce, prevenzione e futuro". Associazione Dan e Dintorni (Agropoli)
- NOVEMBRE 2021: Corso di Formazione "Fame fisiologica e fame emotiva. Approccio psico-nutrizionale. Insegnare al paziente a riconoscere, distinguere e gestire la fame"
- SETTEMBRE 2021: Corso di Formazione BLSA/PBLSA con autorizzazione all'uso del defibrillatore semiautomatico esterno, secondo la normativa vigente (Fondi)
- FEBBRAIO 2020: Corso ENPAB "Come costruire una professione di successo" (Roma)
- Corso di Formazione Jatreia "Analisi della Composizione Corporea con Bioimpedenziometria" (Roma)

Terracina, 18-02-2025

*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" e degli Art. 13 e 14 del Regolamento Europeo 679/2016 - "GDPR"*

Firma:

