



Gaia Gagliardi

Curriculum Vitae

Istruzione e Formazione

- 2025 Facilitatore Mindful Eating - Mindfulness Educators
- 2025 Iscrizione **Albo professionale dei Biologi** delegazione Lombardia; n° AA_ 100852
- 2024 **Laurea Magistrale in Scienze della Nutrizione Umana** Università San Raffaele, Roma (110/110 cum laude).
- 2016 **Laurea in Scienze Biologiche** - Facoltà di Scienze Naturali , Università di Parma
- 2011 Diploma di Maturità Tecnico Chimico Biologico IPC - Camillo Golgi, Brescia

Esperienza Professionale

- 2026 - in corso | Biologa Nutrizionista
My Clinique (Dottor Panacea) - Brescia
Gestione di percorsi nutrizionali strutturati in affiancamento a terapie farmacologiche per il trattamento del sovrappeso e dell'obesità con supporto educativo e monitoraggio nutrizionale.
- 2025 - in corso | Biologa Nutrizionista
RSA Fondazione Paolo VI - Bagnolo Mella
Attività di Screening Nutrizionale e valutazione del rischio di malnutrizione negli ospiti in collaborazione con l'équipe multidisciplinare. Supporto alla gestione nutrizionale e monitoraggio della nutrizione artificiale in integrazione al team sanitario
- 2025 - in corso | Biologa Nutrizionista
Libera professione
Svolgo attività libero professionale in presenza e online, affiancando le persone in percorsi nutrizionali personalizzati. Mi occupo in particolare di:
 - **Nutrizione clinica**, con particolare attenzione ai disturbi gastrointestinali e condizioni che richiedono adattamenti alimentari
 - **Allergie e sensibilità alimentari**

- **Nutrizione nelle diverse fasi della vita**, con focus per l'età pediatrica.

Integro nei percorsi un approccio di mindful eating ed educazione alimentare, volto a sviluppare maggior consapevolezza alimentare, ascolto di fame e sazietà e una relazione più equilibrata con il cibo.

- 2024 - 2025 | Biologa Nutrizionista
CIRFOOD Azienda di ristorazione collettiva.
Mi sono occupata della stesura di menu della formulazione di prospetti dietetici personalizzati per diverse tipologie di utenza, in base a specifiche esigenze fisiologiche e patologiche. Ho inoltre condotto giornate di educazione alimentare rivolte a famiglie e bambini in scuole primarie del territorio bresciano, promuovendo consapevolezza e sane abitudini alimentari.
- 2023 | Tirocinio - **Laboratorio di Psichiatria Biologica IRCCS Fatebenefratelli - Brescia**
Attività di laboratorio su microbiota intestinale, estrazione di acidi nucleici e analisi statistica dei dati. Sviluppo di tesi sperimentale su asse intestino-cervello, intitolata *"Stress ed effetti a lungo termine su architettura permeabilità ed infiammazione intestinale: implicazioni per le malattie psichiatriche"*
- 2017- 2019 | Consulente nutraceutica
Isola Verde erboristerie - Brescia
Accoglienza e consulenza alla clientela su stili di vita e integrazione nutraceutica e fitoterapicaca.
- 2017 | Progetto post laurea
ONG Tierrazul, Riohacha (Colombia)
Partecipazione allo sviluppo di sistemi di coltivazione di *Arthrospira platensis* (spirulina) per progetto di integrazione nutrizionale in contesti rurali.
- 2016 -2017 | Progetto di ricerca
Pretoria University & African Bats ONG - Thabazimbi (South Africa)
Attività di monitoraggio e rilevazioni biometriche su chiroterteri e collaborazione alla stesura di report scientifici.
- 2015 | Tirocinio Curricolare
Universidad de Cadiz (Spagna)

Laboratorio di biochimica e biologia molecolare.

- 2009 | Tirocinio formativo **Tecnico di Laboratorio Galenico -Farmacia Dott. Schiavo Brescia**
Supporto alle preparazioni galeniche (officinali e magistrali) e primo approccio alle Good Lab Practices (GLP) e ai protocolli di laboratorio.

Capacità e Competenze personali

- Patente B
- Madrelingua Italiano - Lingua Straniera: **Inglese** buone conoscenze scritto e parlato e **spagnolo** discreta conoscenza del parlato e buona conoscenza scritta.

Le esperienze lavorative svolte all'estero mi hanno permesso di riconoscere l'importanza dell'ascolto affinando così le capacità comunicative interpersonali.

Competenze relative al Lavoro come Nutrizionista

- Valutazione dello stato nutrizionale e della composizione corporea (BIA)
- Elaborazione di piani nutrizionali personalizzati in ambito clinico e preventivo
- Gestione nutrizionale di disturbi gastrointestinali, allergie e condizioni che richiedono adattamenti alimentari
- Supporto nutrizionale in diverse fasi della vita (età pediatrica, gravidanza, età adulta)
- Monitoraggio nutrizionale in contesti di fragilità e nutrizione artificiale
- Educazione alimentare e conduzione di interventi rivolti a bambini, famiglie e adulti
- Integrazione di approcci di mindful eating e intuitive eating nei percorsi nutrizionali
- Capacità relazionali: ascolto attivo, empatia e gestione del colloquio nutrizionale
- Conoscenze di sicurezza alimentare e applicazione di procedure HACCP

Autorizzo il trattamento dei dati personali presenti nel CV ai sensi del D.Lgs. 2018/101 e del GDPR (Regolamento UE 2016/679).