

DOTT.SSA. ALESSIA BUCHI
Biologo Nutrizionista

Esperienza professionale in ambito nutrizionale:

Dal 2007 svolgo l'attività di Biologo Nutrizionista in regime di libera professione. Lavoro in studi medici, poliambulatori e centri medici nella provincia di Verona e Mantova.

Esperienza professionale in altro ambito:

Dal 2008 al 2010 - Responsabile della Redazione Scientifica di Video Journal of Medicine, rivista medica fruibile via internet, dedicata alla diffusione di argomenti Medico-Scientifici e all'aggiornamento e informazione (formazione ECM) di diverse figure professionali in ambito sanitario. Video Journal of medicine – L&B srl San Giovanni Lupatoto (VR).

Attività professionale:

- Consulenza nutrizionale per uno stile di vita sano;
- Colloquio specialistico (indagine personale, valutazione degli obiettivi, anamnesi familiare, anamnesi nutrizionale, valutazioni antropometriche e bilancio dispendio energetico);
- Valutazione dei bisogni nutritivi ed energetici dell'uomo;
- Determinazione della dieta ottimale umana individuale in relazione ad accertate condizioni fisio-patologiche;
- Diete speciali per particolari accertate condizioni patologiche (diabete, ipertensione, ipercolesterolemia, emicrania, ADHD, reflusso gastroesofageo);
- Nutrizione per lo sportivo
- Ambulatorio di nutrizione per la donna in menopausa
- Nutrizione in gravidanza e allattamento
- Nutrizione in età scolare
- Nutrizione vegetariana: varianti latte-ovo vegetariana, dieta a base di cibi vegetali (c.d. plant based diets);

Diagnostica:

- Test Immunodiagnostici mediante metodica ELISA reazione antigene alimentare-anticorpo umano (IgG): per la valutazione di intolleranze alimentari e per la rilevazione di funghi, muffe e lieviti.
- Test Mineralogramma (test sui capelli per valutare l'intossicazione da metalli pesanti - testati 38 parametri)
- Test R.S.P. Analisi Radio Spettrofotometrica (Equilibrio Bio-elettrico, come lo stato di stress globale, le resistenze a forme microbiologiche, batteriche, virali, la reazione a radiazioni geopatogene o telluriche, i fattori di tolleranza alimentare, i rapporti molecolari e lo stato bioelettrico cellulare e tissutale)
- Dosaggio stress ossidativo anti età-test PASO (Profile Antiaging Stress Ossidativo) su 10 variabili del sistema antiossidante/proossidante

Programmi attuati:

BENESSERE DONNA: AMBULATORIO MENOPAUSA - L'ambulatorio per la Menopausa, consente di avere uno screening approfondito della propria situazione. Gli operatori dell'ambulatorio, oltre a seguire la diagnosi e indirizzare verso la cura più adatta, si occupano anche degli aspetti emotivi e dello stile di vita. L'attività ambulatoriale si attiene alle Linee Guida internazionali e lavora in stretta sinergia con specialisti di diverse

aree tra cui, ginecologi, nutrizionisti, psicologi, fisioterapisti, urologi, dermatologi.

Personalmente mi occupo dell'aspetto nutrizionale.

BIOFEEDBACK IN ETA' EVOLUTIVA - Il programma si applica nei casi di disturbo dell'attenzione, disturbo dell'apprendimento e più in generale nei confronti di numerose problematiche che coinvolgono il sistema nervoso; in particolare in casi di iperattività e nei disturbi dell'attenzione in età evolutiva. Il programma si articola in: sedute di Neurofeedback, approccio nutrizionale al fine di migliorare il benessere generale del bambino con particolare attenzione agli alimenti che ottimizzano la trasmissione sinaptica, logopedia, fisioterapia, supporto psicologico alla famiglia e aiuto nelle attività scolastiche.

SPAZIO ADOLESCENTI - PREVENZIONE: Lo spazio adolescenti nasce con l'intento di fornire uno spazio di supporto e confronto sia per l'adolescente che per la famiglia attraverso: lo Sportello di gestione crisi, la Psicoterapia individuale, il Supporto genitoriale (consulenza), le sedute di biofeedback e la consulenza nutrizionale.

PROGRAMMA EMICRANIA: Colloquio specialistico, Stesura del piano alimentare anti-emicrania e sedute di Biofeedback

PROGRAMMA DETOX: Dosaggio Stress Ossidativo anti età, assunzione d'integratori specifici, Piano Alimentare Detox, modifiche delle abitudini di vita.

Istruzione:

2006 - Laurea in Scienze Biologiche (ordinamento quinquennale). Università degli studi di Padova. Indirizzo biologico ecologico. Tesi di laurea "Sviluppo di indici di qualità ambientale per la comunità di macrofouling di substrato duro nella Laguna di Venezia". Referente e relatori Prof. Lorian Ballarin, Dott.ssa Francesca Cima. Laboratorio di Immunologia degli invertebrati marini del Dipartimento di Biologia A. Vallisneri e Stazione Idrobiologica di Chioggia (VE) - Università degli studi di Padova. Consorzio Ricerche Lagunari (Co.Ri.La.) sulla salvaguardia della Laguna di Venezia; linea di ricerca riguardante "Indicatori e indici di qualità ambientale per la Laguna di Venezia".

2006 - Abilitazione all'esercizio della professione di biologo. Università degli studi di Padova.

2007 - Tirocinio in campo e in laboratorio. "Determinazione dell'apporto quantitativo e qualitativo di acque sotterranee nella laguna di Venezia". C.N.R. Consiglio Nazionale delle Ricerche e I.S.M.A.R. Istituto di Scienze Marine, Sezione di Ricerca di Venezia – Studio dei Sistemi marini e costieri. Referente Dott. Luca Zaggia.

Formazione professionale in ambito nutrizionale:

2007 - Corso di perfezionamento "Strutturazione di una dieta in condizioni fisiologiche". Associazione Italiana Biologi Nutrizionisti. A.B.N.I.

2008 - Corso di perfezionamento "Gli aspetti nutrizionali in età pediatrica. Gravidanza e Adolescenza". Medi Salus s.r.l.

2009 - Corso di perfezionamento in nutrizione umana "Alimentazione vegetariana: aspetti generali". Società Scientifica di Nutrizione Vegetariana.

Corso di perfezionamento "La nutrizione in ambulatorio: Diabete aspetti clinici e nutrizionali". Medi Salus s.r.l.

2010 - Corso di aggiornamento teorico-pratico "Alimenti e salute: Igiene degli alimenti e Legislazione in campo alimentare". Ordine Nazionale Biologi. Sezione di Rovigo.

Formazione professionale in altro ambito:

2006/2007 - Corso di specializzazione professionale per Tecnico Ambientale. Eco Utility Company, Verona.

2007 - Corso di formazione "La certificazione ambientale ISO 14001:04 EMAS". Ediaroma di M. Rapparini, Bologna.