






## Alessio Gasparini

Data di nascita: 27/04/1995

### CONTATTI

 Via Todeschino 78/C,  
25019 Sirmione, Italia

 [alessiogasparini@outlook.it](mailto:alessiogasparini@outlook.it)

 (+39) 3780843427

 [https://  
alessiogasparini.wordpress.c  
om/](https://alessiogasparini.wordpress.com/)

Instagram: [https://  
www.instagram.com/  
nutri.scienza/](https://www.instagram.com/nutri.scienza/)

### ESPERIENZA LAVORATIVA

**05/2021 - ATTUALE** – Sirmione (BS)

#### Dietista nutrizionista

Libero professionista (Partita IVA 04280890981)

Collaborazione con palestra Sportplatz di Peschiera del Garda (VR), studio Sinergia di Brescia e farmacia Azzali di Medole (MN)

Attività di nutrizionista:

- misurazioni antropometriche e analisi della composizione corporea tramite bioimpedenziometro
- educazione alimentare e consulenza nutrizionale
- dietoterapia per persone sane o con patologia o con intolleranza/allergia

**04/2019 – 10/2020** – Vigasio (VR)

#### Addetto Qualità e Controllo

Markas

Responsabile sicurezza alimentare di Stabilimento: implementazione e controllo sulla qualità alimentare, aspetti legislativi e igienico-sanitari nella produzione di semilavorati cotti sottovuoto

- Elaborazione di schede tecniche e etichette dei prodotti
- Attività di controllo/ispezione sul rispetto della normativa igienico-sanitaria/HACCP e sulle relative registrazioni
- Implementazione di sistema gestionale informatizzato (CSB) per il completo monitoraggio produttivo e qualitativo
- Aggiornamento e personalizzazione manuale autocontrollo e procedure aziendali
- Formazione del personale su sicurezza alimentare, pacchetto igiene e sistema HACCP, rintracciabilità, 1169/2011
- Soprintendenza ad attività di taratura e analisi
- Validazione di processi aziendali: shelf-life di prodotto, sistema di allerta e monitoraggio

**04/2018 – 03/2019** – Bedizzole (BS)

#### Dietista d'area

Markas

Gestione nutrizionale e igienico-sanitaria di centri di cottura presso scuole e case di riposo

- Elaborazione di menù e ricette per case di riposo e scuole
- Elaborazione diete speciali per allergia/intolleranza, etico/religiose, patologia
- Gestione di listino derrate alimentari
- Formazione del personale su sicurezza alimentare, pacchetto igiene e sistema HACCP, rintracciabilità, 1169/2011, diete speciali
- Attività di controllo/ispezione sul rispetto della normativa igienico-sanitaria/HACCP e sulle relative registrazioni
- Gestione di faldonistica e documentazione d'appalto
- Educazione alimentare nelle scuole
- Comunicazioni a clienti

**12/2017 – 03/2018** – Vigasio (VR)

#### Tirocinio post laurea

Markas

Elaborazione ed inserimento di menù e ricette all'interno del programma di valorizzazione nutrizionale Ristocloud. Collaborazione nella progettazione del menù standard ospedaliero (comune, disfagia, diabete, ipocalorico).

**2015 - 2017**

### **Tirocinio formativo**

Alma Mater Studiorum Bologna

Attività di tirocinio curriculare presso varie strutture ospedaliere e sanitarie:

- valutazione dello stato nutrizionale ed elaborazione di piani alimentari personalizzati per le diverse condizioni cliniche del paziente
- corsi di educazione alimentare, scolastici ed assistenziali

## ISTRUZIONE E FORMAZIONE

**27/01/2018 - 24/03/2021 - Milano**

### **Laurea magistrale in alimentazione e nutrizione umana**

Università Statale

Tesi: "Psychosocial correlates of energy drinks consumption in children and adolescents: a systematic review"

Progetto di ricerca secondaria, che mi ha permesso di approfondire il metodo di ricerca bibliografica e l'utilizzo di motori di ricerca scientifici (Pubmed, Cochrane, PsycInfo) così come acquisire abilità analitiche, avendo letto ed interpretato più di 500 paper scientifici, in accordo con la gerarchia delle fonti e con principi evidence based. Ho utilizzato ampiamente il pacchetto Office (Excel per database e grafici, Word per la redazione della tesi, e Powerpoint per la presentazione), e il software EndNote per le citazioni.

Livello 7 EQF

**12/09/2014 - 16/11/2017 - Bologna, Italia**

### **Laurea in Dietistica**

Alma Mater Studiorum

Tesi: "Impatti ambientali della dieta: caso studio sugli interventi di gruppo per la modificazione dello stile di vita nei pazienti obesi"

Abilitazione alla professione sanitaria di dietista dal 16/11/2017. Iscritto n°7 all'albo dei dietisti degli Ordini TSRM PSTRP di Brescia dal 19/12/2018. Posiedo assicurazione professionale e svolgo regolare formazione ECM.

Livello 6 EQF

**2009 - 2014 - Lonato**

### **Diploma di liceo scientifico tecnologico**

ITIS Cerebotani

Livello 4 EQF

## COMPETENZE LINGUISTICHE

**LINGUA MADRE:** Italiano

**ALTRE LINGUE:**

inglese

|                      |                      |                                   |                                    |                        |
|----------------------|----------------------|-----------------------------------|------------------------------------|------------------------|
| <b>Ascolto</b><br>B2 | <b>Lettura</b><br>B2 | <b>Produzione<br/>orale</b><br>B2 | <b>Interazione<br/>orale</b><br>B2 | <b>Scrittura</b><br>B2 |
|----------------------|----------------------|-----------------------------------|------------------------------------|------------------------|

tedesco

|                      |                      |                                   |                                    |                        |
|----------------------|----------------------|-----------------------------------|------------------------------------|------------------------|
| <b>Ascolto</b><br>A1 | <b>Lettura</b><br>A1 | <b>Produzione<br/>orale</b><br>A1 | <b>Interazione<br/>orale</b><br>A1 | <b>Scrittura</b><br>A1 |
|----------------------|----------------------|-----------------------------------|------------------------------------|------------------------|

francese

|                      |                      |                                   |                                    |                        |
|----------------------|----------------------|-----------------------------------|------------------------------------|------------------------|
| <b>Ascolto</b><br>A1 | <b>Lettura</b><br>A1 | <b>Produzione<br/>orale</b><br>A1 | <b>Interazione<br/>orale</b><br>A1 | <b>Scrittura</b><br>A1 |
|----------------------|----------------------|-----------------------------------|------------------------------------|------------------------|

## COMPETENZE DIGITALI

Microsoft: Microsoft Excel, Microsoft PowerPoint, Microsoft Word, Microsoft Outlook / Zucchetti Infinity / CSB / Microsoft Navision / Ristocloud / SonyVegas Pro 13 (Videoediting) / Adobe / EndNote / Utilizzo di applicazione di messaggistica e videochat (Skype, Zoom, Google Meet, Cisco Webex) / Utilizzo degli Internet Browser Google Chrome, Microsoft Edge, Opera, Mozilla Firefox / Ottimo utilizzo database scientifici (PubMed, PsycINFO, Google Scholar, ...)

## PUBBLICAZIONI

● **Psychological and socio-educational correlates of energy drink consumption in children and adolescents: a systematic review**

**2021** [https://link.springer.com/epdf/10.1007/s00431-021-04321-7?sharing\\_token=4\\_jvacfzR9p\\_UivAG\\_Xh7ve4RwlQNchNByi7wbcMAY5linrRmoMdjCRGRqY9i-Z6ixRJWeq7X0d-m1lo84LNI5FzoXaSKFmj7lhBpctVsK3Upuv1\\_RejwOjQ3LSen46Xe\\_jl2K5hUQwLLCn8OD4XZBOU4Xkt4folUzBo-kC6sTQ%3D](https://link.springer.com/epdf/10.1007/s00431-021-04321-7?sharing_token=4_jvacfzR9p_UivAG_Xh7ve4RwlQNchNByi7wbcMAY5linrRmoMdjCRGRqY9i-Z6ixRJWeq7X0d-m1lo84LNI5FzoXaSKFmj7lhBpctVsK3Upuv1_RejwOjQ3LSen46Xe_jl2K5hUQwLLCn8OD4XZBOU4Xkt4folUzBo-kC6sTQ%3D)

● **Risky behaviors, substance use, and other lifestyle correlates of energy drink consumption in children and adolescents: a systematic review**

**2022** [https://link.springer.com/epdf/10.1007/s00431-021-04322-6?sharing\\_token=8lj3gLZuT6F9Gq8jOR\\_tKfe4RwlQNchNByi7wbcMAY5nw-Zzx5Xsf0EmtfJ7H5EP0I8e\\_51KfyEvoyeJghVUHMpjtkLma24ko3ENwQeT\\_wR9qV1aVl9sc2ISmvZkSY-1d3lbF7AUHdH5tj86CcxwHrQqU45A87\\_7Pp6LxCMslmnlI%3D](https://link.springer.com/epdf/10.1007/s00431-021-04322-6?sharing_token=8lj3gLZuT6F9Gq8jOR_tKfe4RwlQNchNByi7wbcMAY5nw-Zzx5Xsf0EmtfJ7H5EP0I8e_51KfyEvoyeJghVUHMpjtkLma24ko3ENwQeT_wR9qV1aVl9sc2ISmvZkSY-1d3lbF7AUHdH5tj86CcxwHrQqU45A87_7Pp6LxCMslmnlI%3D)

## PATENTE DI GUIDA

● **Patente di guida:** B

## COMPETENZE ORGANIZZATIVE

### Competenze organizzative

Gli studi universitari mi hanno fatto capire l'importanza di una buona gestione del tempo a disposizione per lo studio e metodi organizzativi utili per conciliarlo agli impegni lavorativi.

L'esperienza nella ristorazione collettiva e nella qualità alimentare ha richiesto l'affinazione nella gestione di svariati compiti e di scadenze spesso tra loro ravvicinate, nonché l'importanza nel fissarsi priorità e piani giornalieri di lavoro. Nel ruolo di addetto qualità ho avuto l'opportunità di coordinare e fissare piani di lavoro con varie divisioni aziendali (informatica, produzione, ambiente, sicurezza alimentare e sul luogo di lavoro).

## COMPETENZE COMUNICATIVE E INTERPERSONALI

### Competenze comunicative e interpersonali.

Ho appreso grazie al tirocinio svolto in ospedale e al contatto coi pazienti l'efficacia di una buona comunicazione, basata su ascolto e comprensione del problema e sulla chiarezza nell'esporre

possibili soluzioni; il rapporto coi tutor mi ha arricchito inoltre di capacità relazionali utili nella collaborazione lavorativa al fine di raggiungere gli obiettivi in maniera indipendente ma con il beneficio del reciproco aiuto.

Ho appreso grazie all'attività di dietista nella ristorazione collettiva l'importanza della chiarezza e completezza delle informazioni da chiedere e dare a colleghi e collaboratori per la riuscita del servizio.

Nell'attività di addetto qualità e controllo ho potuto affinare il lavoro in un team multicompetente, studiando e adattando collettivamente le giuste modalità comunicative da adottare col personale operativo. Ho anche affinato le mie abilità nell'esporre criticità e proporre soluzioni in situazioni che richiedono rapidità di intervento.

## COMPETENZE PROFESSIONALI

### Competenze professionali

Buona competenza per quanto riguarda il mondo della nutrizione ed alimentazione, con abilità nelle indagini alimentari e piani dietetici per condizioni fisiologiche e patologiche. Competenze particolari per

quanto riguarda il campo dell'educazione alimentare e della sostenibilità alimentare.

L'esperienza in ristorazione collettiva mi ha dato la possibilità di ampliare le mie competenze su legislazione alimentare ed etichettatura di prodotto: sicurezza alimentare e sistema HACCP, rintracciabilità alimentare e 1169/2011, legislazione e regolamentazione della ristorazione collettiva.

All'interno del reparto qualità ho avuto modo di seguire l'intero ciclo produttivo, acquisendo grande padronanza su ciò che rende l'alimento sicuro e tracciabile, all'interno di uno Stabilimento 4.0 dotato dei più sofisticati sistemi di gestione del processo. Ho avuto modo di conoscere a fondo le tecnologie alimentari che permettono di aumentare la shelf-life, pur mantenendo la sicurezza e qualità del prodotto, e le metodiche utili alla determinazione di scadenza, tramite studi di validazione.

## TRATTAMENTO DEI DATI PERSONALI

### Trattamento dei dati personali

Autorizzo il trattamento dei dati personali contenuti nel mio curriculum vitae in base all'art. 13 del D. Lgs. 196/2003 e all'art. 13 del Regolamento UE 2016/679 relativo alla protezione delle persone fisiche con riguardo al trattamento dei dati personali.